

# CRONICA CARRERA PENCONA

4:15 a.m. arriba! Me esperan dos horas y media de camino en solitario hasta Aldeanueva de la Vera, a unos 40km de Plasencia. No calculé bien el tiempo así que llego a la zona de salida pasadas las 7 y media. Dorsal, servicio, lo de siempre, y calentamiento a la vez que el control de dorsales, porque no da tiempo a más.

8:00 de la mañana y pistoletazo de salida. Recorremos aproximadamente 1,5km por las calles del pueblo a buen ritmo, soltando por fin toda la adrenalina acumulada en la espera.

Empezamos a pisar tierra y a subir, en 12 km habremos subido desde los 600 hasta los 1800m de altitud, hasta el llamado Paso de los Buitres, se hace realmente largo, casi 2 horas, para luego empezar una bajada brusca y bastante peligrosa, con mucha tierra y piedras sueltas hasta el km 17.

Otra vez para arriba, y aunque ahora la subida es más corta, unos 4km, se hace igualmente largo por el cansancio que se va acumulando y por el terreno tan complicado que es, de hecho tengo agujetas en los brazos de trepar por las rocas (imaginaos cómo están mis pobres piernas).

En las bajadas tengo problemas con el flato que me entra al cambiar tan bruscamente de ritmo, lo cual me cabrea que no veas, y encima el estómago lo noto algo revuelto, aunque por suerte no me duró mucho.

Ya vamos por el km 25, y nos juntamos 3 mujeres, Julia a la que creía haber dejado atrás, y Pili que me había adelantado, pero tuvo problemas de calambres musculares. Comenzamos la última subida, ahora ya es sólo cuestión de aguantar el último tirón, vamos andando todo lo rápido que podemos, y en las zonas más suaves corremos un poco sin malgastar las fuerzas, y al fin llegamos a la última bajada.

Mis piernas, aunque sin darme molestias, acusan las 4 horas y pico de carrera que llevamos y el cansancio me hace tropezar a menudo. Me caigo una vez, sigo, venga traspiés, vuelvo a caer, llevo las rodillas sangrando, pero no me permito el lujo casi ni de mirarlas, hay que seguir como sea.

En el km 30 se supone que ya sólo quedan 2, ya está hecho, cuando alguien de repente anuncia: Vamos! Que ya solo quedan 4!. Cómo? Horror!. Lo peor es que aún me da tiempo a caerme una última vez, ya me cuesta un poco más levantarme y me tiene que ayudar Pili. Julia acababa de dar un apretón, y nos había dejado atrás. Seguimos nosotras dos, yo delante con las piernas doloridas de los golpes y ya con miedo de ir más rápido, Pili detrás aguantando los calambres de sus piernas. Tenemos que entrar juntas después del rato que hemos pasado.

Cuando nos anuncia un fotógrafo que estamos a 500m de la meta, nos entra la risa floja y se nos pone el vello de punta, dan ganas hasta de llorar. Ya se oyen los aplausos aunque aún no se ve a nadie. Por fin el arco!, me vuelvo hacia Pili y la agarro de la mano para cruzar la meta. Esto sí es emocionante!! Abrazos, besos, bueno, qué voy a contar.

Total: 34km, 4000m de desnivel acumulado, 5h: 12', las dos 2<sup>as</sup> en nuestras respectivas categorías (vet.A y senior B, Julia hizo 5h6', 1<sup>a</sup> Vet.B). Mi carrera más larga hasta ahora.

Nada más coger aire, tenemos todo un lujo de piscina natural bien helada, donde me sumerjo para intentar recomponer un poco mis músculos. Más tarde nos invitan a migas y refrescos, y para terminar entrega de premios y sorteo. Por cierto que tras una hora de pie escuchando cómo sacaban los números, por fin llega el regalo estrella, el jamón, el último, y van y sacan el 402, el mío! TOMA!

Bueno, me ha quedado un poco larga, pero más lo fue la carrera, y aún me quedaban casi 3 horas de camino hasta casa. Dolorida y muerta de cansancio, pero más feliz que un niño en reyes. Y ya tengo ganas de que se me pasen las agujetas para ir a por otra!

**Marta Vázquez.**