

IX BECAS

TODOVERTICAL

2020

2021

3º CAMPEONATO ESPAÑA PAREJAS PRUEBA INDIVIDUAL
Y 3º CAMPEONATO MADRID EN CRONOESCALADA Y
PRUEBA INDIVIDUAL (2021)



PRESENTACIÓN

Soy Álvaro de la Llera, nací el 3 de Enero de 2005. Llevo en el club de Todo Vertical desde que tenía 6 años, donde empecé con la escuela junior. Llevo haciendo montaña desde muy pequeño, he hecho escalada, trekking, alpinismo, barrancos, esquí, trail running.... todo tipo de actividades de montaña.



A la edad de 12 años me presenté a las pruebas de la FMM para entrar en el EITEM (escuela de iniciación a la tecnificación de esquí de montaña), y las pasé.

En el año 2019 quedé Campeón de Madrid en la prueba de sprint y en la individual.

Ese mismo año quedé Campeón de España en la prueba de Sprint y tercero de España en la prueba individual, en la categoría infantil. Los campeonatos se celebraron en Boí Taüll.

En Septiembre de ese año pasé a formar parte del PROTEM (programa de tecnificación de esquí de montaña) donde sigo actualmente.

El esquí de montaña es un deporte que para los que somos de Madrid es bastante complicado, por las condiciones climatológicas de la región. En Madrid hay muy pocos días de nieve donde poder entrenar en unas condiciones óptimas, y la mayoría de las horas de entrenamiento es en seco. Entrenamos mucho con el trailrunning y con el roller ski, pero no es comparable a entrenar con nieve. Hacemos unos 5 días en Xanadú y en temporada de nieve los pocos días que se pueda en la Sierra de Madrid, y las concentraciones fuera de Madrid. Los buenos resultados de la FMM en skimo, es gracias al equipo de entrenadores del PROTEM.

El año 2020 por la pandemia, se suspendieron todas las competiciones de skimo de la FEDME.

CAMPEONATO DE ESPAÑA SKIMO POR EQUIPOS (MEDALLA DE BRONCE)

El 21 de Marzo de 2021 se celebró el campeonato de España por equipos en Candanchu. Debido a la previsión del tiempo por el fuerte viento, el recorrido se realizó en el entorno de la estación. Esa temporada la estación no abrió, lo que dificultó la carrera y la cantidad de nieve caída en los anteriores días, hacía que fuera una carrera con traza, muchas conversiones y muy técnica.

Había unos 400 participantes de todas las categorías. Mi compañero de carrera era Iñigo Velázquez, éramos de la categoría cadetes.





Se salió a las 9.00 de la Pista Grande de forma escalonada, debido a los protocolos COVID. La carrera se desarrolló con mucho frío, y en algunos tramos teniendo que abrir huella si se tenía que adelantar.

Para los cadetes fueron 1200 metros de desnivel positivo, y unos 12 kilómetros, con 6 subidas y 5 bajadas, en el que se alternaron subidas con pieles de foca en los esquís, descensos y tramos a pie.



Al disputarse en parejas, los dos compañeros tienen que salir y llegar a la vez, y mantener una distancia en la carrera con un máximo de 30 segundos en los descensos.



Nosotros conseguimos realizar el recorrido en 1:42:55, quedando los **terceros de España**.

Fue una carrera muy complicada y dura, por sus condiciones, su climatología y el estado de la nieve.





CAMPEONATO DE MADRID CRONOESCALADA Y PRUEBA INDIVIDUAL (MEDALLA DE BRONCE EN LAS DOS PRUEBAS)

*La prueba de Cronoescalada del Campeonato de Madrid, horas, se celebró el 13 de Marzo de 2021 desde la estación de Valdesqui.

Se presentaron 55 esquiadores de todas las categorías, para ascender al Cerro de Valdemartín en un recorrido de cronoescalada con 420 metros de desnivel.

Debido a las pocas nevadas recibidas en nuestra región, la nieve era muy justa, aunque fue suficiente para poder celebrarse el campeonato.

Hice un tiempo de 22 minutos, quedando el tercero de mi categoría de cadetes, llevándome medalla de bronce, y consiguiendo un undécimo puesto de todos los participantes.



*La prueba individual tuvo lugar el 14 de Marzo de 2021 desde la estación de Valdesqui.

A las 10:05 se dio salida para ascender a Bola del Mundo por la loma del Noruego, desde aquí una vertiginosa bajada por el Ventisquero de la Condesa y vuelta otra vez a Bola, para continuar con un descenso al Collado del Piornal, con subida al Cerro Valdemartín y descenso del valle a meta.



En total fueron unos 1000 metros de desnivel, con muy poca visibilidad en zonas altas, tuve bastantes problemas por la niebla en las que en alguna bajada me perdí y tuve que volver a la carrera.



Finalizando la carrera en tercer puesto, con medalla de bronce de mi categoría.

DATOS DE CONTACTO:

Álvaro de la Llera Salguero

Teléfono: 639477581

Email: alvarollera2005@gmail.com

Padre: José Carlos de la Llera Serrano.