Marca, 13/11/20

Kilian Jornet: "Para mí el asfalto es aburrido, correr sólo es interesante si uso las manos"


Kilian Jornet, en Noruega. Matti BernitzLymbus

"**Mi profesión es atleta de montaña.** Sería la definición más realista. Atleta por esa parte más competitiva, y la montaña porque es el terreno en el que me encuentro. Es profesión y pasión al mismo tiempo". Son la palabras con las que explicará a su hija cuando crezca a que se dedica su padre. **Desde su casa de Noruega, Jornet se asomó al MARCA Sport Weekend.**

El **contacto con la naturaleza desde niño le ha ha dotado de una especial sensibilidad por el medio ambiente**. También le ha facilitado un paraíso para salir cada día a entrenarse. "En deportes de resistencia lo más importante es el trabajo, la genética es una parte pero el 80% es entrenamiento. Debes estar motivado, y a mí salir a correr a la naturaleza me resulta muy fácil porque he aprendido a vivir en ese entorno", explica Kilian.

"Es lo mismo que cuando vemos a un piloto de Fórmula 1 o de MotoGP, a nadie se le va a ocurrir hacer eso en la carretera. En la montaña es lo mismo, hay que aceptar las consecuencias que puede haber si cometes un error, luego hay que formarse y aprender, sin saltarse pasos"

Kilian Jornet, sobre los vídeos que publica en redes sociales sobre algunas de sus actividades en montaña

Con 13 años **elaboró una lista con unas 20 carreras y otras tantas montañas que quería ascender.** "Ya está completa. Lo bueno de conseguirlas es que me ha abierto más posibilidades. Ahora aunque no tenga una lista como entonces sí tengo infinidad de proyectos en mente que me hacen soñar", explica. Aunque en estos tiempos es complicado planear retos, en 2021 le gustaría retomar su actividad alpinística con el Himalaya o Pakistán.



En el trail, no hay carrera que se le resista: Zegama, Ultra Pirineu, Sierre Zinal, Western States 100, Hard Rock.**En 2017 coronó el Everest dos veces en seis días**. Fue el punto final a su proyecto Summits of my life. Este reto arrancó en 2011 con el objetivo de subir y bajar algunas de las cimas del planeta. Se embarcó con éxito en el Mont Blanc (2012 y 2013), el Cervino (2013), el McKinley y el Aconcagua (2014). Sólo se le resistió el Elbrus. El techo del planeta fue la última parada del viaje.

El doble ascenso de Everest me ha hecho pensar que otras actividades de encadenamientos o de largas aristas son posibles"

"A nivel alpínistico no era nada interesante, subir esta montaña sin oxígeno se hace mucho. **Para mí era importante saber qué podía hacer actividad a esa altura y el subir otra vez me permitió saber que el cuerpo era capaz de hacer actividades muy largas**, repetidas y pasar mucho tiempo a esa altura. Esto me ha hecho pensar que otras actividades de encadenamientos o de largas aristas son posibles, que para mí es lo interesante. Fue un último test para hacer proyectos que ahora puedo imaginar", explica.



Este año ha querido probarse en el llano. Ha entrenado en el tartán. Ha corrido un 10K en Noruega "Es un paréntesis, **no es que ahora quiera correr en asfalto, no es mi medio, lo encuentro interesante pero muy aburrido y muy lesivo.** Para mí al correr necesito usar las manos, si no las uso no es tan interesante", sentencia.

En sus redes sociales **cuelga vídeos con actividades que dan vértigo sólo verlas. Algunas veces incluso se le ha reprochado que suba esas imágenes**. "Hay que prepararse para hacer esas cosas, pueden impresionar más o menos. Si quieres hacer retos como el del Everest o ascensos rápidos no es que digas que vas a entrenar en la pista de tartán y un día dgigas que vas a subir a esa montaña. **La mayoría de las cosas que publico son en una zona de confort muy alto, a veces, hay que ir a buscar cosas al límite del confort para evolucionar porque si no no puedes hacer algunos retos**. Es lo mismo que cuando vemos a un piloto de Fórmula 1 o de MotoGP, a nadie se le va a ocurrir hacer eso en la carretera. En la montaña es lo mismo, hay que aceptar las consecuencias que puede haber si cometes un error, luego hay que formarse y aprender, sin saltarse pasos", explica

Acostumbrado a bordear lo imposible, es consciente de los mucho límites que tiene el ser humano. "Fisiológicamente, como un animal, no somos los más destacados. **Pones a Usain Bolt, el ser humano más rápido del planeta, al lado de una vaca y espritando va a ganar la vaca**. Lo interesante del ser humano es la creatividad y en la montaña creo que está la opción de, dentro de esas limitaciones fisiológicas, buscar y hacer cosas creativas", argumenta.

Jornet se muestra también partidario de **poner los avances tecnológicos en su contexto.** "Hay que contextualizar cada marca con su momento. No hay que hacer que la tecnología mate las limitaciones que tiene el ser humano. La tecnología sirve para evolucionar pero que no mate proyectos del futuro. **El entrenamiento y la alimentación también han evolucionado y hay que saber aprovecharlo**", apunta.

No hay que hacer que la tecnología mate las limitaciones que tiene el ser humano"

Jornet reconoce que durante un tiempo no entendía el papel de un deportista en la sociedad. "Es una cosa muy tonta poner un pie detrás de otro, dar patadas a un balón, es muy divertido y para mí el deporte lo es todo, me da unas emociones que es brutal, pero ¿para alguien verlo? yo me decía que sentido tiene", confiesa. Ahora, con el paso del tiempo se ha dado cuenta de que desde esa esfera se puede influir positivamente en la sociedad. "**Motivas a la gente para hacer deporte que es bueno para la salud** y tenemos la capacidad de transmitir mensajes. El deportista debe de usarla, ser parte activa en la concienciación de la sociedad, lo hemos visto con la NBA y todos los problemas raciales en EEUU".

Siempre defensor del medio ambiente, ha dado un paso con la **creación de una Fundación que lleva su nombre.** Busca la preservación de la montaña y el entorno natural. No se queda en la teoría, ejemplifica en su persona. "Sería un hipocrita si dijera que he estado siempre cuidando la naturaleza, aunque en mi día a día lo hacía, con mi viajes en avión contribuía a incrementar las emisiones de CO2. Quiero reducirlos para minimizar mi impacto", sentencia Kilian.