**București, 20.03.2018**

**COMUNICAT DE PRESĂ**

**Alex Găvan, dublă expediţie himalayană la 8000m, fără oxigen suplimentar**

**Alpinistul Alex Găvan vizează escaladarea a două vârfuri de peste opt mii de metri din munții Himalaya, în aceeași expediție: Dhaulagiri, 8167m și Nanga Parbat, 8125m. O dublă reușită la peste opt mii de metri nu a fost posibilă până acum pentru niciun alpinist român, deși au mai fost încercări de a realiza acest lucru.**

Expediția presupune două etape distincte, lunile aprilie și mai fiind dedicate ascensiunii vârfului Dhaulagiri, iar iunie și iulie pentru Nanga Parbat.

În acest proiect, Alex Găvan face echipă cu doi alpiniști experimentați cu care împărtășește aceeași filosofie asupra ascensiunilor extreme.

Pentru Dhaulagiri, în Nepal, partener de coardă îi va fi Pawel Michalski (patru vârfuri de peste opt mii de metri la activ, membru în echipa națională de himalaysm hivernal a Poloniei și fost adjunct al acesteia), alături de care Alex a urcat în premieră românească vârful Gasherbrum 1, 8068m, din Pakistan, în 2007.

Apoi, alături de Tunc Findik (Turcia, unsprezece vârfuri de peste opt mii de metri la activ), Alex Găvan se va întoarce pe Nanga Parbat, în Pakistan. Perioada coincide cu trecerea unui an după ce, pe același munte, a trebuit să renunțe la ascensiunea acestuia pentru a organiza o operațiune de căutare și salvare pentru alpiniștii Alberto Zerain (Spania) și Mariano Galvan (Argentina), dispăruți într-o avalanșă în timp ce încercau parcurgerea crestei Mazeno. Împreună cu Tunc, Alex Găvan a reușit escaladarea în premieră românească a vârfului Shisha Pangma, 8027m, din Tibet, în 2013.

*“Voi încerca să realizez în această expediție ceea ce noi numim un „hat-trick”: două vârfuri de peste opt mii de metri, unul dupa altul. Pentru aceasta, mă voi folosi de aclimatizarea reziduală rămasă în urma ascensiunii pe Dhaulagiri, pentru a realiza o ascensiune rapidă pe Nanga Parbat, eventual dintr-o singură bucată și fără a reveni în tabăra de bază înainte de atingerea vârfului.*

*Pentru a reuși asta, echipa joacă un rol determinant și faptul că mă voi lega în coardă cu Pawel și Tunc îmi dă multă încredere.”* - Alex Găvan*.*

O dublă reușită pe cele două vârfuri ar reprezenta al șaptelea, respectiv al optulea vârf de peste opt mii de metri escaladat de Găvan fără a folosi oxigen suplimentar sau porteri de altitudine.

*„Dincolo de antrenamentul necesar și strategia potrivită, un optmiar urcat înseamnă și abilitatea de a folosi neprevăzutul în favoarea ta, pentru că oricât de minuțioasă ar fi planificarea, proiectul este atât de complex, încât la un moment dat, invariabil, va interveni ceva neașteptat. Pentru doi optmiari urcați, partea de neprevăzut crește exponențial, iar lucrurile care trebuie aliniate ca totul să meargă bine sunt atât de multe, încât îndrăznesc să spun că dincolo de ceea ce depinde de noi, pentru pași acolo sus, accesul este ceva ce trebuie să ți se permită”* - Alex Găvan.

Între cele două ascensiuni, Alex va dedica câteva zile pentru a vizita cele trei școli din Nepal (acum învață acolo 251 de copii), construite în urma campaniei umanitare „Bucurie pentru Nepal”, pe care a organizat-o după ce a supraviețuit cutremurului și avalanșei din Everest, în 2015.

***\*\*\****

**Despre Alex Găvan:**

Performer de top al României în alpinismul de altitudine extremă, Alex Găvan (35) a escaladat șase vârfuri de peste 8.000 de metri din Himalaya prin mijloace corecte, fără oxigen suplimentar și fără porteri de altitudine. Pentru Alex, *“să urci vârfurile din afară înseamnă, de fapt, să le urci pe cele din interiorul tău”. Speaker motivațional și creator al unui* program de leadership personal desfăşurat la altitudine, destinat antreprenorilor şi directorilor executivi, Alex Găvan este, de asemenea, implicat în numeroase cauze de mediu, dintre care cea mai recentă este aceea de a pune pe agenda publică și în a convinge zona politică și administrativă pentru crearea centurii verzi a Bucureștiului.

**\*\*\***

**Despre ascensiunile la peste 8.000 de metri:**

În lume sunt 14 vârfuri de peste 8.000 de metri, variind între 8.027 m (Sisha Pangma) şi 8.848m (Everest). Toate aceste vârfuri se află în Asia Centrală, în regiunile de graniţă dintre Nepal, India, Pakistan şi China, în munţii Himalaya şi Karakorum. Peste 95% din ascensiunile reușite pe vârfuri de peste 8.000m sunt făcute cu ajutorul buteliilor de oxigen.

La peste 7.500m, fiziologic, aclimatizarea devine imposibilă, iar corpul uman începe uşor să moară, cu fiecare clipă petrecută acolo, alpiniştii numind drept „zona morții” tot ceea ce depăşeşte respectiva altitudine. La peste 8.000m, concentrația de oxigen este de doar o treime din cea de la nivelul mării, iar supraviețuirea este posibilă doar pentru o perioadă de timp extrem de scurtă.

**\*\*\***

Expediţia este posibilă cu sprijinul UPC, ZITEC si Mastercard si cu susținerea Accountess, Sanador, Valandre, Worldclass, HyperionMedia și GetFitShop.ro.

**\*\*\***

Contact: Anamaria Hâncu | [anamaria@alexgavan.ro](mailto:anamaria@alexgavan.ro) | 0740 231 588

**\*\*\***

Download ilustratie foto/video:[**http://bit.ly/2GJH6IM**](http://bit.ly/2GJH6IM)