

ATLETISMO

500 maratones en 500 días. Ese es el récord que pretende conseguir el tafallés Ricky Abad con el objetivo de recaudar fondos para Anfas. Hoy, llega al ecuador del reto en un circuito de su ciudad

Abad llega a la mitad del camino

AITOR ROYO

Pamplona

LLEVA 249 días en la carretera, recorriendo una maratón diaria. Ricardo Abad alcanzará hoy el ecuador de un reto propio de un extraterrestre: completar 21.000 kilómetros en 500 días a pie. Un objetivo que trasciende lo deportivo, ya que este tafallés de 40 años ha puesto a la venta cada uno de sus kilómetros con el objetivo de recaudar fondos para Anfas.

Desde que esta aventura arrancase el pasado octubre, Ricky ha tenido que superar una multitud de adversidades que hubiesen hecho abandonar a cualquier otra persona. La más grave de todas fue el fallecimiento de su padre hace sólo mes y medio. Pero también ha tenido problemas físicos: gripe, fiebre, vómitos, gastroenteritis y también caídas. "El día que peor lo pasé tarde 6 horas y 54 minutos en completar la maratón. Había estado malo, devolviendo, y acabé a la una de la mañana", explicó el ultrafondista navarro.

No obstante, no puede quejarse de la respuesta de su físico ante un reto que pone en jaque la propia salud del deportista. "Me considero un privilegiado, tengo una capacidad de recuperación muy buena. Se me cargan las ingles y los cuádriceps, y un poco los gemelos. Pero llevo 10.465 kilómetros sin parar y al final es inevitable. Sin embargo, desde hace cinco años hago *burradas* y no he tenido ningún problema articular. Sí es cierto que cuesta mucho arrancar todos los días, al empezar siempre hay molestias. Pero según avanzo, me suelto", afirmó. Además, no suele requerir de la ayuda de un masajista, ya que al principio de la prueba la solicitaba pero su cuerpo no la asimilaba bien.

No es sencillo compaginar su labor con una vida normal. Además de recorrer los 42'2 kilómetros al



Ricardo Abad, en una imagen de archivo, está tratando de batir un récord con fines solidarios.

CEDIDA

“ La frase

Ricardo Abad

ULTRAFONDISTA TAFALLÉS

"Lo que estoy haciendo no se lo recomendaría a la gente, hay días que no sé de donde saco las fuerzas"

La cifra

10.465'6

Kilómetros ha recorrido Ricardo Abad en los últimos 249 días.

día, debe atender a su puesto de trabajo en Fagor (empresa de la que es encargado de planta) y a su mujer e hija, que tiene cinco años.

Controlado por dos GPS

Sin embargo, hace todo lo posible por no alterar su vida más de la cuenta. Por ejemplo, no tiene una dieta específica que compense todo el desgaste que sufre. "Me amoldo a lo que hay en casa. Lo cierto es que me alimento como una persona normal, pero en cantidades mayores. Llevas tal desgaste de calorías que hay que aportar".

Algo que preocupa a Ricky es la validación del récord por Gui-

ness. Por ello, siempre que sale a correr lleva consigo dos GPS (por si falla uno) y un localizador satelital. Además, necesita que tres testigos firmen un documento y sacarse fotografías con el periódico de cada día de los 500 que durará la *maratón más larga*, en la que recorrerá 50 provincias. Todo por obtener fondos para quienes más lo necesitan. Ya ha recaudado 3.383 euros.



PARA COMPRAR UN KM. POR 1€
3035 0114 19 114.105754.4 (C.Lab)