

General | Sergi Garcia | Actualitzat el 23/01/2020 a les 17:24

Kilian Jornet revela els seus plans pel 2020

Després de ser pare l'any passat, l'esportista de la Cerdanya afronta una temporada plena de muntanyes i nous reptes



Kilian Jornet, esquiant amb la seva filla. | Instagram - @kilianjornet

Kilian Jornet ha anunciat els seus objectius per l'any 2020. Després d'un 2019 on ha estat pare per primera vegada i ha prioritzat estar a casa en família i entrenar per objectius específics, el català afronta una temporada plena de reptes, aventures i sobretot, muntanyes.

En una publicació a les xarxes socials, Jornet ha explicat detalladament quins són els seus plans en les diferents estacions de l'any:

Here my 2020 plan. In general, humans like to plan, make schedules and lists of things-to-do. And athletes even more. Somehow it feels natural to announce which races and projects we do during the next 360 days even if probably, for different reasons those are rarely sticking.?

? kilian jornet (@kilianj) January 23, 2020
(https://twitter.com/kilianj/status/1220361730980794372?ref_src=twsrc%5Etfw)

L'atleta nascut a la Cerdanya explica que abans de planificar el pròxim any ha valorat "com hauria de ser l'entrenament i la preparació per a cada objectiu i veure què és possible en termes d'adaptacions". La contaminació del medi ambient i la família són alguns dels punts en els què

també ha pensat en aquesta planificació: "He tingut en compte l'impacte ecològic dels meus viatges i veure què vol fer la meua família, per veure si durant les curses o escalades podem passar el màxim de temps junts".

Un hivern a casa

L'estació hivernal estarà dedicada a estar a casa, entrenar i practicar esquí de muntanya si les condicions són bones per fer-ho. L'objectiu principal de l'hivern serà la participació a la Pierre Menta - cursa on es va lesionar el 2018- juntament amb Jakob Hermann, qui també l'acompanyava en aquella edició.



Kilian Jornet i Emelie Forsberg van ser pares el 2019: @TinaEmelie

Primavera a les alçades

Tot i que no ha volgut avançar molts detalls de les activitats que durà a terme a l'estació primaveral, Kilian Jornet ha afirmat que: "No hi haurà temps per flors i camins" però sí que "tastarà l'aire pur de les muntanyes de l'Himàlaia".



Kilian Jornet en un dels moments del documental «De camí a l'Everest» Foto: TV3

Estiu amb la mirada les Amèriques

Com és habitual, l'estiu és l'època per competir en curses de muntanya per Kilian Jornet. L'any passat va preferir disminuir el volum de competicions i entrenar més específicament per objectius concrets, i no li va anar gens malament: va guanyar les tres curses en les què va participar. "Vaig gaudir molt entrenant específicament per objectius concrets. Aquest any vull repetir però amb la mirada posada a la Pikes Pikes Marathon" -aquesta va ser l'única cursa en què no va fer el rècord de la prova l'any passat-.



Kilian Jornet, vencedor de la Pikes Peak Marathon 2019 Foto: Philipp Reiter/Salomon

Una tardor diferent

Un dels debats de moda de la temporada passada va ser el de quins temps faria Kilian Jornet si corres proves d'asfalt. Les condicions físiques de Jornet són realment excepcionals, i fan pensar a molts que el seu rendiment corrent en pla seria molt bo. Jornet sempre havia dit que mai correria per asfalt, però sembla que aquesta tardor veurem del què és capaç en Kilian fora de la seva zona de confort: "Sempre he dit que mai correria per asfalt. Després vaig aprendre que mai diguis mai. Si els entrenaments m'ho permeten, intentaré córrer pel pla."

Com ell mateix diu a la publicació: "D'alguna manera és natural anunciar quines curses i projectes realitzarem durant els 360 dies vinents, encara que probablement, per diferents motius, rarament acaben encaixant". Sigui com sigui aquest 2020, està clar que Kilian Jornet no ens deixarà de sorprendre.