

Fecha: 13-12-2024  
Medio: El Labrador  
Supl. : El Labrador  
Tipo: Noticia general  
Título: Pablo Quintanilla va a fondo por el Dakar 2025 y piensa en grande: "Mi objetivo es ganar"

Pág. : 13  
Cm2: 207,1  
VPE: \$ 310.674

Tiraje: 2.000  
Lectoría: 6.000  
Favorabilidad:  No Definida

## Pablo Quintanilla va a fondo por el Dakar 2025 y piensa en grande: "Mi objetivo es ganar"

**P**ablo Quintanilla, el destacado piloto chileno de rally y parte del equipo internacional Honda HRC (Honda Racing Corporation) está llevando a cabo una preparación meticulosa y profunda para enfrentar el Rally Dakar 2025, que se celebrará en Arabia Saudita entre el 3 y 17 de enero. Con la mirada puesta en conquistar la competencia más dura y desafiante del mundo -con una duración de 12 etapas más un prólogo- Quintanilla está enfocando su entrenamiento en aspectos físicos, mentales y técnicos, buscando optimizar cada detalle para alcanzar el podio. Sesiones en gimnasio, bicicleta y trabajos técnicos en la moto son parte de su hoja de ruta, además de

simulaciones de desierto, realizando entrenamientos específicos en el norte de Chile.

"Simulo lo más parecido posible a las etapas del Dakar, con kilómetros de navegación en el desierto, entre 300 y 400 kilómetros por sesión. Estos entrenamientos son fundamentales para estar preparado para la duración y las condiciones extremas del Dakar", afirma el rider.

La convicción de Pablo Quintanilla: ganar el Rally Dakar es su meta. Para Quintanilla, el Rally Dakar 2025 es una oportunidad única para luchar por la victoria. A pesar de haber sido varias veces un contendiente cercano al podio, con tres posiciones de honor en ediciones pasadas, tiene la ambición de ir por la gloria.

"Mi objetivo es ganar el Dakar. Estoy más motivado que nunca. He realizado una preparación sólida y me siento muy bien físicamente. Este es el año en el que quiero coronar mi carrera con la victoria", puntualiza.

Cabe señalar que el Dakar 2025 será una prueba extremadamente exigente, con un recorrido de casi 8,000 kilómetros a través de terrenos desérticos impredecibles, donde las temperaturas extremas y las largas horas sobre la moto pueden desgastar al piloto.

En ese sentido, es vital mantener un



nivel adecuado de energía e hidratación y su dieta responde a ello, con alto contenido de carbohidratos y proteínas para mantener su energía, además de suplementos como aminoácidos y creatina.

El desafío deportivo no solo depende del piloto, sino de un equipo altamente especializado que respalda a Pablo Quintanilla y de marcas internacionales que auspician su carrera profesional, entre ellos, Monster Energy, Honda HRC, LS2 Helmet, 100% y Alpine. Su

equipo está conformado por un total de 40 personas, incluyendo mecánicos, ingenieros, fisioterapeutas, y expertos en navegación.

Además del equipo técnico, Pablo cuenta con apoyo médico integral para prevenir y tratar posibles lesiones, con el respaldo de profesionales de la Clínica Universidad de Los Andes y otros especialistas en Chile y el extranjero.