

Marc Pinsach valora positivamente su primera temporada de trail running

RUNNING - TRAIL RUNNING > HA DISPUTADO 8 PRUEBAS DE LAS QUE HA GANADO 4

21-10-2013

Marc Pinsach ha finalizado la primera temporada de trail running de su carrera, después de años en la élite del esquí de montaña. Pinsach se ha adentrado en el trail running, empezando con carreras de hasta 42km. El objetivo, adaptarse progresivamente y evitar lesiones, tal y como comenta el mismo: "Hasta ahora nunca me había planteado competir en trail, pero este año me apetecía. He entrado progresivamente pues las lesiones son muy recurrentes y no quería que repercutiera en mi temporada de invierno. Por ello, he respetado mucho los periodos de descanso para irme adaptando poco a poco. He ido haciendo buenos resultados y me he ido animando a seguir compitiendo"

Pinsach ha participado en un total de 8 competiciones este verano, tanto en territorio nacional como en el resto de Europa, obteniendo victorias en cuatro de ellas. En las restantes, dos de ellas en la Copa del Mundo de Skyrunning, Pinsach quedó entre los diez primeros, unos resultados muy satisfactorios para el de Cassà.

Pinsach guarda un recuerdo especial de cada carrera, tal y como él mismo explica. En la Volta a la Cerdanya (35 km) explica que "fue una carrera entre amigos para ponernos al día. Llegamos primeros con Kilian y fue un buen entreno para ir sumando kilómetros". En la Ronda de la Carançà (18 km, 1800D+), donde también sumó victoria: "Una carrera que fue también como un entreno de calidad, en un recorrido y un ambiente espléndidos de montaña".

En julio, Pinsach participó y venció en casa, en la Olla de Núria (21 km, 1940D+): "Dicen que ser profeta en tu tierra es difícil. Para mi la Olla de Núria es eso; una carrera donde eres favorito pero donde la presión puede jugar malas pasadas. ¡Aun así, la carrera fue fenomenal y pude ganar disfrutando mucho del recorrido!". En ese mismo mes también se desplazó a Italia para disputar la Maratona del Cielo Sentiero 4 Giulio (42km, 3090D+), donde acabó tercero: "Una carrera espectacular con nieve, pasajes técnicos, aéreos y un poco de escalada. Estoy contento por la tercera posición a pesar de la sensación que perdí la segunda plaza por una cuestión más técnica que de condición física". A finales de Julio Pinsach también estuvo en Italia para disputar el Giiir di Mont (32km, 2400D+), del que desafortunadamente tubo que retirarse: "Los excesos se pagan caros y la fatiga acumulada durante las otras carreras me jugó una mala pasada. Tuve que retirarme porque mi cuerpo pedía un descanso. Aun así siempre es bueno ir, correr y disfrutar del ambiente de primera mano, en una de las capitales del skyrunning".

En agosto, Pinsach venció en la clásica Marathon du Montcalm (42km, 2500D+): "Muy contento de poder inscribir mi nombre en una de las carreras clásicas del Pirineo. Además tuve la oportunidad de disfrutar de un recorrido espectacular muy montañoso subiendo hasta picos de 3000m". En ese mismo mes Pinsach participó en la que fue su primera carrera en la Copa del Mundo de Skyrunning, la Matterhorn Ultraks (46km, 3600D+), donde terminó sexto: "Estuve muy contento de poder competir junto a los mejores atletas del mundo y ver que podía terminae en tan buena posición. Fue una carrera muy dura, con mucho desnivel y donde tuve que regular bien las fuerzas para poder llegar al final. Destacaría la belleza del paisaje, siempre bajo la atenta mirada del Cervino, Liskamm y Monte Rosa".

Finalmente, la pasada semana el atleta corrió la Limone Extreme, tanto en kilómetro vertical (11ª posición) como la carrera de skyrunning (7ª posición): "En el kilómetro vertical había un gran nivel, y en la carrera de skyrunning terminé séptimo a pesar de una caída. Son muy buenos resultados que me hacen terminar la temporada con buenas sensaciones y muy satisfecho".

Como comenta el mismo Pinsach: “La verdad es que estoy muy contento con las sensaciones y resultados de esta temporada. Me he sorprendido a mi mismo pues en algunas carreras he hecho mejores resultados de lo que me esperaba. El único punto amargo es que tuve que retirarme del Giir di Mont, una carrera que me gusta mucho. A pesar de todo, ha sido un verano muy eficiente, y siento que no he hecho el trabajo en vano. Los objetivos se han cumplido y esperemos que esta forma que he ido cogiendo se mantenga en la temporada de invierno”.

A partir de ahora, Pinsach se centrará en empezar a preparar la temporada de esquí de montaña, que empezará en diciembre.



Publicat a: Outdoor actual

Font del document: <http://www.outdooractual.com/actividad-30000000-0000-0000-0000-000000000001-noticia-20131018-Marc-Pinsach-valora-positivamente-su-primera-temporada-de-trail-running.aspx>