

Kilian Jornet explica el motivo por el que ha dejado de entrenar trail running por las tardes

El laureado corredor de montaña prepara su asalto a la 10ª victoria en la Zegama-Aizkorri vasca con un régimen de entrenamiento que no le permite demasiado descanso entre sus dos carreras diarias

Todo lo que hace Kilian Jornet se convierte en una referencia para los corredores de trail running, hasta el punto de que hasta las decisiones que se toman por razones ajenas de lo deportivo se toman como un truco científico ligado al rendimiento.

Es lo que ocurrió el 30 de abril cuando el laureado atleta compartió uno de sus entrenamientos en la red social Strava como 'afternoon trail run', la carrera de la tarde, a las 14:15h, cuando completó 15,6 kilómetros en 1h09 en Rauma (Noruega) apenas seis horas después de su carrera matinal de 31,5 kilómetros con 1.792m de desnivel positivo.

Y ahí, a otro laureado corredor de montaña, el italiano Francesco Puppi, le entró una duda: "Has salido a la segunda carrera con muy poca recuperación desde la primera carrera. ¿Es a propósito o por otras razones (obligaciones, falta de tiempo)?", le interrogó, queriendo saber si había algún truco de entrenamiento indescifrable para doblar entrenamientos con tan poco tiempo de recuperación.