



## MIGUEL HERAS MÉS A PROP DEL TRIOMF FINAL A L'EVEREST TRAIL RACE BY THE ELEMENTS

El líder de la cursa ha acabat segon l'etapa després del triomf de Summan Kulung. Jordi Gamito (Traça) manté la tercera posició a la general. Resten 2 jornades per a finalitzar *l'Everest Trail Race by The Elements*.

Un altre dia superat a l'oficina amb les millors vistes del món per a Miguel Heras (*The Elements*) a les muntanyes de l'Himàlaia. Com ha succeït durant totes les etapes la cursa ha estat un duel constant entre Heras y Kulung. La quarta jornada de 27 km i 3.700 metres de desnivell acumulat ha sortit des de Kharikhola i ha acabat a Phakding. Perquè es facin una idea de la duresa de la cursa els corredors TOP de la prova han trigat 3 hores i 38 minuts en completar els 27km de recorregut.

Només sortir del campament els participants han creuat un petit pont molt antic per començar la dura, directa i mantinguda pujada al Kari La amb un desnivell positiu de més de 1.000 metres per terreny variat. Després del punt de control 2 a la població de Chaurikharka a 2.600 metres d'altitud els corredors, a diferència de les edicions anteriors on connectaven amb el camí clàssic del Trekking de l'Everest, s'han dirigit cap a una zona rural, apartada del moviment dels *trekkers* i molt més llarga i exigent si ho comparem amb les edicions anteriors de *l'Everest Trail Race by The Elements*. Des de Segma a través d'espectaculars boscos i 5km de terreny variat han arribat junts Heras i Kulung per disputar-se la victòria d'etapa a Phakding. Ha guanyat Summan Kulung i Miguel Heras ha arribat a només 1 segon del corredor nepalès. Jordi





Gamito ha acabat tercer i és un fixe al tercer lloc del podi si res es complica.

A la categoria femenina problemes físics per a la líder Phurwa Sherpa que ha sortit tocada del campament. El dolor que pateix al turmell s'ha vist reflectit a la classificació final de l'etapa i ha arribat tercera a la meta de Phakding. La jornada l'ha guanyat la portuguesa Ester Alves (SWE) després de 5 hores i 56 minuts d'esforç. Segona posició per a la corredora argentina Silvina Pérez. A la general Sherpa té 17 minuts i 41 segons de marge amb Pérez y 35 minuts amb Ester Alves tercera.

Durant la cinquena etapa els participants de l'*Everest Trail Race by The Elements* podran veure cims emblemàtics de l'Himàlaia com l'Everest, Lohtse i Nupse entre d'altres.

