



by THE
ELEMENTS

8ª Edición: Del 4 al 16 de Noviembre 2018

TRIPLETE DE JORDI GAMITO EN LA EVEREST TRAIL RACE

Kharikhola (10-11-18). Por tercer día consecutivo Jordi Gamito del equipo *The Elements* es el líder de la carrera tras conseguir una nueva victoria de etapa. Cambio de liderato en la categoría femenina. La corredora Manu Vilaseca ocupa la segunda posición en la general que encabeza Purnimaya Rai que ha ganado la etapa de hoy con final en Kharikhola.

La noche en el campamento ha sido muy fría. El termómetro se ha hundido hasta los 8 grados bajo cero. Los atletas bien abrigados han descansado en las tiendas de campaña para afrontar el tercer día de competición con 37 km y un desnivel acumulado de 6.631 metros. La etapa de hoy tenía más desnivel negativo que positivo. Los cuádriceps de los participantes han aguantado 4.110 metros de bajada por el difícil terreno del Himalaya. Si la segunda etapa fue dura con la subida al Pikey Peak a 4.100 metros, hoy muchos corredores comentan que la etapa ha sido todavía más exigente. Todos los participantes han pasado la noche acariciando los 4.000 metros y sin duda este hecho pasa factura en la tercera jornada. Algunos de ellos tienen dificultades para dormir y les repercute en el rendimiento físico. Las temperaturas han bajado y el *briefing* de salida se ha producido con unas condiciones especialmente duras por el frío. La escarcha matutina todavía tenía que deshacerse. Este año los corredores han pedido agruparse rodeando el fuego de la cocina para poder hacer el *briefing* un poco más calientes.





by THE
ELEMENTS

8ª Edición: Del 4 al 16 de Noviembre 2018

Nada más tomar la salida los participantes han realizado una subida de 200 metros de desnivel que les ha vuelto a llevar a casi 4.000m de altitud. El posterior descenso muy técnico a través de un espectacular y excepcional bosque ha conducido a los corredores tras 1.000 metros negativos al primer avituallamiento.

Después de este tramo, los corredores han superado un trazado rompe piernas que les ha llevado a través de pequeños pueblos y de un camino técnico y roto hasta los 1.500 metros de altitud, el punto más bajo de la etapa. Hay que destacar los 4.110 metros de desnivel negativo con los descensos que han encadenado durante la jornada. Uno de ellos destaca por encima del resto. Se trata de los casi 10 km de bajada entre el km 24 y 33 de la etapa de hoy. En la *Everest Trail Race by The Elements* con distancias cortas se realiza un recorrido muy duro y los corredores ya empiezan a sufrir algunos problemas derivados de la altitud y el exigente trazado.

En esta etapa la meteorología ha sido más complicada: el día se ha desperezado nublado y los corredores han realizado la etapa casi sin ver el sol. Al final de la jornada ha llovido un poco. El corredor que otra vez ha dominado la carrera ha sido Jordi Gamito del equipo *The Elements* que ha ganado en solitario la etapa de hoy con la meta en Kharikhola. Segunda posición para Joan Soler y Sergio Arias a 39 minutos y 28 segundos tras realizar juntos el recorrido de la tercera etapa. El corredor de Platja d'Aro sale todavía más líder cuando llegamos al ecuador de la carrera. Ya dispone de 1 hora y 45 minutos de margen con el segundo clasificado, el madrileño Sergio Arias. El corredor Eleuteri Adelantado cierra el podio a 2 horas y 30 minutos cuando faltan 3 jornadas para el final .

En la categoría femenina las distancias están mucho más ajustadas. La corredora nepalí Purnimaya Rai ha conseguido la victoria de etapa y liderato de la carrera. Manu Vilaseca del equipo





by THE
ELEMENTS

8ª Edición: Del 4 al 16 de Noviembre 2018

The Elements ocupa ahora la segunda plaza a tan solo 1 minuto y 39 segundos. La británica Rebeca Ferry es tercera en la general a casi 1 hora y media. Mañana cuarta etapa de la *Everest Trail Race by The Elements* entre Kharikhola y Phakding con 27 km de recorrido y casi 4.500 metros de desnivel acumulado.

