



⚠️ Xavi Arias ha preparat l'expedició fent el cim de l'Aconcagua, el sostre d'Amèrica, arribant del campament base fins al punt més alt (3.000 metres de desnivell), en només 10 hores

Xavi Arias intentarà assolir a l'Annapurna el seu sisè vuitmil

La muntanya (8.091 m) té una gran dificultat tècnica. En els plans d'Arias immediats també hi ha assolir el Manaslu el mes de setembre

Després del Shisha Pangma, el Dhaulagiri, el Cho Oyu, l'Everest i el Lhotse, Xavi Arias vol que l'Annapurna sigui el sisè vuitmil del seu currículum muntanyenc i un pas més en el seu objectiu de ser el primer escalador català a fer els catorze cims més alts de la terra. El repte immediat no serà fàcil. Davant seu, l'alpinista del GELADE tindrà una muntanya molt complicada d'assolir. "Tot el que té de baixeta —és un dels vuitmil de menys alçada— ho té de gran dificultat. És una muntanya molt trencada, en què per arribar a la part final cal passar per un sector amenaçat constantment per allaus" explica Xavi Arias. Es tracta del vuitmil que ha registrat menys ascensions de la història.

Xavi Arias preveu arribar al campament base la primera setmana d'abril (4.200 metres), després d'un breu període d'aclimatació, d'uns deu dies. La seva previsió és que passarà per tres campaments intermitjos, abans d'atacar

el cim. "Vull fer una ascensió molt ràpida, i si puc estalviar-me algun campament, ho faré" explica. La clau és que, a menys temps d'ascensió, menys exposició als riscos d'aquesta muntanya. Xavi Arias anirà a l'Annapurna en solitari, tot i que té previst coincidir-hi amb altres especialistes de renom, com Juan Oyarzábal, Carlos Pauner o Edurne Pasabán, que també volen fer enguany el cim de l'Annapurna.

Arias, que vol ser el primer català a fer els catorze cims de més de vuit mil metres, s'ha proposat fer enguany un altre dels grans. Si tot va bé, els seus plans són assaltar el Manaslu (8.156 m). ■

L'alpinista espluguenc vol ser el primer català a fer els catorze cims més alts



Ricard Vila : "A la muntanya cal tenir forces per pujar i guardar-ne per baixar"

Ricard Vila és l'entrenador que vetlla per la preparació física i esportiva de Xavi Arias des de més de cinc anys. En fa tres que és veí d'Esplugues.

• Com es prepara una expedició com la de Xavi Arias a l'Annapurna?

Un cop marcat l'objectiu, cal analitzar-ne les dificultats i establir què cal preparar perquè l'esportista, en aquest cas el Xavi, pugui afrontar el projecte en plenes condicions físiques, mentals i logístiques.

• Com pateix el cos d'una persona les condicions que signifiquen l'estada en un cim de gran alçada?

Depèn de la persona. El que sent una persona no iniciada és molt més fort al que pugui sentir una que ja estigui acostumada a reptes d'aquest tipus. La inadaptació a l'alçada provoca maldecap, dificultat per dormir i impossibilitat de fer cap esforç físic. Per això, la muntanya cal anar-hi molt preparat, perquè puguis donar el millor de tu mateix, més enllà de possibles condicionants personals i ambientals imprevistos. I molt important: cal tenir forces per pujar i guardar-ne per baixar.

• D'on ve la teva relació professional amb el Xavi Arias?

De fa cinc anys, quan ell i la Mercè Vidal preparaven l'expedició Esplugues a l'Everest. I des d'aleshores, hi he col·laborat en els successius reptes que s'ha plantejat. I crec, sincerament, que el Xavi està millor preparat que abans, tot i que té un ampli marge de millora.

• I ara, a més, compartiu ciutat de residència

Sí. Des de fa poc més de tres anys visc a Esplugues. Hi estic molt bé. M'agrada el seu ambient familiar, de poble, amb tots els serveis a la vora. És una ciutat molt tranquil·la i té molt a prop la muntanya.