

Duatlón de Puerto Lumbreras

Bienvenido Sánchez

En la mañana de ayer domingo 7 de febrero se celebró el II Duatlón Ciudad de Puerto Lumbreras, en esta edición albergando el Campeonato Regional de Duatlón de Media Distancia.

La prueba estaba compuesta por un primer segmento a pie de 10 kms, después 40 kms de bicicleta y para finalizar otro segmento a pie de 5 kms. Además, el segmento ciclista era sin drafting, esto es, que no se permitía "ir a rueda", teniendo que guardar la oportuna distancia entre corredores, y estando permitido el uso de bicicleta de contrarreloj (las conocidas como "cabra").

A pesar de no disponer de cabra, tenía gran confianza en el sector de bici, puesto que conocía bien el circuito y se adaptaba bien a mis características. De unos 14 kms de longitud y con una subida de 1 km bastante dura al "Cabezo del Trigo", el circuito ciclista se podía hacer relativamente complicado, con las 3 vueltas que había que completar y el viento que suele pegar en la zona. De hecho, fue mi mejor parcial (posición 13/150) y en el mismo se produjeron algunos abandonos por la dureza del mismo.

A pie, en cambio, no estuve conforme a lo esperado, no encontrando mi ritmo en ninguno de los dos segmentos y perdiendo bastantes posiciones.

A pesar de ello, completé la prueba en una aceptable vigésima posición con un tiempo de 2:09:47 (2:10:04 oficial), la cual, con el nivel de triatletas especialistas en la materia que había, doy más que por válida. Una vez más, representando a mi club, Marathon Cartagena.

Mis parciales fueron:

10 km a pie: 35:49 / ritmo 03:34 (27)
40 km bici: 1:13:37 / 32.6 km/h (13)
5 km a pie: 18:56 / ritmo 03:47 (21)

Ahora toca ponerse las pilas y entrenar duro para las próximas carreras.

Un abrazo peralicos

P.D.

Clasificaciones oficiales:

<http://asuspuestos.com/evento/ii-duatlon-ciudad-de-puerto-lumbreras/resultados>