

START

ÖGONBLICKET

HIMMEL & HIMALAYA

PLATSEN

Sandakphu, Indien.

LÖPAREN

Howard Mayson, 66 år från Colorado, USA, läste om Himalayan 100 Mile Stage Race i en tidning för några år sedan, rev ur sidorna och sparade i sin "bucket list". När han fyllde 65 gav han en startplats till sig själv i present.

UPPLEVELSEN

Bilden är tagen vid Sandakphu, som ligger på 3 636 meters höjd. Det är dag tre på det fem dagar långa etapploppet Himalayan 100 Mile Stage Race. Din packning fruktas mellan etapperna, så du springer bara med det du behöver under dagen. Nästa dag startar du där du slutade dagen före.

VÄRLDENS FYRA HÖGSTA BERG

Under loppet springer du på gränsen mellan Nepal och Indien, med utsikt över fyra av de fem högsta bergen i världen: Mt. Everest, Lhotse, Makalu, och Kanchenjunga. Himalayan 100 Mile Stage Race startade 1991 och till hösten är det 28:e gången som du har chansen att springa eller gå ett av de vackraste loppen i världen.

HÖG HÖJD

Starten för den första etappen går i Maneybharijeng på 2 134 meter. Den första dagen springer du 33 kilometer och 3 442 höjdmeter till Sandakphu, som ligger på 3 636 meter över havet. Här finns inga tidbegränsningar – du får springa eller gå i din egen takt utan att riskera att tas av banan.

DJUR MED TUR

Du kommer att träffa kor, jak, röd panda, vilda hästar och – med enorm tur – indiska tigrar.

ÅRETS LOPP

I år går loppet 26 oktober till 2 november. Du hittar mer information på himalayan.com

FOTOGRAF

Sofie Lantto
[Instagram.com/lanthello](https://www.instagram.com/lanthello)



