

nº 154/2020
ESatletismo@rfea.es

El 31 de diciembre se celebrarán la San Silvestre Vallecana y la Cursa dels Nassos

Madrid y Barcelona buscan cerrar el año con un festival de récords

Madrid, 30 diciembre 2020. – Se termina el 2020, el año de nuestro Centenario y también el del coronavirus. En palabras de Raúl Chapado, presidente de la Real Federación Española de Atletismo, “el año más difícil e importante de nuestra historia”. Doce meses en los que el atletismo nacional, pese a todo, ha vivido momentos emocionantes y espectaculares. En total, se han celebrado 19 Campeonatos de España en la ‘era Covid’ (desde septiembre) y se han batido 97 récords y mejores marcas, 29 de ellas en categoría absoluta. Aunque este jueves 31 de diciembre podría caer una más.

Como es habitual, el año se despide corriendo en Madrid. La **San Silvestre Vallecana Internacional es la única de las ‘San Silvestres’ del calendario nacional que se ha mantenido** debido al coronavirus, aunque lo hace de forma casi **exclusiva para la élite y en un circuito distinto**. La **Cursa dels Nassos**, en Barcelona, es la otra carrera que continúa en pie. Y ambas quieren cerrar el 2020 con un festival de récords.

San Silvestre Vallecana, una constelación

La San Silvestre Vallecana celebra su **56ª edición adaptándose a las circunstancias especiales de la pandemia para garantizar la seguridad**. Así, la tradicional carrera popular, que congrega cada 31 de diciembre a decenas de miles de madrileños, pasa a disputarse de manera virtual y la internacional recorta su participación a 400 dorsales, entre los que sobresalen algunos de los mejores fondistas españoles. Además, aparca el típico recorrido por el centro de Madrid que finaliza en el Estadio de Vallecas, en el corazón del barrio, para desplazarse al Ensanche de Vallecas en un circuito de 2,5km al que los atletas darán cuatro vueltas. La mejor carrera de 10km española en 2019 sigue haciendo gala de la Road Race Gold Label que otorga World Athletics a las pruebas más importantes del mundo. En esta ocasión, y como novedad, se separan las salidas femenina y masculina. **Las mujeres corren a las 18:30h y los hombres a las 19:30h** (TV: Telemadrid).

En juego está la mejor marca española de 10km en ruta, en poder de **Toni Abadía** desde que la batiera en Laredo en marzo de 2018 con 27:48. El propio plusmarquista estará en la línea de salida en Madrid, enfrentado con **Fernando Carro**, el español que más rápido ha corrido los 10km –aunque sus 27:46 en Alcobendas el pasado 22 de noviembre no cuentan como mejor marca al realizarse en un circuito con mayor desnivel al permitido– y también detentor del récord nacional de 3.000m obstáculos (8:05.69). No faltará a la cita **Juan Antonio ‘Chiki’ Pérez**, tercer español de la historia en 10km con 27:59; ni tampoco **Ouassim**

Oumaiz, que el pasado 19 de julio batió con 13:19 la mejor marca española de 5km en ruta en Nimega.

En Vallecas se reunirán los vigentes campeones de España de 1.500m, 5.000m, 10.000m, 3.000m obstáculos y maratón. **Kevin López**, que suma dos títulos de campeón nacional de 1.500m y otros seis de 800m, se medirá a sus grandes rivales en el 'milquí', **Ignacio Fontes** y **Jesús Gómez**, que le acompañaron en el podio en el 100 Campeonato de España y marcaron los dos mejores cronos del año (3:33.72 y 3:33.07, respectivamente). También estará presente el podio al completo del 5.000m, con el campeón **Abdessamad Oukhelfen** y los ya mencionados Ouassim y Carro. El madrileño lo hará también como poseedor del título nacional de 3.000m obstáculos, al igual que Abadía lo hará como vigente campeón de 10.000m (en 2019). Después de ganar el Campeonato de España de maratón en Sevilla con marca personal de 2:07:27, **Javi Guerra** también logró su mejor crono en media maratón (1:01:21) el pasado 6 de diciembre en Valencia, por lo que llega en forma.

Los mejores maratonianos del país también despiden el año en la San Silvestre Vallecana. **Ayad Lamdassem** estrenará el magnífico récord de España (2:06:35) que consiguió el pasado 6 de diciembre en Valencia y buscará lograr su quinto podio en Madrid. Junto a él, el mencionado Javi Guerra; **Dani Mateo**, décimo clasificado en el Mundial de Doha y que también logró en Valencia su marca personal (2:08:22); y **Yago Rojo**, que debutó en los 42.195m en la capital del Turia con un respetable crono de 2:09:56. Otros grandes nombres en categoría masculina son el triple campeón nacional de 3.000m obstáculos **Sebas Martos**, el actual subcampeón de la distancia **Daniel Arce**, el bicampeón de España de medio maratón **Houssame Benabbou**, **Jorge Blanco** y **Jesús Ramos**, ambos con marcas por debajo de 28 minutos en 10km logradas en Alcobendas el pasado 22 de noviembre (27:51 y 27:56).

Al margen de los españoles, el gran favorito para imponerse en la LVI San Silvestre Vallecana Internacional es **el estadounidense Paul Chelimo**. El vigente subcampeón olímpico de 5.000m buscará batir el récord nacional que posee desde 1985 Mark Nenow con 27:48 y que Bernard Lagat igualó en 2015. Chelimo se ha prodigado muy poco en la larga distancia durante su carrera. Solo ha corrido dos veces los 10.000m en pista, una en 2011 y otra en 2019, logrando en esta última una marca personal de 27:43.89. En ruta, únicamente ha disputado un 10km, en 2014 (29:24). Entre el resto de internacionales destacan Maru Teferi, plusmarquista israelí de 10km (28:18), medio maratón (1:00:52) y maratón (2:07:20); los neerlandeses Richard Douma y Mike Foppen, detentores de los récords de Países Bajos de 10km (28:08), 5km (13:31) y 5.000m (13:13.06); el keniano Daniel Simiu Ebenyo (27:18) y el burundés Thierry Ndikumwenayo (28:18).

En categoría femenina también confluyen las mejores fondistas españolas. Destacan las dos vigentes campeonas nacionales al aire libre en 5.000m y 3.000m obstáculos, **Marta Pérez** e **Irene Sánchez-Escribano**, también actual campeona de España de campo a través. Además, las medallistas de plata y bronce en 1.500m, **Solange Pereira** y **Lucía Rodríguez**, 'suben' a una distancia que se les da realmente bien, con registros de 33:19 y 32:49 en ediciones anteriores de la San Silvestre Vallecana.

También tomarán salida otras cuatro atletas con marcas por debajo de 33 minutos esta temporada en Alcobendas. Son **Clara Viñarás** (32:42), **Laura Luengo** (32:43), **Claudia Estévez** (32:48) y **Carmela Cardama** (32:50). Esta última regresa en enero a Oregón, Estados Unidos, donde se proclamó subcampeona universitaria de 10.000m en 2019 y acredita un crono de 32:26.43 en pista. Del maratón 'bajan' **Irene Pelayo** tras hacer marca personal en Valencia (2:30:36) y las internacionales **Azucena Díaz** y **Marta Esteban**; mientras que hacen lo propio desde la media **Laura Méndez** (1:12:58) y **María José Pérez** (1:12:57).

Entre las internacionales destaca el duelo Kenia-Etiopía que protagonizan **Ruth Chepngetich** y **Yalemzerf Yehualaw**. La keniana ya fue segunda en la San Silvestre Vallecana de 2019 y en su palmarés figura un oro mundial en maratón, una tercera plaza en el Maratón de Londres y una victoria en Dubai, donde paró el crono en 2:17:08, la cuarta mejor marca de la historia. Yehualaw, por su parte, sabe lo que es vencer a Chepngetich en el medio maratón de Nueva Delhi, donde firmó un registro de 1:04:46, el segundo mejor de todos los tiempos.

Cursa dels Nassos, cuatro grandes apuestas

En el año más complicado, **la Cursa dels Nassos dobla su apuesta**. Si en 2019, 10.000 personas se pusieron el dorsal para despedir el año corriendo por las calles de Barcelona, en este 2020 apenas podrán ser 1.000. Y, sin embargo, serán los más rápidos de la historia. En su 22ª edición, **esta carrera busca batir una mejor marca española, un récord de Europa en categoría masculina y dos plusmarcas mundiales en categoría femenina**. Se disputarán dos carreras: **una de 5km (a las 16:00h) y otra de 10km (a las 16:30h)**, ambas con salida conjunta de hombres y mujeres (TV: Esports3).

El zaragozano **Carlos Mayo** es el elegido para **asaltar la mejor marca española de 10km** (27:48). El pupilo de José Luis Mareca viene de convertirse en el mejor debutante nacional de medio maratón con un tiempo de 1:00:06, a menos de 15 segundos del récord de Fabián Roncero (59:52). Eso fue en Valencia el pasado 6 de diciembre, pero seis meses antes, el 8 de marzo, se proclamó campeón de España absoluto de campo a través derrotando a los grandes fondistas del país. Su mejor registro en 10km, 28:15, tiene las horas contadas.

En los 10km en categoría femenina, **Marta Galimany** aspira a conquistar su **quinto triunfo consecutivo en la Cursa dels Nassos**, lo que la igualaría en el palmarés con Lidia Rodríguez. La catalana llega muy en forma después de correr en Valencia el cuarto maratón español más rápido de la historia (2:27:08), y buscará rebajar su marca personal en la distancia (32:59). Sin embargo, la victoria estará más cara que nunca, ya que la keniana Hellen Obiri se ha fijado como objetivo batir el récord mundial de la distancia (29:42). Obiri es la vigente campeona mundial de campo a través y de 5.000m al aire libre, y su mejor registro en 10km es de 29:59 en la San Silvestre Vallecana de 2018 –con más desnivel del permitido–. Logre o no la plusmarca mundial, parece que al menos acabará con el récord de la prueba, 32:06 de Rosa Morató en 2009 que entonces fue récord de España.

En los 5km en categoría femenina, **Genzebe Dibaba** tratará de conseguir su octavo primado mundial. Posee el de 1.500m al aire libre y los de 1.500m, la milla, 2.000m, 3.000m, dos millas y 5.000m en pista cubierta. Este último lo dejó en 14:18.86, medio minuto menos de lo que necesita para batir el de 5km (14:48), en poder de Sifan Hassan. Entre las españolas destaca la figura de Esther Guerrero, la doble campeona de España de 800m y 1.500m, que buscará hacer suya la plusmarca catalana que ahora tiene Marta Galimany con 16:14. Zoya Naumov, Victoria Sauleda y Maite González son otras de las españolas con más renombre.

Por último, **Jimmy Gressier** buscará mejorar su propio récord de Europa de 5km (13:18). Enfrente tendrá a sus compatriotas Morhad Amdouni y Djilali Bedrani, así como a los españoles Roberto Aláiz, Marc Alcalá, Llorenç Sales, Adam Maijó, Víctor Ruiz, Aarón Las Heras y Pol Oriach.