



“El miedo es un buen compañero de expedición”

Edurne Pasaban

Desde que a los 16 años ascendió al Mont Blanc, la montaña forma parte de su vida, pero fue a partir de 2010 cuando Edurne Pasaban se convirtió en mucho más que una alpinista y pasó a ser parte de la historia de este deporte como la primera mujer en coronar los 14 ochomiles.

Edurne Pasaban se convirtió, el 17 de mayo de 2010, en la primera mujer en subir los 14 ochomiles a lo largo de tan solo veinte expediciones, lo que supone un altísimo grado de efectividad en el Hi-

malaya. Hasta el momento, tan solo otras 20 personas habían completado los 14 ochomiles, todos hombres.

Ahora, después de una larga carrera en la montaña, Edurne combina su trayectoria deportiva con su vincula-

ción cada vez más sólida al mundo de la empresa, un ámbito en el que ejerce como conferenciante tanto para empresas a nivel nacional e internacional como para entidades deportivas, culturales y educativas.

¿Cómo se consigue llegar a un nivel deportivo tan alto?

Creo que la clave es tener un buen equipo y una buena planificación, pero el factor suerte también es muy importante. También es verdad que cuando estaba de expedición acostumbraba a tener mucha paciencia para encontrar el momento adecuado para poder atacar la cumbre.

PERFIL

Fecha de nacimiento: 01-08-73

Lugar de nacimiento: Tolosa (Guipúzcoa)

Residencia actual: San Sebastián

Formación: Ingeniero Técnico Industrial, MBA por Esade Business Scholl y Coach Ejecutivo por IE Business Scholl.



Lo que nosotros hacemos es un deporte muy pasional, que tiene un factor de riesgo muy grande. Si no lo practicas es difícil de entender qué es lo que se siente cuando uno está escalando y le invade una sensación de libertad.

En uno de los últimos post que has publicado en tu blog cuentas que el miedo ha sido para ti “un buen compañero de viaje”. Cuesta verlo desde esta perspectiva...

El miedo es un buen compañero, porque me ha acompañado en todas las expediciones, me ha mantenido atenta y me ha enseñado a escuchar el entorno y a mi instinto. Puede parecer que el miedo nos bloquea, y lo puede hacer, pero si lo sabemos escuchar y lo sabemos gestionar, nos hace estar mucho más atentos.

Una de tus facetas más destacadas en estos últimos años es la de conferenciante. ¿Qué significa para ti poder

compartir con otras personas tus experiencias en la montaña?

Me hace sentir bien poder compartirlo. Durante estos años he tenido un objetivo, he trabajado en equipo y nos hemos enfrentado a momentos complicados. Aunque a priori parezca que no hay mucha relación con la vida profesional, hay mucho paralelismo, y poder compartir las claves de éxito que nos llevaron a mí y a mi equipo a conseguir un reto como los 14 ocho miles, me parece muy gratificante, me gusta poder ayudar.

¿Cuáles son tus planes de futuro en el terreno profesional?

Me encanta dedicarme a ser una conferenciante, y me encantará seguir ▶

¿Qué actividades o modelos de entrenamiento contribuyeron a mejorar tu disciplina deportiva?

Todo tipo de actividades de alta resistencia. Mi entrenamiento siempre se ha basado en practicar los deportes que más me gustan, que en este caso son la bicicleta y algo de carrera en la montaña. Para el invierno, el esquí de montaña también es un buen entrenamiento.

Avalanchas, hipotermia, congelaciones... ¿por qué merece la pena asumir tanto riesgo?

Es difícil de explicar, y mucho más difícil hacérselo entender a alguien.





haciéndolo, para ello cada día intento ir aprendiendo algo más y formándome; seguir impartiendo algunos lectivos en escuelas de negocios como profesora. Pero ahora, tengo un proyecto mucho más grande, he creado una agencia de viajes (www.kabi-travels.com) donde nos dedicamos a poder mostrar nuestra tierra a todo el mundo a través de la montaña, la cultura y la gastronomía. Nos encargamos de organizar viajes en el País Vasco y en los Pirineos.

¿Cómo es tu día perfecto?

Mi día perfecto es poder levantarme, hacer el trabajo de la oficina, gestionar el gran equipo que está conmigo, y poder soñar juntos en nuevos proyectos. Pero por supuesto, es poder hacer deporte. Si estoy en los Pirineos como hoy, me gusta escaparme en cualquier momento que tenga un par de horas y salir a esquiar o a andar en bicicleta. Mi día perfecto es poder hacer todo lo que me apasiona.



¿Qué música escuchas?

Escucho todo tipo de música. Cuando voy a entrenar escucho música que me da energía, pero cuando estoy delante del ordenador prefiero música más tranquila.

¿Qué nunca puede faltar en tu nevera?

Lácteos, queso y yogurt. Pero también mucha verdura. Intento tener un poco de todo.

¿Quién o quiénes son tus modelos a seguir?

Mis padres y las personas de su generación y la de nuestros abuelos, que tuvieron más complicaciones que nosotros para poder tirar para adelante y aún así, no se quejaban tanto como nosotros.

¿Cuáles son tus hobbies?

Todo tipo de deportes, desde el esquí a la bicicleta, pero me gusta poder

tener algunas horas para leer y disfrutar del tiempo libre con mis amigos.

¿A qué no te puedes resistir?

A dos cosas, al chocolate y a tomarme un buen vino de vez en cuando.

¿Qué ciudad no te cansarías de visitar?

Son muchas las que no me cansaría de visitar. Una es, la que vivo, San Sebastián. Pero para mí, Kathmandú aun siendo un caos, tiene algo muy especial.

¿Te imaginas una vida sin deporte?

Nunca me he imaginado una vida sin deporte. No se como sería, me faltaría

algo muy importante para poder seguir viviendo.

¿Qué consejo le darías a una persona que no practica ningún tipo de actividad física?

Que comience, a cualquier nivel, que se dará cuenta que cuando empieza a hacer deporte algo cambia en su cuerpo, y no es solo el físico, eso es una parte. Yo creo que lo que más cambia es la cabeza, las sensaciones, el sentirte bien, eso hace que en tu vida todo fluya mejor. Cuando hacemos deporte producimos una serie de endorfinas que son primordiales para mantener una vida llena de ilusión. □



IN & OUT

- | | |
|------------------------|---------------|
| IN | OUT |
| 1. TESÓN | 1. MALA LECHE |
| 2. AMIGA DE SUS AMIGOS | 2. IMPACIENTE |
| | 3. VULNERABLE |