



Sociedad Ciclista Bilbaína

TRIATLOI TALDEA

“Lekeitioko XXVIII. Triatloia”: Campeonato de Bizkaia de Distancia Sprint.

Por fin llega el sábado 9 de octubre. Tras no poder disputarse en 2020 y sufrir varios meses de retraso en este 2021, vuelve a celebrarse el triatlón con más prestigio de Bizkaia y uno de los más bonitos del Circuito Vasco. Nos atreveremos también a decir que es una prueba muy conocida fuera de nuestras fronteras, aunque este año (tras retrasarse varios meses) no ha podido contar con la participación de los triatletas australianos que año tras año acuden a esta cita. Así y todo, se cuenta con aproximadamente 300 participantes y con la mayor participación femenina que la prueba ha conocido: 80. Es el último triatlón del Circuito Vasco de esta temporada 2021 por lo que la parrilla de salida está llena de grandes figuras de renombre. ¡Nadie se quiere perder esta prueba!

Tras sufrir dos bajas de última hora, el equipo SCB Triatloi Taldea se presenta en Lekeitio con 4 triatletas: Salinas, Adrian, Olmos y Joseba. Todos ellos han participado pocas semanas atrás en el Triatlón de Sestao, una prueba de la misma distancia que la de Lekeitio por lo que la confianza es alta y las ganas de competir todavía mayores. La villa nos recibe con una climatología perfecta, con agradables rayos de sol que permiten que el traje de competición se seque rápido tras salir del agua y una temperatura ambiente muy cómoda para competir. La temperatura del agua es de unos 20º, temperatura más que aceptable para el mes de Octubre, además, hay que tener en cuenta que todos nadamos con traje de neopreno.



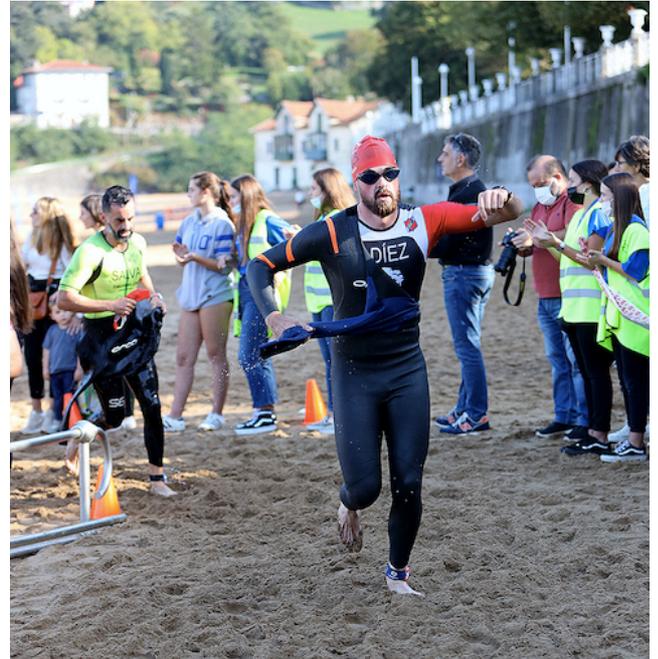
La natación empieza desde la propia playa de Isuntza, tras correr unos pocos metros por la arena nos tiramos al agua y, como es costumbre en los triatlones en los que todos salimos al mismo tiempo, durante la primera recta hasta llegar a la primera boya hay mucho contacto entre los deportistas y en ocasiones es incómodo nadar y cuesta coger ritmo ya que los brazos y piernas se enganchan con los de al lado. Adrian, demostrando sus buenas cualidades de gran nadador, termina el segmento de natación en 11 minutos aproximadamente, a un ritmo de poco más de 1:20min/100m; una buena marca que le permite salir en la posición 36º del agua. Poco más de 1 minuto después sale del agua Olmos y a medio minuto de este sale también Salinas. Por último, 45” más tarde sale del agua Joseba, muy entero y con fuerza para afrontar el segmento ciclista. Cabe destacar sobre este segmento de natación y la primera transición, que



Sociedad Ciclista Bilbaína

TRIATLOI TALDEA

se sale del agua también en la propia playa y que hay que correr varios metros por la arena previamente a subir a la plaza del pueblo, que es donde están esperando las bicicletas. Por tanto, la propia transición también supone desgaste y es una zona en la que se producen muchos adelantamientos ya que es una transición larga.



El segmento ciclista es un recorrido de ida y vuelta en el que se sube el alto de Milloi por ambas vertientes, acumulando unos 375m de desnivel positivo en los 20kms. Un recorrido en el que hay muy poco terreno llano pero igualmente tiene gran importancia aprovecharse de ir en un buen pelotón ya que las subidas son tendidas, sin grandes porcentajes. Adrian y Olmos empiezan con mucha fuerza y durante los primeros kilómetros se integran en grupos que llevan muy buen ritmo, aunque en la segunda subida al alto de Milloi tienen que bajar el ritmo y dejar marchar el grupo ya que aquí se encuentra una de las zonas más exigentes del recorrido y cuando las fuerzas escasean, prefieren buscar su propio ritmo. Aun y todo, Adrian termina el segmento sobre la bici en una buena posición 75º y Olmos en posición 98º. Salinas, que conoce el circuito a la perfección ya que pasa allí los veranos, realiza un segmento ciclista bastante lineal en lo que a intensidad se refiere, aprovechándose en alguna ocasión de los grupos a los que va alcanzando; y en general, manteniendo un ritmo sostenido de principio a fin. Termina este segmento con un





Sociedad Ciclista Bilbaína

TRIATLOI TALDEA

tiempo de 37'34" a una velocidad de 35 km/h en posición 73º. Joseba por desgracia, no es capaz de coger un grupo que este a su nivel y es necesaria una demostración de fuerza y buena condición física para realizar prácticamente en solitario el recorrido, rebasando constantemente a otros participantes a alta velocidad para finalizar el segmento en posición 109º.



Llega la carrera a pie. Últimos 5kms de la prueba en los que se sube al faro de Santa Katalina y, tras hacer un giro de 180º, se regresa al centro de Lekeitio para atravesar por completo el puerto abarrotado de gente y cruzar la línea de meta en la plaza. Salinas es el más rápido en completar el recorrido en 18'38" a un ritmo de 3:46 min/km, finalizando el segmento de carrera a pie en posición 55º. Adrián, toma la inteligente decisión de guardar fuerzas en la ascensión al faro, ya que se baja de la bici muy justo de fuerzas. Volviendo, saca provecho de la buena decisión que ha tomado y es capaz de correr muy rápido para finalizar el segmento en una muy buena posición 96º. Joseba, además de haber efectuado una auténtica exhibición sobre la bicicleta, se baja con mucha fuerza y moral a correr y termina el recorrido de carrera a pie en posición 133º en lo que es su marca personal en un triatlón con un tiempo de 20'34" a un ritmo de 4:07min/km. Olmos se baja de la bici con

las fuerzas justas y esto le impide correr lo bien que él sabe, por tanto, el objetivo pasa a ser el de terminar la prueba de la mejor forma posible, dejando de lado ritmos y tiempos. De esta forma, finaliza el segmento de carrera a pie en posición 180º.

El primero en cruzar la línea de meta es Adrián, en una grandísima posición 74º y con un tiempo total de 1h10'42". Poco después, aparece Salinas en posición 81º con un tiempo de 1h11'55". Olmos entra en meta en posición 122º con un tiempo de 1h15'47" y tras él, Joseba en posición 130º con un tiempo de 1h16'20". Todos están muy satisfechos con la carrera que han materializado, tanto a nivel particular como a nivel de clasificaciones generales, ya que ha sido una prueba con participación de mucho nivel y ganar posiciones en la tabla absoluta es mucho más complicado que en otras pruebas.





Sociedad Ciclista Bilbaína

TRIATLOI TALDEA

Muchos integrantes del equipo han acudido a Lekeitio a animar y a ayudar con todas las operaciones de material y demás logística. Nos han acompañado durante toda la carrera y no nos cansamos de repetir lo mucho que se agradece encontrar caras conocidas entre el público y escuchar nuestro nombre entre incesantes ánimos. Por tanto, mil gracias a todos ¡hacéis que valga más la pena!



Por otro lado, agradecer a “Garraitz Triatloi Taldea” por el gran trabajo que hacen con la organización y producción de este espectacular evento año tras año, haciendo de Lekeitio un verdadero referente del triatlón. El orden, distribución y disposición de todos los voluntarios, policía, asistentes en carretera, avituallamientos, líneas de paso en transición etc., es simplemente excelente y en cada detalle y rincón es evidente el mimo y cariño con el que prepara esta prueba que ya lleva 28 ediciones. Por el triatlón y para triatletas, sin pretensiones y con el único objetivo de buscar apoyo para este deporte en el club local. Tanto el club como los habitantes de la localidad se vuelcan con esta prueba y la tienen marcada en el calendario como uno de los días importantes del año, por lo que animamos a todo deportista a participar en esta carrera.

Para concluir, queremos enviar un mensaje de ánimo a nuestros compañeros Sandonis y Urrutia, que por circunstancias personales no pudieron participar y a quienes tanto echamos de menos vestidos de corto. Agradecer también a la Sociedad Ciclista Bilbaína por facilitarnos los medios y apoyarnos en nuestras salidas a competir. Por ahora, despedimos la temporada de triatlones y volveremos en 2022 con muchas ganas y novedades. Hasta entonces, seguiremos entrenando y tratando de ser un poco mejores cada día.

Jon Salinas Elorza