

uomo



**1. Alviero Martini 1<sup>a</sup> Classe** Smanicato in nylon trapuntato con zip e profili in contrasto € 240

**2. Fred Perry** Camicia a maniche corte con collo slim fit € 115

**3. Columbia** Bermuda in tecnologia Omni-Shade™ con protezione UPF 50 € 50

**4. Asics** Sneakers adatta al trail trekking € 100

**5. Salice** Occhiali per gli appassionati di attività in quota resistenti a urti o cadute € 69

**6. Piazza Italia** Scarpa in cotone con stampa € 9

**7. Quechua da Decathlon** Zaino Forclaz 37L ultralight con porta bastoncini per le passeggiate in montagna € 50

**8. Salomon** Scarpa in pelle adatta a escursioni leggere con membrana GORE-TEX € 148

**9. Sector** Modello No Limits con pulsanti e corona invertiti a sinistra e quadrante 3D su tre livelli € 299

**KILIAN JORNET**

# Su e giù dal Bianco «Ora l'Everest»

Con «Summits of my life», il catalano cerca nuovi primati e sfida se stesso. «La montagna è vita»

DAL NOSTRO INVIATO  
**FILIPPO MARIA RICCI**  
@filippomricci  
Madrid

Forte, rapido, leggero, curioso, coraggioso, preparato, con le idee chiare, un enorme amore per la montagna e la capacità di adattarsi a situazioni molto diverse tra loro. Kilian Jornet è un fenomeno, pieno di record, vittorie, voglia di esplorare e di stupire. Catalano, di 25 anni, parla 5 lingue e in montagna va come una moto.

**Da sempre vero?**

«Sì. Sono cresciuto in montagna e ho fatto il primo 4000 a 6 anni e avevo alle spalle già diversi 3000...».

**Però allora non correva come oggi.**

«No, chiaro. Ma la passione è la stessa, la montagna è sempre la mia casa: da bambino volevo scoprire il mondo nel quale crescevo, i boschi, gli alberi, i fiori, l'acqua, gli animali, era un gioco meraviglioso. Oggi il gioco è scoprire montagne diverse ed esplorare i miei limiti, fisici e mentali».

**Ma non si dice che in montagna bisogna vestirsi adeguatamente e andar su tranquilli? Lei ha appena battuto il record di ascesa e discesa da Chamonix al**

**Monte Bianco andando e tornando in 4:57'40", con scarpe da ginnastica e mezzo litro d'acqua.**

«Ho iniziato ad andare in montagna con zaini pesantissimi, spesso pieni di viveri. Poi migliorando tecnica e rapidità ho visto che potevo alleggerirmi: vado e torno in fretta, evito il rischio di sorprese e non ho tempo di raffreddarmi. La montagna è piena d'acqua e il paesaggio lo guardo lo stesso, eccome se lo guardo. Con l'allenamento acquisti sicurezza, impari dove mettere i piedi. È importante saper ascoltare il proprio corpo».

**Il record del Monte Bianco è la prima delle 6 tappe della sua ultima sfida, Summits of my Life (Le cime della mia vita): battere i primati di salita e discesa su Bianco, Cervino, Elbrus, Aconcagua, McKinley e Everest.**

«Lo scorso anno, raggiunti gli obiettivi che mi ero fissato, cercavo una nuova idea e ho deciso di correre sulle montagne che mi facevano sognare: da ragazzo ho letto i libri dei

vari Messner, Bonatti eccetera che parlavano di queste cime. Tra la fine di agosto e i primi di settembre farò il Cervino».

**Si può correre anche sull'Everest?**

«Si può salire rapidi e leggeri. Ogni montagna offre disponibilità diverse: più o meno quota, più o meno tecnica, difficoltà e scenari diversi».

**Qual è il suo luogo preferito?**

«Quello che scoprirò domani. Nessun paesaggio è uguale all'altro e la curiosità non muore mai, come la capacità della montagna di sorprenderti».

**Anche negativamente: l'anno scorso sul Monte Bianco ha perso il suo amico Stephane Brosse».**

«Noi sappiamo che la montagna ti offre emozioni immense ma anche dolori molto grandi. Ne siamo coscienti ma, per me come lo era per Stephane, la montagna è la vita, non puoi rinunciare. È stato un momento molto difficile ma la mia vita non avrebbe senso senza queste sfide».

**Lei fa di tutto, ultrarail, skyrunning, alpinismo con o senza sci. La specialità favorita?**

«Quella di cambiare specialità ogni giorno senza cambiare filosofia: in montagna leggero, veloce e con passione».



Kilian Jornet, 25enne atleta di skyrunning, ha realizzato il nuovo record di salita e discesa del Monte Bianco: 4:57'40"

donna



**1. Salewa** Cappellino per il trekking estivo che protegge dai raggi UV e dalle zanzare € 40

**2. La Sportiva** Windstopper che favorisce la traspirazione e l'evaporazione del sudore € 179

**3. Lafuma** Bermuda in DRYWAY per escursionismo attivo € 61

**4. Grisport** Sneakers da trekking e nordic walking € 70

**5. Ferrino** Bastoncini ultraleggeri in alluminio con sistema di montaggio/smontaggio rapido € 84

**6. Nilotx** Action camera F-60 con sistema wireless integrato € 350

**7. Mammut** T-shirt in tessuto tecnico per l'alta quota € 82

**8. Tucano** Zaino ergonomico multitasche dal look sportivo € 50

**9. Adidas Originals** Con cassa e cinturino in silicone € 79

A CURA DI  
**FABRIZIO SCLAVI**  
gazzalook@gazzetta.it