

Carreras por montaña, 31/05/22

Así venció Kilian Jornet en Zegama Aizkorri 2022

Analizamos sus parciales y los comparamos con los del récord de Stian Angermund-Vik (2017), los de su última participación (2019) y los de la primera (2007).



Kilian Jornet en Zegama Aizkorri 2022 Toño Miranda

Como todo el mundo sabe, el pasado fin de semana **Kilian Jornet ofreció un nuevo recital en Zegama**. Tras dos años sin competición, el corredor no se quiso perder el regreso del maratón de montaña más prestigioso del mundo y acabó llevándose su décima *txapela* con 3:36:40, estableciendo el nuevo récord de la prueba.

“Las condiciones estaban muy bien. Estaba seco, no había barro, hacía bastante calor, pero el público nos dio alas. Son 10 victorias, el récord... pero sobre todo me siento orgulloso de poder venir aquí. Encontrarme con la organización es la afición y lo que realmente me gusta de venir a Zegama”, apuntó ya en meta, en la entrevista de la retransmisión.



Kilian Jornet en la presentación de Zegama Aizkorri 2022

La carrera, de 42 km y 2.750 m de desnivel positivo partió muy rápido y, sorprendentemente, esta vez era el propio deportista catalán quien se ponía a estirar el grupo tras el primer bucle por Zegama. **Pulsaciones a 190 y ritmo de 4:07/km en el primer kilómetro**, sus intenciones estaban claras.

A esa velocidad, solo un selecto grupo de corredores (Davide Magnini, Elhousine Elazzaoui y Robert Pkembai) aguantó hasta **la llegada a Sancti Spíritu (km 19,6), que hicieron en 1:43:12**, también el mejor tiempo de la historia. Como referencias, el tiempo de Stian Angermund-Vik (récord anterior) allí fue de 1:48:02, el del propio Kilian en 2019 1:46:26 y el de su primera participación y victoria en 2007, 1:54:44.



Kilian Jornet en Zegama Aizkorri 2022

En la subida hasta el Aizkorri (km 22), alternándose en cabeza con Davide, siguieron apretando y se quedaron solos. 22 minutos y 1 segundo les costó superar la subida más multitudinaria del mundo del trail running, de 2,3 km y 526 m positivos. Otra vez el mejor parcial histórico, frente a los 23:16 de Stian o a sus 25:16 de 2019 (23:41 en 2007). **“Tenía una estrategia de dónde guardar y dónde apretar.** Iba mirando también para ir comiendo y bebiendo, porque hoy con el calor se necesitaba comer”, continuó el corredor.

Fue en los llanos de Urbía y especialmente en la subida al Andraitz (km 30) donde se empezó a despegar del joven corredor italiano. La bajada hasta la línea de meta fue otro espectáculo para nunca antes visto. **46 minutos y 9 segundos** (según los tiempos de control, según Strava son 45:14) le costó unir los 1.432 m de esta peña calcárea con la abarrotada plaza de Zegama que le estaba esperando como oro en paño. 48:02 había sido el tiempo de Stian en 2017, 49:40” el suyo en 2019 y 46:51 en 2007.



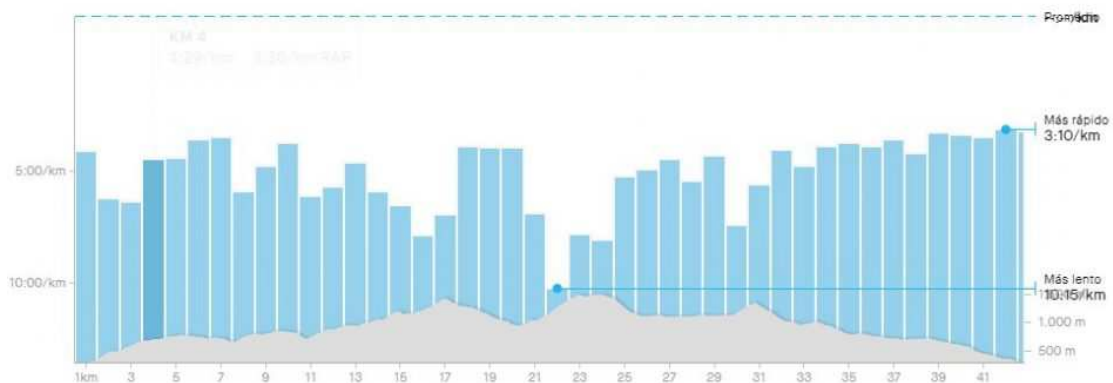
Kilian Jornet en Zegama Aizkorri 2022, en la subida al Aizkorri perseguido por Davide Magnini

“**Había estado entrenando muy bien para hacer los últimos 10 km** y fue allí donde intenté irme. Hasta el Aizkorri no puedes saber si vas bien de cara al récord por las condiciones pero allí me di cuenta de que era posible e intenté conseguirlo”, explicó en la retransmisión.

Finalmente, 3 horas, 36 minutos y 40 segundos, **un tiempo que probablemente se mantenga durante mucho tiempo** y es que para batirse se necesitan dos factores casi únicos: de alguien tan fuerte como Kilian Jornet (o tal vez él mismo) y unas condiciones tan benignas como las habidas el pasado domingo 29 de mayo.

Preguntado por los recuerdos de su primera experiencia en Zegama, cuando tenía 19 años y se encontraba en el primer año de universidad, explicó: «la primera vez que corrí necesité volver a casa muy rápido porque tenía exámenes del instituto después. Ahora soy mayor y tengo dos hijas, **he cambiado mucho, pero aquí hay el mismo ambiente, es la misma carrera.** Es bonito estar aquí, ver que el deporte está evolucionando pero la esencia se mantiene”.

Análisis de ritmo



Los datos de su Strava

Un año más, Kilian Jornet ha compartido en Strava la actividad de su carrera, al igual que otros protagonistas como Davide Magnini. Entre datos ofrecidos, destaca **el ritmo medio con 5:06/km** (por los 5:30/km de 2019 y los 5:22/km de Stian).

Además, el desglose de los kilómetros nos deja ver que **los últimos cuatro fue por debajo de 3:30/km**, marcando su máxima velocidad en el último con 3:10. Por el contrario, el más lento fue a 10:15, en plena subida al Aizkorri.

El calendario de Kilian Jornet para **este 2022 compagina distancias medias con grandes ultras de 100 millas**. De hecho, su próxima carrera serán los 160 km y 10.000 m positivos de Hardrock 100, el próximo 15 de julio. El 13 de agosto volverá a los ritmos explosivos con el regreso a otra de sus pruebas fetiche, Sierre-Zinal. Será su último test antes de regresar, solo dos semanas más tarde, al UTMB Mont-Blanc.