



# KILIAN JORNET

“Si no dudas es que hay algo que no has entendido”

**Kilian no necesita presentación. Su nombre ha trascendido de largo el mundo de las carreras por montaña. Tranquilo, cordial, afable y un punto tímido, su calidad deportiva se ve solo superada por sus valores como persona.**

*Cuatro años después de haberlo entrevistado por primera vez, Kilian vuelve a dedicarnos algo de su tiempo. En estos cuatro años, ese fenómeno que apuntaba maneras se ha consolidado como uno de los mejores deportistas de todos los tiempos. Sin paliativos. Conocido en el mundo entero a pesar de dedicarse a deportes marginales (esquí y correr) en un entorno marginal (la montaña) a Kilian no se le han subido los humos. Tiene la cabeza muy bien amueblada y con poca decoración superflua.*

#### ¿Qué ha cambiado en cuatro años?

Yo no he cambiado mucho, he seguido disfrutando de la montaña, realizando mis proyectos... Los proyectos han ido evolucionando, porque cuando empiezas tienes unas cosas en mente, lo intentas, lo consigues, y luego vas asumiendo más riesgos y vas cada vez un poco más allá, pero la mentalidad es la mis-

ma. El deporte ha ido evolucionando, hay más practicantes, más seguimiento y esto me ha proporcionado momentos muy buenos en los que he podido compartir con mucha gente lo que he hecho, la posibilidad de transmitirlo, pero también otros momentos más difíciles en los que he necesitado marcharme y tener tiempo para mí.

#### ¿Te has visto saturado en algún momento? ¿Estás cansado?

Mmmmm, no, cansado no. Todo es como una balanza, hay que saber encontrar el equilibrio. Si pesa demasiado de un lado u otro hay una descompensación y puedes llegar a explotar. Ha habido momentos en que no podía entrenar, ni salir a la montaña ni tener unas horas para mí. Tenía muchísimas solicitudes de todo el mundo. Esos momentos han llegado a convertirse en algo difícil y ha hecho falta algo de tiempo para recomponerlo todo. Esto fue básicamente durante el pasado año, en diferentes momentos. Podríamos decir que los dos últimos.

mente durante el pasado año, en diferentes momentos. Podríamos decir que los dos últimos.

#### ¿El calendario de carreras? ¿Los proyectos personales? ¿Las demandas de los medios?

Carreras tampoco hago tantas y a nivel físico las asimilo bien. Una carrera tampoco desgasta tanto, es como un día de entrenamiento, vas más rápido pero también durante menos tiempo. Y al fin y al cabo me entreno para esto. Lo que marca la diferencia son los viajes y lo que hay alrededor de la competición, que es lo que cansa y lo que condiciona que decidas hacer unas cosas u otras. Esto es lo que ahora gestiono con Jordi, mi mánager. A nivel de proyectos personales el 29 de mayo presentamos un proyecto nuevo, que no va ligado a ningún patrocinador. Lo voy a realizar con gente que está a mi alrededor. Correr, esquiar, montaña...

### ¿Has pensado en derivar tu potencial hacia el mundo del alpinismo?

El alpinismo me gusta, y viviendo donde vivo es imposible no caer en la tentación (una canal, una arista...). A veces entrenando, empiezas a subir y, aunque vayas en zapatillas, acabas subiendo a alguna cima. No me considero más alpinista porque carezco de la técnica necesaria y no soy un gran escalador, lo que soy es un apasionado de la montaña, más que de correr o del deporte puro. Entrenando no pienso en hacer las series que tocan si no en disfrutar de la montaña.

### Estás viviendo en los Alpes (Chamonix) ¿Porqué te gusta o porqué estás más tranquilo?

Me gusta el sitio porque puedo entrenar perfectamente: tanto en invierno como en verano es brutal. Puedes hacer lo que quieras en montaña. También porque tengo cerca el aeropuerto de Ginebra. Tengo Italia al lado, Suiza. Resulta muy práctico a nivel de desplazamientos. Si te gusta la montaña sales un día por la mañana y puedes irte al Mont Blanc, o a la Verte, o a cualquier canal, o a escalar... lo tienes todo a mano. A parte tengo un círculo de amistades en el que estoy a gusto. Todo acompaña.

### ¿Sigue habiendo un equilibrio entre correr y el esquí?

A finales de invierno estás cansado de esquiar. Tienes ganas de quitarte las botas, duelen, estás harto de encerrar esquís... Y lo mismo a final de temporada de verano, tienes ganas de tocar nieve y sentir frío. Me gusta la montaña, y no tendría sentido tener que bajar al llano en invierno para correr y en verano ponerse a buscar la nieve para esquiar. Hay que aprovechar las condiciones de cada momento.

### Se asume que Kilian en una carrera quiere decir Kilian ganador...

La gente se ha acostumbrado a esto, sobre todo en verano porque no siempre coincidimos todos los corredores. En cambio en invierno eso es un poco diferente. Todos los corredores que hacemos Copa del Mundo coincidimos en todas las

carreras y eso comporta más competencia. En cualquier caso sí que es verdad que la gente se ha acostumbrado pero también es un poco a causa de los medios que generan esa expectativa. Yo pienso que todos tenemos las mismas oportunidades, cuando sales en una carrera nunca estás seguro de nada.

### ¿Te resulta incómodo?

Incómodo no. Es difícil a veces, sobre todo al principio, y no por los otros, porque la presión no te la ponen los otros, eso es una excusa. La presión se la pone uno mismo. Quien quiere ganar o hacer un resultado eres tú. Si sintiera esa presión, sería imposible para mí hacer, entre esquí y correr, cincuenta carreras al año. Si sientes esa presión, te mueres. Al final aprendes a relativizarlo todo, y si un fin de semana no va bien, al siguiente siempre tendrás la posibilidad de quitarte la espina.

### Hay pocos deportes en los que se compita cincuenta veces al año...

Es una forma de plantearse. Entreno dos veces al día, y si después voy a hacer una carrera, ese es el día que hago menos horas. Incluso hay días que con el buen tiempo te apetece salir a entrenar y no puedes porque tienes una carrera. Una carrera no comporta un desgaste tan grande.

### ¿Y la popularidad?

Hay que buscar el equilibrio. Vivimos en una sociedad en que casi no hay épica, muy rutinaria. La tendencia es buscar en otro lado la épica

*“La presión se la pone uno mismo”*

ca que no tenemos en nuestras vidas. Somos los deportistas los que a veces aportamos esa dosis de épica. Pero hay que ser muy consciente de que ahora estás consiguiendo resultados y es esto lo que puedes esperar, pero un día dejarás de tener esos resultados y la gente dejará de venir, pero tú seguirás siendo la misma persona. Hay que tenerlo muy claro. Hay muchos momentos en los que el ego se ve muy alimentado, pero es una falsa ilusión. Lo importante es estar bien

con la gente próxima, la familia, los amigos y poder hacer cosas con ellos. Si voy a la montaña no es para conseguir reconocimiento si no para poder disfrutar de ella con cierta gente. Este verano después de un mes viajando pasamos por Venecia, donde, paseando por la calle, me pararon para hacerse una foto conmigo. Hay que acostumbrarse a eso, no dejas de ser un ejemplo para mucha gente y, aunque no es que sea nuestra responsabilidad, sí que es una forma de transmitir nuestros valores.

### ¿Tienes en cuenta la fuerza de tus opiniones cuando las difundes?

Soy consciente de que lo que digo llega a mucha gente. Ahora es muy fácil comprobar cuanta gente ha accedido al blog. Pero también creo que no por eso te tienes que limitar a la hora de expresar tu opinión. No hay que pensar en a quién le va a gustar o no, en quién lo entenderá o no. La gente debería ser suficientemente responsable como para interpretar esas palabras y tener su propia opinión.

### ¿De dónde viene la idea del libro?

A mí me gusta leer (mi hermana es una gran devoradora de libros), y siempre había tenido en la cabeza la idea de escribir algo algún día. Un día me llamaron de la editorial Ara diciéndome que les gustaría publicar alguna cosa sobre mí. Me plantearon hacer un libro autobiográfico. Les dije que veintitrés años era muy pronto para que me dieran por muerto. Me apetecía escribir y les planteé enfocarlo de una manera más personal. Para hacer un simple currículum ya está internet. El planteamiento era explicar qué es lo que me motiva para correr a través de algunas de mis experiencias. Ni yo ni la editorial nos esperábamos el éxito que está teniendo. No esperábamos que sobrepasara un ámbito puramente deportivo. Me consta que, a raíz del libro, hay gente que ha empezado a correr. Ahora mismo ya ha sido traducido al castellano (la versión original es en catalán; N. de la R.), francés, italiano, portugués, polaco, esloveno y en breve estará en inglés y alemán. Una auténtica sorpresa. Aunque, si te gusta leer,

enseguida te das cuenta que escribir no es lo mío, aunque me guste. Suelo escribir, pero básicamente para mí. Lo mío es correr, aunque dibujar también me gusta mucho.

#### ¿Aún dudas cuando estás en la línea de salida?

Sí, siempre, y además es bueno dudar. Si no dudas es que hay algo que no has entendido. Dudar quiere decir que hay intriga. La competición sirve porque nada está establecido antes de la salida. Si ves a una chica y sabes que te va a decir sí desde el primer momento, pues no tiene gracia, ¿no? Es necesaria esa incertidumbre. Si siempre supieras qué va a pasar, la vida no serviría para nada. Hay que arriesgarse, equivocarse y evolucionar a través de esas equivocaciones.

#### A menudo ganas con mucha autoidentificación ¿Qué te pasa por la mente cuando te sabes en cabeza con mucha diferencia?

Cuando estás en carrera estás concentrado. Sabes que la ventaja te facilita las cosas, pero hasta que no acaba la carrera, no sabes qué va a pasar. Puedes tener cualquier problema y todo se va al traste. No se puede dar nada por hecho.

#### ¿Has acabado los estudios?

Me quedan un par de exámenes en Font-Romeu y me estoy planteando hacer un máster. Los estudios no se acaban nunca, la formación es permanente. En este aspecto mi dinámica vital ha cambiado, no tengo necesidad de estar en Font Romeu.

#### ¿Cómo te planteas tu trayectoria?

A largo término no se pueden hacer grandes planteamientos. No sé lo que me motivará en el futuro. Tal vez en unos años estoy harto de correr y lo dejo, pero de momento tengo ganas de seguir. Hace unos años la motivación era ganar en una serie de carreras, ahora es simplemente disfrutar al máximo de lo que voy haciendo. Cuando has conseguido algo que querías hacer, a veces repites, pero por puro placer, porque te ha gustado el ambiente, el lugar, la experiencia. Disfrutar de eso pasa por delante de la victoria, lo cual no quiere decir que la motivación por ganar desaparezca, simplemente ya no está en primera posición. Soy competitivo y me gusta darlo todo, pero ahora tal vez me motive más

algún proyecto personal que una copa o un circuito determinado.

#### ¿Sueles hacer carreras porque toca hacerlas?

Tengo la suerte de poder elegir. En esquí de montaña hago las carreras de la Copa del Mundo y son las que elegiría, porque en ellas el

*“No se acaba el mundo si la carrera va mal”*

nivel es muy alto, todos somos amigos y son las más bonitas. Eso no quiere decir que en algún momento decida pasar de la Copa del Mundo y dedicarme más a esquiar a mi aire. En verano tengo la suerte de que mis patrocinadores no me piden nada. Yo elijo mi calendario.

#### Actualmente eres profesional, pero la carrera de un deportista es relativamente corta...

Me gustan todos los ámbitos del deporte. Me gusta trabajar con gente más joven. Además, en el mundo del deporte hay también muchos campos: marketing, desarrollo de material. Lo que me aporta mi actividad, entre otras cosas, son muchos contactos que me facilitan la posibilidad de seguir vinculado a este mundo en un futuro.

#### Siempre has estado vinculado a Salomon, pero habrás recibido ofertas de otras marcas...

Sí, pero cuando estás a gusto con una marca, con su equipo, su infraestructura para los atletas y tienes amigos allí, es más importante eso que el hecho de que te den un poco más o un poco menos.

#### Sigues haciendo de todo: largo, corto, kilómetros verticales...

Si te especializas seguro que puedes ser mejor en una disciplina, pero no tiene gracia. Mi forma de entender el deporte se basa en intentar conocerse bien uno mismo, y si te especializas no lo consigues. Hay que entenderse en situaciones diversas.

#### ¿Con qué te sientes más cómodo?

A veces es difícil sentirse cómodo... A mí me gusta la larga distancia, pero también se me dan bien los relevos en esquí, con pruebas de siete minutos. Lo que no me gusta es plantearme, por ejemplo, que cada fin de semana tengo que hacer una carrera de una hora y media.

#### ¿Eres consciente de que la gente cree que Kilian Jornet no se cansa nunca?

Hay que verlo todo. Lógicamente cuando llegas a una carrera lo haces fresco y preparado, pero están los entrenamientos, los días que hace mal tiempo y hay que salir. Hay días que llego muy cansado después de un entrenamiento. Si entrenas duro irás mejor en las carreras, quizás por eso ofrezco esta imagen. Pero hay un trabajo previo.

#### Tu planteamiento personal acerca de la montaña ¿No es un poco contradictorio con la competición desde el punto de vista de someterse a unas reglas?

Someterse a las reglas es el precio a pagar para poder competir, si compites tienes que ser consciente de esto. A mí me parecen muy bien los reglamentos de todas las carreras, aunque si de mí dependiera plantearía asistencia cero, material en función del criterio de cada uno y asumir la responsabilidad. La finalidad es sentir la naturaleza. La competición, de todos modos, es un juego y como tal hay que entenderlo. No se acaba el mundo si la carrera va mal, o te descalifican. Vuelves a casa habiendo disfrutado de la carrera. Al día siguiente vas a entrenar y ya está. No pasa nada.

#### Mucha gente, y no necesariamente puntera, no es capaz de plantearse así...

Creo que se da demasiada importancia a la competición. Ganar es un concepto diferente para cada uno. Puede ser acabar en un tiempo determinado, o por delante de alguien, o en una posición determinada, pero es algo en lo que nos educan desde siempre: estudiando hacen falta unas notas, o en un trabajo hay que vender más que los demás. La sociedad quiere resultados. Deberíamos priorizar el ser nosotros mismos. Si la historia de la tierra se correspondiera con un día, la historia del hombre serían cincuenta y nueve segundos. En esos cincuenta y nueve segundos nuestra vida serían milésimas. Lo que hacemos, por grande que nos parezca, no es nada. Una vez entendido esto, muchas cosas se relativizan, sobre todo lo que quiere decir conseguir una cosa o no.

#### Cuando estás en uno de tus proyectos ¿hay momentos que te

## planteas 'qué hago aquí'?

Sí, muchas veces pienso por qué he dicho sí, por qué me he liado. A veces te entran ganas de volver a casa. Hay que estar buscando excusas para contrarrestar los momentos de duda. Pero esto pasa también en los entrenamientos, a veces sales y hay momentos de pereza o de no querer arriesgar. Habitualmente gana mi faceta optimista, que es la que me sirve para afrontar algunos riesgos, aunque en realidad soy prudente, incluso miedoso en la montaña, pero creo que hay que ser fuerte para tomar decisiones y seguir adelante.

## ¿Sigue gustándote más entrenar?

Está clarísimo que lo mejor es entrenar. Aunque entrenar no creo que sea la palabra más adecuada. Una cosa es la preparación específica para una carrera, pero el entrenamiento es salir a hacer lo que te gusta, lo cual te pondrá fuerte para la carrera, pero ese *entrenamiento* es el deporte puro. Esta temporada de esquí de montaña me han salido unos trescientos veinte mil metros de desnivel. Es el año que he pasado más horas en la montaña y cada vez me gusta más. Los días que hay carrera o que no puedo salir, deseo que haga mal tiempo para no tener remordimientos.

## ¿Cuánto material gastas cada temporada?

En esquí quemé alrededor de seis o siete pares de pieles y unos cuatro o cinco pares de esquíes. En cuanto a material de correr, se me van unos siete pares de zapatillas. Al correr solo seis meses gasto menos.

## Te va el rollo minimalista en cuanto al material...

Sí, pero hay que entender que cada uno tiene una forma de correr y que lo que me va bien a mí no tiene porque irle bien a otro. Yo, por ejemplo, me puedo permitir unas zapatillas minimalistas porque corro cada día y corro de una determinada manera. Cada uno debe encontrar su material. Pensar que "lo lleva Kilian, luego me irá bien" es un error. Krishnamurti lo decía: "La libertad es no seguir a nadie". Hay que saber escuchar a todo el mundo, interpretar lo que se oye y de ahí sacar las propias conclusiones.

## ¿Y el material obligatorio en las carreras?

Mi idea personal es que cada uno debe ser responsable. La seguridad

es una ilusión. En nuestro mundo todo se hace pensando en la seguridad. La seguridad no te la da una sonda, o una manta térmica, sino lo que hagas, tu experiencia y conocer tus límites. Pero este es un punto de vista válido para proyectos personales. En cambio, una competición hay un reglamento que garantiza que todos jugamos el mismo juego. Lo cumples y ya está. No es un problema. Aunque la gente se queja de material obligatorio, luego si tienen un accidente y el helicóptero llega un poco más tarde de lo previsto, demandan a la organización. Todos deberíamos ser conscientes de que en el momento que nos inscribimos en una carrera, aunque estemos bajo la protección de una organización, la principal responsabilidad es nuestra. Un accidente se produce por error nuestro. Las decisiones las tomamos nosotros y somos

***"Hay que aprender a ser responsable"***

los responsables. Para bien y para mal. Solo aceptamos la responsabilidad cuando nos sale bien. Las competiciones están muy bien como un modo de introducirse en el mundo de la montaña. El problema es que hay mucha gente que solo hace montaña en las competiciones y creen que la montaña es solo esto. La popularización tiene de bueno que más gente accede a este mundo de la montaña, pero hay que aprender a ser responsable.

## ¿Se debería educar esto en las carreras por montaña?

Sí. Lo complicado es ver quien lo hace. Pero la gente que empieza debería buscar la forma de aprender: un amigo con más experiencia...

## Hace cuatro años, llegaste a decir que si seguías sin apoyo oficial te ibas a Italia ¿Ha cambiado algo?

Sí, hay una diferencia. El esquí de montaña está consiguiendo un cierto reconocimiento desde las federaciones, y aunque se nota la crisis económica, se van haciendo cosas. En carreras de montaña es más difícil dado que no es un deporte reconocido por el Comité Olímpico. El apoyo en este caso viene a través de las marcas. Se está trabajando en ello a través de la ISF, pero es difícil gestionar una Copa del Mundo, dado que las pruebas son diferentes entre sí, no se puede comparar un Trofeo Kima con la Transvulcania, por ejemplo. Es difícil conseguir un equilibrio.



## Corres más carreras fuera que aquí...

Sí. Cuando empecé hacía muchas en Cataluña, pero a mí me gusta hacer cosas diferentes y llega un momento en que tienes que salir. A mí, correr o competir me sirve para viajar, conocer gente y lugares. Es una oportunidad que tengo ahora y hay que aprovecharla.

## ¿Te sabe mal ser el único corredor de montaña del que los medios generalistas se han hecho eco, teniendo como tenemos grandes corredores?

El tema está en que se da demasiada importancia a ciertas cosas, sobre todo al deporte. Un deportista es solo alguien que hace bien lo que le gusta. Pero también lo hace en muchos casos un maestro, por ejemplo, y nadie le hace caso. La sociedad necesita mitos y el deporte, tal como está montado, es una forma fácil de suplir esta carencia.

## ¿Cómo gestionas las invitaciones a carreras?

He llegado a recibir unas veinte peticiones diarias, entre entrevistas y carreras. Ahora mismo es Jordi, mi manager, quien lo gestiona. Hace un año y medio le pedí a Joan Solà, responsable de marketing de Salomon España, que buscara una solución a fin de que yo pudiera despreocuparme y entrenar tranquilamente. Ahí apareció Jordi. A mí me cuesta decir no, y eso lleva directo al *overbooking*.

## ¿Te has sentido utilizado alguna vez?

Sí, pero todos nos valemos de todos en algún momento o de alguna manera. Es una regla más del juego de la competición de la vida. ■

Mientras cerrábamos la edición de este número de TRAIL nos ha llegado la luctuosa noticia de la muerte de Stéphane Brosse, compañero de Kilian Jornet en el proyecto Summit of My Life. A pesar de ello Kilian no renuncia al reto de subir las cimas más altas en el menor tiempo posible.