

La passió saludable d'Òscar Puntí

El triatleta del CN Terrassa Cicles Morenito es converteix en el primer terrassenc en acabar una ultratriatló

Òscar Puntí, durant la prova. Foto: La Torre

30 hores, 52 minuts i 47 segons és el temps que va invertir el triatleta del CN Terrassa Cicles Morenito Òscar Puntí en finalitzar el II Doble Enduroman de Lanzarote celebrat el cap de setmana passat, una prova d'ultrafons que consisteix en finalitzar un doble Ironman, integrat per 7.600 metres de natació, 360 quilòmetres en bicicleta de carretera i 85 quilòmetres de cursa a peu. En aquesta ocasió, però, l'organització va decidir substituir els 7,6 quilòmetres de natació per una mitja maratón (21 quilòmetres), atès que la presència de forts corrents submarins posaven en perill la integritat dels participants. Puntí, de 45 anys, és el primer terrassenc que completa aquest desafiament gegantí. Dels 40 triatletes que van iniciar la prova dissabte a les dues del migdia només onze van finalitzar-la dins el termini de temps establert, que es perllongava fins el dilluns a les dues de la matinada. Puntí va creuar la meta en novena posició.

El triatleta del Natació Cicles Morenito subratlla la duresa extrema del tram de ciclisme, justament la disciplina que més entrena. "Hi havia un temporal de vent extraordinari, amb ràfegues d'entre 60 i 70 quilòmetres per hora. Calia estar en tensió en tot moment agafant el manillar. La força del vent, fins i tot, va fer caure gent de la bicicleta. Va ser pitjor que pujar un port de primera categoria. De fet, el màxim nombre de retirats va produir-se en aquest segment, que es va allargar durant tota la nit". Puntí explica que, en situacions límit com aquesta, "l'ànim i el suport que et transmet el teu entorn et proporciona l'energia que necessites. El recolzament moral és clau per afrontar un repte d'aquestes característiques". El triatleta no dubta en afirmar que la seva dona Montse, que va dur a terme tasques d'assistència, "també ha fet la cursa, tenint en compte que es va passar 30 hores sense dormir pendent de mi".

Tres anys de dedicació

Puntí, un apassionat de la llarga distància, va plantejar-se finalitzar una ultratriatló el juny de 2009 després de completar l'Altriman de Les Angles (França), un ironman que inclou cinc ports de muntanya. "Vaig sentir tanta satisfacció en acabar-la que vaig pensar que era el moment de preparar un ultratriatló". Des de llavors fins ara, ha participat en diferents curses de resistència i en rutes cicloturistes pirinenques. El terrassenc ha dedicat el darrer mig any a preparar específicament el Doble Enduroman de Lanzarote. Entre setmana, ha destinat dues hores diàries a l'entrenament, mentre que, durant els caps de setmana, el volum de càrrega ha estat màxim: 10 hores en bicicleta de muntanya, curses de 90 quilòmetres, travessies en mar obert de 6.000 metres i entrenaments combinats (4.000 metres de natació i 180 quilòmetres en bici).

Una passió saludable

La passió de Puntí per les proves extremes ha comportat també uns beneficis per a la salut que poden semblar sorprenents a primera vista. "Sóc asmàtic i les curses de resistència m'han ajudat moltíssim. La capacitat pulmonar ha experimentat una gran millora, tant que el meu metge confessa que no ha vist gaire casos d'una evolució tan positiva. Ara, amb 45 anys, estic més en forma que mai. Vint anys enrere em trobava molt pitjor a causa de l'asma". Puntí ja pensa en repetir experiència en l'ultrafons. "La llarga distància m'omple. Potser torno a Lanzarote l'any que ve, ja que, a més, l'ambient ha estat fabulós i l'organització, modèlica".