

## Maratón de Valencia 2013

Escrito por Ezequiel

Viernes 22 de Noviembre de 2013 23:37 - Última actualización Viernes 22 de Noviembre de 2013 23:53

---

Después de todo el sábado de caxondeo con los veggierunners y veggiegolfers, llega el momento de la verdad, llega la hora de la Maratón.



Km 0

## Maratón de Valencia 2013

Escrito por Ezequiel

Viernes 22 de Noviembre de 2013 23:37 - Última actualización Viernes 22 de Noviembre de 2013 23:53

---

Me voy con Fabri a la salida, y allí nos juntamos con Nicole y con Tony. Miriam está por delante y más atrás están Félix, Melike, Hugo y Prado.

Mi objetivo es llegar a meta en 3 horas y 30 minutos.

Dan la salida, nos deseamos suerte, y empezamos a correr con aquel paso corto que se da para evitar chocar con los otros corredores. Saltito por aquí, saltito por allí. Tardamos unos 5 minutos en pasar por el arco de salida. Nicole parece que se “pierde” por delante, Tony coge un ritmo cómodo y se queda un poco por detrás. Es su primera maratón en asfalto y sale con las reservas que tienes cuando te metes en una nueva aventura y no sabes exactamente lo que te espera. Fabri y yo vamos juntos.

Después de los 2 ó 3 primeros kms sabemos que llevamos un ritmo más lento del que queremos. Los huecos empiezan a hacerse más grandes y llega el momento de acelerar para recuperar el tiempo perdido. Empezamos a “darnos caña”. Adelantamos por la derecha, por la izquierda, .....

Sobre el **km 2** oímos a Divina e Isa gritándonos: “Venga Eze, venga Fabri” “Ánimos”

Todo pasa muy rápido y hay un momento que dejo a Fabri un poco atrás, me giro y veo a mi lado a Nicole.

- - Hola Nicole. Fabri está por aquí – le digo -

- - No. Fabri está allí delante - me contesta -

- Qué lío, yo pensaba que lo había dejado por detrás y resulta que estaba por delante.

## Maratón de Valencia 2013

Escrito por Ezequiel

Viernes 22 de Noviembre de 2013 23:37 - Última actualización Viernes 22 de Noviembre de 2013 23:53

---

□ □ **Km 5.** Voy un rato hablando con Nicole. La calle es ancha y ahora se puede correr tranquilamente. El estrés de los momentos iniciales se ha disipado y todo va cogiendo forma, todo se va poniendo en su sitio y puedo ir marcando un ritmo más constante y sin altibajos.

- - ¿Has visto las liebres de 3:30 ó 3:45 ? – pregunto a Nicole al cabo de un rato-
  
- - No, pero deben estar cerca.
  
- - Pues voy a apretar un poco a ver si alcanzo a Fabri y pillamos a la liebre de las 3:30

Acelero el ritmo, dejo a Nicole atrás. Veo a Miriam, la saludo y la dejo también atrás. Vuelvo a ver a Nicole pero ¡por delante de mí!, voy a alcanzarla y la pierdo.....y cuando estoy mirando a ver si la veo.....al que veo es a Fabri.

Acelero el paso para ponerme a su lado y cuando lo tengo a 10 metros, de entre el público salen Isa y Divina animando a Fabri mientras le hacen fotos

- - “Venga Fabri !!! Campeón !!! Buen ritmo !!! Esto está hecho !!!”

Paso yo y ..... NO ME DICEN NADA !!!

Tengo que ser yo el que les aviso de que estoy allí ¿será posible?

Bueno, bueno...

Finalmente alcanzo a Fabri sobre el **km 11** y nos ponemos a buen ritmo adelantando a

## Maratón de Valencia 2013

Escrito por Ezequiel

Viernes 22 de Noviembre de 2013 23:37 - Última actualización Viernes 22 de Noviembre de 2013 23:53

---

corredores. Al cabo de un rato me siento con fuerzas y le digo a Fabri si vamos a por la liebre de las 3:30. No lo veo muy entusiasmado con la idea. Una maratón es larga y cada corredor tiene una estrategia de carrera. Mi estrategia era coger a la liebre de las 3:30 antes de la media maratón y seguir su ritmo hasta la meta. Acelero un poco y dejo a Fabri atrás pero con buen ritmo y esperando verlo tarde o temprano en el grupo de las 3:30.

□ □ **Km 14.** Finalmente alcanzo la liebre de las 3:30

Isabel y Divina habían dicho que estarían en el **km 18** por lo que voy obsesionado con correr por el lado izquierdo. Así voy adelantando a algunos corredores hasta que veo el cartel de los **20 kms**

. Esta vez no he visto a las veggie-animadoras. Miro hacia atrás y veo a la liebre de las 3:30 a unos 200 mts. Llego a la

**media maratón, kms 21**

en 1 hora y 41 minutos. Me parece que voy con un ritmo demasiado alegre por lo que hay que plantearse una nueva estrategia para la segunda parte de la carrera antes de que llegue el temido MURO: aunque ahora pueda ir más rápido, voy a aguantar un ritmo de 12 kms/h hasta el km 34 en el que, si puedo, aceleraré de nuevo el ritmo.

No sé si es por la euforia del paso por la media maratón, pero parece que el resto de corredores se han animado y han aumentado el ritmo. Me empiezan a pasar más de lo normal. A partir del **km 23** hay público por todos lados animando. Con tanta animación me entran ganas de acelerar, pero las órdenes son claras: aguantar hasta el km 34.

Me acerco al **km 26** donde teóricamente estaban Isa y Divina. Ni rastro. Vaya animadoras !!!

**Km 27.** Entro en el casco antiguo de Valencia. Está a reventar de gente animando. "Venga Juan" "Venga Ezequiel" grita el público leyendo el nombre en los dorsales. "Vais volando" !!!

Si la organización ha tenido carencias, el público de Valencia las está compensado con creces. Con este público no cuesta correr !!!

## Maratón de Valencia 2013

Escrito por Ezequiel

Viernes 22 de Noviembre de 2013 23:37 - Última actualización Viernes 22 de Noviembre de 2013 23:53

---

Hace un rato que oigo al público decir “mira, ya están aquí los de las 3:30”, señal inequívoca de que tengo a la liebre pisándome los talones. No quiero dejarlos pasar. Si me pasan quizás me hunda, por lo que a cada comentario de la liebre, acelero un poco el ritmo para desengancharme.

Llego al **km 34**, tendría que acelerar según el plan pero lo dejo para el 36. Cuando llego al **km 36**

para el 37, y en el

**km 37**

para el 38. Parece ser que he salvado el MURO, pero no está el cuerpo para florituras y además, los comentarios del público sobre la liebre de las 3:30 cada vez son más frecuentes por lo que es cuestión de tiempo que me pase. Ya hace 14 kms que la llevo presionándome.

- ¡ Maldita sea ! Ahora me doy cuenta que lo normal sería que yo siguiera a la liebre, no al revés.

**Pero llega el km 39.** Volvemos a pasar por el centro de Valencia con el público volcado animando sin parar. En ese momento algún “click” se activa dentro de mí. De repente ya no me pesan las piernas, ya no estoy cansado. Acelero el ritmo y dejo atrás definitivamente la liebre.

Sin darme cuenta giro a la derecha y ya estoy en el Turia. Ya solo queda seguir el río hasta la meta. El espacio para los corredores cada vez es más estrecho, pero no es problema de la calzada, hay tanto público a derecha e izquierda que cada vez queda menos espacio para los corredores.

□ □ **Km 40.** De entre todas los gritos del público oigo una voz conocida: “Venga Eze, ánimo que vas muy bien”. Me giro a la izquierda y ahora sí que veo a Divina gritando y aplaudiendo. Si nunca os habéis encontrado ante esta situación, os aseguro que solo hay una salida posible: aumentar el ritmo !!!

Voy adelantando corredores sin parar (según las estadísticas adelanté unos 3.000 en toda la carrera). Pero os tengo que dar una mala noticia. No soy un superhombre. Y en el **km 41,5**, cuando falta menos de 1 km el ritmo deja de ser alegre y empieza a decaer. Justo en ese momento, y esta vez a mi derecha oigo gritar “Venga Eze, que esto ya lo tienes”. Me giro y veo

## Maratón de Valencia 2013

Escrito por Ezequiel

Viernes 22 de Noviembre de 2013 23:37 - Última actualización Viernes 22 de Noviembre de 2013 23:53

---

a Rubén, Eva y Mariluz animando eufóricamente. Solo son 3 pero vaya ruido que arman !!! No sé de dónde saco las fuerzas porque os aseguro que ya no me quedan, pero la física dice que toda acción tiene una reacción (o algo así). Y ante la animación de semejante público solo queda una reacción: OTRA VEZ VUELVO A ACELERAR y esta vez hasta le meta. Este es el empujón que me faltaba.

Al final 3 horas 24 minutos y 51 segundos. Misión cumplida !!!

Los méritos a partes iguales entre un servidor, [l@s super-veggie-animador @s](#), l@s super-veggie-runners y el público de Valencia, que en este 17 de noviembre nos hemos confabulado para hacer de estos 42K una carrera que nunca olvidaré.

Salud Veggierunners !!!