



MIGUEL HERAS TOCA EL CIELO DE LA EVEREST TRAIL RACE BY THE ELEMENTS

Miguel Heras (*The Elements*) gana la competición tras el duelo con Summan Kulung y es el segundo corredor occidental en conseguir el triunfo en la *Everest Trail Race by The Elements*. El corredor catalán Jordi Gamito termina tercero en la clasificación general. La corredora nepalí Phurwa Sherpa consigue la victoria en la categoría femenina.

La estrategia de Miguel Heras (*The Elements*) para la última etapa era clara: seguir a Summan Kulung, el corredor nepalí segundo en la clasificación general a más 13 de minutos del corredor bejarano. Él era el único que podía arrebatarse el triunfo final en una sexta y última etapa de 29 km entre Tyangboché y Lukla con más de 4.500 metros de desnivel acumulado y 2.800m de desnivel en las bajadas, la especialidad de Kulung. El corredor nepalí ya había ganado 2 ediciones de la *Everest Trail Race by The Elements*. La etapa traía consigo nervios e intensidad para Heras que ha conseguido seguir el ritmo de Kulung y en los lugares donde se han encontrado animales de transporte (yaks, mulas, vacas) y se han tenido que esperar no han sido determinantes. Los 2 han parado máquinas y han charlado entre ellos. En los descensos Kulung se lanzaba para dejar atrás a Heras, pero el bejarano se soldaba a su estela para no descolgarse en ningún momento. A 5 km de meta el corredor nepalí ya ha dado la lucha por terminada y ha aflojado el ritmo. El refuerzo de señalización para no perderse en la siempre compleja Namche Bazar, la capital sherpa, ha sido perfecto y Miguel Heras ha conseguido el tan deseado triunfo en la general que ha liderado los 6 días de competición. Los dos llegaron juntos a la meta e Lukla. Kulung ganó la etapa y Miguel Heras la décima edición de la *Everest Trail Race by The Elements*. “Somos montañeros y hemos venido a correr al Himalaya, es lo más de lo





más. Es el súmmum de la gente que nos gusta correr. Me llevo 35-40 amigos que he hecho en el campamento”, apuntaba Heras feliz por el triunfo. El corredor de Béjar coge el relevo de Jordi Gamito que en el 2018 fue el primer occidental capaz de ganar en Nepal a un corredor local.

En la categoría femenina Phurwa Sherpa ha salido muy limitada por la lesión que arrastra en el tobillo. Le han recomendado no competir, pero la joven atleta ha querido terminar la carrera que ha realizado por primera vez. Ha ganado la etapa y también la clasificación general de forma extraordinaria. Segunda posición para la corredora argentina María Silvina Pérez a casi 1 hora de Sherpa. “Una de las carreras más difíciles de mi vida y también más alucinante. Los paisajes, el campamento, los compañeros y el staff es lo más lindo que me ha pasado en la vida”, explicaba Pérez en la línea de meta. Tercera la atleta portuguesa Ester Alves (SWE) que tras participar por segunda vez en la *Everest Trail Race by The Elements* decía: “Es la carrera más dura que he hecho en mi vida”. Maigualida Ojeda la única representante española en la categoría femenina ha terminado octava. Las lagrimas de emoción saltaban entre los participantes que se abrazaban en la línea de meta de Lukla después de 6 etapas, 170km y 26.000 metros de desnivel acumulado. Namasté para tod@s.

