

Steelman X completa con éxito la ruta dels 3 Monts de Costa a Costa en un tiempo record de 39h04m

Quim Navarro ha culminado con éxito la primera prueba de Steelman X que le llevó los pasados Domingo 28 y Lunes 29 de Octubre a completar el exigente recorrido dels 3 Monts de CostaCosta, desde Sitges a Canet de Mar, pasando por “els 3 Monts”, culminando más de 15 montañas que completan un desnivel acumulado de 25.000m en 277 km. Un reto que siguiendo la filosofía Steelman X, ha completado en autosuficiencia total, sin avituallamientos y sin asistencia, transportando una carga inicial de 11,450 kg.

Noticia completa: <http://www.steelmanx.com/blog/steelman-x-completa-con-exito-la-ruta-dels-3-monts-de-costa-a-costa-en-un-tiempo-record-de-39h04m/>

Steelman X completa con éxito la ruta dels 3 Monts de Costa a Costa en un tiempo record de 39h04m.

Quim Navarro ha culminado con éxito la primera prueba de Steelman X que le llevó los pasados Domingo 28 y Lunes 29 de Octubre a completar el exigente recorrido dels 3 Monts de Costa Costa, desde Sitges a Canet de Mar, pasando por “els 3 Monts”, culminando más de 15 montañas que completan un desnivel acumulado de 25.000m en 277 km.

Un reto que siguiendo la filosofía Steelman X, ha completado en autosuficiencia total, sin avituallamientos y sin asistencia, transportando una carga inicial de 11,450 kg.

Quim, inició el viaje a las 2:00 de la madrugada desde Sweet Pacha en Sitges, en una fría noche de luna llena, acompañado por su traje de compresión y de su inseparable frontal.

Rápidamente ganó altura por el Parc Natural del Garraf, se adentró en las viñas de Penedés y desde allí, ya de día, ascendió su primer kilómetro vertical hasta Sant Jeroni de Montserrat, el primero dels 3 Monts.

Al medio día ya estaba en ruta hacia el Parc Natural de la Serra de Munt i Obac, el segundo de sus objetivos, donde ascendió y descendió el Montcau y La mola, la cual coronó a las 19:00h, con la única luz de su frontal y de la luna llena.

Durante la noche, a temperaturas entre 1ºc y -4ºc, atravesó lugares emblemáticos como Sant Miquel del Fai ó els Cingles del Bertí, hasta llegar a los pies del Parc Natural del Montseny, el último dels 3 Monts, el cual recorrió de

punta a punta.

Tagamanent y Pla de la Calma conformaron otro kilómetro vertical, completado por otros 565m de ascenso al duro Matagalls, que registró en la cima -6°C. El total acumulado en las primeras 24 horas, era de casi 200 km y un desnivel superior al del Monte Everest.

El recorrido por el Montseny, continuó por Sant Marçal y la ascensión a Les Agudes, con una pendiente media del 25% en los últimos 1,8 kilómetros. El camino hacia el Turó de l'Home de 1.707m (techo de prelitoral Catalán) fue especialmente bonito al realizarse justo con la salida del sol desde el Mar, un espectáculo natural que pronosticaba que sería un gran día. El descenso fue rápido, atravesando paisajes de gran belleza como L'Avetada, la fageda de Santa Fe, l'Empedrat de Morou o el Sot de l'Infern, hasta llegar a Sant Celoni.

Hacia el medio día, después de coronar las cimas del Montegre i Corredor, el último de los 5 Parques Naturales, se dirigió hacia la Creu de Canet, para realizar el descenso final hasta la playa, donde vació el agua que previamente había recogido en Sitges, 277 km, 25.000m de desnivel y 39h03m después...

La prueba terminaría cuando Steelman X, cruzó la meta en el puente de la estatua donde Neptuno sale del Mar Mediterráneo a las 17h02m del Lunes 29 de Octubre.

Tras la llegada, Quim comentaba que "Disfruté cada uno de los paisajes y del espectacular entorno, en todo momento me sentí realmente bien, e incluso el frío de las noches jugó a mi favor... Me hacía mucha ilusión hacer toda la ruta seguida, experimentando las puestas y salidas de sol, la luna llena y recorrer a fondo estos 5 Parques Naturales, tan diferentes entre sí. Todo ha salido perfecto y estoy muy contento con todo lo que he vivido estos 2 días".

El propio Quim se ha sorprendido de su tiempo. "Mi objetivo era llegar antes de las 23h59m del Lunes, y las previsiones más optimistas eran las de llegar antes de que oscureciera el segundo día (a las 18:00h), pero me encontré tan bien, y disfruté tanto de toda la aventura, que a mediodía ya tenía claro que vería la puesta de sol junto a Neptuno en la playa de Canet de Mar. Un tiempo récord, teniendo en cuenta la dureza del recorrido y que de un modo normal, la ruta se completa en 15 días.

Datos sobre els 3 Monts de Costa a Costa:

Inicio: Sweet Pacha en el Port d'Aiguadolç (Sitges, Barcelona)

Final: Puente de la estatua de Neptuno (Canet de Mar, Barcelona)

Distancia: 277 Kilómetros

Desnivel Acumulado: 25.000 metros

Desde la salida, y durante todo el recorrido, Steelman X estuvo monitorizado mediante whatsapp por un equipo médico que en todo momento hizo un seguimiento de la evolución del atleta. El equipo médico de guardia fue dirigido por el Dr. José Pablo Arévalo Carvajal, médico de la Federación Catalana de Fútbol y médico rotatorio en la medicina del deporte en FC Barcelona.

Los momentos clave de la ruta, fueron filmados por un equipo de seguimiento de cámaras complementado por las imágenes realizadas por la cámara personal del propio atleta.

A principios del 2.013 se emitirá un documental donde se podrá ver secuencias de como prepara la mochila, su salida desde Pacha, o cómo afronta un reto de estas características.

Steelman X es un proyecto que pretende establecer récords de ascenso y descenso de las montañas más importantes del planeta. El proyecto viajará durante 4 años, por lugares como Canadá, los Andes, la Sabana Africana, el Everest o la Antártida.

Steelman X va ligado estrechamente a unos valores honestos y de juego limpio, en el que únicamente utiliza la fuerza humana para conseguir superar los retos... sin asistencias, sin avituallamientos y en autosuficiencia total, buscando el verdadero reto deportivo, y la máxima conexión entre el ser humano y la naturaleza.

Toda la información del proyecto Steelman X en www.steelmanx.com y en nuestra página de Facebook

Más información y entrevistas

Quim Navarro
+34 620 27 58 28
info@steelmanx.com
www.steelmanx.com
