

## Kilian Jornet, 3 años alejado del ultratrail

En Ultra Pirineu, el catalán regresará a la modalidad. Repasamos su evolución desde su última participación en un gran ultra: UTMB 2018, el de la picadura.



Kilian Jornet entrenando en la pista de atletismo en noviembre de 2020 Vergard Breie

El próximo fin de semana Kilian Jornet volverá a correr una carrera de ultradistancia en montaña. Será en los 100 km de Ultra Pirineu, en un trazado que conoce a la perfección y que contará con otros grandes atletas.

Tras unos años centrado en ganar velocidad, incluso en asfalto, cuesta encontrar la última vez que el catalán participó en un ultratrail. De hecho, **hemos tenido que remontar más 3 años en el tiempo para encontrar su último dorsal** en la modalidad, el Ultra-Trail del Mont Blanc 2018. Sorprendentemente, aquella vez no terminó todo lo bien que esperaba. Una picadura de avispa, con posterior reacción alérgica, le apeó de la lucha por su cuarta victoria en la carrera más importante del mundo.

Como hemos ido contando, en este tiempo Kilian no ha estado parado. Lo hemos podido ver en otras pruebas, terrenos, distancias y hasta disciplinas deportivas... también sobre el asfalto. En este artículo vamos a recordar **su evolución hasta desde ese 2018 hasta hoy**, descubriendo que cómo el poder de adaptación del cuerpo y la mente de un atleta de semejante envergadura es capaz de amoldarse a las diferentes situaciones en el tiempo.



Kilian Jornet durante el UTMB 2018, en el que tuvo que retirarse por una picadura de abeja

## 2018

La temporada de trail 2018 comenzó para él de forma accidentada. Una fractura en Pierra Menta le alejó de las competiciones en primavera, aunque el verano volvió a ser prolífico: Marathon du Mont-Blanc, Bob Graham Round, Skyrace Comapedrosa, Sierre-Zinal, Kima... **Kilian seguía contando sus participaciones por victorias** y llegaba en plena forma a la cita de Chamonix.

Como hemos recordado, en el UTMB no le salieron los planes como tenía pensado, pero la segunda mitad de la temporada le esperaba con más carreras que ganar. Así fue tan solo 15 días después en **el Campeonato del Mundo de Skyrunning** que se celebró en Ring of Steall. El terreno duro y nada compasivo de las Highlands escocesas le sirvieron de acicate llevándose, además del título, también el récord de la prueba.

No quedó ahí el acontecimiento. Al día siguiente tomó la salida en **Glen Coe Skyline**, una de las carreras más técnicas de Europa, con idéntico resultado que en la jornada anterior: victoria y récord. Jornet encaró las temidas subida y bajada de la carrera, para la que se exige currículum deportivo y destreza en trepadas expuestas, como un niño en un parque de juegos. Estaba en su ambiente.

Exactamente un mes más tarde, Kilian volvía a presentarse en otra carrera, otra de sus preferidas, **Limone Extreme**. Esta vez, sin embargo, se tuvo que conformar con la sexta plaza, siendo superado por atletas muy enfocados en la distancia y preparados para carreras de esta tipología. El discreto resultado le valió, sin embargo, para hacerse con la Copa del Mundo de Skyrunning.

Su temporada se cerraría en **The Otter Trail**, donde le bastaba con una duodécima posición para llevarse las primeras Golden Trail Series. Pero otra

vez problemas, esta vez en la cadera, le hicieron retirarse en los primeros compases.

A pesar de los contratiempos, Jornet volvía a cerrar un año con unas cifras impresionantes: **9 carreras disputadas con 7 victorias y 6 récords de prueba**, además de la doble corona de Skyrunning. Eso sí, ninguna carrera terminada por encima de los 50 km.



Kilian Jornet en Sierra Zinal 2019

## 2019

Nuevo año y nuevas metas para un Kilian que tenía en mente **convertirse en un atleta más rápido**. Dibujó un calendario de muy pocas pruebas, pero igualmente ambicioso: Zegama, Sierra-Zinal y Pikes Peak, tres mitos con tres récords extraordinarios.

**La temporada de skimo fue atípica.** Por primera vez, no participó en la Copa del Mundo, aunque sí que realizó un impresionante reto con los esquís ascendiendo 23.486 m positivos en 24 horas. Hasta el momento nadie lo ha podido superar.

Con la paternidad recién estrenada, inició la temporada de trail en una de sus carreras fetiche, **Zegama**, donde se adjudicó su novena *txapela*. No pudo, en una jornada de muchísimo calor, con el récord de la prueba en manos de Stian Angermund-Vik (3h45'08").

Tenía entonces dos meses para prepara su siguiente objetivo, batir el histórico récord de Jonathan Wyatt en **Sierra-Zinal**. Después de haberlo intentando el año anterior, en el que ya llegó a acumular semanas de 180-200 km en asfalto, Kilian sabía que no sería una tarea fácil. Eso precisamente era lo que más le motivaba. Solo podría conseguirlo si centraba los esfuerzos en hacerse "más atleta".

En esas semanas, Jornet limó todos los detalles, aprovechó todo lo aprendido y aplicó entrenamientos de velocidad, fuerza y explosividad de cara a la gran cita. Incluso su cuerpo parecía haberse transformado en el de un corredor más atlético y con menos peso. De esta manera Kilian se adaptó a los objetivos y acabó firmando el nuevo récord de la carrera (2h25'35'')

De nuevo, 15 días más tarde ponía rumbo hacia **el maratón de Pikes Peak**, con el récord de Matt Carpenter (3h16'39'') vigente desde 1993. Kilian no lo pudo batir, quedando a nada menos de 11 minutos, pero sí ganar la carrera de una manera espectacular contra el propio crono. Como muchos aficionados saben, el récord de esta carrera está inmerso en un halo de misterio con muchas versiones y especulaciones, caso a parte.

Después de una expedición al Everest, Jornet cerró la temporada con el maratón de Annapurna, haciéndose así con la final de las Golden Trail Series. El balance volvía a ser increíble: **4 carreras con 4 victorias y 1 récord.**



Kilian Jornet en su reto de las 24 horas en pista en noviembre de 2020

## 2020

Entramos en el año de la pandemia que, con las carreras más importantes anuladas y con una incertidumbre internacional que era alimentada mes a mes, podía ser perfecto para probar cosas nuevas. Así lo vimos cuando anunció sus retos y el revuelo se formó: ¡Kilian en la pista de atletismo!

Pero antes de dar paso a su periodo más puramente atlético, Jornet compitió en Noruega, en una carrera técnica de 58 km que resolvió en 7h56'. **Esta es su última carrera de montaña larga antes de la próxima Ultra Pirineu.**

Un mes más tarde el catalán volvía a coronarse en **Sierre-Zinal**. Esta vez el récord de la prueba no estaba entre sus planes y resolvió un primer puesto en una edición donde los atletas elites corrían en solitario.

No fue hasta el otoño cuando decidió enfrentarse **los 10 km de asfalto en Hytteplanmila Rekordjakt**. Con un trazado llano y buen nivel de especialistas en la materia, Kilian tenía la oportunidad de coger una buena rueda y ponerse a prueba. Se quedó con una marca de 29'59», pero pudimos verle corriendo con una zancada potente, elegante y muy atlética.

location	time	speed	o/a	sex	cat	split	speed	o/a	sex	cat	time of day
1 km	2:48	2:48 min/km	2	2	1	2:48	2:48 min/km	2	2	1	13:47:49
2 km	5:46	2:53 min/km	23	23	12	2:58	2:58 min/km	23	23	12	13:50:47
3 km	8:43	2:55 min/km	20	20	12	2:57	2:57 min/km	4	4	4	13:53:44
4 km	11:45	2:57 min/km	21	21	12	3:02	3:02 min/km	20	20	12	13:56:46
5 km	14:34	2:55 min/km	10	10	4	2:49	2:49 min/km	7	7	2	13:59:35
6 km	17:32	2:56 min/km	18	18	11	2:58	2:58 min/km	54	45	23	14:02:33
7 km	20:36	2:57 min/km	20	20	12	3:04	3:04 min/km	21	21	11	14:05:37
8 km	23:45	2:59 min/km	20	20	12	3:09	3:09 min/km	27	26	16	14:08:46
9 km	26:50	2:59 min/km	19	19	11	3:05	3:05 min/km	30	29	17	14:11:51
10 km	29:59	3:00 min/km	18	18	11	3:09	3:09 min/km	30	29	17	14:15:00

Parciales de Jornet en 10km ruta celebrados en 2020 en Hytteplanmila

Pero los planes en llano de Jornet iban mucho más allá del 10K, como había dejado entrever con algún entrenamiento muy sorprendente, y un mes más tarde intentó **el récord de 24 horas en pista**, que en aquel momento estaban en posesión de Yiannis Kouros (303,3 km) y hoy pertenecen a Sania Sorokin (309,4 km). El cercano Estadio de Mandalen, cerca de su casa, fue el lugar elegido y con un día gélido, una pista helada y condiciones nada favorables tanto por altura como por el propio clima, Kilian se vio obligado a abandonar tras 11 horas de carrera con mareo y malestar.

Cabe destacar que el atleta estuvo trabajando el plano nutricional de manera muy específica de la mano de un profesional como es Aitor Viribai con grandísimos resultados y avances que, a buen seguro, pondrá a prueba en esta nueva edición de Ultra Pirineu.

De esta manera se daba por terminado el año de la covid-19: **2 carreras con 2 victorias**, y muchas nuevas experiencias.



Kilian Jornet en la Mefjellet Opp 2021

## 2021

Con la crisis sanitaria todavía haciendo de las suyas y su segunda hija, además de un mensaje ecologista cada vez más presente, este año hemos visto a Kilian Jornet competir únicamente en Noruega, el país en el que reside. Alejado también de los focos mediáticos, **el corredor ha participado en cuatro eventos de diverso nivel haciéndose con la victoria en todos ellos.**

Quizá la más reñida fue **la Varden Opp**, una carrera peculiar que tiene de salida una imponente escalera, consta de 3,8 km y 406 m positivos y en la que compiten los mejores especialistas de Mountain Running como Johan Bugge, al que Jornet solo pudo superar en 5 segundos. Un año más, Kilian también regresó a **Sierre-Zinal**, donde sumó su noveno triunfo y se quedó a 5 minutos de su propio récord.

Sorprendentemente, este 2021 también hemos visto al deportista de 33 años regresar al Kilómetro Vertical y ganar con solvencia en una competición local cuyo recorrido utiliza frecuentemente para entrenar. Tal y como él mismo comentó, **estableció además su mejor registro en ese tramo**, lo que quiere decir que está asimilando muy bien todo el entrenamiento.

Con esta evolución y su interminable palmarés, el que seguramente es **el corredor de montaña más versátil de la historia** apunta hacia un nuevo triunfo en los 100 km y 6.600 m positivos de Ultra Pirineu. Os hemos contado el camino que le ha traído hasta aquí, pero todavía le faltan muchos más por recorrer.