

## VIAJE A LA MARATONA DE LOS DOLOMITAS

### VIERNES 2 DE JULIO

Después de varios meses esperando, por fin había llegado el ansiado día de comienzo de nuestro periplo europeo. A las 5,00 horas salida de Flix (Tarragona), para a las 8,00 pasar por Barcelona para recoger a José Luis y completar así el grupo de 5 ciclistas que iban a lanzarse a la gran aventura de participar en la Maratona de los Dolomitas.

Los nombres de estos 5 valientes son: José Luis Peña (53 años), Joaquín Gimeno (43 años), Josep Meseguer (42 años), Jesús Benedé (41 años) y Ramón Buera (32 años). Mención especial para nuestro chófer Josep Maria, que tenía la importante misión de llevar la furgoneta.

Sin duda alguna, este primer día fue el más duro de todos, porque nos costó 21 horas llegar a nuestro punto de destino: La Villa de Alta Badia, en el corazón de los Dolomitas Italianos y a una altitud de 1.421 m. Fueron 21 horas las que nos costó atravesar el sur de Francia, Mónaco, y el norte de Italia, hasta llegar a los Dolomitas. Un viaje realmente agotador, que finalizó a las 2 de la mañana del día siguiente. Nuestro hotel era el Christiania, que estaba situado justamente a 100 metros de la salida de la Maratona.

La llegada a La Villa fue desapacible, con una niebla y un frío propios del mes de Noviembre. Después de descargar la camioneta y cenar algo frío, conseguimos acostarnos pasadas las 3 de la mañana.

### SABADO 3 DE JULIO

Es el día previo a la Maratona. Nada más levantarnos, miramos por la ventana del hotel, y pudimos comprobar el maravilloso lugar en el que nos encontrábamos.

La carretera estaba plagada de ciclistas entrenándose.

Lo primero que hicimos fue ir al pueblo de Pedraces para recoger los dorsales y la bolsa de regalos. Por cierto, los dorsales iban con el nombre de cada uno.

Desde el primer momento, te das cuenta de que la Maratona es algo muy grande, diferente a todo lo que conocíamos hasta ahora. Hay un ambiente impresionante con ciclistas de infinidad de países. También hay una pequeña feria de la bicicleta con stands de diferentes marcas relacionada con el mundo del ciclismo. Creo que es lo más parecido a una prueba profesional.

Por la tarde, nos dedicamos a preparar nuestras máquinas y a relajarnos en el hidromasaje y el baño turco del hotel. Un paseo de 10 kms. en bici para tomar un primer contacto con la carretera.

El gran día se acercaba.

DOMINGO 4 DE JULIO

**LA MARATONA DE LOS DOLOMITAS**

Antes de contar los aspectos puramente deportivos, debo de decir que no tengo palabras para describir los paisajes y las zonas por las que transcurre la prueba.

Conozco muy bien los Pirineos y otras zonas turísticas de España, pero lo que hay aquí lo supera todo. Es una naturaleza en estado puro, con densos bosques y paredes inmensas de roca. Hemos salido realmente impresionados de la belleza de los Dolomitas.

Esta carrera comprende tres pruebas:

La Sella: 57 kms. y 4 puertos.

La Mediana: 110 kms. y 6 puertos.

La Maratona: 147 kms. y 7 puertos.

La salida es la misma para las tres, y cada uno puede acabar la que quiera.

Naturalmente que nosotros íbamos a por la Maratona.

Hay que madrugar bastante. A las 6 de la mañana hay que estar en la línea de salida, en la que había mas de 8.000 ciclistas, 23 éramos españoles. El 10% eran mujeres.

Así que nos levantamos a las 4,30 de la mañana, para desayunar a las 5.

A estas horas, ya se veía a ciclistas yendo hacia la línea de salida.

En el hotel, tuvieron la deferencia de prepararnos espagueti para desayunar.

La salida se da mediante grupos. El nuestro era el Pinarello. A las 6,15 ya estábamos en nuestro puesto, al final de nuestro grupo de salida. Colocarse tan atrás fue un error que, por lo que contare mas tarde, pagaríamos muy caro.

Ni que decir tiene que el ambiente era impresionante. A esas horas, las cunetas estaban repletas de público. Hay un speaker que no deja de dar datos sobre la Maratona, y sobre nuestras cabezas pasa un helicóptero con una cámara de televisión. La prueba se retransmite en directo por la RAI 3.

Otra característica de esta prueba, es que se realiza en su totalidad con la carretera completamente cerrada al tráfico. Todo un lujo.

En general, el nivel de la gente se veía bastante alto. Menos mal que estaba yo para bajarlo un poco.

Los nervios están a flor de piel; rodeados de ciclistas de multitud de países y ante una prueba que se preveía muy dura. Alta montaña en su estado mas puro.

Se da la salida. Tardamos bastante en ponernos en movimiento, ya que estábamos situados a cola de nuestro grupo. La carretera por la que se sale es muy estrecha, con lo que suceden varias paradas antes de poder empezar a rodar. Pero.....ya estábamos en marcha.

Jose Luis se va a su ritmo, y Jesús, Ramón, Josep y yo decidimos ir juntos con la consigna de no desgastarse demasiado en los 5 primeros puertos para poder afrontar el GIAU con garantías. El GIAU es el mas duro de los 7.

Primero hay 4 kms. en ligera ascensión hasta el pueblo de Corvara. Aquí empieza el primer puerto: CAMPOLONGO.

He aquí una breve descripción de los 4 primeros puertos:

CAMPOLONGO	(longitud: 6,2 kms.	Pte. media: 5,9%.	Pte. máxima: 10%)
PORDOI	(longitud: 9,4 kms.	Pte. media: 6,8%.	Pte. máxima: 10%)
SELLA	(longitud: 5,6 kms.	Pte. media: 7,8%.	Pte. máxima: 12%)
GARDENA	(longitud: 5,8 kms.	Pte. media: 4,5%.	Pte. máxima: 11%)

Estos puertos se caracterizan por tener una pendiente muy constante, sin rampas excesivamente duras pero que no tienen ni un metro de llano. Además, suben la montaña haciendo infinidad de curvas de herradura. Resultaba curioso, tanto al mirar hacia arriba como hacia abajo, ver una autentica "serpiente" de ciclistas. Son puertos en los que constantemente vas viendo por donde sube la carretera y todas las curvas de herradura que te quedan.

Como he dicho antes, los paisajes son sencillamente sobrecogedores.

Especialmente bonito es el Pordoi, en el que vas viendo constantemente la carretera que sube por la montaña. De estos 4, el Pordoi es el mas duro; tiene 33 curvas de herradura.

Las bajadas son muy peligrosas; cortas, con fuertes pendientes y con muchas curvas de herradura. Había ratos en los que pasaba de 73 kms/h. a casi parar la bicicleta para tomar las curvas de 180°. Hubo algunas caídas.

Otra característica de estos puertos, es que se pasa de uno a otro de una forma inmediata; quiero decir que la última rampa de bajada de uno, empalma directamente con la primera rampa de subida del siguiente, sin un metro de llano, con lo que no existe tiempo de recuperación.

Estos puertos, excepto el Campolongo, superan los 2.200 metros, así que era imprescindible parar en la cima para abrigarse.

En muchos momentos se pedaleaba por encima de zonas con nieve.

En la cima de algún puerto, había actuaciones musicales.

Todos los finales de puerto, estaban vallados y con pancarta de llegada.

Todo muy profesional.

Al principio del primer puerto, el Campolongo, tuvimos la mala suerte de que Josep sufriera un reventón en su rueda trasera. Tardamos casi un cuarto de hora en arreglar el pinchazo. Un tiempo precioso que luego echaríamos de menos.

Después de pasar esto 4 primeros puertos, se llega a la población de Corvara, en el km. 58. Fin de la carrera corta. Nosotros seguimos hacia delante, y volvemos a subir el CAMPOLONGO por el mismo sitio hasta llegar a Arabba. Llevamos 5 puertos en 68 kms. y nos encontramos intactos.

De estos 68 kms., 33,2 han sido de subida en los 5 puertos.

A continuación vienen 11 kms de toboganes hasta la población de Bivio (km. 79), lugar donde se divide la prueba mediana de la larga. Aquí ocurre la "tragedia".

Resulta que el cruce donde se divide la prueba, está cerrado.

¡¡¡¡ PORCA MISERIA !!!!!!! Hemos llegado un cuarto de hora tarde al cierre de control. Esto no lo habíamos previsto, pero en el reglamento ponía que este control se cerraba a las 11,30 h. Paro otros ciclistas, pero en el cruce hay unos policías que no dejan pasar a nadie. Uno hace mención de entregar el dorsal a uno de los policías, con la intención de hacer el recorrido, aunque fuera de carrera. El policía hace una llamada, supongo que a alguien de la organización, pero la respuesta es negativa. El cabreo que cogemos es monumental. De haberlo sabido, nos hubiéramos puesto más adelante en la zona de salida, y no hubiéramos parado tanto en los numerosos y completísimos avituallamientos que había. Desde luego, el pinchazo nos ha hecho perder un tiempo precioso. Además, nos hemos ido

reservando todo el rato para guardar fuerzas para el 6° puerto, el GIAU. Una autentica pena.

El GIAU tiene una longitud de 10,1 kms con una pendiente media del 9,1%. Muy duro; si bien, en la carrera larga, el FALZAREGO (último puerto) se sube por una vertiente mas suave.

Así, que con resignación, y ya dentro de la carrera Mediana, nos disponemos a afrontar el puerto de

FALZAREGO (longitud: 9,8 kms. Pte. media: 6,3% . Pte. máxima: 10%)

Este puerto se hizo bastante duro, especialmente en los últimos kilómetros.

Aquí fue el único momento en el que vi a ciclistas "sufriendo". Nosotros, con el cabreo que llevábamos, no teníamos tiempo de "sufrir". Era el momento de gastar todo lo que habíamos reservado para el GIAU.

Así que, bajamos dos piñones y nos ponemos a 170 pulsaciones para subir este puerto, durante el cual adelantamos a bastantes ciclistas.

En la cima de este puerto, se empalma con los que vienen de la larga, que lo suben por una vertiente mas suave.

Aquí estaba el último avituallamiento, en el que no paramos. Y es que del disgusto se nos había quitado hasta el hambre.

Al coronar Falzarego, quedan dos kilómetros hasta el passo de VALPAROLA, que se me hicieron muy duros. En estos dos kilómetros hay una pendiente máxima del 11%.

Una mención a Jesús, que debido al cabreo monumental que llevaba, se bajo por su cuenta el FALZAREGO por donde subían los de la larga y se subió el GIAU por las dos vertientes. Luego volvió a subir el FALZAREGO para regresar a La Villa. El tío se hizo 170 kms. con 9 puertos dolomíticos. Habría que habilitar una medalla especial para él.

Después de un vertiginoso descenso, volvemos a pasar por La Villa, y en 4 kms. más llegamos a la meta, situada en Corvara. El ultimo kilometro esta completamente vallado con muchísimo público, y nada mas cruzar la línea de meta, aparece tu nombre con el tiempo que has realizado en un gran cartel luminoso. Nuestro tiempo ha sido: 6h 50m 52,1s.

El ambiente en la llegada es impresionante. Hay un hombre dando champan a todos los que cruzamos la meta.

Es una prueba en la que te sientes verdaderamente ciclista.

La satisfacción que se siente al llegar es enorme, porque hemos acabado una prueba dura de verdad, por unos paisajes que no se pueden describir con palabras. Pero nos queda un sabor agri dulce de no haber podido hacer la larga, con el GIAU; tal como íbamos, lo hubiéramos hecho sin problemas. Sólo sufriendo un poco más.

Después, nos dirigimos a un pabellón abarrotado de ciclistas para comer.

La organización ha sido modélica.

En el hotel nos encontramos con José Luis, que pudo completar con éxito la marcha larga. La hizo en 7h 51m. Según se desprende del listado de tiempos, ganó unos 1.000 puestos a partir del segundo paso por Corvara. O sea, una barbaridad.

Nos comentó que la subida al GIAU se hace muy dura, aunque se encontró bien y acabo la marcha muy bien de piernas y con una gran satisfacción. Y no es para menos; hay que tener en cuenta que el mérito de José Luis es doble, porque pasó un mes de Junio muy malo por culpa de una infección bucal, que le impidió ir a su 6ª Quebrantahuesos y entrenar con normalidad. Una infección que le produjo una debilidad de consideración. Desde luego, este hombre tiene una capacidad de recuperación poco común. Deberíamos de mandarlo con los juveniles.

La tarde la dedicamos a descansar y a recuperarnos en las magnificas instalaciones de nuestro hotel, a base de hidromasaje, sauna, baño turco, etc

Me gusta la frase que aparece en la web de la maratona al pie de una foto:

*"7815 Winners at the 18. Maratona dles Dolomites".*

## LUNES 5 DE JULIO

Resaca de la Maratona.

Abandonamos La Villa. Tras pasar por Cortina D'Ampezzo llegamos hasta la población de Misurina, famosa por su lago. Se trata de otro de esos lugares paradisiacos que existen por esta zona.

Dejamos la camioneta en la misma orilla del Lago de Misurina. Nos espera un puerto terrible: Las 3 Cimas de Lavaredo. Son "solo" 8 kms. que nos suben hasta los 2.349 m. de altitud. Nada mas abandonar el lago, nos recibe una terrible rampa cercana al 14%.

El primer kilometro tiene un desnivel cercano al 11%, para ir abriendo boca. Después se suaviza durante un par de kilometros para entrar en el infierno: 4 kms. con 11%, 14%, 12% y 12,5%. Una pared. Tengo que parar 3 veces durante la ascensión para evitar que me revienten las piernas.

La carretera va haciendo unas "eses" tremendas por una pared de roca prácticamente vertical. No creía yo que en el mundo existieran carreteras como esta.

Creo que alguna rampa se acercó al 20%, fácilmente distinguibles por que la verticalidad que coge la carretera en esos puntos. Afortunadamente, había zonas al 10% para recuperar. Un puerto duro de verdad, que con la paliza del día anterior casi se convierte en nuestra tumba.

Al bajar, te preguntas que como es posible haber subido por ahí en bicicleta.

Después, continuando nuestro viaje y aprovechando que pasábamos cerca de la frontera, nos acercamos a Lienz; preciosa población austríaca en la que comimos y aprovechamos a hacer algo de turismo bajo una intensa lluvia.

Por la tarde, y de nuevo en Italia, nos dirigimos a dormir a la población de Ponte di Legno, a la que llegamos bastante tarde por la lluvia y las numerosas retenciones por obras que había en la carretera. Estamos en la frontera con la Lombardia.

### MARTES 6 DE JULIO

Hoy tenemos la etapa reina. No esperan dos colosos de envergadura: el GAVIA y el STELVIO. Dos puertos fuera de categoría en los que se han escrito hermosas paginas de ciclismo en el Giro de Italia.

Al poco de salir de Ponte Di Legno, comienza el puerto de GAVIA. Este puerto tiene un porcentaje medio del 7,9%, y en sus 17,5 kms. de longitud se salvan 1.363 m. de altura.

Posiblemente sea uno de los puertos mas bonitos que he subido nunca. La carretera es muy estrecha, y va subiendo por un cortado tremendo. Cuando pasas el km. 10, da la sensación de ir en un avión, por las grandes vistas del valle que se divisan en todo momento. Parece que estes en el cielo.

El puerto tiene muy pocos descansos, con muchos tramos al 10%. Incluso hay una rampa muy larga señalada al 16% en un cartel. Al final, se "suaviza" y podemos descansar algo en otro tramo señalado al 14%.

Una vez coronado, y tras las fotos de rigor, nos lanzamos por un largo descenso en dirección a la población de Bormio; punto de partida de otro monstruo: el STELVIO.

Este puerto tiene una longitud de 22 kms. con una pendiente media de 7,1%. Se salva un desnivel de 1.533 m. hasta alcanzar una cota de 2.758 m. Casi nada.

Este puerto se caracteriza porque desde muy abajo ya se ve por donde sube la carretera, con unas "zetas" impresionantes que se ven desde muy lejos y parecen como "talladas" en la ladera de la montaña. Se pasan algunos tuneles bastante largos en los que no se ve prácticamente nada y en los que hace bastante frío.

Es uno de esos puertos en los que los tramos al 6-7% sirven para recuperar.

Este puerto se nos hizo larguísimo. Cuando acaba la zona de curvas de herradura, vienen unos kilómetros de "descanso" al 6%, para endurecerse terriblemente en los 3 últimos kms. a casi el 8,5% de media, con unas curvas de herradura tremendas.

En la cumbre hace mucho frío y estamos rodeados de nieve. Hay numerosos ciclistas.

De los 72 kms. que hemos hecho hoy, 40 han sido de dura subida; y decidimos subirnos ya a la camioneta, porque el descenso de 25 kms. del Stelvio por la zona de Prato, con sus famosas 48 curvas (tornantis) está inmerso en una densísima niebla y además está comenzando a llover.

Impresionantes las vistas de glaciares que se ven desde esta parte del puerto.

Nos dirigimos hacia Suiza, concretamente a la población de St. Moritz, a la que como ya va siendo habitual, llegamos entrada la noche.

### MIERCOLES 7 DE JULIO

Hoy nos esperan dos puertos mas suaves, aunque por aquí, en plenos Alpes suizos, no existe nada suave.

Primero nos acercamos en camioneta hasta el pueblo de Furnatsch, que nos recibe lloviendo. Aquí se encuentra el puerto de Alp Flix. Sólo tiene 4 kms.; pero atención a estas cifras: primer medio kilómetro al 10% y los 2,5 siguientes al 14,5% de media. La carretera es muy estrecha y con alguna zona en muy mal estado.

Por dos veces, se me levanto la rueda delantera del suelo. El último kilómetro es a un "agradable" 5%. La verdad, no creí yo que fuera capaz de subir una cosa así.

Al final de este puerto se encuentra el hotel Piz Platta, situado en un lugar de ensueño.

Tras bajar este puerto, volvemos a la camioneta y nos trasladamos hasta la población de Pontresina, punto de partida de nuestra próxima conquista: el puerto de Bernina. En principio, este puerto era lo mas suave que teníamos previsto hacer.

Tiene una longitud de 12 kms. Es muy parecido al Somport, y sube hasta los 2.330 m.

Pero apareció un viento fortísimo de frente, que convirtió la subida en un calvario.

A estas altitudes, el viento tiene una temperatura gélida.

A mitad de puerto, nos adelanto un grupo de ciclistas. Eran profesionales entrenando. José Luis identificó a Vinokourov y a Vandembroucke. No debían de ir muy rápido porque pude aguantarles la rueda durante unos segundos.

En la cima del puerto nos cruzamos con la selección suiza sub-23 de ciclismo.

#### JUEVES 8 DE JULIO

Hoy tenemos otro día terrible de camioneta. 11 horas para recorrer los 750 kms. que separan a St. Moritz del pueblo de Carpentras, en la provenza francesa.

Carpentras es el punto de partida de un puerto cuyo solo nombre hace estremecerse: el Mont-Ventoux.

Cuando vas por la carretera hacia Carpentras, ya se ve a lo lejos. En medio de una zona completamente llana se levanta una impresionante mole surgida de la nada. Se aprecia claramente que la última parte de esta montaña esta desprovista de toda vegetación.

#### VIERNES 9 DE JULIO

Asalto al Mont-Ventoux.

El puerto comienza en Bedoin, a 15 kms. de Carpentras. Decidimos salir en bicicleta desde Carpentras con el fin de aprovechar esos 15 kms. para calentar. Mientras vamos acercándonos hacia Bedoin, en todo momento se ve amenazante la figura de este "Gigante de la Provenza". Se ve claramente esa zona final de la montaña totalmente "descarnada", y en su cima puede distinguirse una torre de observación.

Llegamos a Bedoin, punto de inicio del puerto, y uno no puede evitar sentir un cierto cosquilleo al encontrarse ante uno de los puertos míticos del Tour de Francia. Por delante, 22 kms. de dura ascensión con un porcentaje medio del 7,4%; y que tras salvar un desnivel de mas de 1.600 m., llega a una cota de 1.912 m.

Comenzamos la ascensión.

Durante unos kilómetros tuvimos la compañía de una joven danesa de 57 años que afrontaba la subida con una sonrisa y un buen humor envidiables.

Su marido iba por delante; un tipo de unos 60 años que subía como una moto y al que nadie pudo seguirle la rueda.

Los primeros kilómetros son llevaderos, sin superar el 6%. Pero a partir del kilometro 6, la cosa se pone seria. Se suceden bastantes kilómetros completos con pendientes medias cercanas al 10% y con rampones sueltos de hasta el 15%. Realmente estamos ante un coloso temible. El asfalto es buenísimo y la carretera va atravesando un bosque.

A partir del km. 15, y con todavía 7 kms. para la cima, ocurre algo sorprendente; repentinamente desaparece todo vestigio de vegetación y el paisaje toma un aspecto desolador, más propio de la Luna o Marte que de una montaña europea. Solo se ven rocas y piedras de un aspecto blanquecino que nos sumergen en un ambiente extraño, casi fantasmal.

También hace su aparición un viento gélido, aunque, por fortuna, no demasiado fuerte y que incluso ayuda en algunas curvas. Afortunadamente hemos tenido buen día: fresquito y con poco viento; porque este puerto con otras condiciones climáticas, tiene que ser mortal.

Llegamos a Chalet Reynat, donde esta el cruce de la carretera que viene de Sault; vertiente mas suave de la ascensión al Mont-Ventoux.

Ahora vienen 3 kms. "suaves" al 7,5%.

A un kilometro y medio de la cima, nos encontramos con el monumento a Tom Simpson, ciclista inglés que falleció en este punto el 13 de Julio de 1.967 durante la 13 etapa del Tour de ese año.

Es un monumento pequeño; una losa de piedra de forma semicircular con la figura de un ciclista. Tiene una inscripción metálica firmada por sus dos hijas que dice algo así como:  
*"...no existe montaña demasiado alta para escalar".*

Rodeando al monumento hay multitud de objetos que dejan los ciclistas como un pequeño homenaje: guantes, gorras, bidones, adhesivos, etc.

En un momento así, solo puedes pensar algo como: "...no te preocupes Tom, si tu no pudiste con él, nosotros lo haremos por ti...".

Así que, volvemos a la carretera y después de superar una rampa final del 12% logramos vencer al temible Mont-Ventoux.

La satisfacción que se siente al coronar un puerto así, es enorme.

Arriba hay un gran ambiente ciclista y las vistas son impresionantes.

Más tarde vi coronar a la joven danesa de 57 años con una sonrisa de oreja a oreja.

Después de las fotos de rigor, hacemos la bajada por la vertiente de Sault, atravesando grandes campos de flores con un intenso olor a lavanda.

Por la tarde, viaje hasta la población francesa de Beziers, donde pasamos la última noche.

#### SABADO 10 DE JULIO

Viaje de vuelta a España y regreso a nuestros hogares.

Un dato curioso: en los 5 días de bicicleta, hemos acumulado un desnivel de 10.000 metros; mas del 50% de desnivel acumulado del Tour de Francia, que viene a ser entre 18.000 y 19.000 metros. Ahí queda eso.

Después de una experiencia así, uno no puede dejar de sentir una tremenda satisfacción por poder practicar un deporte como el ciclismo, duro y sacrificado como ninguno, pero que también puede escribir páginas con letras de oro en ese libro interior que todos los ciclistas llevamos dentro.

La pregunta es obligada: ..... ¿ para cuándo la próxima ?