



by THE  
ELEMENTS

8a Edició: Del 4 al 16 de Novembre 2018

## TRIPLET DE JORDI GAMITO A L'EVEREST TRAIL RACE

Kharikhola (10-11-18). Tercer dia consecutiu com a líder per a Jordi Gamito de l'equip *The Elements* després d'aconseguir una nova victòria d'etapa. Canvi de liderat a la categoria femenina, la corredora Manu Vilaseva ocupa la segona posició a la general que encapçala Purnimaya Rai que ha guanyat l'etapa d'avui amb final a Kharikhola.

La nit al campament ha estat molt freda. El termòmetre s'ha ensorrat fins els 8 graus sota zero. Els corredors ben abrigats han descansat a les tendes de campanya per afrontar el tercer dia de competició de 37km amb un desnivell acumulat de 6.631m. L'etapa d'avui tenia més desnivell negatiu que positiu. Els quàdriceps dels participants han aguantat 4.110 metres de baixada pel difícil terreny a l'Himàlaia. Si la segona etapa va ser dura amb la pujada al Pikey Peak a 4.100m, avui molts corredors comenten que l'etapa ha estat encara més exigent. Els corredors han passat la nit acariciant els 4.000 metres i això sens dubte els hi passa factura en aquesta tercera jornada. Alguns d'ells tenen dificultats per dormir i això repercuteix en el rendiment físic. Les temperatures són clarament més baixes i fins i tot el *briefing* de sortida s'ha desenvolupat en unes condicions especialment dures de fred, amb la gebrada del matí encara per desfer-se. Aquest any, els corredors han demanat agrupar-se al voltant del foc de la cuina per fer el *briefing* una mica més calents.





by THE  
ELEMENTS

8ª Edición: Del 4 al 16 de Noviembre 2018

Nomes sortir els participants han superat un petit coll de 200 m de desnivell que els ha portat de nou a quasi 4.000 metres d'alçada. Posteriorment han iniciat un descens força tècnic a través d'un espectacular i excepcional bosc, que condueix als corredors 1.000 més avall, on arriben al primer avituallament.

Després d'aquest tram, els corredors han afrontat un traçat trencacames que els ha conduït a través de petits pobles i d'un camí tècnic i trencat fins els 1.500 m d'alçada, el punt més baix de l'etapa. Cal destacar els 4.110 m de desnivell negatiu amb els descensos que han encadenat durant la jornada. Ha destacat per sobre de la resta la baixada de gairebé 10 km entre el km 24 i el 33. A l'Everest Trail Race by The Elements amb distàncies curtes es pot fer un recorregut força dur i els corredors ja comencen a acusar alguns problemes derivats de l'alçada i l'exigent traçat.

En aquesta etapa la meteorologia ha estat més complicada: el dia s'ha llevat ennuvolat i els corredors han viscut l'etapa quasi sense veure el sol. Al final de la jornada, ha plogut una mica. El corredor que altre cop ha dominat la cursa ha estat Jordi Gamito de l'equip *The Elements* que ha guanyat en solitari l'etapa d'avui amb final a Kharikhola. Segona posició per Joan Soler i Sergio Arias a 39 minuts i 28 segons després de fer junts el recorregut de la segona etapa. El corredor de Platja d'Aro surt encara més líder a l'equador de la competició i ja té 1 hora i 45 minuts de marge amb el segon classificat, el madrileny Sergio Arias. El corredor Eleuteri Adelantado tanca el podi a 2 hores i 30 minuts quan resten 3 jornades pel final.

En la categoria femenina les distàncies estan molt més ajustades. La corredora nepalesa Purnimaya Rai ha aconseguit la victòria d'etapa i liderat de la cursa. La integrant de l'equip *The Elements* Manu Vilaseca ocupa ara la segona plaça a només 1 minut i 39 segons. La britànica Rebeca Ferry és tercera a la general a quasi





by THE  
ELEMENTS

8ª Edición: Del 4 al 16 de Noviembre 2018

una hora i mitja. Demà quarta etapa de l'Everest Trail Race by The Elements entre Kharikhola i Phakding amb 27 km de recorregut i quasi 4.500m de desnivell acumulat.

