CUBILLA 2015 – CONCENTRACIÓN DE PRINCIPIO DE TEMPORADA

FICHA TÉCNICA	
FECHA	28 de marzo de 2015 a las 09:30 desde Frías
DISTANCIA	33.13 kilómetros
DESNIVEL	4087m acumulados (2303m positivos y 1784m negativos)
ALTURA	Altura máxima Humión (1435m) y altura mínima Fías (497m)
TIEMPO	5 horas y media
PARTICIPANTES	6 inscritos: 6 finalizan. 0 retirados
METEROLOGIA	Temperatura media de 22.8ºC con cielo despejado.
RECORRIDO	Frias – Humion – Flor – Mancubo – Orbañanos – Humión – Cubilla

CRONICA

Y por fin el día fijado en aquella salida y comida navideña del 27 de diciembre llegó. Fue un día fijado a la buena de dios. Sentados en un bar de Vitoria entre algún que otro cubata se dijo de fijar el día 28 de marzo para que tuviera lugar la concentración de bajo de rendimiento en Cubilla que inaugurase de manera oficial la temporada de trail running.

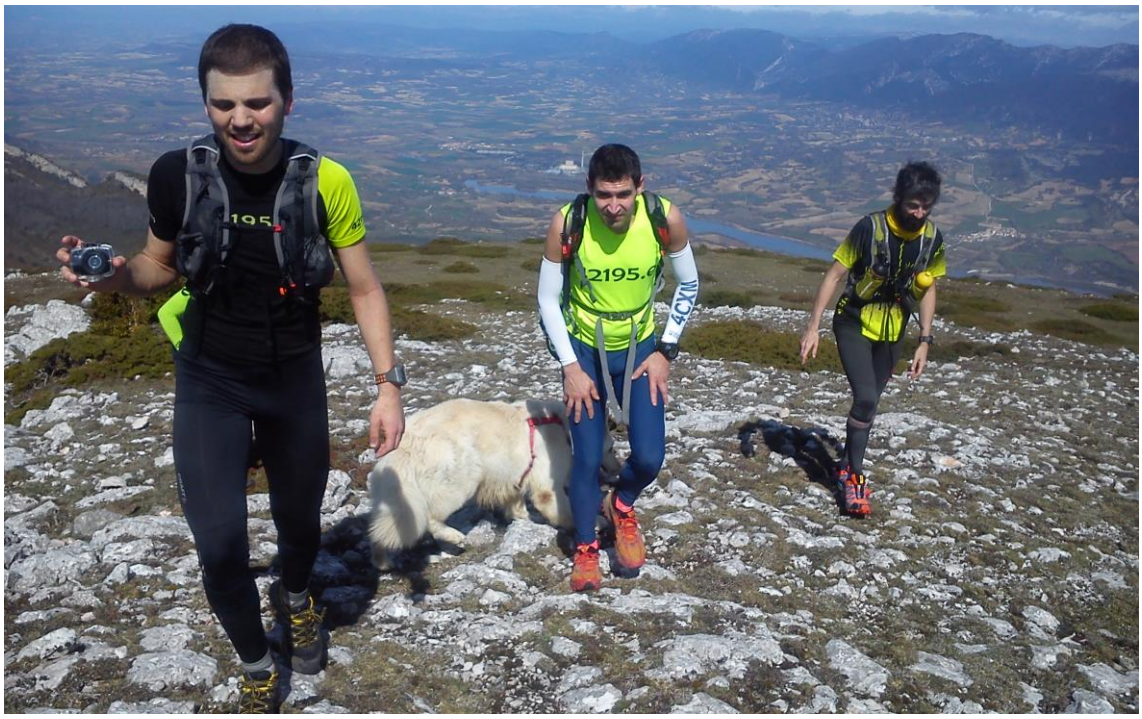
Tras toda la semana con un tiempo muy desapacible incluyendo la nevada del lunes nos plantamos en el sábado con unas previsiones de tiempo inmejorables. La previsión apuntaba a unos 18º y a apenas viento por la zona de los montes obarenes. La negativa de Víctor Gonzalez a ser de la partida fue recibida por el resto con pena pero a la vez con una mueca en cada uno que denotaría alivio por esa media hora de más que íbamos a disfrutar en la cama. Así pues quedamos en el Bar Ohiuka Tortxu, David y yo para desayunar a las 07:30 y posteriormente pasaríamos a por Alvaro a su casa. Borja y Juanma venían desde Barakaldo.

Precisamente, en Cubilla ya nos estaban esperando Borja, Juanma y el incombustible Ice para cuando nosotros llegamos. Borja se señalaba el reloj a modo de reprimenda, pero apenas nos retrasamos unos minutillos. Nos saludamos y nos cambiamos de ropa para poner rumbo a Frías donde empezaría el entrenamiento. Lo llamo entrenamiento pero no me gusta llamar entrenamiento a estas historias, así que a partir de ahora lo llamaré salida. Aún eran las 09:00 de la mañana pero empezaba a calentar. De primeras pensé en ponerme la camiseta corta y por encima el cortaviento, pero Álvaro me convenció y acabe poniendo la camiseta de tirantes con manguitos y a correr.

Empezamos la salida en Frías a las 09:30 de la mañana. Como se aprecia en el perfil de la primera página de este documento ya se empieza a subir desde el kilómetro

cero. Y esta subida comienza por un estrecho y exigente sendero por el cual David se pone en cabeza e impone un ritmo que personalmente me cuesta seguir. Además a esto hay que añadir que Ice se interpone entre David y yo y en algunos momentos se convierte en un pequeño gran obstáculo. No obstante sólo ocurrió esto al principio, luego ya todos estuvimos bien avenidos. Llevábamos subiendo unos minutos cuando alguno soltó afortunadamente la frase: *"¡Oye! ¿No vamos un poco rápidos?"* Por fortuna nadie dijo que no y David aflojó el ritmo. Una vez ascendido el primer tramo del estrecho sendero sin descanso tocaba una zona algo más abierta con ligeras bajadas, tramos de llano y subidas. El paisaje se iba abriendo de tal forma que ya dejamos atrás toda la arboleda del principio e íbamos ganando terreno en las campas que nos iban a apareciendo. Las vistas que teníamos eran bastante buenas.

Discurríamos ahora por una campa bastante empedrada en la cual el camino estaba marcado por hitos de piedra. No sabías muy bien si eso de ahí al lado era un hito o era un simple conjunto de piedras. Afortunadamente no tuvimos nunca ninguna duda y conseguimos avanzar siempre por el camino correcto. Dejábamos poco a poco atrás la loma y el terreno más pedregoso iba ganando forma. Yo también iba cada vez más a gusto tras el calentón inicial causado por David. Ascendimos a una pequeña loma y desde lo más alto de la misma y a nuestra derecha ya teníamos a la vista el Pico Umión o el Humión a secas de 1435 metros de altitud respecto al nivel del mar. Teníamos toda la cresta para nosotros lista para ser devorada en cosa de minutos. Antes de afrontarla algunos se pusieron el cortavientos porque el viento venía fresco. Yo lo dejé en la mochila y coseguí vencer ese frío a base de calentarme un poco subiendo por la loma que daba acceso a la cresta.



Poco a poco y ya más andando que corriendo íbamos por la cresta. A nuestra izquierda la central nuclear de Garoña y ya en frente la cruz del Humión. La primera cima de la mañana estaba hecha. Primeros 10 kilómetros en aproximadamente 1 hora y media. Nos avituallamos y seguimos con la marcheta rumbo al monte Flor de 1338 metros de altitud respecto al nivel del mar. La bajada desde el Humión buscando el camino hacia Flor la hicimos bastante rápida. Durante la misma alguien insinuó que *"este monte está lleno de mariquitas, ¿os habéis fijado?".* Aún tengo dudas de lo que quiso decir en realidad. El monte Flor quedaba muy cerca y tras la bajada de unos 2 kilómetros desde el Humión comenzaba una corta pero explosiva subida hasta el buzón del Flor. El buzón era un cohete. Como veía que ya estaba bien carburado me dije a mi mismo que todas las subidas que quedarían hasta el final las iba a hacer corriendo e intentando ir ligero. En esta subida logro mi objetivo y subo con Ice hasta la cima corriendo con sensaciones muy buenas. Espero a mis compañeros arriba. Noto que la bebida que llevo en la mochila me está bajando a marchas forzadas, pero tal y como estaba el día de caluroso había que beber. Y más sabiendo que Álvaro nos dijo que en el kilómetro 20 íbamos a tener una fuente.

Una vez ya todos estamos arriba, nos hacemos la mítica foto de rigor y salimos escopetados tras el gas que había depositado sigilosamente Borja. La bajada la comenzamos suaves, hasta tal punto que aprovecho para echar una meada. Y es entonces cuando empiezan a apretar y yo lo tengo que hacer aún más para pillarles. Les alcanzo y es cuando hago el recuento: Tortxu, Juanma, David, Tortxu, Bor… ¿Borja? Borja había salido lanzado y ya no se le veía. Así que me tiré a por él hasta que le alcancé. Borja aún tiene reciente los ritmos del maratón de Barcelona y se nota. Tras reagruparnos todos, echamos la vista atrás para ver lo que hemos bajado. Desde arriba parecía una loma muy pequeña, pero visto desde donde estábamos parecía ya un monte con un desnivel importante.

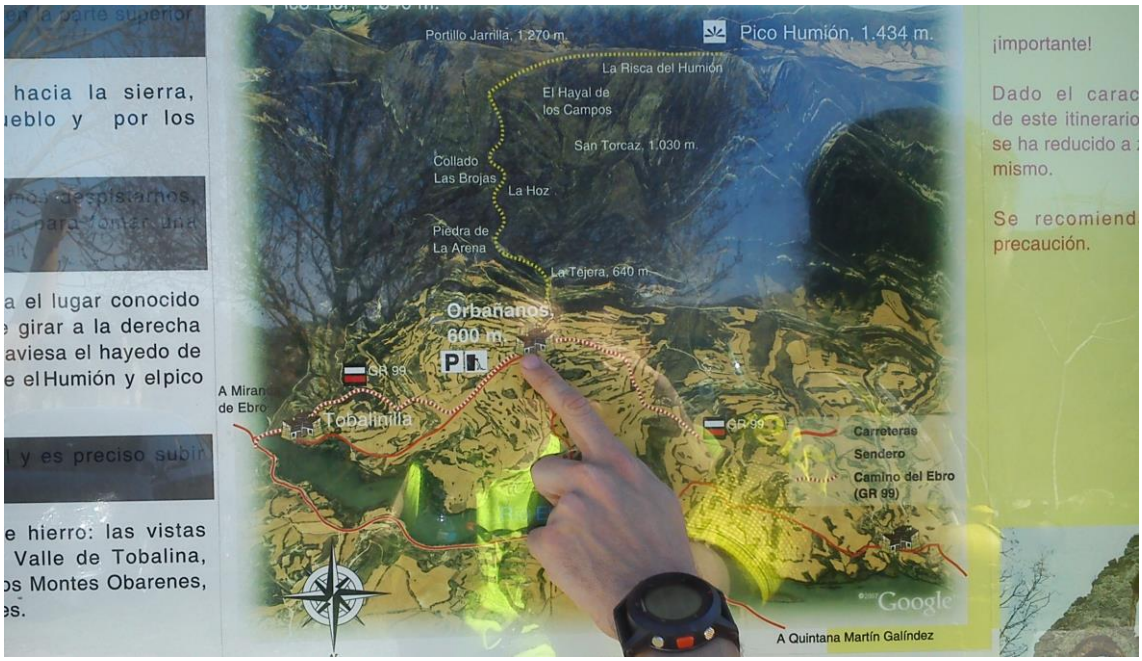
Ahora tocaba afrontar otra pequeña pero intensa subida hasta el monte Mancubo de 1186 metros de altitud sobre el nivel del mar. Aquí lo mismo que en el Flor. Decidí subir la cuesta corriendo. Esta vez era más empinada o al menos me lo parecía y sufrí algo más. Lo subía en zig-zag para hacer que la pendiente disminuyese. Esta vez no llegué hasta el buzón ya que no sabía para donde había que tirar y me quede esperando a que los demás viniesen. Una vez todos juntos, giramos a la derecha y allí estaba el buzón. Esta vez con forma de molino y con las aspas giratorias. Un buzón muy elegante. Ahora lo que tocaba era bajar hasta un pinar que se veía abajo el cual nos llevaría al pueblo de Orbañanos. En este punto llevaríamos 15 kilómetros y 2 horas y 20 minutos de recorrido.

Primero bajamos por donde habíamos subido para inmediatamente coger un tramo técnico de bajada con piedra. El camino no era muy obvio y Álvaro llevaba el track en el móvil el cual llevaba en la mano y al que hacía más caso que al propio suelo. Hasta que Borja no pudo más y le soltó sin tapujos: *"Mira Álvaro, si nos perdemos nos perdemos, pero deja el maldito móvil que no quiero te caigas*" Pues oye, así lo hizo. Guardó el móvil y a seguir. Pasamos esta zona de descenso más técnico y damos a parar a una campa en la que (otra vez) Borja como protagonista nos lanza una mierda de vaca. Cosas de Borja supongo. Ahora tocaba un sendero de medio bajada medio llano muy serpenteante. Veo a Borja que se vuelve a lanzar y yo le sigo. *"¡Borja! Pon ritmo maratón!"* le grito. Fuimos en ese tramo como un auténtico tiro. A toda leche. Y semejante paliza tuvo su recompensa porque al finalizar ese sendero nos topamos con un pilón lleno de agua el cual nos ayudó a refrescarnos. Ice también la gozó metiéndose entero.

Aún sin recuperarme del esfuerzo continuamos con la salida. Ahora tocaba una zona de pinares que parecía a priori que iba a ser un poco aburrida pero todo lo contrario. Fue de emociones fuertes y es que empezar este tramo con Álvaro casi comiéndose a un ciclista. Cuando digo comérselo, lo digo de forma literal. El ciclista estaba parado y a Álvaro le faltaron centímetros para derribarle. Y por si ni fuese poco mientras estaba a punto de "aviarle" decía: *"Ahora hay que girar a la derecha, ahora por el camino de la derecha"* él se metió a la izquierda. Todos detrás. El resultado fue tener que ir un poco bosque a través para encontrar el camino bueno. Lo hicimos. Y ahora tocaba una bajada muy chula y con mucho giro, mucha rama, mucha raíz y pierda. Yo iba el último tras Juanma, y veía cómo sus tobillos bailaban de forma descontrolada en lo irregular del terreno. El mío también quería bailar y en una de estas ya se arrancó por soleares con una muñeira. Libré la torcedura por suerte.

Tras esta bajada un tanto alocada y convulsa llegamos a un punto donde el camino se ensanchaba de nuevo y comenzaba una subida tendida pero bastante larga. Ya no quedaba mucho para llegar a Orbañanos, pero este tramo se hizo yo creo que para todos especialmente largo. Es el típico tramo que te ponen en toda carrera de montaña de pista ancha corrible si las piernas te funcionan a esas alturas de carrera. En este caso hablamos de unos 22 kilómetros y cerca de las 3 horas y media. Pasamos este tramo y por fin y tras una larga bajada llegamos al pueblo Orbañanos. Recordamos a Zulle al ver la estación que utilizó para anunciar su cambio de temporada de montaña a temporada de asfalto. Yo estaba totalmente desorientado, no sabía dónde estábamos. Me tuvieron que decir que estábamos en el pueblo de Orbañanos y que al otro lado del Humión (sí, ese que teníamos delante en casa putas y al que había que subir de nuevo) se encontraba Cubillas.

Paramos en la fuente que había en el pueblo. Cominos y bebimos con contundencia pues lo que nos esperaba como plato final era de traca. Nos esperaban 834 metros de desnivel positivo en 5.1 kilómetros de subida ininterrumpida. En un principio me daba bastante pereza porque ya estaba cansado y estos parones tan largos no me venían nada bien. Pero enseguida recobré las fuerzas y comencé la subida con Álvaro y Borja. Comenzamos por el asfalto corriendo. Yo desde ese instante tenía puesto en la cabeza el chip de *"Modo carrera ON"* y tenía claro que era el momento de darlo todo y ponerme a prueba y medirme hasta ver donde era capaz de aguantar. Me acordé de la carrera de Miranda y de sus largas y pronunciadas cuestas y de lo bien que las pasé. ¿Por qué no iba a repetir hoy con esas buenas sensaciones? De momento ese bienestar ahí estaba.



Tras pasar los primeros charcazos de agua, el primero esquivándolo y el segundo ya por el medio dejamos atrás a Álvaro. A Borja lo seguía llevando conmigo. Subía a buen ritmo y no conseguida despegar a Borja así que pensé ya daba por hecho que en cualquier momento Borja me iba a pegar la pasada y que por atrás Álvaro iba a recuperar posiciones y quitarme las pegatinas. No obstante cada vez me iba encontrando mejor y empecé a correr. A andar y a correr, pero más que nada corriendo. Hasta que miro para atrás y ni rastro de Borja. Así que pensé: *"Ya sólo es cosa mía. Venga Iñaki, dalo todo".* La verdad que la subida pese a ser pronunciada se subía muy a gusto. Y además estaba muy bien marcada por pintura fosforita. Poco a poco correr se hacía más complicado y ya me centraba básicamente en andar rápido y cuando veía la cosa bien, correr. Se me estaba haciendo larga la ascensión y no tenía una sola referencia, así que tiré de altitud del GPS. 900 y pico metros. Me quedaba más de la mitad. El agua que cogí en la fuente de Orbañanos la iba devorando cada vez con más cadencia. Iba cansado, pero encontré un ritmo fuerte que podía mantener. Y por fin ya veía los claros muy cerca de mí, la subida se estaba acabando. Me quedaban sólo unos 200 metros de desnivel pero…, pero…¡qué 200 metros! Una vez alcanzada la loma tuve que forzar la vista al máximo para ver la cruz del Humión. ¡Estaba super lejos! Hasta dudé de si había subido bien, me veía muy alejado de la

cima. Pero tenía que estar en el camino, porque estaba rodeado de mojones y de marcas fosforitas. Así que nada, tiré de cabeza y me dije, a trotar. Y así, poco a poco intentando ir lo más recto posible hasta la cruz iba avanzando. En una de estas me giré y aún no veía a nadie. Sigo corriendo y andando. Me vuelvo a girar y entonces sí que vi una mancha negra a lo lejos. *"Ahí viene Borja"* pensé. Tomé referencias visuales y sabía que la *"victoria"* la tenía. Sigo corriendo y andando y hasta que por fin llego a la cruz del Humión. Me pongo rápidamente el cortavientos y espero sentando a que venga ¡¿David?¡. Así es. El segundo en alcanzar la cima fue David y a mucha distancia de Borja, que fue cuarto. Tercero y casi llegando con el propio Borja fue Álvaro. Ice también llegó con Borja. Después vendrían Tortxu y Juanma por este orden.

Antes de comenzar un duro descenso por lo tocadas que teníamos las patas ya, nos hicimos la foto del día y que se puede ver en la portada de este documento. Ya sólo quedaba el descenso directo hacia Cubilla. Primero la zona de la cresta del Humión un tanto escarpada y luego una zona de bosque un tanto pestosa por todo lo que había que esquivar. Y si no que se lo digan a Tortxu y el árbol que se comió. Y para finalizar la salida no podía ser de otra manera que con el trompazo del día. Yo no lo vi, pero según Tortxu Borja se debió llegar leñazo a engancharse el cordón de su zapatilla con alguna rama del suelo.

Finalmente 33 kilómetros con unos 4000 metros de desnivel acumulado en 5 horas y media.

Lo que vino después ya creo que lo sabemos demasiada gente, no hay porque insistir.