

Planeta trail



RaidLight 

Allégez votre équipement



ULTRA

MARATONA ATLÂNTICA

MELIDES » TRÓIA

Una playa de cuarenta y tres kilómetros de longitud no podía tener otro destino que servir de escenario para un maratón. Esto es lo que ocurre en el municipio de Grândola (Portugal), donde cada mes de julio tiene lugar la bautizada como Ultramaratona Atlántica, una carrera disputada a orillas del océano y donde el ganador rara vez baja de las tres horas. Planeta Running estuvo presente y participó de la prueba.

Texto: Daniel Sanabria.

Caprichos de la naturaleza, el municipio de Grândola (Portugal) cuenta con una playa de algo más de cuarenta y dos kilómetros, la tercera más larga del mundo. En 1985 un equipo de fútbol local aceptó el guiño atlético de la mar y organizó un maratón que unía ambos extremos de la playa en lo que fue una carrera de 43 kilómetros, una prueba eventual que desaparecería poco tiempo después. Pero hace cinco años la División de Deportes de Grândola rescató del olvido aquella idea y desde entonces organiza este maratón que transcurre sobre la arena de la playa.

Hablamos de uno de los pocos rincones de Portugal que ha sobrevivido a la crisis sufrida en el país. Así lo aseguran sus vecinos y así lo atestiguan los miles de turistas que durante todo el verano disfrutan de las playas de Tróia, localidad en la que termina la carrera. **Precisamente proyectar las playas del municipio es el objetivo que tiene esta carrera. La organización quiere llegar al público español, un reto que hasta el momento le está resultando complicado,** ya que apenas una quincena de españoles acudimos a la cita portuguesa.

La ultramaratona recibe este nombre al superar por casi un kilómetro la cifra oficial del maratón (42,195). Es una carrera planteada en semiautosuficiencia, donde la organización tan solo facilita un litro de agua a los participantes cuando llegan al kilómetro 28 (está prohibido recibir cualquier otro tipo de ayuda externa). Hasta entonces, cada uno debe llevar a cuestas todo lo necesario para afrontar la carrera. Unos optaron por ligeros cinturones de hidratación con varios botellines enganchados mientras otros tiramos del tradicional camelbak con depósito de hidratación. Por si acaso.

Carlos Lopes, el padrino

Con la incertidumbre de no haber corrido jamás un maratón sobre arena nos presentamos la mayoría de corredores en la playa de Melides una hora antes del inicio de la salida. Una cafetería que abrió excepcionalmente para la prueba sirvió de campobase para el desayuno y las evacuaciones posteriores. Aunque era mediados de julio el cielo presentaba un aspecto negruzco, más propio de una pintura tenebrista que de un día de verano. Por lo que muchos pasamos de darnos crema solar (lo pagaríamos en la meta).

La Ultramaratona Atlántica está apadrinada por Carlos Lopes, el mejor fondista portugués de la historia. Otras autoridades deportivas y políticas de la región del Alentejo (a la que pertenece Grândola) también asistieron a presenciar la prueba. Y con diez minutos de retraso sobre las 9:00 de la mañana dio comienzo esta séptima edición. Para entonces el sol ya se había abierto paso entre las nubes y el termómetro marcaba temperaturas cercanas a los 25 grados. Allí estábamos 280 corredores, ante una playa de poco más de 42 kilómetros hecha a nuestra imagen y semejanza.



Uno afronta un maratón de estas características con muchas dudas. La más importante, el calzado. **Mirando a mi alrededor veía de todo: corredores con zapatillas de asfalto, con calzado de montaña, otros con varias capas de calcetines, descalzos, y algunos incluso con una especie de calzado mutante** construido a base de remiendos caseros. La mayoría empezamos con calzado de carretera y entramos descalzos en meta. Como Bikila, pero sin adoquines bajo nuestros pies.

Otra de las preocupaciones que inquietaba a los corredores era la estrategia a seguir sobre la arena. Había dos opciones: correr pegado al mar en un terreno inclinado pero más duro, o hacerlo playa a través sobre arena seca y blanda. No había elección buena o mala, las dos eran horribles y casi por la inercia del pelotón terminamos todos rodando pegados al mar. Ya que vamos a sufrir, al menos que sea en compañía. La paciencia es una actitud clave para afrontar la Ultramaratona Atlántica. Sin que uno sea excesivamente miedica, acongojaba saber que el año pasado solo doce corredores bajaron de las cuatro horas.

El kilómetro 28

Esta prueba es también un tributo a la legendaria soledad del corredor de fondo. Existe y está en Portugal. En pocos maratones el silencio se escucha tanto como en Grândola. Y es que la energía se escapa desde el principio en cada una de las zancadas, viendo como nuestras zapatillas se hundían a cada paso sobre la arena de aquellas desiertas playas. De hecho, a un buen puñado de corredores se les cargó los gemelos en el primer kilómetro, hasta que acostumbraron sus piernas al terreno.

El primer cuarto de carrera se pasa rápido, aunque el desgaste ya es elevado por el tipo de playa, inclinada y blanda. A nuestra izquierda se desplegaba la in-

mensidad del océano Atlántico y a nuestra derecha un paisaje arcilloso que parecía esculpido a mano, muy similar a la montaña de Montserrat (Barcelona). En cualquier caso, una bonita fotografía que pudimos contemplar a lo largo de la Playa de Alberta Nova y hasta alcanzar la Playa de Galé.

En esta primera parte de carrera los atletas que rodábamos junto al mar nos cuidamos bastante de no comernos ninguna ola. Llevar las zapatillas mojadas durante más de treinta kilómetros podía ser un lastre añadido e innecesario. **Si hasta ese momento habíamos luchado contra la marea y la arena, a partir del primer tercio de carrera encontramos un nuevo enemigo: el viento.** Fortísimas rachas de aire empezaron a azotarnos sin descanso. Lo peor eran los granitos de arena, que chocaban contra nuestras piernas como pequeños alfileres.

La organización, formada por un total de setenta personas entre directores, encargados y voluntarios, seguía la prueba en todo momento en quads. No fueron pocos los participantes que tiraron de picaresca y aprovechaban el llano de la arena dejado por los neumáticos de los quads. Cualquier idea era buena para abrirse paso entre aquellas playas todavía desiertas. A partir del kilómetro quince el terreno nos dio un respiro y encontramos un buen tramo de playa lisa y duro, donde todos los atletas marcaron sus mejores parciales de la prueba.

La obsesión por llegar al kilómetro 28 (único avituallamiento) crecía a medida que pasaba el tiempo y no veíamos carteles indicadores. La carrera tan solo está señalizada cada diez kilómetros y cuando se cambia de playa. Pero al fin llegó el esperado momento. Además, los primeros núcleos de bañistas empezaban a aparecer para animarnos al grito de ¡fuerza, fuerza! Sólo quedaba un tercio para completar el maratón.



RaidLight

Allégez votre équipement

Victoria española

Los últimos doce kilómetros son los más duros y no por ser los últimos. En las Playas de Comporta, Atlántica y Tróia el terreno inclinadísimo y la arena blandurria dificultaban el trote todavía más, aunque fuera cochinerero. Tanto costaba avanzar que muchos tuvimos que echar a andar unos kilómetros. A estas alturas de la carrera la hilera de corredores estaba ya tan rota que era fácil encontrarte sólo en doscientos metros a la redonda. El único objetivo era llegar a meta, como fuera.

Y llegamos 248 corredores (243 hombres y 20 mujeres) de los 263 inscritos. Sólo quince participantes tuvieron que abandonar la prueba antes de tiempo. **Tan solo 16 atletas españoles participamos en el evento, siendo la actuación de Gema Martín Borgas la más destacada. La joven atleta (de tan solo 23 años) del Club Playas de Castellón se hizo con la victoria** (14º en la general) en la categoría femenina, logrando además el récord de la prueba gracias a sus 3h:42:44. Este fue también el mejor crono español de la Ultramaratona.

El mejor corredor español fue Yonatan Martín (23º clasificado), del Club de Atletismo Vino de Toro, que paró el crono en 3h:56:31. Tampoco fue mala la actuación de los cuatro atletas del Club Deportivo 2007 Llanera, que viajaron desde Asturias para participar en el evento. Otros clubes españoles con representación fueron el Dontetu de Barcelona, el Club Maratón Badajoz y el Veteranos de Córdoba, que aportaron dos corredores cada uno. De Vigo y Salamanca también acudieron españoles a la cita.

Entre los llegados hubo corredores de nueve naciones distintas: Portugal, España, Brasil, Alemania, Bélgica, Inglaterra, Marruecos, Argentina y Moldavia. Aunque el campeón volvió a ser portugués, concretamente Eusébio Rosa, toda una institución en carreras de fondo en el país luso. El atleta del Sport União Caparica continúa invicto en la Ultramaratona Atlántica, que volvió a ganar por cuarta vez en toda su vida (2007, 2008, 2009 y 2011) gracias a un crono de 3h:08:01. Suyo es también el récord de esta carrera que nadie ha logrado batir en los últimos cuatro años: 2h:51:11.

Y es que pocos valientes han probado las mieles de este maratón único en el mundo. Los que lo han hecho y han llegado a meta tendrán en su particular vitrina de corredor un pequeño jarroncito de barro que recibe todo aquel que logra llegar al final: Ultramaratona Atlántica Melides-Tróia. Grândola. 2011.

Gema Martín venció en categoría femenina y marcó el mejor crono español



Clasificación masculina:

- 1.- Eusébio Rosa (3h:08:01)
- 2.- Custodio Antonio (3h:16:31)
- 3.- Rogério e Bessa (3h:20:07)
- 4.- Manuel Machado (3h:22:28)
- 5.- Igor Timbalari (3h:29:28)

Clasificación femenina:

- 1.- Gema Martín (3h:42:44)
- 2.- Chantal Xhervelle (3h:58:20)
- 3.- Lidia María Pereira (4h:10:01)
- 4.- Amelia Costa (4h:16:37)
- 5.- Carmen Pires (4h:22:58)

Clasificación española:

- 1.- Gema Martín (3h:42:44)
- 2.- Yonatan Martín (3h:56:31)
- 3.- Óscar Rodríguez (4h:05:15)
- 4.- Rafael Peralta (4h:35:47)
- 5.- Miguel Ángel Temprano (4h:53:29)