

DEPORTES | Aventura

Los hermanos Espinar afrontan en Córcega el Mundial de carreras de aventura con el Saltamontes-Peña Guara-Timedi

Antonio "Yoyo" Espinar y José María Espinar formarán parte de un equipo español que deberá superar más de 500 kilómetros de recorrido, orientación, bicicleta de montaña, trekking, packraft y kayak frente a 99 equipos de 30 países

Redacción/Priego Digital

Jueves 17 de septiembre de 2026 - 08:55



Los hermanos Antonio "Yoyo" Espinar López y José María Espinar López afrontarán a partir del próximo 1 de octubre uno de los mayores retos deportivos de su trayectoria: el Adventure Racing World Championship 2026, Campeonato del Mundo de Carreras de Aventura, que este año tendrá como escenario la isla francesa de Córcega.

Ambos competirán dentro del equipo español Saltamontes-Peña Guara-Timedi, completado por José Manuel Rivas Sáñez y Carmen Fuente Fernández, en una prueba reservada a equipos mixtos de cuatro componentes y que reunirá a 99 formaciones de 30

países. La organización sitúa al conjunto español en el puesto 115 del ranking mundial.

El campeonato se desarrollará entre el 27 de septiembre y el 10 de octubre, aunque la salida oficial de la carrera tendrá lugar el 1 de octubre a las 6:00 horas desde Corte, con llegada en L'Île-Rousse. El formato contempla entre 120 y 200 horas de competición, es decir, entre cinco y ocho días prácticamente ininterrumpidos de esfuerzo.

Más de 500 kilómetros atravesando Córcega

El recorrido detallado establece una distancia total de 505,5 kilómetros, con aproximadamente 16.400 metros de desnivel positivo y 16.830 metros de descenso acumulado. La organización calcula que completar el trazado puede requerir entre 109 horas y 50 minutos y 174 horas y 10 minutos, sin contabilizar el tiempo empleado en algunos puntos de control y transiciones. Además, se establecen diez horas obligatorias de descanso durante la prueba.

La competición alternará diferentes disciplinas de aventura. El programa incluye tramos de bicicleta de montaña, *trekking*, *packraft* y kayak de mar, además de pasos técnicos con cuerdas y descensos de barrancos. El propio reglamento advierte de que el terreno corso será especialmente exigente, con zonas de montaña, vegetación muy cerrada, ríos, navegación marítima y sectores donde será necesario avanzar cargando la bicicleta o las embarcaciones.

Uno de los segmentos en bicicleta superará los 120 kilómetros, mientras que los principales sectores a pie alcanzarán los 72 y 58 kilómetros respectivamente, este último incluyendo actividades con cuerdas y más de 5.000 metros de desnivel positivo.

"El primer objetivo es ir pasando los tiempos de corte"

La estrategia del Saltamontes-Peña Guara-Timedi será, al menos inicialmente, conservadora. Antonio "Yoyo" Espinar explica que en una carrera de estas características el primer reto no pasa por pensar en una posición concreta, sino simplemente por mantenerse dentro de la competición.

"Primero pasa por ir pasando los tiempos de corte para poder seguir en carrera, después por llegar a meta y después por llegar a meta habiendo cogido todas las balizas", señala.

La prueba cuenta con diferentes horarios máximos de paso que pueden obligar a los equipos retrasados a recortar o abandonar determinados sectores del recorrido. Entre ellos figuran controles durante los días 5, 6 y 8 de octubre.

Para Espinar, completar íntegramente el trazado ya supondría un resultado de enorme valor.

"Si conseguimos eso, ya nos garantiza estar bastante bien situados en la clasificación, porque llegar a meta cogiendo todas las balizas seguramente el 50% de los equipos no lo haga", explica.

Averías, clima y orientación, enemigos añadidos

Los kilómetros son únicamente una parte del desafío. A ellos se suman el terreno, la meteorología, la navegación y las posibles averías.

"Aparte de los kilómetros y la elevación, la dureza del terreno, la climatología, averías, pasos con bicicleta o pinchazos de barca hacen que todo sea más difícil. Muchas veces es muy complicado terminar este tipo de carreras", apunta Espinar.

La guía oficial confirma algunas de esas dificultades. En los reconocimientos previos, la organización sufrió numerosos pinchazos de bicicleta debido a la vegetación espinosa y recomienda a los participantes llevar abundante material de reparación. En los tramos de *trekking* se advierte incluso de zonas de matorral donde el avance puede reducirse a apenas unos cientos de metros por hora.

Los participantes deberán ser además prácticamente autosuficientes. La relación de material obligatorio incluye ropa impermeable y térmica, brújulas, frontal, material de supervivencia y primeros auxilios, bicicletas, neoprenos, *packrafts*, chalecos de flotación y equipos específicos para actividades con cuerdas.

Dormir apenas dos horas por noche

Uno de los grandes factores estratégicos será el sueño. El equipo español pretende aprovechar especialmente las primeras horas para avanzar el máximo posible.

"La estrategia seguramente será pasar la primera mañana, echar ese día, la noche sin dormir y el día siguiente entero. Seguramente ya en la segunda noche paramos a dormir", explica Espinar.

Incluso entonces, el descanso será mínimo. "La parada a lo mejor son tres horas y de dormir, dos horas", indica.

A partir de ese momento, la idea inicial será repetir un patrón similar durante las siguientes jornadas. "Cada noche haríamos esas paradas y durante el día intentaríamos avanzar todo lo que se pueda. Por la noche, una parada de tres horas con dos horas de sueño", señala, aunque reconoce que todavía no existe una planificación cerrada.

Una carrera en la que manda el terreno

La estrategia estará condicionada en todo momento por lo que ocurra sobre el terreno. El tiempo, el cansancio o una avería pueden modificar por completo cualquier planificación previa.

"Nos tendremos que ir adaptando a lo que haya. Si se pone el clima muy duro o unas condiciones muy adversas, nos pueden obligar a hacer una parada por el día que no te conviene", explica el deportista.

La orientación nocturna será otro factor decisivo. "La orientación de noche es mucho más difícil y siempre se avanza menos de noche que de día. Pero eso ya nos lo irá dando la carrera", añade.

Por ello, el planteamiento ideal del equipo será reducir al mínimo los periodos de descanso: "Lo ideal sería hacer una parada de dos o tres horas por la noche y el resto del día y de la noche seguir avanzando".

De Corte a L'Île-Rousse

Antes de la salida, los equipos deberán superar entre el 27 y el 29 de septiembre las verificaciones de material y pruebas técnicas. El día 29 se celebrarán el desfile de naciones y el *briefing* oficial, mientras que el 30 tendrá lugar un prólogo en la Ciudadela de Corte. La carrera propiamente dicha comenzará el 1 de octubre y las primeras llegadas a L'Île-Rousse están previstas entre los días 6 y 9.

Por delante, los hermanos Espinar y sus compañeros tendrán varios días de competición prácticamente continua, más de medio millar de kilómetros y un recorrido diseñado para atravesar Córcega de montaña a mar y nuevamente hacia el interior.

En una prueba de estas características, la prioridad está clara para "Yoyo" Espinar: seguir avanzando, superar cada corte y llegar a meta con todas las balizas.