**Carlos García y Silvia Lara campeones de Andalucía en el Kilómetro Vertical de Sierra Nevada con participación de Mireia Belmonte**

* El granadino y la jiennese se impusieron en categoría senior en un duro recorrido de 5 kilómetros de distancia y 1.000 metros de desnivel positivo.
* La campeona olímpica y el resto del equipo nacional de natación ultiman con el Kilómetro Vertical su participación en dos semanas en el Campeonato del Mundo de Budapest

 El corredor granadino Carlos García Hurtado (Club Bicha), con 46:47 minutos, y la jienennse Silvia Lara (Club Hockey Alcalá), con 55:50 minutos, se han proclamado hoy campeones de Andalucía de Kilómetro Vertical en la prueba disputada  en la estación de esquí y montaña de Sierra Nevada con la participación, entre los 150 deportistas inscritos, de la campeonato olímpica Mireia Belmonte y el resto del equipo nacional de natación.

           Aunque el mejor tiempo en la carrera lo marcó el corredor junior aragonés Daniel Osans Laborda con 45:38 minutos, el reglamento federativo establece que el vencedor de la prueba es el primer senior, y ese fue hoy fue Carlos García, que en edad junior vivió una situación similar (hizo el mejor tiempo, pero el campeonato de Andalucía fue a parar a Ignacio Morón, hoy segundo).

 Ignacio Morón –que en 2015 fue campeón andaluz y que hoy fue segundo-, “estaba muy pegado a mí desde el principio”, pero al superar la primera mitad de carrera, en Borreguiles, “he podido dar un pequeño hachazo y quedarme sólo hasta llegar arriba. Me ha encantado la carrera”.

 Parecida táctica siguió la nueva campeona andaluza de la modalidad, Silvia Lara, quien a partir del primer kilómetro un grupo de elegida han empezado a distanciarse, hasta que al llegar al avituallamiento de Borreguiles se quedó sola. “No esperaba conseguir tanta ventaja, ni siquiera tenía buenas sensaciones”.

 El Kilómetro Vertical, que forma parte del VIII Mountain Festival de Sierra Nevada –que arrancó ayer con la carreara por montaña que ganaron Antonio Jesús Valle (CD Olimpo) y Carmen Flores (Alpino Benalmádena)-, ha ofrecido uno de los niveles deportivos más elevados de su historia gracias a la participación de los mejores corredores promesas de España integrados en los centros de tecnificación, y que estos días han desarrollado un clinic en Sierra Nevada.

 La prueba arranca en Pradollano, a de 2.100 metros de altitud, y acaba a 3.100 metros, muy cerca de El Veleta.

 **Tercer Kilómetro Vertical para Mireia Belmonte**

 Por su parte, el equipo español de natación, que prepara en el CAR de Sierra Nevada el Campeonato del Mundo de Natación de Budapest, participó en el Kilómetro Vertical con la campeonato olímpica Mireia Belmonte al frente.

 Belmonte, que participaba por tercera vez en esta prueba, subrayó al llegar a meta, la gran dificultad de la prueba. “El kilómetro, como siempre, es muy duro. Los nadadores no estamos acostumbrados a este tipo de cosas pero es  muy gratificante porque cuando subes la recompensa emocional es bastante bonita. Es el tercer año que lo hago y es como una tradición cada vez que estamos aquí”.

 Al equipo nacionl de natación le quedan dos semanas para el mundial y, para Belmonte, que paró el crono en 1 hora, 10 minutos y 54 segundos, “es una carrera corta y explosiva como el Kilómetro Vertical “es una experiencia bonita para ir en la mejor forma posible. Estoy entrenando bastante bien y a ver si hay suerte este año y podemos conseguir el oro pero es una cosa muy difícil y no quiero mencionarlo mucho pero espero estar en las seis finales de las pruebas en las que compito”.

**Campeonato Andalucía Kilómetros Vertical 2017**

ABSOLUTA MASCULINA

1.- Carlos García Hurtado (Bicha) 00:46:47

2.- Ignacio Morón (CD Olimpo) 00:47:09

3.- Abdelfatal Dalal Jirari (Club Hockey Alcalá) 00:49:23

ABSOLUTA FEMENINA

1.- Silvia Lara (Club Hockey Alcalá) 00:55:50

2.- Sofía García (Bicha) 00:58:27

3.- Noemí Delgado (Entrena Sevilla) 00:58:34

**Carrera por Montaña**

ABSOLUTA MASCULINO

1.- Antonio Jesús Valle (CD Olimpo) 01:41:13

2.- Víctor Pimentel (GEDYSA Comarcal) 01:46:54

3.- Alejandro Reina (Club de Montaña Sierra Sur) 01:47:17

ABSOLUTA FEMENINA

1.- Carmen Flores Navarro (Alpino Benalmádena Irontriah) 02:08:58

2.- Beatriz Jiménez (Alpino Benalmádena Irontriah) 02:14:38

3.- Cristina Ortiz (Entrenalia) 02:16:06