

Carreras por Montaña, 21/08/24

## **Kilian Jornet continúa su épica aventura en los Alpes: 424,7 kilómetros, 10 cumbres de más de 4000 metros y más de 19.000 metros positivos**

**Avanza en su reto 'Alpine Connections', habiendo recorrido 424,7 km y ascendiendo 10 picos alpinos. Ha acumulado 19.831 metros de desnivel en 67 horas de actividad, enfrentándose a duras condiciones meteorológicas y explorando los límites físicos extremos.**



Kilian Jornet en Alpine Connection. Foto: David Ariño

El incansable Kilian Jornet sigue adelante con su increíble desafío 'Alpine Connections', enfrentando los rigores de los Alpes suizos con una mezcla de **resistencia física, fortaleza mental y una constante adaptación al entorno**. A medida que avanza en su proyecto de **enlazar el mayor número posible de cumbres de más de 4.000 metros**.

### **Un inicio; Bernina**

La aventura de Jornet comenzó en **Bernina**, en el este de Suiza. Desde allí, trazó un recorrido hacia el **Grimsel Pass**, **pasando por el refugio Mönchjsoch y culminando en Blatten**. En el transcurso de estos días, ha logrado escalar diez imponentes picos alpinos, incluidos el **Lauteraarhorn** (4.042 m), el **Finsteraarhorn** (4.274 m) y el **Hinter Fiescherhorn** (4.025 m). El cuerpo aquí aún estaba «fresco».

En total, Kilian ha cubierto hasta ahora **424,7 kilómetros** y **ha acumulado un desnivel impresionante de 19.831 metros, distribuidos en 67 horas y 27 minutos de actividad intensa**. Estas primeras jornadas han sido cruciales para **evaluar su rendimiento**, explorar los límites físicos y técnicos, y gestionar el estrés sistémico al que su cuerpo está siendo sometido. Algo que está **siendo estudiado** por el **Dr. Jesús Álvarez**.



Kilian en su aventura alpina. Foto: David Ariño

### **El tercer día: el más duro hasta ahora**

Aunque cada etapa ha presentado sus propios retos, el tercer día ha sido, sin duda, el más exigente hasta ahora. **En una única jornada, Kilian ascendió seis picos consecutivos**, lo que se tradujo en un asombroso desnivel acumulado de **8.778 metros positivos**. Esta demostración de fuerza y resistencia ha sido clave para establecer el tono de los días venideros.

Sin embargo, no todo ha sido un recorrido perfecto. Las **duras condiciones meteorológicas** de los Alpes han añadido una dificultad extra durante las etapas segunda y tercera. Kilian tuvo que ajustar su ruta en tres ocasiones para evitar áreas peligrosas debido a las rocas húmedas, **la nieve y las tormentas**. A pesar de estos imprevistos, la aventura se mantiene intacta, y sigue sintiéndose fuerte de cara a los próximos días de la expedición.

El objetivo de 'Alpine Connections' no solo es redescubrir los Alpes, sino también **empujar los límites humanos al máximo**. Estos primeros días han servido como una prueba inicial para evaluar la carga física acumulada y su impacto en el cuerpo de Kilian. **Con más de 19.831 metros de desnivel** en su haber y la dureza de los elementos naturales en su contra, la capacidad de adaptación de Kilian está siendo puesta a prueba.

Desde la etapa inicial en Bernina, combinando la escalada con largos tramos en bicicleta, hasta los ascensos técnicos de las cumbres en Oberland, Kilian sigue demostrando, una vez más su capacidad para sortear los retos más complejos de la naturaleza alpina.



Jornet en Alpine Connections. Foto: David Ariño

## Un camino retador por delante

Con un inicio espectacular, la expedición de Kilian Jornet en los Alpes promete muchas más jornadas de desafíos, mientras se adentra en territorios aún más exigentes. Las próximas etapas seguirán poniendo a prueba su resistencia física y mental, pero si algo ha demostrado Kilian a lo largo de su carrera es su capacidad de adaptación, superación y, sobre todo, de conexión con las montañas.

Kilian sigue adelante con **su misión de descubrir hasta dónde puede llegar el cuerpo humano** en un entorno tan extremo como los Alpes. Y aunque lo peor puede estar aún por llegar, esta aventura promete ser una **exploración sin precedentes de los límites del rendimiento humano**. El cómo principal

actor, pero con todo **un equipo de médicos y físicos estudiando cada movimiento.**