



# MUJERES DE NUESTRA HISTORIA



## MUJERES DE NUESTRA HISTORIA

### INDICE

■ Evelyn Ashford en la calle 4; Teresa Rioné en la 5 (Alfredo Varona).....	02
■ Sandra Myers: "A los 59 años he aprobado una oposición" (Alfredo Varona) .....	04
■ Isabel Mozún: la niña que compitió en un Campeonato de España con 13 años (Alfredo Varona) .....	06
■ Rocío Ríos: al filo de lo imposible (Alfredo Varona) .....	08
■ Margot Moles y aquellas valientes pioneras (José Javier Etayo) .....	10
■ Blanca Lacambra: hoy toca recordar (Alfredo Varona).....	12
■ Niurka Montalvo: de La Habana a Sevilla (Fernando Miñana) .....	14
■ Naroa Aguirre y aquella entrevista en el 'Marca' (Alfredo Varona) .....	18
■ Natalia Rodríguez, una mediodonista de leyenda (Miguel Olmeda) .....	20
■ Mar Martínez. cómo explicar que tiene ELA y que avanza tan rápido (Alfredo Varona) .....	24
■ Margarita Ramos. Once años y tres metros (Fernando Miñana) .....	26
■ Mayte Martínez, de toda una década en la élite mundial a apasionada entrenadora novel (Antonio Aparicio) .....	29
■ Nuria Fernández: de la maternidad a la gloria europea (Miguel Olmeda) .....	35
■ María Vasco: todo fue por una vecina (Alfredo Varona).....	37
■ Marta Míguez: una campeona gracias a su hermana (Fernando Miñana).....	39
■ El día que Mariajo Poves disfrutó al máximo e hizo historia para España (Antonio Aparicio).....	42
■ Las fronteras de Loli Pedrares (Fernando Miñana) .....	45
■ Miriam Alonso: "No necesito que las paredes de casa me recuerden lo que he vivido" (Alfredo Varona).....	48
■ Iris Fuentes Pila y la maternidad (Alfredo Varona).....	50
■ Marta Mendía y la clase media (Alfredo Varona) .....	52
■ Encarna Granados y la ONU (Alfredo Varona) .....	54
■ Alozie, la 'hija' de Blanquer (Fernando Miñana) .....	56
■ Coro Fuentes, la primera mediodonista total (José Javier Etayo) .....	59
■ Rosa Morató: Una mujer de campo (Miguel Olmeda).....	62
■ Carlota Castrejana, el talento multidisciplinar que venció a la incomprensión (Antonio Aparicio) .....	65
■ Mercedes Chilla, las cábalas y una medalla única (Fernando Miñana) .....	70
■ Carmen Valero, la llamada de la tierra (Miguel Calvo) .....	75

# Evelyn Ashford en la calle 4, Teresa Rioné en la 5

Por : Alfredo Varona



**EN 1982 SALIÓ CAMPEONA DE ESPAÑA DE 100 Y 200 METROS EN SANTIAGO DE COMPOSTELA. TENÍA 17 AÑOS.**

Dos años después, Teresa Rioné iba a participar en los Juegos Olímpicos de Los Ángeles 84. Es más, iba a ser la primera velocista española en pasar una eliminatoria en unos JJOO, en quedarse a un puesto de las semifinales.

Yo no me acuerdo de eso, pero Gerardo Cebrián, que entonces era jefe de prensa de la Federación Española de Atletismo, sí se

acuerda. Y, antes de hablar con ella, le pido que me sitúe, que viaje en busca de su recuerdo 35 años después:

*-Para mí, Tere siempre será la mejor velocista española de todos los tiempos en cuanto a calidad. Los récords los tienen otras, pero la clase la tenía ella. Verla correr era un primor -razona*

Ahora es ella, Teresa Rioné la que regresa a esos JJOO de Los Ángeles, donde tuvo la oportunidad de conocer a su gran referente, que era Evelyn Ashford, cuatro oros olímpicos.

*"De hecho, corrí a su lado en la eliminatoria: ella en la calle 4 y yo en la 5", recuerda*

*Y es un recuerdo impecable. Máxime porque Tere tenía 19 años. Y era junto a Isabel Mozun la única chica del equipo de atletismo español. Y todo eso sucedió en esos JJOO del 84 "en los que se consagró Carl Lewis, en los que se cayó Mery Decker, en los que disfrutamos de la rivalidad en 1.500 de Coe y Ovett, en los que aplaudimos a Abascal cuando consiguió su bronce o en los que estuve en la grada aplaudiendo al equipo de baloncesto cuando ganó la plata ante EEUU".*

**COMPRUEBO ENTONCES QUE ES VERDAD: LA FELICIDAD TAMBIÉN RESIDE EN LOS RECUERDOS. Y HOY ESTAMOS AQUÍ PARA RECORDAR.**



Para recordar a esa joven que fue Teresa Rioné: la que descubrió Jordi Campmany, el mismo entrenador que descubrió a Antonio Corgos o Carlos Sala. El mismo entrenador que le enseñó "a disfrutar y a amar este deporte" desde que ella lo conoció en el colegio, "donde él daba clases de educación física".

Fue su maestro. Y siempre estamos en deuda con nuestros maestros porque nos inspiran a hacer lo que más nos gusta.

Y Teresa Rioné fue atleta. Una atleta con unas condiciones espectaculares, como no deja de recordarme Gerardo Cebrián, hasta que una grave



lesión de espalda la retiró a los 25 años. No fue justo. Fue muy temprano, pero la vida no siempre nos pide opinión. "Tuve dos operaciones seguidas y me recomendaron dejarlo", explica hoy sin frustración, sin nostalgia de ninguna clase

**SÓLO SE QUEDÓ CON LO BUENO.**

*"No fue fácil pero la ventaja es que me incorporé al mundo laboral muy pronto, al mismo tiempo que mis compañeros de curso. Y nunca sentí que tuviese que readaptarme", recuerda.*

Hoy, a los 54 años, su vida laboral es parte de su fortaleza. "Me dedico a la comunicación corporativa internacional, la que ha sido mi otra pasión después del deporte, en el sector de la salud".

También estuvo "una década trabajando en medios audiovisuales en España". Y después se instaló en el extranjero casi 15 años, "primero en Holanda y luego en Londres desde donde me tocó viajar por todo el mundo".



Y nunca se olvidó de la atleta que fue: Teresa Rioné Llano. *"Creo que una es atleta para toda la vida".* Por eso da gusto escucharla: *"Aunque no compita, sigo corriendo, sigo haciendo deporte".*

Quizá el atletismo haya cambiado respecto a aquellos años ochenta en los que ella recuerda que levantaba *"pocas pesas"* en el gimnasio. *"A cambio, hacía bastantes multisaltos y mucha técnica de carrera, que era lo que más me gustaba".* Y tenía esa cabeza de atleta. Y tenía esa ambición por ganar y por mejorar. Y hubo un día, especialmente uno, en el que Tere redujo distancias con la perfección. Y el resultado fue la carrera de su vida. *"Fue en Vallehermoso cuando batí el ré-*

*cord de España de 100 metros y me clasificué para los JJOO. Acababa de llover y el viento y la temperatura eran perfectos. Y fue uno de esos días en los que todo sale bien, sin esfuerzo. Disfruté mucho la carrera. Me acuerdo perfectamente",* memoriza hoy.

En realidad, Teresa Rioné es parte de la memoria, de los que la vieron como Cebrián, que sólo pone una pega al recuerdo: *"Fue como el canto del cisne porque nos duró tan poco... Creo que nunca volvimos a ver a la Tere del 84. Y entonces tenía 18 o 19 años".*

Ella recuerda que pudimos no verla nunca en la pista porque lo que realmente le gustaba era el ballet y llegó al atletismo a los 14 años *"por casualidad"* en Barcelona. Pero nunca se arrepintió de esa

decisión. *"El atletismo es una escuela excelente de la vida".*

Y se da cuenta en días como los de la semana pasada cuando estuvo en Lausana. Y fue al Museo Olímpico, que es espectacular. Y entonces se recordó a sí misma, *"yo fui olímpica"*, con la poca gente que hay en el mundo que pueda decir eso.

Y Teresa Rioné es una de ellas. Y no hace mucho fue una de los participantes de Los Ángeles 84 que fue homenajeada en el COE. Y, aunque ella tiene controlada la nostalgia, se emocionó. Y volvió a decir: *"Qué suerte la de haber sido atleta, qué agradecimiento a todo esto".*

Y, sí, es verdad que han pasado muchos años, que ha cambiado mucho la vida y que ha cambiado mucho el atletismo.

Pero en todos estos años lo único que no ha cambiado es *"la cabeza del atleta"* como constata ella, la mujer de hoy de 54 años, la jovencita de ayer, la que llegó a unos JJOO a los 19 años.

Hoy, esa jovencita es una mujer que viaja por tantos sitios y que, sin ir más lejos, acaba de volver de Lausana, donde le ha vuelto a parecer que fue ayer.

*"He estado con Nawal el Moutakawel en los Juegos de Invierno de la Juventud con la que compartí equipo en mi estancia en la Universidad de Iowa State, en Estados Unidos".*

Y, al escucharla es como si la gente de la generación de Gerardo Cebrián volviese a abrir el baúl de los recuerdos y a regresar a Los Ángeles 84. Y a aquel día con Evelyn Ashford en la calle 4 y Teresa Rioné, en la 5. ■

# Sandra Myers:

## “A los 59 años he aprobado una oposición”

Por : Alfredo Varona



A Sandra Myers no le importa reconocer la edad que tiene:

*-59, tengo 59 años.*

A Sandra Myers le parece “una edad muy válida” y no hace falta preguntarla por qué. Acaba de volver a las pistas dos veces por semana. Acaba de volver a realizar sus primeras series de hasta 150 metros. Acaba, en definitiva, de volver a federarse y, si sus tendones de Aquiles no lo impiden, competirá con el uniforme del Atlético Pamplona, que es su nuevo club.

*-Estoy intentando que mi cuerpo respon-da -le repite Sandra cada día a Gregoria Ferrer, Goya, una de las mujeres con las que batió el récord de España de 4x400 y que hoy es entrenadora en la pista de Larrabide.*

Sandra Myers vive ahora en Pamplona desde este verano cuando aprobó una oposición como profesora en el Conservatorio Superior de Música de esta ciudad.

*-Probé suerte, lo saqué y me fui para allí. Llevaban 25 o 30 años sin sacar estas plazas, pero Sandra Myers defendió que, a su edad, aún no se le había pasado el arroz.*

*-Hay amigas mías de mi generación que se han jubilado o piensan en jubilarse y, de repente, voy yo y saco una oposición. Sé que no es lo normal, pero es lo que digo siempre. Mientras que a los 59 años yo me veo como una mujer de 35 hay gente que, a mi edad, se comportan como ancianos.*

*-¿Qué es lo normal: lo mío o lo de ellos? -pregunta-. No lo sé, pero yo prefiero lo mío.*

No sabe hasta qué punto influye la atleta que fue.

*-Pero supongo que influiré. Sí, claro. De esa herencia no me desprenderé nunca. El atletismo, como la música, me enseñó a competir, a trabajar, a tener retos, a decir ‘esto yo lo puedo conseguir’.*



Quizás por eso ha aprobado la oposición. *-No diría que no -acepta-. Pero también es verdad que la experiencia ya no te obliga a estudiar tanto.*

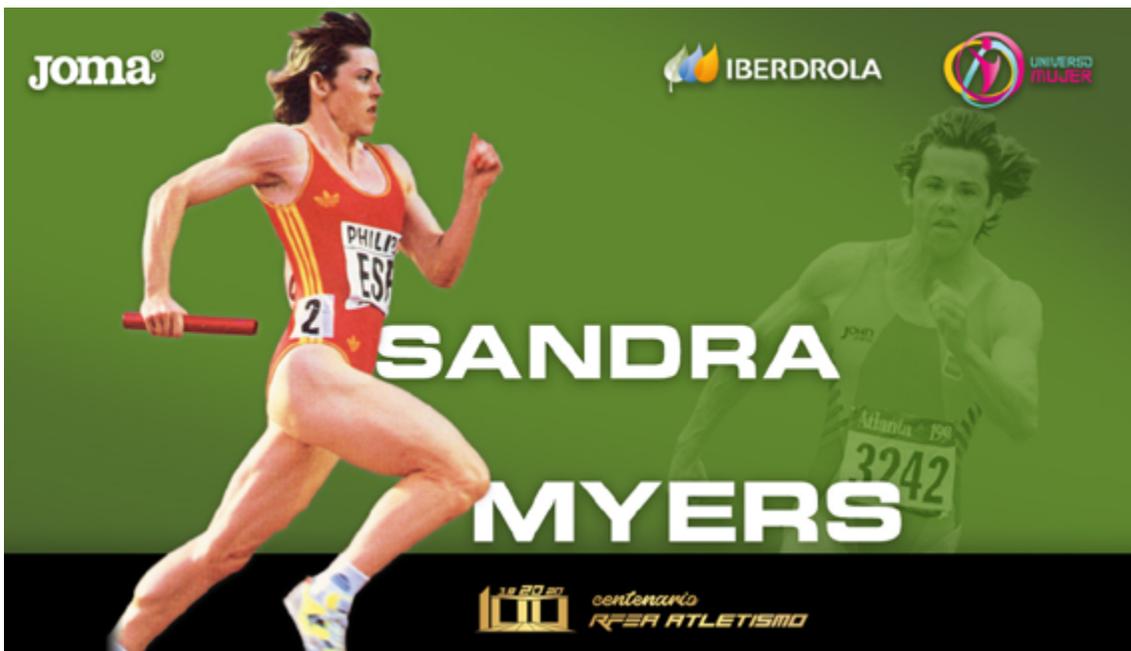
Sandra Myers ya llevaba 18 años en la docencia como profesora interina de música. Sandra Myers, en realidad, ha batallado mucho desde que se retiró a los 36 años.

Ha tenido tres hijas que ya están en la universidad. Ha participado en política. Ha tenido una academia de inglés. Ha vivido en Madrid, ha vivido en Salamanca y nunca ha dejado de imaginar que “lo mejor está por llegar”.

Quizás por eso vive rodeada del optimismo, de la alegría de vivir, de demostrar en la vida real lo que Santiago Seguro la escribió de ella en ‘El País’ durante el Mundial de Tokio 91.

*“De todas las condiciones que la definen como atleta ninguna mejor que su capacidad para el combate”.*

Sandra Myers fue medalla de bronce en



los 400 metros de aquel Mundial. Sandra Myers superó en los últimos 30 metros a la soviética Olga Brizgina, la misma que hasta ahí le sacaba un cacho y que, 4 años antes, había sido oro olímpico en Seúl 88.

Sandra Myers es la misma mujer que recuerda aquel verano "quizás como el mejor verano" de su vida. Batalló frente a lo imposible en medio de una humedad terrible, de un calor imperdonable. *-Hice lo que ya no se hace: cuatro series*

*en cuatro días consecutivos. No sé ni cómo lo logré. Llegué a la final y pensé, "esto va a ser imposible". Por eso aún no sé de donde saqué la energía.*

Pero esa es la magia de los recuerdos, capaces de sorprendernos a nosotros mismos.

*-Mi prueba favorita siempre fue el salto de longitud. De hecho, era lo que hacía hasta que me fui a estudiar a la Universidad de UCLA y viene mi entrenador me dice: 'tienes que probar en los 400 metros vallas, que es una prueba nueva'.*

Después, descubrió por sí misma que los 400 metros eran incompatibles con el salto de longitud. Y tuvo que decidirse. Y no se equivocó en la decisión, porque acabó siendo medallista mundial de 400 metros en un podio que, quienes lo vivimos, todavía repetimos de memoria: María José Percec, oro; Crit Breuer, plata y Sandra Myers, bronce con 49'78.

Sandra Myers, en realidad, fue la americana de Kansas que se nacionalizó española "quizás por casualidad, no sabría explicarlo. El caso es que vine de vacaciones a Madrid y quién me iba a decir que aquí iba a casarme y a empezar el resto de mi vida. Pero así fue".

Y nada de eso fue un error.

*-Qué va. Al contrario -razona hoy-. No me puedo arrepentir de nada. Incluso, resulta que un día voy a la pista de Vallehermoso, sólo por curiosidad, y a partir de ahí se inicia un mundo nuevo para mí.*

Y añade:

*-Yo venía desengañada de EEUU. Después de la Universidad, me lesioné y me encontré sin ningún apoyo. No tenía adónde ir y pensé que el atletismo ya se había acabado para mí.*

La realidad es que Sandra Myers duró en el atletismo hasta los 36 años en los que no hay que engañarse: siempre queda alguna cuenta pendiente. *-Efectivamente. Así fue -admite hoy-. Pero eso es la vida. Unas veces es que sí y otras es que no como me pasó a mí en el año de los JJOO de Barcelona 92, que tenían que haber sido mis Juegos. Pero me lesioné y entendí que no se podía.*

Después, se recuperó pero ya nada fue igual. Ni para ella ni para nosotros, que tanto habíamos disfrutado con ella. Aun así nada de lo que pasó después impide que en febrero de 2020 sigamos hablando de Sandra Myers, la española que vino de Little River (Kansas), como nuestra mejor velocista de la historia. ■

# Isabel Mozún:

## la niña que compitió en un Campeonato de España con 13 años

Por : Alfredo Varona



Ella lo recuerda como un juego y es incapaz de recordar la edad que tenía en aquel Campeonato de España de Barcelona, que fue su primer Campeonato de España absoluto. Pero Miguel Villaseñor, cuya memoria funciona como un reloj, sí lo recuerda:

-Tenía 13 años y 10 meses.

-Voy a cumplir 60 años y me está pidiendo un esfuerzo de memoria importante, casi imposible para mí -justifica ella.

Y ella es Isabel Mozún que, sin embargo, recuerda que en aquel campeonato fue "la penúltima"; que compitió "con la Federación madrileña"; que fue "en tren a Barcelona"; que se alojó "en un hotel a las afueras de la ciudad", que se pasaba "todo el día en la piscina del hotel" y que Landa la apodó por este motivo como "la sardinita".

Y era una niña.

Tenía 13 años y 10 meses.

Y era aún más joven que Xela Martínez, la atleta que ha competido este fin de semana con 14 años en el Nacional absoluto de Ourense. Pero Isabel Mozún, que hoy es una mujer a unos meses de jubilarse como profesora de instituto, saltadora de altura entonces, no lo recuerda como "algo tan especial ni tan diferente. Las cosas vienen cuando vienen".

*"Había hecho la mínima y me había ganado ese derecho y si mi entrenador dijo que sí, que fuese, sería por algo. Y, pasados los años, yo no le encuentro ningún punto en contra, porque creo que la mejor forma de aprender es viendo. Sobre todo en una disciplina como el salto de altura. Y yo entonces sabía donde iba. Y fui penúltima y fue gratificante porque yo mi misión no era buscar la excelencia, sino aprender para el día de mañana".*

-Por qué iba a ser prematuro? -pregunta hoy.

El tiempo dio la razón a Isabel Mozún, que luego llegó a ser 20 veces campeona de España; que aguantó en la élite hasta los 31 años cuando tuvo a su segunda hija y que en el viaje cumplió sueños espectaculares como el de ir a unos JJOO: los JJOO de Los Ángeles 84, donde saltó a la pista, justo detrás, de una atleta a la que entonces veneraba todo el planeta:

Sara Simeoni, una diosa que había sido campeona olímpica y que tenía el récord mundial de la época (2,01 metros).

Y, aunque eran las 9,30 de la mañana y ella pensaba que el estadio estaría vacío, no fue así. La grada estaba llena y la gente se lió a aplaudir y una de las atletas que aplaudían era ella, Isabel Mozún, que lo vivió como se viven las cosas que solo pasan una vez en la vida. "Imaginaba que no iba a volver a vivir nada igual", razona desde el realismo. "Yo sabía que pasar a la eliminatoria era casi imposible para mí. Traía una marca de 1,86 y me pedían 1,90. Pero es que mi mérito fue estar ahí, llegar hasta ahí".

Y eso es lo que tratamos de radiografiar hoy en la frialdad de una tarde de invierno de 2020, que regresa con letra mayúscula al pasado.

-Yo hacia voleibol hasta que un profesor que tenía relación con el atletismo me ofreció hacer atletismo. Y empecé. Y luego me vi yendo a entrenar dos días a la semana al INEF con Paco Gil. Y entonces iba a esos campeonatos escolares que tanto me motivaban. Y como era muy precoz en las marcas avancé rápido. Los resultados me reforzaron, pero quién me iba a decir que algún día llegaría a unos JJOO..., parecía tan difícil...



Pero llegó: Isabel Mozún llegó a ser olímpica en Los Ángeles 84, donde lo vivió todo, “desde la ceremonia de inauguración a la de clausura”. Y hoy lo cuenta con un orgullo insobornable “porque vivir eso, llegar a la villa olímpica, formar parte del mismo campeonato en el que estuvieron Carl Lewis, Michael Jordan, Sebastian

Coe..., qué sé yo, no sé ni cómo explicarlo, pero me hace tanta ilusión recordar, decir ‘Isabel, tú estuviste allí’, y es verdad: estuve”.

Y la realidad es que todo había empezado como un juego para ella, una madreña de Puerta de Hierro, en el Liceo



Sorolla. Pero esa es la magia de la vida: la de llegar más lejos de lo que te atreves a imaginar.

Y ella lo hizo.

“Me gustaba mucho el deporte. De hecho, en la villa olímpica no me perdía ningún deporte. Iba a ver todos los que podía. Incluso, recuerdo que fui a la final olímpica de baloncesto con Juan de Dios Román, que era el seleccionador de balonmano. Pero es que al lado del deporte yo me sentía en mi sitio. De hecho, luego estudié INEF y a eso me he dedicado el resto de mi vida dando clases. El otro día estaba haciendo cuentas y ya llevo 35 años de vida laboral”.

De ahí que el final se aproxime y ella defienda que le parezca “merecido después de tanto tiempo”. Isabel Mozún va a cumplir 60 años, una edad que le ayuda a hacer resumen, a reunir a los recuerdos.

“Creo que siempre supe donde debía y quería estar, lo que podía hacer y lo que

no”, justifica hoy. “Mire, yo empecé estudiando psicología y me gustaba y aprobaba. Pero me di cuenta de que mientras otros tenían tiempo para leer seis libros yo leía dos. Así que tenía que buscar otro camino”.

Y lo encontró.

“Y lo encontré, sí, porque hice INEF y luego aprobé las oposiciones. Y, a partir de ahí, qué quiere que le diga... Esto ya se está acabando. Mi vida laboral se está acabando. Luego, igual echaré de menos dar clases pero ya quiero acabar. Quiero ser dueña de mi tiempo. Me encanta esquiar, me encanta viajar, me encanta caminar..., y tiene que ser ahora, que me conservo bien. Las lesiones me han tratado bien y el momento de jubilarse es cuando una aún está bien y puede hacer cosas. Hay edades a las que ya no se puede esperar demasiado”.

Y es verdad: ya es mucho tiempo como entendimos antes de iniciar esta conversación cuando Miguel Villaseñor nos refrescó la memoria desde la Asociación Española de Estadísticos de Atletismo (AEEA):

Isabel Mozún tenía 13 años y 10 meses cuando inició su desafío.■

# Rocío Ríos: al filo de lo imposible

Por : Alfredo Varona



-No, no, de verdad que no, que no estoy cansada.

Así contestaba Rocío Ríos a María Escario, la periodista de RTVE, nada más terminar el maratón de los JJOO de Atlanta 96. Acababa de ser quinta y tenía todo el derecho a llorar de pena o de emoción; a decir 'no puedo más' o a explicar que ya podía morir tranquila: quinta en un maratón olímpico. Quién se lo iba a decir. Quién nos lo iba a decir.

Pero entonces Rocío, con esa naturalidad infranqueable, contestó que no, que no estaba cansada. Y, por alguna extraña razón del destino, yo lo recuerdo como si fuese hoy. Y lo que no recuerdo, porque no lo viví, es que, nada más llegar a la habitación de la villa olímpica, ella, la pequeña Rocío, la gran Rocío, iba a echar un pulso con Sandra Myers que la estaba esperando para darla las gracias por tanto: lástima de fotografía.



Pero así era Rocío y así es Rocío, la mujer que va a cumplir 51 años, la mujer que es madre de dos hijos de 13 y 11 años, la misma mujer que no se quiere ir de este mundo sin correr algún día el maratón de Nueva York. El mismo maratón en el que un día le ofrecieron un fijo de dos millones de pesetas pero David, su entrenador, le dijo que no, que esta vez no, que "tú te quedas aquí" y le señaló el camino: *-Ha llegado el momento de que vayas a por el récord de España de maratón de Ana Isabel Alonso (2h26m51seg)* Y Rocío fue a por él en el maratón del valle del Nalón. Y no salió esa vez porque no todo sale en el maratón: océano bello pero peligroso, reflejo imprescindible de la vida en la que tanto hay que valorar el día a día y casi que es preferible no arrepentirse de nada de lo que hiciste o de lo que intentaste. *-Mañana no se sabe lo que puede pasar.*

Y dice ella, Rocío Ríos, que ahora está lesionada del menisco, precisamente en la elíptica, donde se subió para ahorrar impactos. Y se bajó herida. Y aún sigue en talleres. Quizá porque su cuerpo ya no es el que fue. Aquel cuerpo que, lloviese o nevase en Gijón, estuviese como estuviese el piso, se ponía las mallas cortas, la camiseta de tirantes, "porque a los 500 metros me sobraba todo", y hacía lo que le mandaba David Méndez, su entrenador. Y a veces, hasta con los clavos puestos.

Y podían ser 20x400 o 15x1.000 acabando a 3'01", qué grande Rocío, qué importante fue en aquellos años noventa: cómo la quería la gente en Asturias, cómo hablaban de ella. Cada día salía su nombre en los periódicos locales y es normal que hoy se note la nostalgia o la satisfacción del deber cumplido, que no tiembla de miedo al recordar. Porque fue real: real como la vida misma.

Y llegó a Atlanta: el día, el maratón más importante de su vida. Y el recuerdo es un arte, porque le sacó jugo a esa oportunidad como solo podía sacarselo ella: Rocío Ríos, la atleta que, antes de entrar en la pista, iba a pasar a Manuela Machado y a Lidia Simon, que parecían imbatibles. Un año antes habían sido primera y segunda clasificada en el Mundial de Gotemburgo.

Pero Rocío fue la misma atleta que entró al estadio, que vio la grada llena de gente



y que se puso a saludar como si no hubiese mañana o como si ella fuese una celebridad. Y al pasar por primera y única vez por la meta le preguntó a los jueces si esto se había acabado porque no quería que se acabase. Quería una vuelta más, quería que esa carrera durase siempre. Pero tenía que acabarse porque todo se acaba en la vida.

Hoy, escucho a Rocío. 24 años después, con esa sonrisa: la misma sonrisa. Con ese lenguaje: el mismo lenguaje que blindo las puertas al recordar aquellos Juegos Olímpicos del verano del 96. Y lo explica en voz alta. Y entonces explica que "si había que cumplir un sueño", ella lo cumplió en Atlanta, donde estaba en la flor de su vida. Tenía 27 años y fue todo tal y como lo imaginó. Hasta ese día en el que conoció a Indurain o el siguiente en

el que los chicos de la selección de waterpolo la cogieron en brazos y la llevaron al estudio en el que le esperaba una entrevista con José María García.

No se podía pedir más.

Fue un verano inigualable, en realidad. El verano que no se había atrevido ni a soñar Rocío, la misma joven que había empezado a trabajar cuidando a una señora mayor por 5.000 pesetas. La misma que luego trabajó en la hostelería limpiando habitaciones. Y a las seis de la tarde, cuando salía de trabajar, se iba a correr. Y entonces encontró un entrenador que lo vio tan claro. Y le dijo sin miedo a equivocarse:

*-Tenemos que insistir porque tú tienes una facilidad especial para correr.*

Y, a los 23 años, Rocío hizo su primer maratón en 2h31m43seg. Y luego llegó



a hacer 2h28m20 en San Sebastián. Y a ser nueve veces campeona de España. Y a ser una atleta con mayúscula que no se asustaba en ningún escenario tuviese el tamaño que tuviese. Y por eso llegó, vio y venció en Atlanta en el verano de su vida. Y si hubiera logrado la medalla, que pudo lograr, ¿qué hubiera pasado, Rocío? ¿Qué hubiera sido de ti? ¿Cómo se me ocurre hacer esas preguntas?

*-Igual hubiera conseguido un trabajo para toda la vida* -razona o ironiza ella hoy, casi 24 años después.

Pero no hay nada que reprochar a la vida. Al contrario. Si alguien supo sacar provecho de la fuerza de voluntad fue ella: Rocío Ríos. Si alguien estuvo a punto de llegar al fin del mundo también fue ella: Rocío Ríos. Y por eso los recuerdos disfrutan tanto al regresar al pasado. Un pa-



sado que nos demuestra que el tiempo pasa más deprisa de lo que podíamos imaginar en el verano del 96.

-Pero es que entonces era tan joven -rebate hoy Rocío, la misma mujer que sigue viviendo en Gijón. La misma mujer que da clases de atletismo tres días a la semana a niños en el Grupo Covagonda. Pero, sobre todo, la misma mujer que promete que es feliz, que la vida le va bien con sus dos hijos y con su marido: un profesor de educación física que, desde hace años, trabaja de interino en la pública y que sueña con sacar algún día la oposición.

Y no desiste porque, como demostró su mujer en el verano del 96, los sueños se cumplen. A veces en las condiciones más difíciles y en los mejores escenarios que podamos imaginar.

Y entonces ocurren cosas imprevisibles.

*-Y no, de verdad que no, que no estoy cansada* -le decía entonces Rocío a María Escario en RTVE y cómo olvidarlo, cómo vamos a olvidarlo. ■

# Margot Moles y aquellas valientes pioneras

Por : José Javier Etayo



**EN 1920 SE CONSTITUYÓ LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA.** Hacía ya 20 años que había resultados de atletismo en pista en España, y se llevaban celebrados cuatro ediciones del campeonato nacional. Aquel mismo año se estrenó en Amberes el atletismo olímpico español. Pero todo esto hacía referencia sólo al atletismo masculino, como ocurría en buena parte del mundo; pensemos que hasta 1928 no se estrenan las atletas en los Juegos

Olímpicos. Curiosamente, en septiembre de 1921 hubo dos sesiones de pruebas atléticas en Madrid, protagonizadas por atletas francesas. Pero no participó ninguna española, y ningún fruto quedó de aquellos dos días.

No fue hasta 1929 cuando súbitamente aparece un plantel de deportistas que comenzaron la práctica atlética femenina. La chispa la encendió Manuel Robles,

acreditado saltador, que había abandonado la Real Sociedad Gimnástica Española para incorporarse a la Sociedad Atlética. Robles comenzó a entrenar a alumnas suyas del Instituto Escuela. La aparición pública llegó el 23 de junio, en el campo de la Sociedad. Concurrieron cinco atletas que disputaron seis pruebas. Conviene recordar a las vencedoras de esta primera vez: Aurora Villa ganó en 60 metros y altura, Lucinda Moles en longitud, Margarita (Margot) Moles en peso y disco, y Carmen Herrero en jabalina. Esto fue todo por aquel año, pero ya se había empezado. En 1930 se unieron las primeras atletas catalanas.

En 1931 llega la competición institucional. El 27 de septiembre se celebraron los primeros Campeonatos femeninos de Cataluña, ya con un programa muy completo: Rosa Castelltort ganó los 60 y la longitud, María Morros los 80, y ambas empataron en altura; Mercedes Castelltort ganó los 500, Ana Tugas en peso, Josefina Artal en disco, Ana María Martínez Sagi en jabalina, y el Club Femeni d'Esports el relevo 4x50 metros.

El último paso fundamental se dio los días 24 y 25 de octubre, en el campo de la Sociedad Atlética en Madrid, donde se disputó el primer Campeonato de España femenino, junto con el masculino de de-



catlón. Concurrieron sendas selecciones de Castilla y Cataluña, que se repartieron las como sigue las diez pruebas celebradas: Rosa Castelltort ganó en 80 y 150, Luisa Oliveras en 600, Dolores Castelltort en 80 vallas y longitud, Aurora Villa en altura y jabalina, Ana Tugas en peso, y Margot Moles en disco. Por último el cuarteto catalán ganó el relevo 4x75 metros. Estos nombres, más el de Joaquina Andreu, serían los protagonistas del atletismo femenino español hasta 1936.

Una semana antes del Campeonato de España, las atletas madrileñas habían disputado unas pruebas de selección. En ellas se produjo un acontecimiento notable, cuya explicación requiere que retrocedamos un poquito en el tiempo.

El 29 de junio de 1931 se celebraron en el campo de la Sociedad Atlética unos intentos de récord, con notable éxito. Aurora Villa batió los de 80 y longitud, y Margot Moles los de peso y disco. Pero lo insólito es que se disputó también una prueba de lanzamiento de martillo, que



ganó Lucinda Moles con 17,03 metros. La primera de la que se tiene noticia en el mundo. No fue flor de un día, porque el 18 de octubre, en esas pruebas de selección que comentábamos antes, se volvió a programar el martillo. Esta vez ganó Aurora Villa, con una nueva mejor marca de 18,58.

El último éxito en este camino se logró el 19 de junio de 1932. En el primer Campeonato femenino de Castilla, celebrado en las recién estrenadas pistas de la Ciudad Universitaria, se programó el lanzamiento de martillo. Participaron nada menos que cinco atletas, y conviene que repasemos el podio: ganó Margot Moles con 22,85, seguida por Aurora Villa con 19,50 y Matilde Lelong con 19,23. Ya no hubo más superaciones de esta marca, en España pero tampoco en el

mundo. La marca de Moles no se mejoró hasta 1975, cuando la británica Rosemary Payne registró 32,08.

Deberíamos pues repasar un poquito la carrera atlética de Margot Moles. Aunque en toda su vida deportiva representó a Castilla, había nacido en Tarrasa el 12 de octubre de 1910. En 1927 se trasladó con su familia a Madrid, donde su padre pasó a trabajar en el Instituto Escuela. En 1929 ya participó en la competición fundacional del atletismo femenino español, y desde entonces destacó especialmente en los lanzamientos de peso y disco, además de su marca en martillo.

Fue campeona de España en lanzamiento de peso en 1932, con 9,52; y en disco en 1931 con 27,92, y en 1932 con 30,56. Obtuvo los tres primeros récords de Es-

paña en peso, 8,56 en 1929, 9,49 en 1931 y los 9,52 de 1932, que fue batido por Ana Tugas con 9,77 en 1933. En disco logró los cinco primeros récords de España, sucesivamente 27,51 en 1929, 29,06 en 1931, 33,91 en 1932, y 35,01 y 35,84 en 1934. Esta última marca duró como récord de España nada menos que hasta 1965. De su nivel da idea que ocupó el puesto 31 en el ranking mundial del año, después de haber sido la 48 en 1932, y la 50 en 1933, con una marca de 33,66. Sus mejores marcas en otras pruebas fueron 1,26 en altura (1932), 4,39 en longitud (1934), y 24,48 en jabalina (1934). Aunque aquí hablamos de atletismo, hay que recordar que la vida deportiva de Margot Moles fue muy variada, y en su amplio historial destaca la participación como esquiadora en los Juegos Olímpicos de Invierno en 1936 en Gar-

misch-Partenkirchem. Junto con Ernestina Herreros, fueron las primeras mujeres olímpicas españolas.

El canto del cisne de su carrera deportiva llegó en 1937, cuando representó a España en la Olimpiada Internacional Obrera en Amberes. Pese a la falta de entrenamiento y de competición debida a las dramáticas circunstancias que se vivían en España, quedó cuarta en disco con 29,66, detrás de las soviéticas Siniskaia y Turova, y la holandesa Hiemstra.

Acabada la guerra, su actividad deportiva terminó también. Quedó reducida a la vida privada, y sus logros deportivos se fueron olvidando. Falleció en Madrid el 19 de agosto de 1987. Pero ahora nadie ignora todo aquello que consiguió. ■

# Blanca Lacambra: hoy toca recordar

Por : Alfredo Varona



**BLANCA LACAMBRA ESTÁ EN CASA, EN SU CASA DE VITORIA.** Hace un rato que ha subido de hacer la compra en el supermercado y ahora se dispone a recordar.

*-Es verdad que me desconecté mucho del atletismo. Quizás porque acabé agotada y a veces pienso que me desvinculé demasiado. Sin ir más lejos, este verano cuando volví a ver a Tomás de Teresa después de 29 años sin verle.*

**-¿Y cómo fue?**

*-Nos localizamos a través de Facebook y quedamos en Santoña, en el pabellón que lleva su nombre, cuando él vino de vacaciones en el mes de julio. Y fue muy*

*emotivo porque nosotros coincidimos en la Blume y luego, cuando nos fuimos a un piso de alquiler, bajábamos y subíamos en coche a entrenar casi todos los días.*

**-Y se emocionaron ustedes.**

*-Y nos emocionamos porque nos costaba entender que el tiempo hubiese pasado tan rápido y que, sin embargo, yo a él no le viese tan cambiado...*

**Blanca Lacambra, a los 54 años, tampoco ha cambiado tanto.**

*-No me puedo permitir engordar porque mis rodillas tienen artrosis degenerativa y no pueden ni deben aguantar mucho peso.*

Blanca Lacambra trabaja de entrenadora personal en un gimnasio de Vitoria donde enseña yoga, y enseña pilates, y enseña todo lo que aprendió de la élite y, aunque se viven tiempos difíciles, promete que es feliz.

**Ésa es la Blanca Lacambra con la que quiero hablar hoy.**

*-Del atletismo aprendí a saborear el momento. Era algo que yo era incapaz de lograr. Cuando me iban bien las cosas siempre quería más. Siempre pensaba en el verano siguiente hasta que llegó una lesión que me partió en dos cuando preparaba los Juegos de Barcelona 92. Entonces me di cuenta de que no tenía sentido no disfrutar el momento y de que yo no lo había hecho cuando pude hacerlo.*

**-Pero ya no había solución.**

*-Sí que la había. Aquellos Juegos se me escapaban pero a mí me quedaba el resto de la vida para disfrutar de las cosas cuando estás bien. No tienes que esperar a que te vaya mal para darte cuenta: yo fui una atleta que conseguí campeonatos de España, que fui plata en un Europeo, que me clasifiqué para unos JJOO y, sin embargo, nunca lo disfruté plenamente. La ambición de querer más y más me lo impedía, y eso es un error.*

Quizás por eso Blanca Lacambra vivió aquellos Juegos de Barcelona desde la

distancia sin ningún remordimiento. *"Me fui de vacaciones a la playa en Castellón y, mientras los seguía por televisión, no se me ocurrió pensar, 'qué pena, yo debía estar ahí', porque no tenía nada que reprocharme: yo había hecho lo posible".*

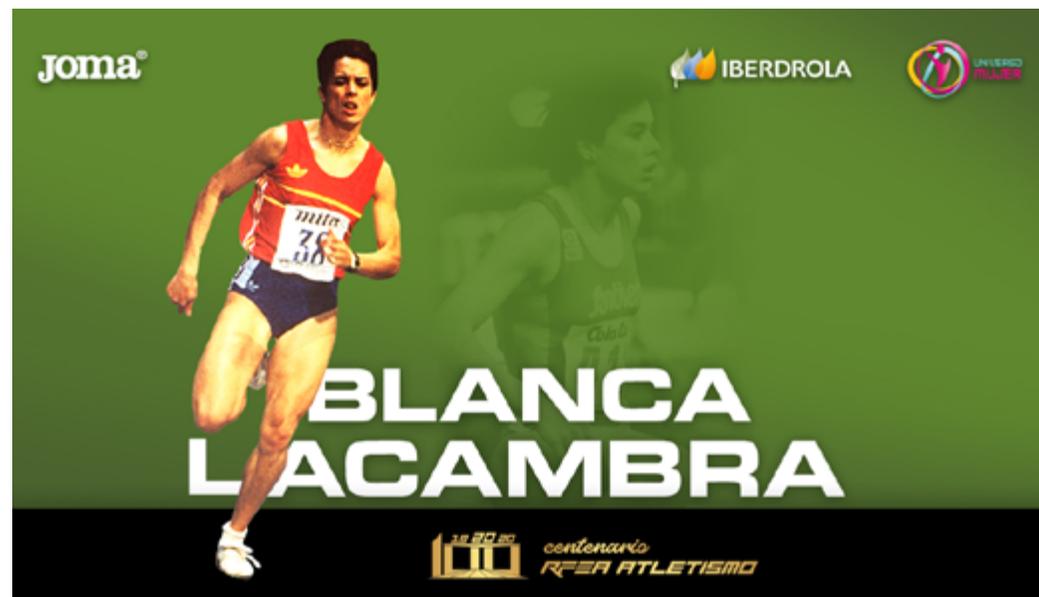
**Y añade:**

*-Desde los 17 años, cuando llegué a Madrid, me entregué en cuerpo y alma al atletismo. Hasta que terminé 'Artes Gráficas', que era lo que estaba estudiando, llegaba a la residencia Blume a las diez de la noche. Me dejaban la cena apartada a un lado y ansiaba los viernes que era mi día de descanso de lo agotada que estaba. Pero cuando me fui de Vitoria les prometí a mis padres, 'seguiré estudiando', y quería cumplir.*

Desde entonces, ha pasado mucho tiempo. De ahí que esta conversación también sea un pasaporte para la nostalgia de una atleta que llegó a correr los 200 metros en 23.04 y los 400 en 51.53. Fue, en realidad, una muy buena atleta Blanca Lacambra. Una mujer que llegó en 1984 a Madrid donde descubrió otro mundo.

*-Yo nunca había cogido una pesa ni había realizado trabajo de musculación.*

Aun así, con 17 años, había sido tercera en la final de 400 metros en un Campeonato de España absoluto en Santiago de Compostela. *"Y entonces me di cuenta de que esto lo había logrado entrenando en*



Vitoria, donde ni siquiera teníamos pista de tartán, y me animé para pedir una beca para la Blume de Madrid. Y en Madrid es verdad que entrené muchísimo, pero por suerte yo traía una buena base del colegio Reyes Católicos de Vitoria”.

Y Blanca Lacambra viajó por el mundo entero. Y logró grandes cosas que hoy, por encima de relatar su currículum, resume de manera educada y elegante:

*-Siempre te queda la satisfacción de haber dado el cien por cien.*

De hecho, el relato de aquellos días es imperial. “Me acuerdo que terminábamos una competición, volvíamos a Madrid, estábamos y, al día siguiente, nos poníamos otra vez manos a la obra”.

Y en el gimnasio, “haciendo musculación”,

ella descubrió que en los 200 metros podía defenderse igual o mejor que en los 400. Y llegó hasta los JJOO de Seúl en el 88 que pudo ser el punto culminante de su vida atlética.

*-Siempre recordaré los Juegos de Seúl que al final fueron mis primeros y últimos Juegos. Es más, fíjate lo que es llegar a unos Juegos, lo que cuesta y lo maravilloso que es lograrlo. Y, sin embargo, si me preguntas a mí te habló de esos Juegos sin más porque creo que llegué bien preparada. Y después de ser plata europea pensé que debía ser semifinlista. Y el hecho de no lograrlo me dejó muy descontenta. Y se me olvidó valorar lo difícil que era estar ahí, el mérito que tenía estar ahí.*

Pero hoy nos sobra tiempo para recordar y para entender que en los recuerdos sale lo mejor y lo peor de nosotros mismos.

*-Fíjate si era difícil estar en unos Juegos que yo no volví a estar más en unos Juegos -razona hoy por sí misma.*

**-Se retiró usted pronto.**

*-Me lesioné mucho. De hecho, hoy ya no puedo ni correr. Pero, es más, si no hubiese tenido lesión tras lesión no me hubiera retirado a los 29 años. Pero en la vida hay que tomar decisiones. Y, si ves que quieres pero no puedes, debes ser honesta. No se puede seguir a cualquier precio cuando ves que tu cuerpo te dice que no. Quizás por eso me aparté tanto del atletismo porque acabé muy agotada.*

Pero el atletismo nunca olvidó su nombre. En la nostalgia Blanca Lacambra siempre será uno de nuestros personajes favoritos. Su currículum es una clase de historia. Nos recuerda a una atleta que fue valorada en todo el mundo y que hoy es una ciudadana más en Vitoria, donde regresó a vivir y donde tuvo un hijo “que ya tiene 18 años y que estudia ingeniería informática en la universidad de Mondragón”.

Porque así es el paso del tiempo, que no se para ante nadie como volvimos a probar hoy tantos años después de conocerla a ella por primera vez: Blanca Lacambra, una parte más de la década de los ochenta. ■

# Niurka Montalvo: de La Habana a Sevilla

Por : Fernando Miñana



El triunfo de Niurka Montalvo en el Mundial de Sevilla fue mucho más que una medalla de oro.

No hay 'spoiler' posible. Todos sabemos cómo acaba esta historia, con Niurka Montalvo subida en la cresta del podio del Mundial de Sevilla 99, el himno de España sonando en el estadio de La Cartuja y el público entregado a la saltadora, convertida de golpe, de un día para otro, en un fenómeno de masas.

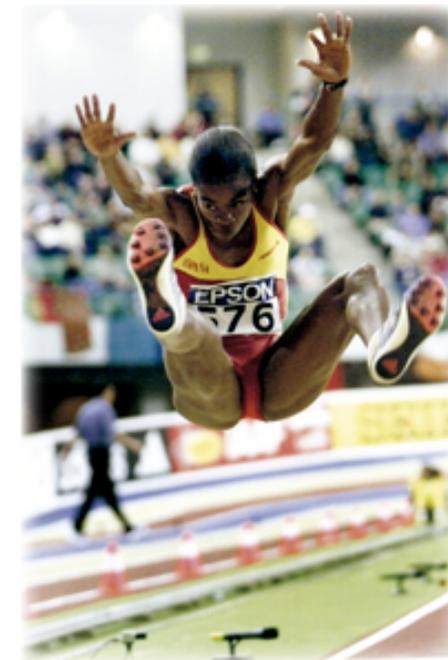
Pero la historia comienza a 500 kilómetros de Sevilla, en el aeropuerto de Barajas, cinco años antes. Un bullicioso

grupo de atletas cubanos está facturando el equipaje después de pasar varias semanas compitiendo en Europa. Las maletas van a tope, con cantidad de productos que no hay en Cuba escondidos entre pantalones de chándal y zapatillas. El velocista Andrés Simón está apurado porque lleva demasiados bultos y aborda a un español que espera en la cola. "Perdone, señor, ¿le importaría pasarme esta bolsita?", le pregunta, zalamero, con esa guasa caribeña, mientras los compañeros observan la jugada. El español dice que sí pero en cuanto coge la 'bolsita' y nota como le cede el brazo entiende el apuro.

Al final todos acaban dentro del avión y, nada más despegar, aquel español, José Saleandro, se va a por Simón para cobrarle el favor. "Perdona, chico, ¿te importaría cambiarme el sitio?". La maniobra la recuerda ahora, 52 años recién cumplidos, Niurka Montalvo (La Habana, 1968). "Se sentó a mi lado en el avión y estuvimos hablando todo el vuelo. Y en cuanto llegué a Cuba, me lo encontré en el estadio Panamericano, que yo entonces no salía de allí. Cogimos confianza, se fue y al año siguiente regresó y ya empezamos una relación".

Niurka era feliz en La Habana. Vivía en el barrio de Los Pinos con su madre y sus hermanas y entrenaba a diario en el Panamericano, un templo del atletismo, en el grupo de Sigfredo Banderas, que también preparaba a Yamilé Aldama o Yoelbi Quesada. "Por eso la idea era casarnos en Cuba y al final de mi carrera deportiva ya decidir dónde nos instalábamos. Pero cuando me fui a casar vieron que era deportista de élite y empezaron a poner inconvenientes. Te falta un sello, luego que te falta este papel, y así cada vez que iba con todo. Yo tenía 26 años y tenía claro que nadie iba a decidir por mí cuándo y con quién me iba a casar. Y fue cuando decidí marcharme".

José Sanleandro había nacido en La Lí-



nea de la Concepción (Cádiz), pero había crecido y estudiado en Alemania, y vivía en Gelsenkirchen. Niurka esperó hasta la siguiente concentración del equipo cubano en Guadalajara para escaparse. Se plantó en La Línea y, tras dos días, se marchó a Alemania por miedo a que le echaran el guante en España por desertora. "En el aeropuerto vi que me seguían unos agentes cubanos. Hay que tener en cuenta que no era como ahora, entonces era algo excepcional".

Después regresó a La Línea, en busca del sol y la playa, y pasó la temporada invernal entrenándose sola. De vez en cuando tenía que ir al consulado de Cuba en Sevilla para lograr algún papel que acreditara que era ella. Y en marzo,



ya documentada, regresó a Alemania y comenzó a entrenar con Eckhart Hurt. “Le estaré eternamente agradecida por su apoyo incondicional y el de su esposa”, apunta. Esa temporada de 1998 la pasó en Alemania y después se casó en Marbella con su pareja. No fue un año sencillo. Niurka pasó del Caribe al invierno del norte de Europa, sin entender el idioma y preparándose sola salvo dos días que iba a Düsseldorf a que Hurt le viera el talonamiento y revisara su técnica. Pero nunca fue una mujer que se arrugara con facilidad y su carácter la sacó adelante. Ese verano llegó a saltar más de 6,90 y completó la Golden League -anterior denominación de la Diamond League-. “No estuvo mal. También hice en el Mitin de Madrid, mi única competición en España porque nadie más se atrevió a enfrentarse a la delegación cubana y prefirieron vetarme. En Madrid hablé con gente del atletismo cubano porque estaban saboteando mi carrera en Europa. El organiza-

dor del mitin de París, por ejemplo, prefirió pagarme en función del puesto que hubiera logrado por ranking que dejarme competir. Hasta que el de Zúrich se plantó y ya todos me dejaron en paz. Cuando hablé con los cubanos les dije que yo aún estaba dispuesta a competir por Cuba, que yo solo me había casado, que no había pedido asilo político, pero me dijeron que no. Ellos solo querían que le pidiera perdón a Juantorena y volviera a Cuba sin hacer ruido, pero yo soy rebelde y no entendía por qué tenía que pedir perdón, así que les dije que era mi profesión y que yo decidía qué hacer con mi vida”.

La Golden League llegó a Bruselas y allí se le acercó Rafa Blanquer. El valenciano le contó que era exsaltador y entrenador y que dirigía el club de su tierra. “Me propuso irme a Valencia y fichar por el Terra i Mar. Ahí se me abrió el cielo porque vivir en Alemania era muy duro para mí, no entendía nada”. Ese invierno cargaron el coche, dejaron atrás Alemania y pusieron rumbo a Valencia con una parada en Burdeos para ver a su hermana, que vivía en Francia. “En Valencia encontré mi sitio. Me encantó el ambiente del grupo, con Glory Alozie, una Concha Montaner jovenísima, Joan Ekah, Elena Córcoles...”.

Como estaba casada con un español solo necesitó un año para lograr la nacio-

nalidad española, que fue autorizada tres meses antes del Mundial de Sevilla. Ahí ya estaban inmersos en su preparación y unos días después participó con el Valencia Terra i Mar en una Copa de Europa de Clubes durísima en la que Niurka acabó tercera, tras Inessa Kravets y Fiona May, pese a saltar 6,84, que en ese momento fue un nuevo récord de España.

Se adaptó bien a Valencia y a Blanquer. “Yo presenté mis libros y mis diarios de entrenamientos y él hizo una buena combinación: lo que estaba bien no había que tocarlo. Me hizo bajar de peso en musculación, aumentar la velocidad corta y corregir algunos errores de abuso de fuerza en la entrada a la tabla”, detalla sobre su nuevo método de entrenamiento.

Unos días antes de irse a Sevilla saltó siete metros por primera vez en su vida. “Mucha gente se puso a decir que como era en Sierra Nevada, en altitud, que así cualquiera... Y yo decía que ya tenía 6,93, que no se me había aparecido la Virgen, que había batido dos veces el récord de España... En fin, que yo sabía que iba avanzando adecuadamente para afrontar el Mundial”.

Por el camino no le asaltaron dilemas de tipo moral. La saltadora solo pensaba en llegar en plenitud al Mundial y demostrar que nadie podía dirigir su vida. Su



misión no era únicamente deportiva, como se demostraría un año después, cuando Cuba impidió que la campeona del mundo compitiera en los Juegos Olímpicos de Sídney, el momento más doloroso hasta entonces. “Cambiar de pasaporte no cambiaba quién era. Yo tenía muy claro que era una cubana adoptada por España, y estaba encantada. Porque, además, había manda-



do el mensaje de que no se acababa el mundo si salías de Cuba, aunque ellos te lo vendieran así. Mi decisión tuvo mucha repercusión; se produjo mucho revuelo”.

Y llegó el Mundial. El día de la calificación. El primer salto en Sevilla. “Salté bien, caí en el foso y me midieron la huella que dejó el pelo. A Rafa casi le da algo. ¡Te recoges la coleta!”, se puso a chillar. En el segundo ya salté 6,50 y en el tercero 6,78 y me metí en la final”.

La final de salto de longitud fue por la tarde-noche. “Calor había pero no me molestaba nada. Y supongo que a Fiona May tampoco. Ella era como yo. Una inglesa nacionalizada italiana tras casarse con un italiano. Las tres primeras de hecho, lo éramos, porque Marion Jones (estadounidense) en realidad es de Belice”.

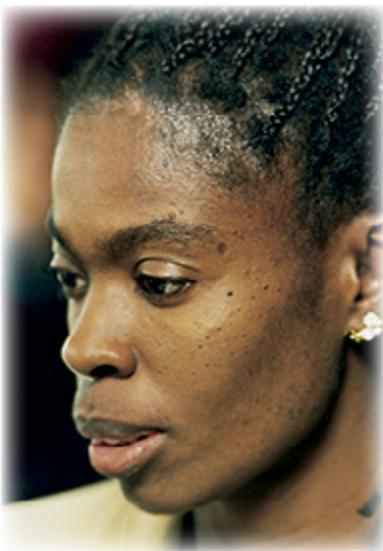
Aquel 23 de agosto de 1999 fue su coronación como atleta. Salió a la pista y comenzó a ver banderas de España que llevaban su nombre. Y cada vez que se levantaba y se iba al pasillo de saltos, el público enloquecía. “Aquello me daba unos subidones... Me preparaba para saltar y parecía que se fuera a caer el estadio. Y, claro, salía desbocada hacia la tabla. Rafa me pidió que me tranquilizara porque me estaba acelerando. Pero es que el público era una pasada, increíble. Esa sensación de que mucha de aquella gente había ido a verme a mí fue muy emocionante. Dejé la bolsa en el suelo y la sensación era de que tenía las piernas flojas. Me temblaban un poco. Y me dije: ha llegado la hora y no puedo fallarles”.

El primer intento, pese a llegar a la tabla como un torrente, fue tranquilizante.

“Hice 6,80 y así ya sabía que pasaba a la mejora, con lo que ya pude centrarme únicamente en competir”. El segundo fue algo inferior (6,77) y el tercero, nulo. En el cuarto mejoró hasta 6,88. Se colocaba segunda. Y, tras otro nulo, llegó la última ronda de saltos. La italiana Fiona May iba primera; Niurka, segunda, y Marion Jones, tercera. “Marion Jones se la jugó e hizo nulo en el último. Era un nulo muy largo, de más de siete metros”. Y llegó su turno. Su sexto intento. La última oportunidad de superar a la italiana. “En cuanto Marion Jones hizo nulo la gente comenzó a chillar de tal manera que tuvieron que parar las carreras. Yo me giré, cerré los ojos y me concentré porque el subidón era tremendo, tenía ganas de comerme la tabla”.

Niurka salió lanzada para empezar una carrera de 15 apoyos. “Iba corriendo y todo el público me acompañaba. ¡Pum, pum, pum! Iba como flotando y tuve que frenar en los últimos apoyos”. Entonces metió el pie, apurando al máximo, y salió despedida, un vuelo de dos y medio, que le llevó muy lejos. “Caí, me levanté, vi que era muy bueno y que el juez levantaba la bandera blanca. Sabía que había superado los 6,94 de Fiona, entonces vi que había saltado 7,06 y se produjo una explosión. Pero justo después me senté y me callé. Si yo había ido a por Fiona estaba claro que ella iba a ir ahora a por mí”. Pero no arriesgó y terminó segunda.

El pie de batida de Niurka quedó inexplicablemente cerca de la plastilina de la tabla. La punta de su zapatilla, unas Re-

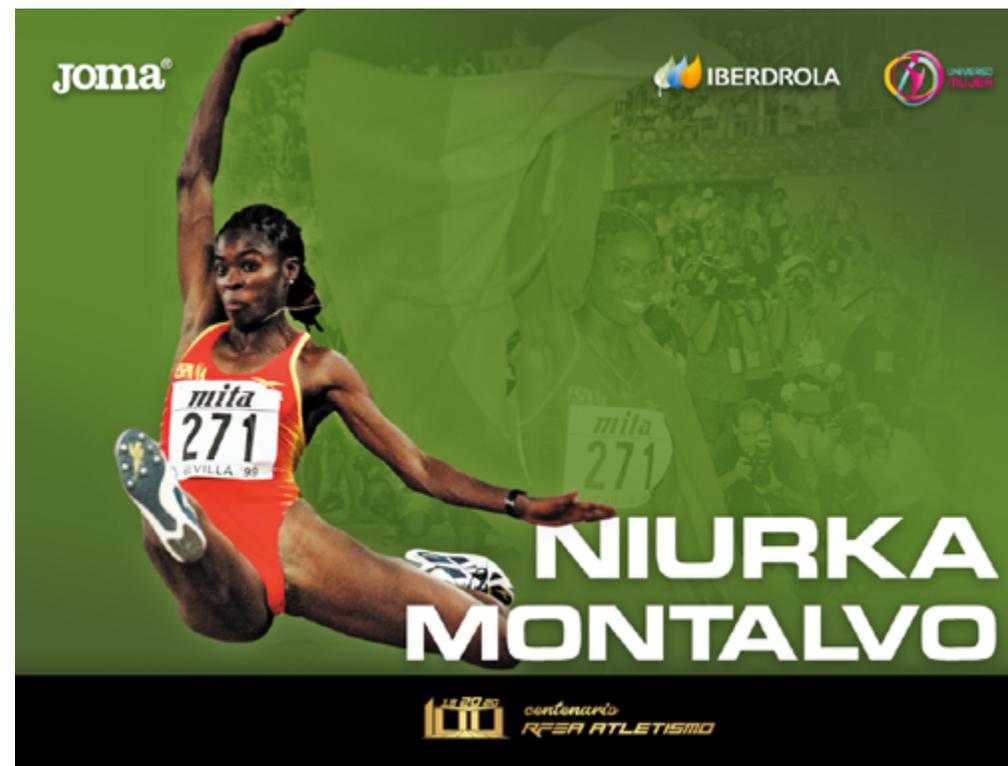


ebok que había disfrazado de Adidas, la marca que le patrocinaba, terminaba hacia arriba y eso, y que el gesto acaba con el pie saliendo hacia atrás, evitó que dejara una marca, aunque Fiona May, reina destronada, vio en aquella decisión una injusticia. Pero el juez-árbitro, Fabián Felipe Somoano, lo consultó, para asegurarse, con el juez ITO (Técnico Internacional Oficial) de la IAAF, un húngaro, quien coincidió en su apreciación.

Niurka Montalvo, la hija de Aristides, un estibador de La Habana, y Ramona, que trabajaba en una fábrica de confección de medias, era la nueva campeona mundial. La casa de Ramona, llena de periodistas, comenzó a recibir a los vecinos, que acudían a felicitarla, tremenda bufla, por el sensacional triunfo de su hija,

que se abrazaba a su gente justo antes de dar la vuelta de honor en La Cartuja. Alguien le tiró una bandera de España que llevaba de poncho. Y otra persona le lanzó una de Cuba. Niurka cogió las dos, dio un beso a la de su país de nacimiento y la lanzó de nuevo a la grada dando las gracias. *“Yo no quería que se tomara como una provocación. Porque si mi marcha provocó tal revuelo, imagínate este triunfo. Si nada más llegar a la zona mixta, la primera pregunta que me hicieron fue: ‘¿A quién dedicas esta medalla? ¿A Fidel?’ Pero yo seguía en una nube. Una cosa así no se asimila de golpe. Si incluso al día siguiente te despiertas y piensas: ¿Esto ha sucedido de verdad? No es solo la medalla de oro, es el momento, las circunstancias, vivirlo de forma compartida con toda aquella gente que llenaba el estadio...”*

Aún pasó un buen rato en La Cartuja. La zona mixta, donde le pusieron por teléfono a su madre, en plena celebración con un montón de cubanos felices por su éxito; la ceremonia de entrega de medallas, con Mariano Rajoy, entonces Ministro de Cultura y Deportes, colgándole el oro, y la salida del estadio... Porque, en una tarde, Niurka había pasado de ser una atleta casi desconocida a convertirse en un fenómeno de masas que duró unos años. *“Salí del estadio y no podía avanzar: la*



*gente me asaltaba. La policía tuvo que intervenir para sacarme de allí. Pero si otro día fui a un parque con una amiga y de repente vimos que venía una avalancha de gente. Ella, una heptatleta cubana, no podía dejar que la vieran conmigo y salió corriendo, y a mí me tuvo que rescatar otra vez la policía”.*

Ante ese panorama, Rafa la cogió y se la llevó a celebrar el triunfo en un restaurante de Sevilla. *“Sacaron varias cosas de picar pero yo solo recuerdo los pescaditos. No pude ni ir a ducharme. Llevaba el cuerpo lleno de arena. También vino con*

*nosotros Manolo Tarancón, que era el conseller de Cultura de la Generalitat Valenciana, y me escribió un poema”.* Y de allí al hotel, para pasar la noche insomne viendo en el techo aquel salto magnífico que le cambió la vida. *“Me hice famosa. Un día iba con mi madre por el aeropuerto y unas adolescentes comenzaron a chillar al verme. Mi madre se moría de la risa. No lo podía entender. A partir de ese momento todo el mundo sabía qué hacía, a dónde iba y con quién. Así que los lunes llegaba a las pistas y el profe (Rafa Blanquer) ya sabía todo lo que había hecho el fin de semana...”* ■

# Naroa Agirre y aquella entrevista en el 'Marca'

Por : Alfredo Varona



Tenía 23 años Naroa Agirre (San Sebastián, 1979) y, a través de una llamada de teléfono, se dio cuenta de que la vida puede ser maravillosa.

*-Cogí el teléfono y era un periodista del 'Marca' que me llamaba para entrevistarme a mí.*

Nunca olvidará el nombre de ese periodista.

*-Manuel Cano, un tío estupendo con el que aún mantengo relación.*

Naroa Aguirre acababa de batir el récord de España de pértiga que, además, significaba la mínima para el Europeo de Munich. Pero ella se tenía a sí misma como *"una don nadie que hasta entonces no había hecho nada"*.

Por eso aún no le había dado tiempo a imaginar una entrevista en un periódico nacional en la que la protagonista fuese a ser ella: Naroa Aguirre.

*-Fue mágico.*

Y, a la larga, fue más que eso.



Fue el despertar de una reputada biografía de atleta que viajó por medio mundo, que llegó a dos JJOO (Atenas 2004 y Pekin 2008) y que descubrió que, *"haciendo lo que a una le gusta"*, se es doblemente feliz.

**Y ella lo fue.**

*-Cuando terminé mis estudios y volví a San Sebastián hice un proyecto con mi entrenador. Apostamos fuerte y empecé a salir todo bien.*

Naroa Aguirre venía de estudiar cuatro años de Ciencias Ambientales en Barcelona. Cuatro años en los que estuvo en el el CAR *"en los que no dejé trabajar a Hans Ruf como él quiso. Pero es que mi prioridad eran los estudios. No quería que nada los entorpeciese. No sabía hasta que punto el atletismo iba a ser importante en mi vida"*.

Después, el tiempo le demostró lo que no sabía.

Naroa Aguirre fue una de las referencias entre las mujeres de su generación. Una atleta descaradamente regular a la que solo le faltó saltar algún día más de 4,56 porque estaba preparada: todo el mundo lo esperaba, ella misma lo esperaba.

*-Pero ese día nunca llegó -replica hoy.*

**Y añade:**

*-Y lo estuve buscando como busqué esa medalla en un gran campeonato que tampoco llegó. Por eso siempre me quedó la sensación de que podría haberme sacado a mí misma un poco más de jugo. Pero por la razón que fuese no supe cómo hacerlo.*

**-¿Y eso creó frustración?**

*-No, qué va, de ninguna manera. Yo disfruté. Yo estoy muy agradecida al atletismo. Me permitió ganarme la vida durante esos años haciendo lo que más me gustaba. Y eso no hay tanta gente que pueda decirlo y, sin embargo, yo tuve esa suerte. Estoy agradecida.*



**-Al final, eso es lo más importante.**

*-Sin ninguna duda. Yo le di mucho al atletismo pero es que el atletismo también me lo dio a mí. A partir de ahí no le puedo decir que todo fuese perfecto porque siempre se pasan por momentos buenos y malos porque así es la vida. Incluso en el parto cuando tuve a mi hijo. Siempre lo tengo como un gran recuerdo y, sin embargo, en el momento sufrí y, al final, te das cuenta de que para disfrutar también hay que sufrir.*

**-¿Cómo fue el último día en el atletismo, su último día?**

*-Si le digo la verdad, no lo recuerdo. Supongo que sería algún encuentro de Liga en Donosti. Pero más allá de eso soy incapaz de reconstruir ese día.*

**-Hay gente capaz de escribir un libro de su última vez.**

*-Pero yo no. Quizás porque ya no era*

*como antes. Quizás porque mi cabeza ya no se entendía con mi cuerpo y empezabas a preguntarte '¿esto ya va a salir?' y, al final, no sabía si seguir o dejarlo. No sabía que hacer.*

**-A grandes males, grandes remedios, dicen.**

*-Yo entonces tuve la suerte de quedarme embarazada y aquello me resolvió las dudas.*

**Hoy, Naroa Aguirre es madre de un niño de dos años: Jon.**

*-Cuando estaba en activo y veía compañeras que se quedaban embarazadas pensaba que yo no podría compatibilizar las dos cosas. Pero ahora, que soy madre, no veo otra cosa en la vida. Mi prioridad es mi pequeño. Quiero disfrutarlo todo, vivirlo todo. Por eso el primer año cuando yo decía que no tenía tiempo para hacer deporte no es que no lo tuviese: es que no lo buscaba. No lo necesitaba.*

**-El tiempo que se pierde con los hijos nunca vuelve.**

*-'O lo aprovecho ahora o es tiempo perdido', me dije desde el principio y lo estoy aprovechando.*

**Naroa Aguirre, a los 41 años, es una mujer realista que intuye que algún día volverá a la pista de Anoeta. Y volverá a competir. Y no sabe "ni cómo ni cuándo", pero a ella le gustaría.**

*-Y no es nostalgia -matiza-, sino decir que en la vida hay tiempo para todo y que mi retirada me dejó un sabor un poco agri dulce. Por eso me gustaría volver y demostrar que todavía puedo estar ahí.*

Mientras tanto, la vida sigue su curso. El pequeño Jon cada día dice alguna palabra nueva y Naroa también trabaja como profesora "con la esperanza de tener algún día un puesto fijo" y de saber en que centro le tocará el próximo año. El tiempo le recuerda que la vida es una

caja de sorpresas. Sin ir más lejos, se ha vuelto a demostrar este año en el que Naroa Aguirre jamás se hubiese imaginado "dando las clases on line a los alumnos" ella, que no se tiene por una especialista en la informática.

**-Y, sin embargo, ha dado esas clases.**

*-Sí..., y ¿sabe lo que me ha demostrado esto, lo que ha vuelto a demostrarme? Que, al final, la gente siempre responde y, en este caso, lo puedo reflejar a través de los alumnos y de la capacidad de la gente para adaptarse a las situaciones. Al final, el ser humano está hecho para adaptarse.*

Quizá por eso hoy, a los 41 años, Naroa Aguirre echa la vista atrás y aparecen cosas tan maravillosas en su vida. Y a veces no hay mejor enseñanza que los recuerdos para seguir progresando en la vida. ■

# Natalia Rodríguez, una mediofondista de leyenda

Por : Miguel Olmeda



Caprichosa la vida como es, Natalia Rodríguez pudo haberse despedido del atletismo en septiembre de 2005 con un flamante récord de España, como la primera mujer del país en correr los 1500 metros en menos de cuatro minutos, y sin embargo se habría perdido los mejores años de su carrera. Las cuatro medallas internacionales, el oro que debió haber sido y no fue en el Mundial de Berlín, el sexto puesto en los Juegos de Pekín. Las victorias para su hija Guadalupe, que la acompaña desde 2007, y sobre todo para ella misma, para demostrarse que, efectivamente, es capaz de cualquier cosa.

Incluso tras haber tocado fondo.

Por eso, Natalia valora más que ningún otro recuerdo de su brillante trayectoria el sexto puesto en los Juegos de Pekín. Los más especiales y también los más duros. Cuando en mitad de la concentración, después de 15 días en China, marca el teléfono a casa y escucha de fondo a su pequeña - ni un año tiene entonces - llamar a mamá entre lágrimas, ella se derrumba. "Ahí me salió todo, me di cuenta del esfuerzo que estaba haciendo para conseguir mi objetivo", rememora aún emocionada.

Y es que su camino al Nido de Pájaro de Pekín no fue de rosas, ni mucho menos. "Después de batir el récord de España - en agosto de 2005 - tuve un bajón de motivación. Pasé una dura gastroenteritis y estuve muchos días parada. Me vi tan frágil y tan hecha polvo que me replanteé muchas cosas. Necesité un tiempo para ubicarme", admite Natalia. "Luego enlacé con la maternidad y eso me dio el empujón que me faltaba. Fue lo que me situó y lo que me dio fuerza para ir a por los objetivos de manera clara", añade. Pero entre una cosa y la otra llegó el año olímpico y ella se había pasado los dos anteriores en blanco.

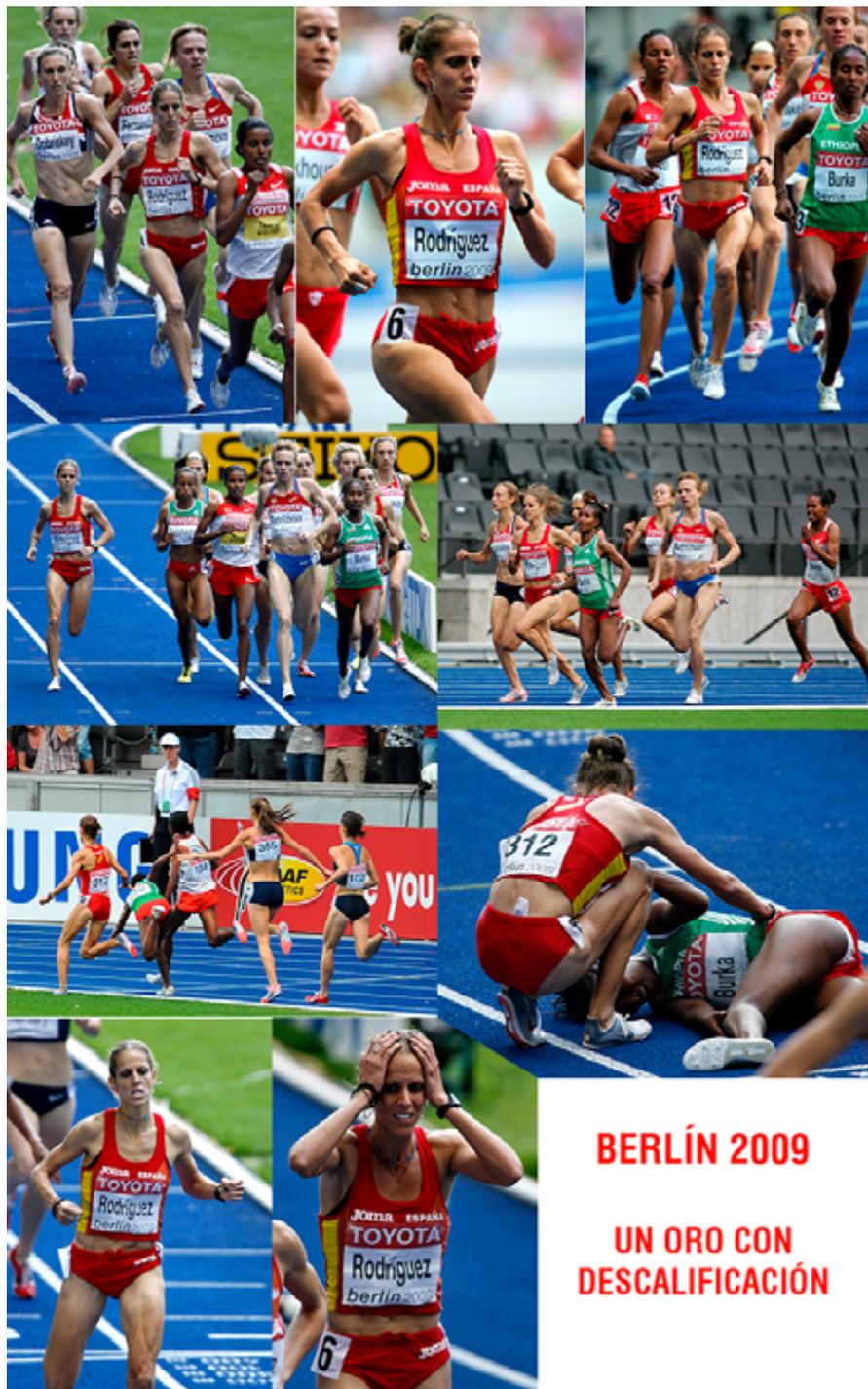
"Fue una locura, volví a contrarreloj. Empecé a entrenar en enero - 40 días después de dar a luz -, con los Juegos en agosto, y a finales de abril me diagnosticaron una fractura por estrés en el pubis. Tuve que



parar mes y medio y no tenía plaza, no tenía nada", explica Natalia, que finalmente logró la mínima a última hora en el Meeting Herculis de Mónaco. Necesitaba bajar de 4:07.00 e hizo 4:03.68 en la que era su tercera carrera en 31 meses. "Incluso mi entrenador (Miguel Escalona) había tirado la toalla, tuve que convencerle de que podía llegar", asegura. "Ese sexto puesto - todavía el mejor olímpico de una atleta de pista española - fue apoteósico. La gente ve que has quedado cerca de las medallas, pero yo sé lo que he vivido antes y para mí fue una pasada".

## UN ORO QUE LLEGÓ TARDE Y OTRO QUE NO LLEGÓ

La maternidad fue una catarsis para Natalia Rodríguez y los Juegos de Pekín 2008, el comienzo del mejor año de su carrera deportiva. "Como solo había competido desde julio hasta finales de agosto después de dos años sin haber hecho nada, tenía muchas ganas de seguir", recuerda la mediofondista de Tarragona. "Por eso, decidí pactar con mi entrenador



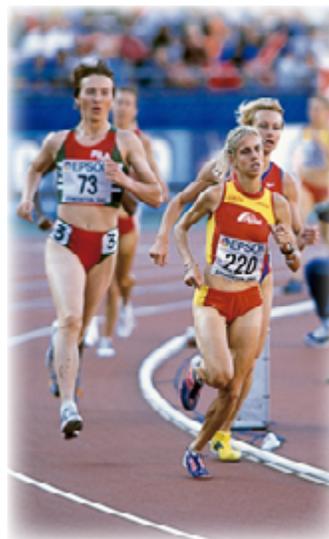
un descanso corto, de solo dos semanas, y ya en septiembre estaba corriendo (y ganando) millas en ruta". En noviembre llegaron los croses, y Natalia, "superbién de forma y mentalmente muy motivada", los peleó casi todos. "Fue una etapa muy bonita de mi trayectoria", celebra. El exceso de entusiasmo pudo costarle caro, eso sí. "Creo que fue en el cross de Granollers, en diciembre. Había enlazado tres croses seguidos, cuando lo habitual era alternar con una semana de descanso, y me pegó un pinchazo en el gemelo, notaba una bola...", desvela la catalana, que temió entonces el no llegar al Europeo de pista cubierta en Turín, el gran objetivo del invierno. "Tuve que aflojar el ritmo de entrenamientos y eso me puso muy nerviosa, quedaba muy poco para el Campeonato de Europa", admite ahora, aunque a toro pasado es consciente de que "la forma seguía ahí". Esa tensión, le llevó a cometer en la final de Turín un error que repetiría más adelante en su carrera: atacar demasiado pronto. "En vez de hacerlo en los últimos metros, como solía hacer, cambié muy de lejos, a falta de 300 metros. Fue un cambio muy explosivo y me desgastó en los últimos metros, donde me pasó Alminova".

Esa plata se convertiría en oro cinco años más tarde, en 2014, cuando el triunfo le fue retirado a la rusa por anomalías en su pasaporte biológico. "Es verdad que tengo el oro, pero lo que te gusta es saborearlo en el momento, no en los despachos o porque hayan descalificado a alguien por dopaje. Es bueno que haya limpieza, aunque te fastidia saber que tu rival iba dopada en ese momento", cuen-



ta Natalia con resignación. "Con todo, acabé muy contenta porque era mi primera medalla internacional y venía de lo que venía... Turín me hizo ver que iba por el buen camino y me dio alas para encarar el Mundial de Berlín al aire libre con todas las garantías".

En la capital alemana, por fin, Natalia corrió sin cadenas. Leyó la final del 1500m a la perfección: pausada al principio, guardando fuerzas, tomó sitio a falta de dos vueltas y en el ataque largo de la etíope Burka agarró su estela con firmeza. Con solo 200 metros por delante, cinco mujeres pujan por subir al podio: Burka, Yamal, Dobriskey,



Rowbury y Natalia. Entonces, el caos. La africana paga el desgaste y empieza a hundirse. La bahreiní se lanza por fuera y la española, que ve el hueco en el interior, por dentro. Burka le cierra el paso y, sin fuerzas para codear, se va al suelo, obligando a Natalia a pisar el césped exterior de la pista para no caer detrás. Pese al tropiezo, la discípula de Miguel Escalona sale de la curva con fuerza y la zancada amplia. Supera a Dobriskey primero y a Yamal después, e inalcanzable cruza la meta con dos metros de ventaja... Sin celebrar el oro.

El Olímpico de Berlín rugió contra Natalia y ella supo que algo iba mal. Por eso tampoco quiso dar la vuelta de honor, temiéndose que pudiera ocurrir lo que finalmente acabaría sucediendo: la habían descalificado por el incidente con Burka.

*"No le doy vuelta a aquella maniobra, en todo momento sé lo que viví y lo que hice. Entonces no dudé, y si no dudé es porque vi claro que podía atacar por ahí. No cometí ninguna infracción", sostiene la plusmarquista nacional más de una década después de un momento grabado en la retina de los españoles. "Yo iba por mi camino en la calle interior y en ningún momento tuve que desviarme para adelantarme a Burka por dentro, fue ella la que entorpeció mi paso cuando se dio cuenta de que la iba a adelantar por ahí". Tema zanjado.*

### TRES MEDALLAS PARA LA REDENCIÓN

El dicho de que un clavo saca otro clavo pocas veces se cumple en atletismo. El oro que finalmente no ganó en Berlín le afectó mucho a Natalia Rodríguez y, aunque siempre tuvo claro que otra medalla

no mitigaría ese dolor, sí que sentía la necesidad de demostrar que aquella victoria no había sido una casualidad. *"Muchos me veían como una tramposa, pero yo me conozco perfectamente, sé cómo compito y sé que soy 'superrespetuosa' con las rivales. No me daba la gana de que la gente se quedara con esa imagen de mí", desvela aún con fuego en sus palabras.*

*"Tenía ganas de competir y pasar página, y mi entrenador me dijo que tenía que ir a por el Mundial de pista cubierta. Lo hice por él, porque vi que lo pasó muy mal... Y Doha fue un bombazo".* En la capital catarí, Natalia se reencontró con Burka, apoyada por una marea etíope en las gradas. *"Se iba a ver cuál era el sitio de cada una".* El de la tarraconense sería la plata, forjada al esprint para superar a su vieja rival por nueve centésimas.

Con Nuria Fernández, Natalia protagonizó durante más de una década uno de los duelos más apretados del atletismo español. Si bien la catalana dominó en los Campeonatos de España, con diez títulos de 1500m al aire libre y cuatro a cubierto por dos y dos de su rival, la madrileña se llevó el que quizás fue su envite más especial: el del Europeo al aire libre de Barcelona en 2010. En casa de la plusmarquista nacional, Nuria emergió en la última recta para colgarse un oro histórico, mientras que Natalia subió al tercer cajón del podio para recibir su tercera medalla internacional en dos años.

La cuarta y más importante de su trayectoria llegaría un verano más tarde, de nuevo en un Mundial al aire libre, en Daegu 2011. *"Era un campeonato bastante abierto y yo llegaba con bastante confianza, pues*



venía de correr en 4:01 en el Mitin de Barcelona, aunque tenía la duda de si me podía haber afectado el esguince que me había impedido correr el Campeonato de España”, recuerda Natalia, que tuvo que lidiar con la presión de volverse a medir a Burka, a Yamal y al grueso de rivales que habían coincidido dos años antes en la fatídica final de Berlín.

“Tenía un poco de desgaste a nivel psicológico, pero era una presión que me había puesto yo misma”, admite. “Es un error utilizar otro campeonato para desquitarte de los errores o malas experiencias, pero es normal, y a mí me afectó”, reconoce Natalia. Pues, aunque en Corea celebró un bronce mundial, sabe que tuvo el oro, ‘su’ oro, al alcance de la mano. “Lo analizas fríamente y ver la última recta... Ahí lo

perdí”, lamenta, pero lo cierto es que se le escapó mucho antes, a falta de 600 metros de la meta. “Tenía un nivel de tensión muy difícil de controlar en carrera y pegué un cambio muy de lejos que no era normal en mí, y era por el ansia de ganar. Eso me penalizó después”.

“Nunca he sido una atleta de cambios largos, siempre jugaba con mi final explosivo, y en Daegu el desgaste de tirar tantos metros fue importante. Cuando llegué a los últimos 150 metros, que es donde yo pegaba el hachazo, las rivales venían con fuerza y yo aguantaba con lo que podía”, recuerda Natalia. “Y no pierdo el bronce de milagro”, suspira al ver de nuevo la carrera en la televisión. “Eso sí, lo valoré muchísimo porque sabía cómo llegaba psicológicamente y el trabajo duro que tuve

que hacer para llegar bien y no cometer errores”, asegura con orgullo, y es que aún hoy sigue siendo la única medallista mundial española en 1500m.

#### UN RÉCORD QUE PODÍA HABER SIDO TODAVÍA MEJOR

Natalia Rodríguez siempre quedará en la historia como la primera mujer española en correr la distancia reina del mediofondo en menos de cuatro minutos. Lo hizo el 28 de agosto de 2005 en la mítica pista de Rieti, con una marca de 3:59.51, y nunca más volvió a mejorar ese crono. Pero no porque no fuera capaz de ello. “Ese mismo 2005 estaba en un punto álgido a nivel físico, podía haber corrido más rápido tranquilamente. Tenía un estado de forma muy bueno, incluso Miguel Escalona y yo habíamos comentado que

estaba para hacer 3:56 o 3:57”, asegura la plusmarquista. Sin embargo, tuvo que parar por una lesión en las tibias que pudo impedir su récord: “Lo conseguí en la penúltima competición de la temporada, y además de rebote, porque mi entrenador no tenía planeado que corriera en Rieti, fue cosa mía”.

Cuatro años después, en 2009, también se veía para hacer un registro estratosférico “de haber seguido compitiendo, pues estaba en una forma similar”. Sin embargo, la descalificación en Berlín le hizo cambiar de planes y concluir ahí su temporada. “Además, yo era una atleta de competir muy pocas veces y afinar muy bien para llegar al momento clave”, sostiene Natalia. Y tanto que sí llegó bien. ■

# Mar Martínez: cómo explicar que tiene ELA y que avanza tan rápido

Por : Alfredo Varona



**Hoy me gustaría hablar de aquel Mundial de Sevilla de pista cubierta del 91 en el que ella llegó a saltar 1,88m.**

Hasta preguntarle por ese pie que se rompió y que le impidió ir a los JJOO de Barcelona 92.

Le diría: *"Mar, a partir de entonces, ya nada fue como antes"*, y no sé lo que me contestaría ella.

Pero me gustaría.

Y también me gustaría no contar esta historia, pero es imposible.

Al otro lado del teléfono, escucho a Alfredo, su marido. Un hombre de 53 años que se dedica al mantenimiento de ascensores y que está de baja debido a una depresión. A él le pregunto cómo le gustaría que escribiese esta historia o cómo le gustaría que fuese el homenaje del atletismo a su mujer: Mar Martínez Mateo.

El hombre no sabe qué contestar. Se echa a llorar.



Mar Martínez Mateo fue una magnífica saltadora de altura a la que en el mes de mayo de 2019 diagnosticaron ELA: la enfermedad incurable.

El día que se lo diagnosticaron *"hasta el médico del hospital de La Fe en Valencia se echó a llorar"*, recuerda Alfredo.

A nosotros también se nos han caído las lágrimas hoy, cuando nos hemos enterado. No sabíamos nada hasta esta semana, *"cuando Mar ha decidido empezar a enviar mensajes al mundo del atletismo"*, porque el desenlace apaga la esperanza.

Sentada en su silla, Mar escucha a su marido en el comedor del chalet adosado de Moncada, donde se mudaron hace un año. Era una familia feliz. Con dos hijos que hoy tienen 16 y 12 años. Con una vida que era como la de los demás. Ella, profesora de matemáticas y economía en el Colegio Sagrado Corazón de Gorella en Valencia, había vuelto a competir con el Catarroja en veteranos.

*Había saltado 1,45m.*

Pero entonces empezó a molestarle una mano.

*Quisimos pensar que serían las cervicales.*

Hasta que el neurólogo le puso nombre a esas molestias: ELA, la enfermedad asesina.

Con el tiempo no habría nada que hacer, les dijeron como les dicen a todos los que caen en sus redes.

Alfredo, que es un hombre de hierro, que ha sido campeón de España de triatlón y que ha hecho Ironman, se derrumbó. Cada día se derrumba un poco más. Pero ahí está, al lado de su mujer, mañana, tarde y noche, *"en esas noches en las que tengo que levantarme cuatro o cinco veces para cambiarla de postura en la cama"*, no puede ser fácil. No lo es.

Nadie está preparado para vivir estas situaciones. Ni siquiera para relatarlas. Por eso le pido a Alfredo que nos tomemos un respiro, que le pregunte a Mar por su



mejor recuerdo en el atletismo. Y entonces Mar demuestra que la memoria es una de las cosas frente a las que no puede esta enfermedad:

#### ***El Mundial de pista cubierta de Sevilla de 1991.***

Alfredo se acuerda que conoció a Mar en las Navidades de 1994 en un viaje a Jordania en el que los dos fueron a bucear. Luego, la acompañó por toda España a competir, a veces por el mundo.

*Me gustaba cuando buscaba el récord de España, cuando buscaba ese 1,90. Entonces entendía lo importante que es un centímetro. Pero recuerdo que se me ponía la piel de gallina.*

Cuando Mar se retiró en el año 2000 no cambió su personalidad.

*No conozco a nadie que se haya cuidado tanto como ella. De hecho, a nuestros dos hijos les dio el pecho hasta los tres años, incluso hasta los cuatro.*

Hoy, Mar está metida en la lona y no puede salir de la lona: ya no hay escapatoria y eso es tan duro que uno no sabe ni lo que preguntar.

El 26 de junio fue su cumpleaños (51). No pudo ni celebrarlo con una tarta.

Se alimenta por una sonda y el agua a través de una jeringuilla.

Hace un mes dejó de hablar.

Te das cuenta entonces de lo frágiles que somos, pero uno no deja de recordar aquel triunvirato que Mar formaba con Marta Mendía y Ruth Beitia. El salto de altura estaba en buenas manos.

Hoy, al otro lado del teléfono, no me imagino cómo respira Mar, pero la escucho vociferar, plantar cara a sus cuerdas vocales: te alegra que haya gente así. Es el retrato de una mujer que no quiere darse por vencida.

Alfredo es un hombre entre la espada y la pared al que le queda un consuelo. Sus



hijos, que han salido futbolistas, lo llevan mejor que él.

*De alguna manera hay que desahogarse, le digo a Alfredo.*

El tiempo pasa lento o rápido, depende cómo se mire, depende donde estés. Por eso el tiempo nunca será una ecuación perfecta. Hace años, Mar y Alfredo dejaron Madrid y se marcharon a Valencia. Buscaron y encontraron un proyecto de vida precioso como todo lo que caía en manos de Mar. Nunca dejaron de hacer deporte, ni de ir al fútbol con sus hijos, ni de explicar que el deporte nos hace más felices.

Hoy, que ninguno de los dos puede hacer deporte, ni el padre ni la madre, sólo nos queda agradecer a Mar, a María del Mar Martínez Mateo, todos esos momentos que nos hizo pasar.



Y darle las gracias a Alfredo por estar ahí y por mantener la cabeza fría frente a ese enemigo invencible llamado ELA. Quién nos lo iba a decir. ■

# Margarita Ramos

## Once años y tres metros

Por : Fernando Miñana



**Margarita Ramos elevó el lanzamiento de peso a otra dimensión en España. La leonesa ganó 23 títulos de campeona nacional y batió 35 récords de España.**

Margarita Ramos (Marga a partir de aquí, pues detesta la versión larga de su nombre) escribió su historia deportiva entre dos 5 de julio. El de 1986, la fecha de su primer récord de España, y once años después, el de 1997, el último. Por el camino, a través de esos años triunfales, un porrón de títulos y plusmarcas para elevar el techo de su especialidad, el lanzamiento de peso,

algo más de tres metros. Una proeza. La campeona castellano-leonesa, con once títulos ininterrumpidos en pista cubierta y doce al aire libre, nació en Cea. Aunque sus recuerdos de la infancia no son de esa aldea sino de Astorga, del cuartel adonde fue destinado su padre, guardia civil. "Recuerdo el día que murió el caudillo y el ambiente solemne, todos firmes, que se instauró en el cuartel. Y los niños

que no pasáramos de la puerta", recuerda. Y luego los años de plomo y la sombra siempre amenazante de ETA. "Eso lo entendí cuando pasó el tiempo. Veías la preocupación en las caras de la gente, pero de eso te das cuenta después".

Ya en León, aquella chica grandullona despuntó en el baloncesto. Pero algunos amigos comenzaron a tirar de ella para llevarla al Hispánico, donde practicaban atletismo. "Y un día, en escolares, te dicen que les falta uno en el equipo y vas con ellos. Y poco a poco te vas enganchando y vas a hacer el ganso por allí. Hasta que, con 17 años, Carlos Burón, que acababa de llegar a León, iba 'brujuleando' por la pista y acabó captándome". Fue el primero de sus tres entrenadores. Porque más tarde pasaría a trabajar con Luis Lizaso y luego con José Antonio Alija.

Tres años después de empezar a entrenar con Burón llegó su primer récord de España. Aquel 5 de julio de 1986 competía en Epinal, al este de Francia. Las lanzadoras españolas no eran nadie en el concierto internacional. Su objetivo no era otro que superar a su compatriota. Esa era su competición en miniatura y, en ese momento, su gran rival era Enriqueta Díaz, la mejor lanzadora del último lustro. "Yo tenía 20 años y veía que ella era la favorita, que era más conocida, pero yo iba de subida y ese día la ganado-



ra fui yo y le quité el récord". Marga lanzó 14,84, que hoy es una birria pero en aquel momento, en 1986, supuso un nuevo récord de España. Vendrían muchos más: 14 en pista cubierta y 21 al aire libre. En total, 35 récords de España. Otra proeza.

Marga recuerda sus inicios, junto a un café, un domingo por la mañana de esta primavera extraña. El trabajo y las obligaciones no dejan mucho tiempo para la cháchara y se tiene que refugiar en el último día de la semana. Dentro de poco -hoy- cumple 54 años. Se siente bien. Pero si la primera mitad de su vida fue una sucesión de saltos entre un título y otro, entre un récord y el siguiente, la segunda parece un desafío tras otro a su cuerpo.

El primer golpe fue en 1999. "Tras la pista cubierta, entrenaba mucho pero no veía los resultados. Ni la bola iba ni las pesas subían. Estaba cansada y tenía algo

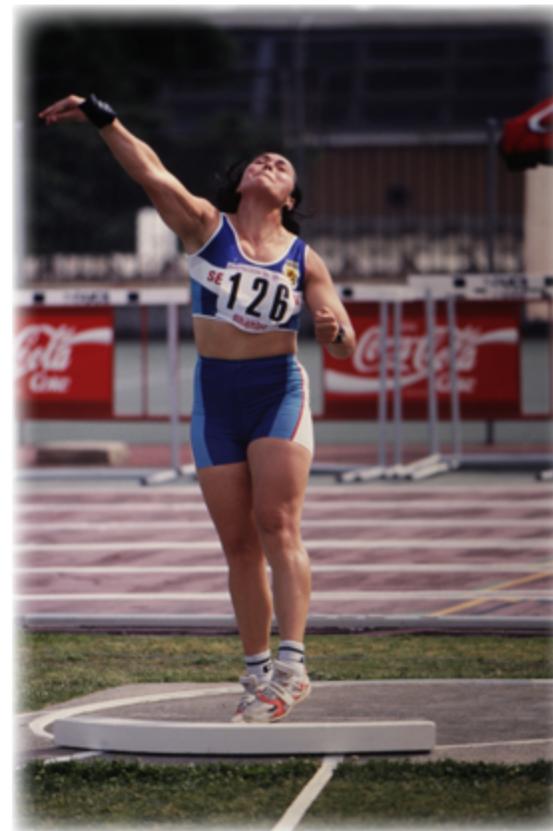


de fiebre”, explica. La lanzadora decidió ir al médico. Le hicieron unas pruebas e inmediatamente la ingresaron. “Salió el bicho y entonces se paró todo en seco”. El bicho era un linfoma de Hodgkin que prácticamente liquidó su carrera deportiva. Como contrapartida le tocó experimentar las caricias de la sociedad española en una época, finales de los 90, en la que no eran tan habituales estas muestras públicas de apoyo. “Me sentí muy arropada. Y eso ayuda. Yo siempre he sido muy positiva y tenía claro que lo iba a superar”.

Un día, estando en el hospital, su hermana le avisó de que el equipo de balonmano de la ciudad, el Ademar León, iba a jugar la final de la Recopa y que era posible que tuvieran un guiño con ella. Eso no evitó que se emocionara cuando vio salir a los jugadores con una camiseta en la que ponía ‘Ánimo, Margarita’. “Cuando lo vi, buah, aún se me pone el vello de punta. Ellos fueron los que iniciaron esa campaña de apoyo. Y después del verano, la Federación Española me hizo un homenaje al que acudió muchísima gente. Durante ese tiempo recibí llama-

das insospechadas... Como el mismísimo José Carreras (el conocido tenor que sufrió una leucemia linfoblástica y que, un año después, creó una fundación). Fue un boom de gente que te apoyaba. En su momento pensé que lo que no había logrado con mis títulos y mis marcas, salir en las portadas de los periódicos, lo logré con esto”, cuenta antes de estallar en una carcajada.

Hace seis años pasó otra mala racha. “Una arritmia que he tenido toda mi vida empezó a complicarse y se mezcló con una hernia discal que me hizo pasar dos



meses muy malos, con muchos dolores”. Y el último, en 2018. “La tensión a nivel cervical se unió a una bacteria durante un año. Como consecuencia, las cervicales se me han adosado unas a otras y eso me ha provocado que menguara mi estatura y aumentara mi rigidez. Esto sí que me lo ha hecho pasar francamente mal”.

Pero ya quedó atrás. Otro segmento de la vida. Ahora es feliz con su trabajo como coordinadora de varios deportes en las Escuelas Municipales Deportivas del Ayuntamiento de León y viendo

crecer a su hija, que carga, a días feliz, a días no tanto, con la obsesión de su madre por Fiona May, la gran rival de la saltadora Niurka Montalvo. *"Me encantaba, era espectacular. Cuando mi hermana se quedó embarazada, le propuse el nombre de Fiona y me dijo que si estaba loca, que era el nombre más feo del mundo. Así que cuando me quedé yo, me comentó que a ver si ahora me iba a atrever. Y tanto que lo hice. Ahora mi hija disfruta de un nombre único, que nadie más usa".* Fiona ya tiene 14 años y ha decidido, por su cuenta, probar con los lanzamientos. *"Cuando yo competía en el extranjero me sentía diminuta al lado, por ejemplo, de las alemanas. Pues bien, Fiona tiene ahora la planta de aquellas alemanas...".* Así que le ha tocado volver al atletismo, el deporte que le permitió disfrutar del momento más excitante de su vida: los Juegos Olímpicos de Barcelona.

#### ADMIRACIÓN POR FIONA MAY

Ser mujer y lanzadora en los años 80 y 90 equivalía a sufrir la marginación del género y de la especialidad a la vez. *"Parecía que no causábamos un efecto muy positivo en el espectador, que es quien decide qué quiere ver. Y por ser más grande de lo habitual (Marga medía 1,78 y pesaba 95 kilos o incluso, en épocas de carga, más de cien), te rechazaban. Parecía que era más agradable ver a una co-*

*rredora o a una saltadora. Aunque yo no lo viví mal. Me he podido sentir discriminada muy pocas veces".* Así que no estaba muy acostumbrada a competir delante de mucho público.

#### HASTA 1992

Marga ya vivía en Barcelona, en el CAR de Sant Cugat, y entrenaba con Lizaso. Cuando al fin le dieron la plaza, se propuso disfrutar a tope de ese momento único. *"Fue increíble. Me lo pasé espectacularmente bien. Lo viví todo: el desfile en la inauguración, la villa olímpica, los entrenamientos, ver otros deportes, conocer a gente..."*

Y hasta un desayuno inolvidable. La atleta portaba la bandeja al lado de su amiga Conchi Paredes (una saltadora de triple que murió por un cáncer hace un año) y vieron que en una mesa estaba el regatista Luis Doreste con Lizaso. Se acercaron, ocuparon los huecos que quedaban y cuando levantó la vista se encontró justo delante del Príncipe (hoy Rey) Felipe. *"Madre mía. Lo primero que hice fue mirar qué llevaba en la bandeja para no quedar muy mal; no sabía dónde meterme. Pero fue encantador. Me estuvo preguntando por el atletismo y elogiando a los atletas. Nombró a Antonio Peñalver (sería subcampeón olímpico en decatión) y a Javier García Chico (bronce en pértiga), que nadie apostaba por ellos, y dijo que iban a ganar una medalla. Me encantó, aunque lo pasé fatal..."*



La pista fue otro shock. Ella estaba acostumbrada a competir delante de una grada de cemento donde, como mucho, estaban los entrenadores. Y, de golpe, accedió a la pista del estadio olímpico y se topó con el gentío, con el público que le dedicaba un aplauso atronador en la presentación, que estaba pendiente de sus lanzamientos... *"Eso me descolocó muchísimo. No sabía dónde mirar. Es algo con lo que no cuentas y te hace pasar muchos nervios. Acabé decimotercera, a nada de pasar a la final".*

Aún le quedaba un peldaño para alcanzar el nivel de la élite mundial. Y eso pasaba inexcusablemente por lanzar más de 18 metros. En 1996 coincidió en el Campeonato de España en pista cubierta con Martina de la Puente. Se batieron en el círculo y la asturiana sentenció con un tiro de 17,93, que era nuevo récord nacional. Ramos aún hizo dos lanzamientos superiores a su anterior plusmarca pero se quedó en 17,84. *"Aquella final fue como el concurso de Epinal, solo que esta vez yo era como Enriqueta y Martina como yo. Eso sí, luego ya siempre la dejé por detrás".* La leonesa habla del último 5 de julio, el de 1997, el día que firmó su mejor concurso, con un nuevo récord de España (17,93), cinco lanzamiento por encima de los 17 metros y tres de más de 17 metros y medio. Su enésima proeza. ■

# Mayte Martínez, de toda una década en la élite mundial a apasionada entrenadora novel

Por : Antonio Aparicio



Mayte Martínez (Valladolid, 17-may-1976) fue –y sigue siendo– muy grande. Ya despuntaba desde categorías inferiores; sobre todo, con ese 6º puesto en los 800m del Europeo Júnior de 1995 rubricado con una marca personal de 2:05.00. Pero a partir de ahí, su prometedora progresión se estancó durante casi 5 años. Y no fue fácil salir de ese pozo... Primero fue una fractura en el fémur que se complicó. Luego, en 1997, las

tensiones psicológicas derivadas de dejar al entrenador que la había formado desde el principio, Elías Reguero, para ponerse a las órdenes del que era su pareja (un Juan Carlos Granado que la guió sabiamente durante toda su exitosa carrera como sénior). Y para colmo, esos problemas de descontrol de la tiroides que tardaron bastante en diagnosticarle y que, de no haber logrado regular con la medicación, habrían puesto fin a su carrera como atleta.



*“Tuve la mala suerte que me ha acompañado en mi trayectoria deportiva: que tanto por salud como por lesiones, he sido bastante frágil. Inicialmente, con los problemas de tiroides tenía muchos altibajos: de repente estabas bien; luego te quedabas ‘hiper’, luego ‘hipo’... Al principio empecé a tomar 12 pastillas para el corazón, que tenía unas taquicardias que era incapaz ni de subir tres escaleras. Entonces, hasta que empecé a estabilizarme...”, recuerda la vallisoletana.*

## EL GRAN REGRESO

Cuando empezó a estabilizarse, el binomio Mayte-Juan Carlos fue retomando lentamente los buenos entrenos y recuperando poco a poco las buenas sensaciones. Tras competir en 400m en la pista cubierta del año 2000, el objetivo veraniego era volver al nivel de cinco

años antes (con esos 2:05, o poco menos). Pero para su gran sorpresa, Mayte logró la mínima olímpica para Sydney (*“algo que cuando empezamos la temporada ni se nos pasaba por la cabeza”*) y, en su primer gran campeonato absoluto, ¡se destapó ganando su eliminatoria y bajando por primera vez de los 2 minutos!

*“Fue una experiencia muy bonita: volver con la Selección española después de tantos años, irte a Australia... Iba sin ningún tipo de objetivo. A competir, porque siempre he sido competitiva y he dado el 100%; pero sobre todo a disfrutar, porque era un premio a algo inesperado. Yo lo di todo, me vacié; con lo cual, en semifinales, al día siguiente, iba ya que no podía ni con mi alma [risas]. Pero entonces, esas eliminatorias eran mi final. Para mí fue un punto de inflexión, y una inyección de moral muy grande: a las*



10 de la mañana, corrí en 1:59.60, tuve buenas sensaciones, ganando... Piensas: 'si después de este parón tan grande, he conseguido hacer esta marca, si la salud me respeta y cada año puedo ir entrenando cada vez más...'", resalta.

Y así fue, mientras le dejaron las lesiones. Porque gracias a la profesionalidad y al tratamiento conservador de la endocrina Nieves Palacios ("que años tras años estuvo ahí durante casi toda mi trayectoria deportiva, y a la que siempre estaré infinitamente agradecida"), y gracias al saber hacer de su entrenador, Mayte pudo tener bastante controlados sus problemas de tiroides y entrenarse lo más óptimamente posible. "Lo bueno es que he tenido muy buena genética, y eso me permitió obtener buenos resul-

tados entrenando poca cantidad, pero sí más calidad. Sí es verdad que tuve muchísimas limitaciones a nivel aeróbico; e incluso ahora, todavía los rodajes largos me cuestan muchísimo. Pero Juan Carlos siempre intentó potenciar mis virtudes: soy una persona que tiene mucha fuerza, la distancia del mediofondo la asimilaba muy bien a nivel láctico, y velocidad tenía la necesaria para ser una buena mediofondista. Afortunadamente, el 800 era una prueba que, para mis condiciones, me venía como anillo al dedo", sentencia.

#### MÚNICH: LA PRIMERA MEDALLA

No en vano, aquella revelación de Sydney 2000 acabó subiendo a cuatro grandes podios internacionales. En el Europeo de Múnich 2002 llegó su primera medalla

(y la primera para una ochocentista española), después de haber sido 7ª en el Mundial de Edmonton 2001 y 4ª en el Euroindoor de Viena 2002. En Múnich, Mayte hizo marca personal (1:58.86) y cedió claramente ante la eslovena Jolanda Ceplak (que en Viena había batido el récord mundial bajo techo, y que unos años después daría positivo por EPO), pero superó por casi un segundo a la entonces bronce olímpico (y futura bicampeona en Atenas) Kelly Holmes.

"Ganar la plata de Múnich no fue nada fácil porque tenía competidoras que, a priori, tenían un nivel y un palmarés mucho mejor que el mío, pero yo siempre he sido una gran competidora y, a pesar de llegar muchas veces justa de entrenamientos o

de lesiones, siempre rendía muy bien; lo daba todo. Y la verdad es que muy contenta, porque fue la primera medalla internacional, también con buena marca; y eso te va autorreforzando en tu confianza", rememora.

#### BIRMINGHAM: PRIMER PODIO MUNDIAL

No contenta con esa primera presea europea, al invierno siguiente encadenó su primera medalla mundial en Birmingham 2003, donde firmó además dos récords nacionales bajo techo por debajo de 2 minutos (1:59.82 en 'semis', 1:59.53 en la final). "También me alegró mucho esa medalla de bronce; además compitiendo con atletas como Maria Mutola, una de las principales referencias que ha habido en el 800m



femenino. Y también fue un aliciente para seguir entrenando y no conformarme; querer ser cada vez más ambiciosa y seguir estando entre las mejores, a pesar de que había momentos muy duros de lesiones, de anemias que también me empecé a coger...”

La ilustre ex mediodondista también observa que, en 800m, es casi más complicado pasar a una final que ganar una medalla; especialmente en pista cubierta, donde sólo pasan 6 a la final y, además, no era su hábitat más favorable: “Por cómo tengo mi zancada y cómo solía en-



focar las carreras, siempre me beneficiaba más la pista al aire libre, porque en pista cubierta es mucho más fácil quedarte encerrada, las rectas son mucho más cortas... Eso sí, también cuando acudí al Mundial de Pista Cubierta ya venía con la medalla de Múnich, sabiendo que lo podía hacer muy bien”, precisa.

#### MADRID: LA MEDALLA MÁS EMOCIONANTE

La tercera medalla la logró en casa, con esa plata en el Europeo indoor de Madrid 2005 entre medias de dos rusas. Para Mayte, fue una de sus “experiencias más bonitas” como atleta. “Correr en Madrid

ante un público totalmente entregado, con toda una grada volcada con los españoles, y además poder ganar una plata en tu país... Todas las medallas son muy importantes, pero la de Madrid es la que más me emocionó. Creo que en semifinales, antes de salir, el público de repente empezó a corear mi nombre en toda la pista. Y a mí se me puso un nudo en la garganta y dije: ‘no, si todavía me pongo a llorar...’. Porque claro, los atletas, por desgracia, no estamos acostumbrados a sentir ese cariño del público que a lo mejor sí pueden sentir en otros deportes”.

Con todo, al preguntarle si fue ésa una buena oportunidad para conquistar el oro que faltó en su palmarés, la tetramedallista admite cierto fastidio porque llegó a Madrid en muy buena forma, pero la ganó una sospechosa rusa de 34 años que nunca había hecho nada a nivel internacional. “Ahora siempre pienso: joer, ya podía yo haber pillado esta época que tienen tan controladitas a las rusas... Recuerdo que Larisa Chzhao apareció de repente, no la conocía nadie, era super mayor, y empezó a correr también en unos tiempos... Te da rabia, porque si es alguien que te gana y que lleva toda la vida, que tiene una trayectoria... Pero era lo que había, y con esas armas había que correr. Y, aún así, recuerdo Ma-

drid con muchísima emoción”.

#### OSAKA: LA MÁS IMPORTANTE

Eso sí, Mayte tiene claro que la principal presea fue la cuarta y última que logró. No en vano, ese bronce en Osaka 2007 sigue siendo actualmente la única medalla para el 800m español (masculino y femenino) en un Mundial al aire libre: “Deportivamente, es la medalla más importante y de la que más orgullosa estoy. Es la que me ha dado mucha más fama de gente que no me conocía de antes; y es de esas carreras que, cuando voy a los colegios a dar charlas, siempre me la ponen en estos últimos años”, resalta.

Además, allí es donde firmó su mejor marca de siempre (1:57.62, seguida por los 1:58.14 que registró un mes después en Stuttgart). Y todos los aficionados vibraron viendo cómo la pucelana acababa apoteósicamente 3ª después de ir 8ª y última a falta de 300m, y 7ª al encarar la recta final. “Pasaron el 400 a 55 segundos; muy deprisa. Aun así, yo pasé a un ritmo bastante elevado. Pero claro, yo no era una gran cuatrocentista. Entonces, si paso en 55 cuando mi mejor marca era 53.67, a lo mejor el último 100 llego ‘andando’, igual que las demás. Lo bueno es que siempre he sido una persona muy regular, que me he conocido mucho. Nunca he salido a lo loco como un pollo sin cabeza [risas]. Es

verdad que a veces hasta he podido pecar un poco de conservadora y he llegado a meta diciendo: '¡jolín, si podía haber hecho 20 metros más...' Pero en este caso creo que supe leer muy bien la carrera, y que si hubiera salido al ritmo que puso la keniana [Janeth Jepkosgei], no habría tenido medalla. Pasé al ritmo para el que habíamos estado trabajando durante todo el año, para poder correr en 1:57", analiza.

"En 800m, el último 100 siempre es más lento. Entonces, no es que yo corriese más rápido que lo que hice las otras partes de la carrera, pero creo que fui la que menos perdí. Regulé bastante bien, y tuve la cabeza fría", continúa Mayte, que destaca lo bien que le vino tener por delante a la marroquí Hasna Benhassi (que ganó la plata) como referencia para ir remontando. "Tenía una forma de correr parecida a la mía y, cuando nos desligamos algo de las primeras, fue como el puente de unión para irnos reenganchando al final. Y en la última recta, llegué con mucha fuerza y me pude colgar la medalla de bronce [sonríe]".

### NACIDA PARA EL 800

Seguimos inquiriéndole por esa virtud suya de acabar la prueba más entera que la mayoría de sus competidoras que salían 'a morir', y nos detalla: "Yo tenía muy interiorizado el ritmo de paso del 200;

tenía muy buena capacidad anaeróbica, mucha tolerancia al lactato. Es verdad que hice muchísimos entrenamientos de calidad lácticos cuando estaba en forma; me hacía yo sola dos 400 a 54 recuperando 12 o 15 minutos, y me recuperaba muy bien. Lo bueno es que mi organismo sabía asimilar muy bien el 800 y, cuando otras atletas en el último 100 no podían más, yo todavía tenía ahí un extra para poder seguir yendo a ritmos elevados".

Precisamente, Mayte considera que esa predisposición innata para los 800m y esas limitaciones aeróbicas derivadas de sus problemas de tiroides la habrían impedido ser una gran corredora de 1.500m, pese a que quedó 5ª en la única gran cita que corrió esa prueba (Euroindoor de Birmingham 2007) y a que en 2005 firmó un marcón de 4:05.05. "A veces, cuando se lo cuentas a la gente, alucina, pero cuando hice esa marca en Rieti lo hice entrenando sólo 800, y hacía 30 km a la semana... Entonces claro, no es lo mismo hacer simplemente un buen 1.500 que aguantar tres carreras de 1.500m en un Mundial o unos Juegos Olímpicos", explica la mejor atleta española en 2005 y 2007, insistiendo en que no se veía acumulando los kilómetros que suelen entrenar las atletas de 1.500m: "Mi prueba por excelencia era el 800m; y creo que ese año que hicimos más el 1.500 fue más que nada por in-



tentar desconectar un poco de la presión del 800".

### LOS PODIOS ACARICIADOS

Ciertamente, ese 5º puesto de Birmingham 2007 no la dejó muy cerca del podio, pero sí lo hicieron el 5º puesto del Mundial de Helsinki 2005 (a 39 centésimas del bronce), el 4º del Mundial indoor de Valencia 2008 (a 18 centésimas) y, sobre todo, el 4º de Viena 2002 (a 4 centésimas). Y Mayte no oculta que le habría gustado aumentar su cosecha de medallas en algunas de esas citas: "En Viena

estaba en un buen estado de forma, pero ahí sí que llegué tan extenuada en la última recta, que en el último metro me caí de bruces contra el suelo. Me metí un 'galletón', y fui 4ª por un suspiro. Y te da muchísima rabia, porque cuando has sido 4ª sacándote un segundo, has sido 4ª y punto; pero cuando has estado tan pegadita a las medallas, que es lo que al final recuerda la gente...", lamenta.

También le escuece la carrera de Valencia 2008, que califica como "la más rara de mi vida que he corrido en campeo-

natos”. Allí ganó la australiana Tamsym Lewis, una buena atleta que nunca había estado en una final de 800m, pero que como cuatrocentista llegó a correr en 51.42. “Yo había hecho muy buenos entrenos y estaba muy bien de forma. Pero la gente, no sé por qué, iba muy reservona, y pasamos en 1:03 el 400... ¡en una final de un Mundial! Entonces, ganó la que nadie se esperaba, pero habiendo pasado el 400 tan despacio y llegando bien al final... Era una atleta muy rápida y fue la gran sorpresa”, recuerda Mayte, quien, eso sí, tampoco olvida que en su bronce de Birmingham 2003 esas centésimas le favorecieron, pues aventajó en solamente 1 a aquella Ceplak tan intratable el año anterior...

### REGULARIDAD Y ESPINITAS

Pero más allá de las medallas, lo mejor de Mayte Martínez era su extraordinaria regularidad, ya que alcanzó nada menos que 12 grandes finales absolutas, quedándose fuera de muy pocas. Es más, a partir de Edmonton 2001, quedó finalista en todos los grandes campeonatos que disputó exceptuando un atípico 2004, donde no pasó de ‘semis’ ni en el Mundial indoor ni en los JJ.OO. de Atenas. Precisamente, no haber llegado a la final ateniense (por culpa de unos problemas de vértigos que la tuvieron ingresada casi un mes y la hicieron llegar a Grecia

muy justa de entrenamientos y competiciones) es su “espinita clavada”, porque luego no pudo acudir a Pekín 2008 por una fascitis, y su brillante historial careció de diplomas olímpicos.

“Fue una pena porque venía ya con mucha experiencia, con ganas y con esas dos medallas de 2002 y 2003... Había demostrado que tenía nivel para ser por lo menos finalista”, lamenta Mayte, que sí estuvo en todas las finales de los Mundiales que disputó (2001, 2005, 2007 y 2009), perdiéndose únicamente París 2003 por una sacroileitis.

Otra pequeña asignatura pendiente fue el récord de España al aire libre, del que sólo la separaron 17 centésimas. “Creo que mis piernas sí lo valieron, porque cuando hice mi mejor marca en Osaka, la hice en la final de un gran campeonato, con toda la fatiga muscular acumulada de correr tres 800 en cuatro días; más el cansancio mental por los nervios y la tensión de jugarte todo en 2 minutos. Que a pesar de eso lograrse hacer 1:57, me hace pensar que en una carrera de mítin, sin tanta presión, con liebre, y pasando a ritmos más homogéneos, podría haberlo conseguido. Pero es verdad que esos años en la Golden League la gente corría carreras muy tácticas, y prácticamente nadie seguía a las liebres...”, señala.

“Mentiría si dijera que no me habría gustado batir el récord, pero también sería injusta conmigo misma si pensase más en eso que en valorar todo lo que he conseguido. Si hay algo de lo que estoy orgullosa, aparte de las medallas, es de haber estado una década entera, desde 2000 a 2010, siempre entre las mejores del mundo, en los mejores mítines, siendo casi siempre finalista y estando en buenos puestos del ranking. Esa regularidad casi me hace estar más orgullosa que de las medallas; o a la par”, subraya la gran Mayte Martínez.

### EL DURO ADIÓS

Luego llegó el momento de la despedida. Y fue muy duro, porque Mayte quería haber decidido ella poner el punto y final; y no ese tendón rotuliano y otras lesiones que empezaron a amargarle la existencia tras su 6º puesto en el Europeo de Barcelona 2010. Su intento desesperado por ir a sus últimos JJ.OO. en Londres, aunque ya no fuera tan competitiva, resultó en balde. Y aquella tarde de 2012 en que Juan Carlos le dijo que se pusiese los clavos, pero ella dijo que no quería, que su cabeza le boicoteaba... se dio cuenta de que era el momento de dejarlo.

“Pensé: con estos dolores no puedo hacer algo que ha sido tan bonito y tan importante en mi vida, y que me ha aportado



tanto. Si sigo haciéndolo voy a aborrecer el atletismo, y no me puedo permitir odiar algo que me ha hecho formarme como persona y como deportista”, recuerda. Naturalmente, no ha acabado odiando el atletismo. Aunque pasase unos años complicados, en los que le costaba aceptar la situación. Y aunque hasta hace muy poco no viese campeonatos por televisión porque le afectaba, poco a poco, esa capacidad de sacrificio y de superación que se forjó practicando este deporte, junto al apoyo de mucha gente del atletismo en los momentos buenos y malos, la ayudaron a asimilar la nueva situación.



#### LA NUEVA MAYTE ENTRENADORA

Así, esta diplomada en Magisterio y licenciada en Psicopedagogía fue abriéndose a la vida 'real' con el nacimiento de su hija Carmen en 2013, o con esos 4 años de aprendizaje trabajando en el Ayuntamiento de Valladolid. Y paralelamente, como presidenta y directora de su escuela de atletismo, que este año celebra su 10º aniversario. *"Es muy bonito tener una escuela que lleve tu nombre, aunque siempre me gusta resaltar que es un trabajo en equipo, porque esto no sería posible sin José Augusto (San José), que es el coordinador de la escuela, y sin los entrenadores que forman parte de ella. Tener a casi 300 niños (entre Valladolid capital y provincia) defendiendo nuestros colores me hace sentirme súper orgullosa de este proyecto"*.

Y Mayte admite estar disfrutando ahora del atletismo de otra manera. Por ejemplo, practicándolo en categoría máster, como lleva haciéndolo desde hace dos años. Pero sobre todo, en una faceta de entrenadora a la que cada vez dedica más horas. *"Es un mundo que, cuanto más conozco, más me apasiona"*, afirma la ex mediodondista, que durante estos 10 años ha estado entrenando a categorías inferiores en su escuela, pero que ahora quiere seguir formándose y aprendiendo para aportar lo máximo posible a esos niños que crecen como atletas. El pasado fin de semana, sin ir más lejos, estuvo siguiendo muy atenta el II Foro Mujer Entrenadora... *"Es muy bonito intentar transmitir tu pasión a niños muy pequeños a través del juego. Pero cuando ya empiezan a competir, a mí me pica el*



*gusanillo. Ojalá consiga el día de mañana sacar a algún atleta de nivel internacional. De momento, confío en que dentro de no mucho pueda llevarlos a algún campeonato de España. Soy afortunada por poder vivir de mi escuela, y estoy muy ilusionada, aunque sé que me queda un grandísimo camino por recorrer. Este año he terminado el segundo nivel de Técnico Deportivo en atletismo; me quedarían dos años más para tener la titulación nacional"*, explica.

#### CARMEN, EL REFLEJO DE MAYTE

*"Es curioso, porque siendo atleta, el tema del entrenamiento no me llamaba. Me gustaba mucho entrenar, pero no el porqué del entrenamiento"*, revela Mayte, que tiene la sensación ahora de estar recuperando un tiempo perdido. Pero nunca es tarde... Y la mamá de Carmen no oculta

que en un futuro le encantaría entrenar a su hijita de 6 años, que actualmente juega-entrena dos días a la semana con una ilustre atleta en activo como Nuria Lugueros.

*"Todavía es pequeñita, pero la verdad es que la ves y tiene una genética... unas piernas... En ese sentido es muy como yo; tiene una calidad muscular... Como decía mi madre, me recuerda mucho a mí cuando era pequeña: va a todos los sitios corriendo. Tiene una velocidad... que yo a veces jugando al pilla-pilla con ella no la cojo... No sé si el día de mañana llegará al atletismo, ni si llegará a ser campeona o no, pero me encantaría que, aunque no fuera para ganar medallas, sí que el atletismo formara parte de su día a día: entrenar, tener ahí a sus amigas... Me parece un mundo tan bonito..."* ■

# Nuria Fernández: de la maternidad a la gloria europea

Por : Miguel Olmeda



Hubo una época en la que a Nuria Fernández no le cuadraban las cuentas en la pista y, lógicamente, se frustraba. Entonces no lo comprendía, pero es que hacía muy pocas cosas como es debido. Entrenaba a deshoras, malcomía entre ellas, descansaba lo justo y cuando no corría andaba dándole vueltas a la cabeza: *“Qué delgada está esta atleta, me va a fundir...”* Se agobiaba. Tanto le corroía no encontrar resultados, pues entre 1999 y 2006 no ganó ningún Campeonato de España al aire libre (sí tres en pista cubierta, de 800m en 2000 y de 1500m en 2001 y 2005), que incluso pensó en dejarlo. Total, ya encaraba la treintena y quería formar una familia. Así que, cansada del atletismo, se quedó embarazada. *“Necesitaba un cambio”*. .



## Y ESE CAMBIO LLEGÓ CON CANDELA.

*“El atletismo es muy egoísta. Eres tú, tú, tú y tu historia. ¿Qué pasa? Que al tener una hija eso se elimina”,* reconoce Nuria, retirada desde diciembre de 2018, cuando ya tenía tres. *“Cuando eres madre lo primero es tu hija: bañarla, comprar, llevar una casa. Antes vivía en la Blume y no hacía nada, solo entrenar, y no era muy disciplinada. La maternidad me cambió, me hizo organizarme, llevar unos buenos horarios, no perder el tiempo... En definitiva, ser otra Nuria”*.

Una Nuria distinta a la que cuando no pensaba en sus rivales, si se aburría, montaba una expedición a la nevera. *“¿Cómo podía correr en 4:03 pesando 62 kilos? Si con 23 o 24 años me hubiera quitado los siete kilos que perdí después hubiera volado. Con esa edad no lo ves, pero con una hija no puedes estar 24 horas pendiente de las rivales o de la comida”,* explica. Aunque también le espolearon las dudas de quienes le decían que estaba loca, que eso de ser madre y regresar a la élite era misión imposible: *“Eran las ganas de demostrar que sí se podía. Una mezcla de motiva-*



*ción, energía, ilusión y madurez. Empecé a bajar peso, a entrenar más, a respetar mi siesta... Y entonces salieron las cosas”*.

Y llegaron los mejores tiempos de su vida. No logró por 26 centésimas la mínima olímpica de 1500m para Pekín 2008 (4:07.00), aunque en septiembre de ese año lograría correr en 4:05.27 y fijar una nueva marca personal en 800m, a punto de cruzar la barrera de los dos minutos (2:00.35). Como colofón batió en Rieti el récord de España de la milla, todavía vigente en 4:21.13, que significaba su segunda plusmarca nacional tras la de 1000m en pista cubierta que había conquistado en 2001 (2:42.31). El año siguiente, ya con 32 en el carné de identidad, sumó un tercer y último récord, de 4:01.77 en 1500m bajo techo, que aún nadie ha podido arrebatarse y que en su momento fue la décima marca mundial de la



historia. Todo ello, más la cuarta plaza en el Mundial de Berlín de 2009, fue la antesala del gran momento de su carrera.

#### **“EL DÍA ANTERIOR PRESENTÍA QUE IBA A OCURRIR ALGO GRANDE”**

“Nunca en mi vida he entrenado como en 2010”, recuerda Nuria Fernández, y echando la vista atrás se para en aquellas series de 400 metros “en 59 segundos largos o 60” en los que el último 100 “a tope” era innegociable, pensando siempre en que la recta de meta no se hiciera interminable. El Europeo de Barcelona presentaba una competencia bestial en el 1500m femenino, empezando por su vieja conocida Natalia Rodríguez –“que siempre me ha reventado, de mil competiciones, le gané dos”– y siguiendo por Alminova, Dehiba, Dobriskey... “Mi

sueño era quedar bronce”.

Sin embargo, la competición le tenía reservado un premio mejor. “Ya el día anterior a la final cuando vi que venían mi madre, mi hija, mi hermano, amigos del grupo de entrenamiento, tanta gente que me quería, ahí ya presentía que iba a hacer algo grande”, explica aún emocionada.

“Luego entré a la pista y ya no vi a nadie”. Solo analizaba rivales, estudiaba la carrera con los apuntes de su entrenador siempre presentes: “Me dijo que la recta final sería muy larga, que habría muchos nervios y que tenía que saber esperar”.

Y así hizo. Nuria no se salió del guion, porque además parecía escrito por ella misma en sus mejores sueños. “Fue perfecto. Yo tenía una zancada muy

grande y el ritmo que marcaron, de mi-tin, me iba fenomenal porque pude ser yo misma corriendo. Además, fui por dentro todo el rato y no desgasté nada. Realicé la carrera más inteligente de mi vida”. Entonces llegó la temida recta donde se pagan las alegrías y vence, casi siempre, el más comedido. Nuria aparecía en cuarto lugar, cerrada por Natalia, Alminova y Dehiba, cuando entre rusa y francesa se abre un pequeño hueco. “Lo vi tan rápido que dije: esta es la mía. Vino Dios a verme en ese momento porque corría el riesgo de quedarme ahí taponada”.

Pero Nuria, que tenía más fuerza que nadie, comenzó a hacerse gigante. “Empecé a pensar: madre mía, que soy bronce; madre mía, que soy plata; madre mía, madre mía, ¡que soy oro!” E inalcanzable al esprint celebró con los brazos en alto la primera victoria de una española en los 1500m del Campeonato de Europa, que también era su primera medalla internacional, que también era marca personal (4:00.20) y que también daría paso a una serie de tres noches sin dormir de la emoción. “Una felicidad brutal”.

#### **“BICAMPEONA DE EUROPA ME SUENA RARO”**

El oro de Barcelona 2010 no sería el único en la carrera de Nuria, aunque

la madrileña (pero nacida en Suiza) nunca más se subiría al podio al aire libre. ¿El motivo? En Helsinki 2012 revalidó su título de campeona de Europa, sí, pero con cinco años de retraso después de una serie de sanciones por dopaje. Ella había finalizado quinta en la capital finlandesa, pero las descalificaciones de las turcas Çakir y Bulut, la ucraniana Mishchenko y la rusa Gorbunova la proclamaron campeona en 2017. “Cuando me dicen bicampeona de Europa me suena raro”, reconoce Nuria Fernández. “Te quedas plana, ni piensas. Esa sensación que ni cuca ni muca”.

Sin embargo, la madrileña no reniega de esa medalla: “Me gustó que se hiciera justicia con el esfuerzo tan grande que había hecho ese año”. Y es que a punto estuvo de no viajar a Helsinki por una insolación que le había dado la semana anterior. “Fue por entrenar sin protección un día que hacía muchísimo sol. Pero Odriozola me dijo: tienes que ir. Fui a medio gas y mira”: la tercera de sus tres medallas internacionales, pues en el Europeo de pista cubierta de París 2011 se colgó una plata “muy buena por los malos momentos que estaba pasando”.■

# María Vasco: todo fue por una vecina

Por : Alfredo Varona



## TENÍA 10 AÑOS MARÍA VASCO.

Estaba viendo 'Barrio Sésamo' cuando por alguna extraña razón del destino se le ocurrió cambiar el canal de televisión. Y vio que una vecina suya de Viladecans se proclamaba campeona de Europa de 10 kilómetros marcha en Stuttgart 86: Mari Cruz Díaz.

Y por alguna razón aún más extraña se enamoró para siempre de la marcha.

-Y entonces mi padre habló con el de Mari Cruz.

Y ella, María Vasco, puso todo lo que una niña puede poner de su parte. Y en aquellas noches de verano en las que sus padres, andaluces que habían emigrado a Barcelona, salían con las banquetas a tomar el fresco a la calle ella, María Vasco, se dedicaba a simplificar lo difícil: a



hacer marcha, a depurar la técnica, a interiorizarla para siempre, a entender que nada es tan fácil de aprender como lo que se aprende en la infancia.

Cuando cumplió 20 años aquella chiquilla, "que era puro nervio", fue medallista en los JJOO de Sidney.

Y sus padres lo vieron desde Viladecans con tanta emoción, qué maravilla.

Cuando se retiró en 2013 ellos ya no estaban pero había muchas niñas de Viladecans que querían ser como María Vasco. Una autoridad en el mundo de la marcha: cuatro diplomas olímpicos y una medalla.

## ¿QUÉ MÁS SE PODÍA PEDIR?

Hoy le realizo esa pregunta a ella, María Vasco, que ya es una mujer de 44 años, que vive en Menorca, que trabaja dos días a la semana en Barcelona (martes y jueves) y que me contesta así:

-Creo que no me quedó nada de lo que arrepentirme.

Y es verdad porque empezó pronto y se

fue tarde, desde los JJOO de Atlanta 96 hasta los de Londres en 2012: cinco Juegos Olímpicos para una sola mujer que sabía que esto tenía "fecha de caducidad" y que ha cumplido lo que se prometió a sí misma el día de 2013 en el que se retiró:

-No he vuelto a competir en marcha.

Si no fuese por eso cuesta encontrar diferencias entre la mujer de ayer y la de hoy. Ella lo resume de otra manera, "no me imagino la edad que tengo", los 44 añazos que ya tiene María Vasco que sigue haciendo deporte y trabajando para el deporte con una idea mayúscula de la vida:

-Mi misión no es regalar los oídos a los deportistas que entreno, sino motivarles como mis mejores entrenadores me motivaron a mí.

Porque al final la vida depende de eso, de la motivación como de ninguna otra cosa. Y ella María Vasco, hija de la humildad, hija de un empleado de la construcción en Barcelona, lo refleja con sabiduría.

Por eso hoy sólo rendimos culto a ese pasado suyo que tanto nos emocionó en los



JJOO de Sidney aquella mañana cuando nos despertamos con una noticia que no esperábamos y que ni siquiera ella misma esperaba.

*-No me podía creer que con mi marca de 1 hora 30 minutos fuese a tener opciones. Pero ésa es la magia de la vida: la de demostrarnos que no existen cosas imposibles por tres razones:*

- 1) Si lo piensas te rindes
- 2) Si no lo piensas puedes dar a tus padres la alegría de su vida
- 3) Y si perseveras en el intento puedes ser medallista mundial siete años después (Osaka 2007) de haber sido bronce olímpico (Sidney 2000).

María Vasco es una radiografía radiante de todo eso. Una mujer que se recuerda en aquel verano de 2000 levantándose a las ocho de la mañana en Guadix para entrenar.

Con un calor insoportable y sin un día de vacaciones en todo el verano porque en Sidney compitió el 28 de septiembre.

#### Y FUE MEDALLISTA.

*-¿Quién me lo iba a decir porque en los 15 primeros días me encontré fatal en la Villa Olímpica? No me adaptaba de ninguna manera -recuerda hoy.*

Y yo le vuelvo a recordar que han pasado 20 años.

*-No me hago a la idea de que haya pasado tanto tiempo -replica-. Pero esto es el paso del tiempo. Cuando te quieres dar cuenta todo ha pasado y debes iniciar una nueva vida. Pero así es. Nos pasa a todos.*

Sin embargo, uno sigue empecinado en recordar aquel bronce de Sidney, en preguntarla qué motivación se puede encontrar después de una medalla olímpica.

María Vasco entonces contesta:

*-Si digo la verdad, no estaba preparada psicológicamente para todo lo que conlleva una medalla olímpica. Me costaba entender en los años siguientes cuando iba a las competiciones y veía a mis rivales, '¿cómo es que tú has sido medallista olímpica?', me decía a mí misma como si tuviese algún complejo.*

Pero al mismo tiempo la dejo tiempo para explicar que, al final, todo tiene solución:

*-Hubo un antes y un después en mi vida que fue en 2006 cuando murió mi padre, que lo era todo para mí. Entonces cambié y me sentí capaz de todo, hasta de lograr el oro. Por eso al año siguiente en el Mundial de Osaka 2007 le di tanto valor a la medalla: no encontraba mejor homenaje para mi padre.*

Fue lo más bonito de todo, en realidad: lo que más echa de menos hoy María Vasco. El no poder abrazar a su padre ni a su madre, que también se fue. El hecho de explicar que debajo de los resultados

siempre quedan las personas: lo más importante.

María Vasco ya no volverá a ser medallista olímpica ni mundial.

Cuando se retiró y se aficionó a correr, a probar hasta en el maratón, a hacer series de 1.000 a 3'45" como si le fuese la vida en ello se dio cuenta de que ya no podía ser así, de que se estaba equivocando: la vida había cambiado.

Después, no le salió la idea de dedicarse al mundo de la belleza o de la moda que ella barajaba para su vida.

Pero aquí está feliz en Menorca, al lado del mar, donde hay tiempo para todo, para vivir, para recordar, para pensar y para cuidarse como se cuida toda la gente que no sabe vivir sin hacer deporte. Y María Vasco siempre será una de ellos.

Desde que tenía 10 años.

Desde que dejó de ver 'Barrio Sésamo'. Desde que vio a esa vecina suya proclamarse campeona de Europa de 10 km marcha. ■

# Marta Míguez:

## una campeona gracias a su hermana

Por : Fernando Miñana



Louredo, la aldea donde nació Marta Míguez el 3 del 3 del 73, es un lugar tan minúsculo que no tiene ni escuela. Así que aquella niña tenía que ir cada mañana hasta la vecina Cortegada, un pueblo algo más grande a la orilla del Miño, para aprender a leer, a escribir y a sumar. Y en cuanto crecían un poco más y tenían que pasar al instituto para hacer el BUP y el COU -el equivalente a Tercero de la ESO y Bachiller-, les tocaba, en plena adolescencia, mudarse a Ourense y ponerse allí a estudiar, a lavarse la ropa y a cocinar. Y Marta Míguez, que hoy tiene 47 años y tres hijos de 12, 14 y 15 años, mira a los chiquillos y no se los puede imaginar independizándose así, tan tiernos aún.

Pero son dos épocas y dos vidas que no tienen nada que ver. Estos tres chavales son los hijos de la ex secretaria general de Deportes de la Xunta de Galicia. Y Marta Míguez, que también tuvo dos hermanas, creció en una casa donde el padre era una especie de Papa Noel que llegaba en Navidad y se iba no mucho después porque pasaba el resto del año, diez largos meses, trabajando en Suiza, en la construcción, para sacar adelante a su familia. "Tuve unos orígenes muy humildes. Mi padre fue el típico emigrante que pasó mucho tiempo fuera de España, y mi madre se quedó llevando la casa, trabajando la tierra y cuidando los animales: vacas, cerdos, gallinas... Todas las familias eran iguales y en el pueblo solo vivían mujeres, niños y ancianos".

Cuando a Marta le tocó mudarse a Ourense para ir al instituto, sus padres hicieron un gran esfuerzo para comprar un piso. Ya eran tres las hijas que vivían en la ciudad y no salía a cuenta pagar tres alquileres. Al revés. "Si tenía que ir alguien más del pueblo, le alquilábamos nosotros una habitación. Ahí aprendes lo que es la supervivencia", explica la exatleta, que sabe de sobra lo que es vivir de manera muy precaria y que no se siente muy diferente de aquellas historias de fondistas de Kenia o Etiopía que van cada día corriendo al colegio que está a varios kilómetros de distancia. "Cuando tenías



que coger un autobús, te tirabas media hora andando por el monte. Y si era un tren, media hora más. Y cuando volvíamos a casa los viernes, se nos hacía de noche ahí, monte arriba, todo oscuro, pasando mucho miedo, nosotras solas, cargando con los libros y una maleta... Así que cuando tocaba entrenar, ni tan mal. Y estudiar, lo mismo".

Al poco de ser nombrada máxima autoridad del deporte en su comunidad, le hicieron una entrevista en 'La Voz de Galicia', y cuando le preguntaron por su trayectoria, que incluía cinco títulos de campeona de España y otros tantos récords nacionales de lanzamiento de jabalina, la primera española que superó los 58 y los 59 metros se la despachó con una frase que condensa toda la humildad de los Míguez: "Fui mejor que unas pocas y peor que muchas".

Es lo que tiene haberse curtido en una familia que no estaba para chorradas. Como comprobó Marta el primer año en Ourense, cuando comenzó a poner-



*pero veo a mis hijos y tienen muchas opciones y un ocio muy fácil, y no tienen la necesidad de ganarse la vida o de ayudar en casa”.*

Aquella vida tan dura es literalmente increíble para unos hijos que se han criado en una casa con calefacción, ordenador, teléfono móvil y las zapatillas de moda. Y por eso, cuando Marta Míguez rescata algún recuerdo para ilustrarles que son unos privilegiados, el pequeño mira a sus dos hermanas y suelta en tono de mofa: *“Vale, niñas, un aplauso para mamá...”*. Y Marta, madre resignada ante tres vástagos abocados a la adolescen-

cia, sigue pensando que su historia no se la terminan de creer del todo. *“Si se la pusiera en una película, pensarían: ‘¡Qué pobrísimos!’.* Pero yo no me veía pobre. Ojo, y tampoco nunca me faltó de nada. Pero claro, era casa y comida, nada más. Y el esfuerzo tremendo que hicieron mis padres para que estudiáramos las tres. Cada una en una ciudad: Ourense, Santiago y Coruña, donde yo hice INEF. Y ahora que sé lo que valen la cosas, valoras aún más lo que hicieron por nosotras, y ves que fueron gente muy generosa, que nunca miró qué les faltó a ellos sino que nos faltaba a nosotras. Nunca se lo podremos agradecer lo suficiente”.

### ATLETA “POR MALA PERSONA”

La hermana mayor de las Míguez, Gema, le llevaba cuatro años a Marta, pero la segunda, Nuncha (María Asunción), solo trece meses. Eso la convirtió en la guía de la pequeña, que imitaba todo lo que hacía la mediana. Por eso cuando Nuncha, que era una obsesa del atletismo que se estudiaba los récords y las marcas en los libros de los rankings, le dijo a Julio Fernández, el profesor de Educación Física, que había visto el lanzamiento de jabalina en la televisión y que quería practicarlo, Marta fue detrás. Aunque ella tiene otra versión de la historia. *“Yo entré en el atletismo por mala persona: por ganarle a mi hermana. Porque todo, en realidad, empezó por un poco de mala leche, porque veía que la gente felicitaba a mi hermana y eso me daba mucha envidia. Aunque nos llevamos muy bien y nos queremos muchísimo. Pero yo no paré hasta que la superé. Y entonces fui a por la siguiente que lanzaba más. Y luego a por la siguiente. Y así hasta el final...”*.

Cuando Marta Míguez dejó Ourense en 1992 para irse a estudiar en A Coruña, comenzó a entrenar con Raimundo Fernández, que tenía un grupo con destacados lanzadores como Ángeles Barreiro y Julián Sotelo, que acabó siendo su marido y el padre de sus tres hijos. Ahí se convirtió en una gran jabalinista que ya fue campeona de España júnior. Que no tuvo rival como promesa y que, ya como absoluta,

a pesar del cambio de jabalina en 1999, fue la dominadora de 1998 a 2002. Y cuando llega el momento, durante el repaso a sus éxitos, de presumir, vuelve a vencer la gratitud. *“Yo nunca le pagué a Raimundo toda la generosidad que me dedicó. Ni yo ni nadie. Vivía de su trabajo, que era profesor de instituto. Pero si nada te cuesta, qué valor puede tener. Llega un momento que ofende”*.

Aunque después de Raimundo Fernández acabó siendo su exmarido, Julián Sotelo (once récords de España y único jabalinista español en ir a un Mundial) quien pasó a prepararla. Juntos lograron lo impensable para una lanzadora de jabalina española, ir a unos Juegos. Marta Míguez logró un hito al convertirse en la primera de la historia al clasificarse para Sídney 2000.

La pequeña de la familia iba a ser olímpica. Pero ni ahí perdieron el foco los Míguez. *“Ese tema siempre pasó muy desapercibido en mi casa. La única vez que me vieron competir fue una vez que les llevé a Vigo, y pasó sin pena ni gloria. Nunca le dieron importancia”. Ellos seguían preocupados en que su hija se sacara un título y se asegurara un jornal para no tener que vivir como ellos. Por eso Marta, que se casó cuando aún estaba en cuarto de INEF, cogió las notas y se las llevó el día que acabó la carrera. “Ese día les dije que el compromiso estaba cerrado. Porque*

*mi madre nos recordaba a menudo que teníamos cinco años para hacer la carrera. Ni uno más porque no tenían más".* Aquella obsesión lógica por el trabajo y por tener siempre algo que echarse al colete, impedía a sus padres emocionarse con los lanzamientos de su hija. Ni siquiera cuando se convirtió en olímpica. Cuando fue seleccionada, Marta, eufórica, fue corriendo a decírselo a su madre. Pero esta, siempre tan estoica, le respondió a la gallega, con una pregunta: *"¿Dónde son esos Juegos?"*. Su hija le explicó que eran en Australia, y entonces la madre le respondió: *"Hija, pásate un verano en casa, que nunca estás en casa"*. Aquella mujer que apenas había salido de aquella pequeña aldea de Ourense tampoco alcanzaba a entender lo grandioso de ir a unos Juegos. Hasta que un día, a mediados de septiembre, su madre fue a una de las misas especiales del año, la dedicada a la festividad de San Juan Crisóstomo, y se quedó de piedra cuando el cura pidió a la parroquia un aplauso para una feligresa, Marta Míguez, que iba a competir en los Juegos Olímpicos. *"Cuando yo se lo dije se quedó igual, pero cuando se lo escuchó decir al párroco en misa, y no en una misa cualquiera, y vio que todo el pueblo aplaudía, lo entendió porque luego me dijo: 'Eso debió ser algo importante porque lo dijo el cura el día de San Juan'"*.

A Marta le colmó la experiencia, aunque no fue su mejor actuación. Ni de lejos. No llegó a los 56 metros y se quedó de las últimas. Ese mismo año, en 2000, se cruzó en su camino una jovencita atleta de Jerez. Era más bien pequeña pero tenía un buen latigazo. Y, de repente, le arrebató el récord de España con un lanzamiento que rozó los 58 metros (57,91). Aquello, como siempre le ha ocurrido, despertó su instinto competitivo y la gallega recuperó su supremacía poco después superando los 59 metros (59,02). Y en 2001, en Valencia, en los Campeonatos de España, alcanzó su tope con un lanzamiento de 59,43 que hoy aún es la quinta mejora marca nacional de todos los tiempos. *"Nada más batir el récord, la primera persona que vino a felicitarme fue Mercedes Chilla. Yo me quedé muy sorprendida, pero me pareció un gesto muy bonito"*.

#### SUS AÑOS EN LA POLÍTICA

Antes de retirarse empezó a trabajar en Ourense. Ese día se dio de bruces con la realidad y, de paso, entendió la obsesión de su madre por que acabara los estudios. *"Fui a una oposición con una amiga y me dieron más puntos por ser familia numerosa, que no tiene más mérito que parir tres veces, y ninguno por haber sido deportista y olímpica. Tenía 29 años y era como si hasta ese día hubiera estado*



*sentada en una pradera, rodeada de flores, sin hacer nada. No tenía ningún año cotizado. Nada"*.

De 2002 a 2005 estuvo como gerente del Consello Municipal de Deportes. Y a partir de 2005, coordinadora de deportes del Ayuntamiento de Ourense. Con el paréntesis de los dos años como secretaria general de Deportes de la Xunta, cargo que adquirió en 2016, cuando José Ramón Lete se convirtió en el presidente del Consejo Superior de Deportes, y que perdió cuando este tuvo que volver a Galicia. Siempre tuvo presente aquel día de la oposición en el que su amiga la animó a decir que había sido deportista de alto rendimiento. Y jamás podrá olvidar el gesto de la secretaria que le miró por encima de las gafas y, con sorna, le preguntó: *"¿Y cuántas horas?"*. Una puñalada en el orgullo de una mujer que había consagrado su vida al deporte. *"Me dieron ganas de decirle que las 24 horas del día."*

*Porque no son solo los entrenamientos. Descansas para poder entrenar y competir mejor. Comes para poder entrenar y competir mejor. No piensas en otra cosa. Y luego todo eso no vale para nada".* Por eso ahora ve a su

hijo Martín, que es bueno jugando al baloncesto, y le dice que es cabeza de ratón pero que llegará un día que será cola de león. Pero que siempre podrá luchar por ser el mejor y que ella tuvo muchísimas mejores que ella. *"Y las admiraba mucho. Pero yo estaba en un deporte en el que tanto haces, tanto vales. Y no le digo que, a lo peor, lo único que se lleva del deporte es una lesión. Eso me lo callo"*.

Y esa madre modesta, que jamás le ha mostrado a sus hijos una medalla ni una foto, que los niños se han tenido que enterar de quién era la gran Marta Míguez por los comentarios espontáneos que le hacía la gente por la calle o por los niños que les han preguntado que si su madre era la atleta olímpica, se calla también otras historias de sacrificio y tiempos duros para que Martín, siempre al quite, no salte y se burle delante de sus hermanas: *"Como mola esa madre, se merece una ola, ueeee"*. ■

# El día que Mariajo Poves disfrutó al máximo... e hizo historia para España

Por : Antonio Aparicio



**MARÍA JOSÉ POVES NOVELLA** (Zaragoza, 16-mar-1978) ha sido una de nuestras mejores marchadoras de la historia, pero su currículum no hace justicia a todo el potencial que atesoraba. Pese a que sigue siendo la 5ª española de todos los tiempos en 20 km marcha, y a que sus actuaciones fueron vitales para 5 de las medallas colectivas cosechadas por nuestras mujeres en las Copas primaverales (incluido un oro en la Copa de Europa de 2011 y, sobre todo, otro oro

histórico en la Copa del Mundo de 2012), los problemas físicos, según nos explica en esta entrevista, nunca le permitieron meterse siquiera entre las 8 primeras en ningún gran campeonato veraniego (los de más repercusión para el gran público). Pero aunque admite que a veces acusa el bajón por los dolores que sigue padeciendo actualmente, Mariajo prefiere quedarse "con lo positivo y con las cosas tan bonitas" que ha vivido en este deporte. Y entre ellas sobresale un mágico 2012 en el que empe-



zó firmando su mejor marca de siempre y acabó rubricando una notable actuación en su segunda cita olímpica (inmortalizada por la simpática foto que sigue presidiendo hoy su perfil de Whatsapp y que mostramos al final del texto a la izquierda). Pero sobre todo, en la Copa del Mundo de Saransk, en casa de las rusas, no solamente exhibió para todos su gran calidad con un 2º puesto individual que le hizo liderar el histórico triunfo del equipo español. Además, pudo disfrutar de su éxito durante varios kilómetros, como le animó a hacerlo, curiosamente, Mikel Odriozola (otro gran marchador que, a diferencia de ella, no pudo saborear ningún podio individual como internacional pese a acariciarlo en varias ocasiones). ¿Hay cosas más bonitas en el mundo del deporte?

**Mariajo, en Saransk 2012 fuiste gran protagonista del mayor éxito colectivo**

de la marcha femenina española, al liderar a un equipo de 20 km que logró por primera y única vez la medalla de oro en una Copa del Mundo (aunque entonces no lo supieseis). ¿Cómo vivisteis ese éxito en tierras rusas, cuando al llegar a meta tú 3ª, Bea Pascual 5ª y Julia Takacs 11ª, en principio igualabais la plata de 1987 y 2010, pero con la mejor puntuación de siempre? Pues entre mi emoción personal por haber llegado tercera, y luego cuando compartes un éxito así de importante con un equipo... Estábamos todas eufóricas. Fue un momento realmente bonito, la verdad es que sí.

¿Y cómo lo vivisteis 4 años después, cuando se hizo oficial que el oro era vuestro gracias a la descalificación por dopaje de la rusa Olga Kaniskina, que había llegado 2ª?

Bueno, ahí ya estamos en lo de siempre... En aquel momento fue una euforia quedar subcampeonas del mundo. Estábamos en



casa de las rusas. Además, ellas sacaron el equipo estrella; con su máximo potencial. Y en ese momento habría sido... imagínate: si ya con ser segundas éramos las más felices del mundo, pues si llegamos a ser primeras, no habríamos cabido en nosotras mismas de felicidad. La verdad es que [lográndolo] un tiempo después te alegras, porque se hace justicia. Pero no es lo mismo que vivirlo en el momento, eso es evidente.

Tras esa descalificación pasaste a ocupar el 2º puesto; tu mejor resultado internacional con diferencia, batiendo a numerosas medallistas en grandes campeonatos veraniegos (incluidas las propias rusas locales). ¿Qué nos cuentas de ese magnífico logro?

Sí la verdad es que era una Copa del Mundo, que es donde más nivel hay porque cada país lleva cinco representantes. Por eso siempre decimos que hay mucho más nivel que en unos Juegos Olímpicos

y que en un Mundial. Y sí, yo estaba muy muy fuerte, y fue de esos días que te sale a la perfección la competición. Empecé de atrás adelante [16ª en el km 5, 6ª en el km 10], y creo que ya en el kilómetro 14 iba tercera. Es decir, que encima lo pude hasta disfrutar durante mucho tiempo. Recuerdo que me dijo una frase Mikel Odriozola de: "ahora, disfrútalo, que lo tienes. Ahora, a llegar a meta disfrutando lo máximo".

¿Y cómo conseguiste que esa competición te saliese casi redonda?

La verdad es que llegaba en el mejor momento de toda mi vida. Siempre he sido una persona que ha tenido muchas lesiones, pero ese año encadené muy buenos entrenamientos; y además salí tranquila, porque no he sido una atleta de las que siempre estuviesen [con la presión] para ganar una medalla. Así que salí a mi ritmo, a lo que más sabía hacer; y ocurrió que el cuerpo va respondiendo, te vas

para adelante y las demás se van para atrás... y así salen las cosas. Tiene que coincidir todo. Además, fíjate que, pese a ser en Rusia, hizo muchísimo calor. Y a mí el calor en realidad no me va nada bien, pero el día que los astros están para que todo funcione, funciona y ya está.

Ese 2012 fue bastante completo, porque antes también firmaste tu mejor marca de siempre (1h28:15, 5ª española de todos los tiempos) al conquistar tu 4º y último título nacional de 20 km en Pontevedra...

Claro, ese año que estaba bien gané el Campeonato de España e hice 1h28:15. Y luego en la Copa del Mundo estaba todavía más fuerte; lo que pasa es que las marcas ya sabes que en el atletismo no siempre salen. Pero sí, estaba más fuerte. El Campeonato de España fue en marzo y la Copa en mayo, o sea que todavía seguía progresando. Lo que pasa es que luego llegaron mis dolores de siempre... y ya en los Juegos no llegué en el mismo estado de forma.

Pues aun así, en los JJ.OO. de Londres lograste tu mejor actuación en una gran cita veraniega; tanto por marca como por puesto: 10ª con 1h29:36...

La verdad es que muchas veces me pregunto cómo luego podía hacer esas actuaciones, porque ahí ya estaba lesionada y haciendo mucho trabajo alternativo, pero aun así pude hacer una gran actuación.

¿Alcanzaste ese 2012 tu punto culminante, o hubo alguna temporada que estuvieses en mejor forma pero no salieron tan bien las cosas?

No, no. Fue mi mejor año, sin lugar a dudas; tanto viéndolo entonces como con la perspectiva de ahora.

Y fue sobre todo por estar más libre de lesiones, ¿no?

Bueno, no es que estuviera libre, porque estaba muy dolorida; pero hasta la Copa del Mundo los dolores me dejaron hacer lo que tocaba, y eso es lo que me permitió un poco desarrollar el potencial que tengo. En otras competiciones no pude demostrar todo lo que había dentro, claro, pero ahí sí.

Tu 2ª, 3ª y 4ª mejores marcas las lograste en Copas del Mundo (1h28:46 en 2014, 1h29:10 en 2012 y 1h29:31 en 2008). ¿A qué achacas esa circunstancia? ¿Era una competición especial para ti, o que se adaptaba mejor a tus características?

No, no creo que tuviera que ver con la competición. Evidentemente, era una motivación porque es la competición más bonita que tenemos, pero no tiene nada que ver con eso, sino con circunstancias de los entrenamientos; que hubiera podido entrenar bien, y enlazar entrenamientos y continuidad.

Bajaste de 1h30 un total de 6 veces en tu carrera y, además de tu exitazo



en Saransk 2012, también lograste colarte entre las 8 primeras en Cheboksary 2008 y en la triunfal Copa de Europa de 2011. ¿Qué te faltó para haber logrado también uno o más puestos de finalista en grandes citas veraniegas?

*Simplemente lo que te estoy diciendo: tener continuidad en los entrenamientos. No llegaba nunca bien a las grandes citas de verano porque mi cuerpo... no sé... Si te digo la verdad, llevo 4 años luchando todavía con los dolores. Todavía no puedo ahora mismo ni casi correr. Después de no poder ir a [los JJ.OO. de] Río, simplemente seguí haciendo deporte, pero mi cuerpo no me ha dejado. Me he operado tres veces en 4 meses, y todavía sigo intentando recuperarme de todo el daño que me ha hecho el deporte de élite.*

**Uf...Pero a pesar de esos dolores y de que podrías haber conseguido más éxitos, ¿mereció la pena tu carrera en el atletismo y vivir momentos como los de 2012?**

*Es una pregunta que me hago muy a menudo, y la respuesta suele ser distinta según el momento en que me encuentre.*

*Hay momentos que tengo muchos dolores que me impiden hacer una vida activa como me gustaría, y en esos momentos de bajón dices: no sé si merece la pena. Pero llegan otros momentos y sacas siempre lo positivo, que es lo que me gusta, quedarme con las cosas buenas. Y evidentemente, las cosas que te da el deporte, muy pocas cosas te las dan. Así que voy a quedarme con lo positivo y con las cosas tan bonitas que he vivido. Eso es lo que hay que conservar en la memoria para poder seguir haciendo una vida plena.*

**En todo caso, tuviste una carrera larga y notable... ¿Crees que tu trayectoria mereció alguna otra medalla individual, o te quedó alguna otra espina clavada en tu carrera?**

*Yo siempre he sido bastante de conformarme con lo que he conseguido, pero evidentemente, si no me hubiera lesionado tanto, habría mejorado indudablemente esos puestos que tuve.*

**Tu última prueba de 20 km fue en Los Cantones en 2016 (1h31:10), tres semanas después de haber abandonado en la Copa del Mundo de Roma. ¿Cómo viviste**

**y decidiste el momento de tu retirada?**

*Antes de Roma había estado enferma 15 días y claro, allí me puse a competir y no tenía fuerzas. Me tuve que retirar, que no me había retirado nunca, pero mi cuerpo no me respondió. Después nos jugábamos la plaza [olímpica] en La Coruña y, a pesar de que ya pude entrenar un poco bien, venía muy castigada y no me gané la plaza. Así que no pude acudir a Río, y ahí ya dije: "aquí se acabó el deporte de élite". Ya tenía 38 años y había que pasar a trabajar, a la vida laboral.*

**Precisamente, ¿a qué dedicas ahora tu vida? ¿Sigues vinculada a este deporte de algún modo?**

*Tengo Magisterio e INEF y soy profesora de Educación Física, pero en el 'cole' doy de todo: desde matemáticas, lengua, educación física... de todo (risas). Luego llevo un grupico de entrenamiento de populares. Es un grupo de una empresa muy majo, que me contrataron como entrenadora a través de mi club [de toda la vida], el Scorpio.*

**Hablando del Scorpio, eres de Zaragoza, que no es precisamente una de las zo-**

nas con mayor tradición de marcha atlética en España. Y tus inicios en la disciplina fueron algo tardíos. Cuéntanos cómo y cuándo empezaste a practicar marcha.

*Todo tiene un punto gracioso: cuando tenía 18 años, necesitaban una marchadora para hacer la Liga, y yo que soy un poco lanzada, dije "yo misma" (risas). Y así empecé. De repente ves que más o menos se te da bien, y ya sabes que a todos nos gusta lo que realmente se nos da mejor. Antes corría, hacía crosses... y empecé a 'toquetear' poco a poco con la marcha, al principio compaginándolo... Y por eso empecé tan tarde, hasta que luego ya me dediqué en exclusiva.*

**Por último, ¿a qué personas les debes tus mayores éxitos en el atletismo?**

*Siempre una persona triunfa porque tiene un equipo al lado, evidentemente. Y yo tengo que dar las gracias a todos los que me han acompañado en mis entrenamientos. Imagínate, estando en Zaragoza sola se me hizo muy duro, y de vez en cuando tenía a gente que me podía acompañar. También, por supuesto, a los entrenadores que han pasado por mí dirigiéndome como mejor sabían. He pasado por los más grandes especialistas en marcha. En el periodo que estuve estudiando INEF en Barcelona, estuve entrenando con Manuel Alcalde. Luego con Rafael 'Fali' Sánchez, que es con quien estaba en 2012. Y cuando 'Fali' dejó el atletismo, pasé a ser atleta de José Antonio Carrillo. ■*

# Las fronteras de Loli Pedrares

Por : Fernando Miñana



A Loli Pedrares siempre le gustaron las fronteras. Quizá porque nació y vivió en una, la de Tui, en la orilla norte del Miño, donde solo tenías que cruzar un puente y ya estabas en Portugal. *“Ahí ibas todo el día con el pasaporte encima”*, recuerda ahora, a sus 47 años, cuando sigue vinculada al atletismo trabajando en el Programa de Atención al Deportista de alto nivel del Consejo Superior de Deportes en Pontevedra. Pero entonces, de niña, aquel puente fronterizo era la vía de entrada de ingresos para la economía familiar porque muchos portugueses, hartos de que en sus tiendas no hubiera de todo, preferían cruzar a Tui y comprar en el supermercado de los Pedrares.



También hubo fronteras que se resistieron. Una, importante, fue la de Grecia. *“Esa es mi gran espinita en el atletismo, no haber ido a los Juegos Olímpicos de Atenas”*, sigue lamentándose dieciséis años después. Se quedó a un palmo estando en un gran momento de forma, y eso le fastidió.

Loli es de una de tantas españolas que llegó al atletismo por la pasión por este deporte de un maestro, don Alfredo en este caso, que ponía a sus alumnas a correr, a saltar y a lanzar. *“Y yo era la que más corría, la que más saltaba y la que más lanzaba”*, recuerda sobre aquellos años de ‘rapaciña’ en los que practicaba la longitud en un foso de arena al que se llegaba por un pasillo de alquitrán *“duro de narices”*.

De ahí pasó al equipo de atletismo del Club Remo Tui. El primero de sus tres equipos. Porque Loli Pedrares solo conoció otras dos camisetas: la del Celta y la del mítico Valencia Terra i Mar (diez temporadas). El problema del club de remo es que tenía remos, pero no tartán, así que tenía que entrenar en una cancha de baloncesto de asfalto. Desde allí lanzaba el disco hacia el prado que había enfrente.

Aquel brazo comenzó a llamar la atención en Galicia y no tardó en pasar al centro de tecnificación de Pontevedra para entrenarse con Santi Ferrer. Con él siguió los dos primeros años de carrera -estudió INEF en Coruña- a distancia, pero era *“muy complicado”* y en Tercero



pasó al grupo de Raimundo Fernández en La Coruña, el técnico que, atendiendo a que no tenía una gran envergadura -"no soy Tachenko y mido 1,66", bromea-, la condujo hacia el martillo, un prueba nueva en el programa femenino. "Yo, en estas cosas, siempre soy de tirarme a la piscina y me puse a lanzar también martillo. En 1997, como tienen técnicas muy diferentes, ya dejé el disco. Y empecé a destacar..."

Ese mismo año firmó el primero de sus once récords de España. Loli elevó el tope nacional desde los 57,04 metros hasta los 61,46 metros (2001). Y puede dar la sensación de que esos 61 metros y medio fueron su techo, pero sería un

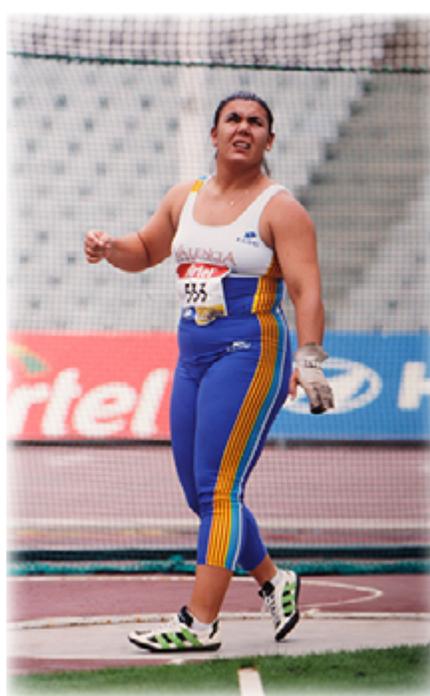
gran error. La pontevedresa no batió más veces la plusmarca nacional, pero aún realizaría 61 lanzamientos por encima de ese último récord de España. Solo que ya siempre por detrás de la gran Berta Castells. Y llegaría en 2004, el año de los Juegos de Atenas, a tirar 67,14, ya con 31 años, que quedó como su marca personal. Y está convencida de que valía más, cerca de los 70 metros, o eso decían los entrenamientos. "Pero eso, en realidad, son chorradas. Porque vales lo que lanzas. Y ya está".

Cuando acabó la carrera y el doctorado se mudó a Madrid. En el año 2000, quizá el más providencial de su carrera, decidió confiarle la técnica a Raúl

Jimeno. Esa temporada cruzaría una nueva frontera en Brasil para volver de Río de Janeiro con una medalla de oro en los Juegos Iberoamericanos, un nuevo récord de España (61,39) y la amistad con un discóbolo cubano llamado Frank Casañas, hoy su marido y padre de Hugo y Olivia. "Fue uno de esos viajes en los que todo sale bien. Llovió y aún así hice una buena competición, y conocí a Frank. Aunque no volví a verlo hasta 2004". En Madrid, en la Blume, conoció a las grandes martillistas cubanas Yipsi Moreno y Yunaika Crawford, y a Eladio Hernández, su entrenador. Se hizo amiga de Yipsi y en 2004, cabizbaja por la decepción de Atenas 2004 y una lesión de espalda, decidió que había lle-

gado el momento de cruzar otra frontera. Y se marchó a Cuba.

Loli vivió seis meses en La Habana. Llegó en noviembre y se marchó en mayo, justo a tiempo de disputar la Copa de Europa con su club, el Valencia, y afrontar la temporada al aire libre. "Me fui a la aventura, sin saber qué iba a encontrarme allí", explica ahora con la satisfacción de haber superado un reto. "Y allí me encontré un país maravilloso en una situación difícil. Conviví con gente estupenda que entrena muchísimo. Aprendí mucho y no solo de atletismo, también de la vida. Pasé seis meses fantásticos que marcaron mi vida y que me dieron al que después sería mi marido. Fue la mejor experiencia de mi vida".



La transformación no fue solo personal, también atlética. *“Abrí mucho la mente”*, explica tras haber visto a gente joven enfrentarse al deporte como un modo de subsistencia. *“Allí el atletismo es una manera de salir adelante. Es otro rollo; una manera de vivir”*.

Loli se instaló al principio en la villa que se construyó en su día para los Panamericanos, la competición que dio nombre al mítico estadio del que han salido tantos y tantos portentos cubanos. Allí acabó compartiendo un apartamento con Pepe Hermoso -un lanzador de jabalina gaditano-, que llevaba otro ritmo de vida. Porque allí Loli descubrió que

las estrellas cubanas solo vivían para el atletismo. Y allí, en aquel estadio, pudo sentirse minúscula al lado de la majestuosidad de Yipsi Moreno, campeona olímpica y mundial de lanzamiento de martillo, que acababa de ganar la medalla de plata en Atenas. *“Era una inspiración y una puñeta... Porque era tan buena. Y muy buena persona, me ayudó muchísimo en el entrenamiento. Yo en mi vida había entrenado tanto. Porque allí seguías el ritmo o te ibas para casa. Si volví a casa por Navidad con diez kilos menos”*.

En mayo regresó a España para quedarse y unos meses después, tras el Mun-

dial de Helsinki, llegó Frank. *“Así que solo he vuelto a Cuba de vacaciones y a ver a la familia”*. Casañas, un discóbolo que está al borde de la retirada, recibió la nacionalidad española en la primavera de 2008 y en verano logró una quinta plaza en los Juegos de Pekín.

Loli Pedrares, que lanzó casi cien veces por encima de los sesenta metros, fue la mejor martillista española hasta que irrumpió una joven tarraconense llamada Berta Castells. Asumió que era mejor que ella, pero entrenó y compitió cada vez con la idea de derrotarla. *“Sin ella creo que no hubiera lanzado tanto. Porque puedes dejar de ser la mejor pero el atletismo te sigue ofreciendo*

*la posibilidad de seguir peleando por lo que vales, por las mínimas, por las becas y por tus objetivos. Puedes hacer eso o rendirte. Y yo nunca me rindo”*.

La lanzadora gallega es una fanática del atletismo, pero tenía claro que no quería arrastrarse dentro de la jaula. Y en 2008, en el Campeonato de España de Tenerife, se marchó cediendo únicamente ante dos lanzadoras próximas a los 70 metros: Berta Castells y Laura Redondo. *“Pero no me he desenganchado del atletismo ni lo haré. Los primeros meses seguía yendo a entrenar. Luego, embarazada, seguía con las pesas, y mi marido me pegaba unas broncas... Hasta que fui madre y lo dejé. Pero no quiero volver a coger un martillo porque empezaré a lanzar otra vez. Porque a mí esto me encanta y dejarlo fue doloroso. Y ahora vemos las Diamonds con los niños, pero me da igual si son atletas, solo quiero que sean felices”*. Aunque ahora es otra época. Unos tiempos que no tienen nada que ver cuando los lanzadores de La Coruña se tenían que ir al monte Xelo con sus hierros porque habían decidido dejar la pradera para el equipo de rugby, así que se marchaban a unos quince kilómetros. *“Y allí lanzábamos, en medio de unos prados de la leche donde muchos días estábamos rodeados de ovejas, y así estuvimos casi una temporada entera”*. ■

# Miriam Alonso:

*No necesito que las paredes de casa me recuerden lo que he vivido”*

Por : Alfredo Varona



## EN SU CASA SE ALBERGAN CUATRO JJOO

Los dos en los que participó ella, Miriam Alonso en los 400 vallas (Barcelona 92 y Atlanta 96) y los dos en los que corrió su marido Luis Miguel Martín Berlanas en los 3.000 obstáculos: Sidney 2000 y Atenas 2004.

Y quizás por eso hoy le pregunto por su casa, por las paredes de su casa en las que se albergan esos cuatro JJOO. “Pero no, no crea que aquello se nota aquí dentro”, rebate. “Es más, no necesitamos que las paredes nos recuerden lo

que hemos vivido. Los recuerdos están en la memoria y, si acaso, andan metidos por ahí en cajas”.

A veces, a Miriam Alonso sus vecinos le preguntan:

-¿Pero es verdad que tú estuviste en dos JJOO? Es que como nunca dices nada.

-¿Por qué iba a decirlo? -replica ella, que ya es una mujer de 50 años como nunca podíamos imaginar cuando la veíamos atacar las vallas con esas piernas que parecían de acero inoxidable.



Pero el tiempo no se para ante nadie y Miriam Alonso se da cuenta cuando regresa al inicio de todo.

-Yo fui atleta de 400 vallas de casualidad. Iba para el 100 y 200. Pero un día, con 14 años, en un control en El Helmántico, me pidieron que ayudase hasta donde pudiese a la atleta que corría los 400 vallas. Pero entonces yo fui y gané esa carrera.

## MIRIAM NO HABÍA SALTADO UNA VALLA EN SU VIDA.

-No sabía nada. No sabía la distancia que había entre valla y valla y pensaba que nunca podría pasar una valla con la pierna izquierda. Pero luego lo comprendí todo y aprendí el número de pasos que debía dar y entendí como debía ampliar o recortar la zancada según soplaste el viento. Y al final descubres que todo eso te lo da la experiencia.

-¿El tiempo es una lección?

-No, una lección no creo, pero sí es verdad que el tiempo te sirve para dar consejos, sobre todo cuando ves a atletas que pasan por situaciones por las que tú has pasado.

-¿Y cuál es el último gran consejo que ha dado?

-El fin de semana del Campeonato de España en Vallehermoso vi a una atleta que estaba muy nerviosa. Me dirigí a ella y le dije, ‘tranquila porque todos están como tú’. Si el trabajo está hecho tienes la obligación de confiar en ti mismo: todo lo que no sea así es sabotear tu trabajo.

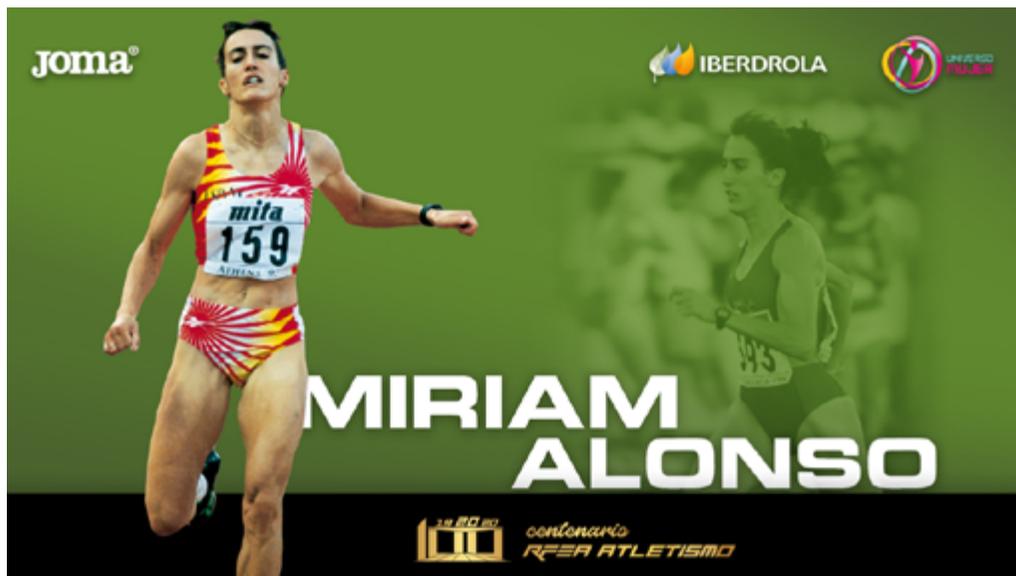
-Bien visto.

-Es que si sale mal ¿qué vas a hacer? ¿Te vas a torturar? ¿De qué vale dramatizar?

-¿Usted siempre rindió al cien por cien?

-En una prueba tan técnica como los 400 vallas es difícil: cualquier error te cuesta unas décimas y no es fácil. Pero si estás nerviosa entonces es más difícil todavía.

Miriam Alonso hoy es profesora de pilates:



*-Ojalá hubiese conocido el pilates en mi época de atleta -dice ahora.*

**Pero no se puede vivir dos veces.**

*-Aun así yo estoy orgullosa de lo que hice. Sí es verdad que me quedé a la orilla de batir el récord de España y que estuve tan cerca, sobre todo en el Mundial de Atenas 97 en el que fui semifinalista. Aquel año me encontraba tan bien y quién sabe lo que hubiese pasado si hubiese tenido alguna prueba más y como los atletas somos tan exigentes... Nunca nos parece suficiente.*

**-¿Y ahora?**

*-Ahora, cuando recuerdas todos esos años, me digo a mí misma: 'joder todo lo que hiciste'.*

**Los recuerdos sólo demuestran que el tiempo pasa muy rápido.**

*-Es bonito recordar, claro que sí -acepta*

*ahora- Ahora, por ejemplo, me vienen a la memoria esos años en los que Luismi me decía a mí, o yo le decía a él, 'tranquilo que algún día vamos a batir el récord de España'. Luego, él lo hizo y yo me quedé a las puertas, pero....*

Un día Miriam Alonso descubrió algo peor. Había una lesión que ya no la dejaba en paz". Quizás ella ya tampoco fue la misma. Se había quedado a unas décimas de acompañar a los JJOO de Sidney a su marido, a los primeros Juegos que iba a correr Luis Miguel Martín Berlanas en los que nos enamoramos para siempre de él.

Sin embargo, la atleta, que Miriam fue en la década de los noventa, ya no iba a volver.



Pero hoy no queda la nostalgia ni el pesar que a veces implican los finales porque, por encima de todo, Miriam Alonso relativiza la vida.

La relativiza, incluso, su propia casa "en la que hay más trofeos de carreras populares que otra cosa" y en la que cuenta, orgullosa, aquella vez de hace seis años en la que se decidió a correr una media maratón que le salió en 1 hora y 28 minutos.

**Todos tenemos capacidades que desconocemos.**

*"Yo no sabía que podía correr 21 kilómetros sin dolores musculares", explica hoy.*

Tampoco sabía que esta segunda parte de la vida podía ser tan brillante para ella con cosas tan pequeñas como cuando comparte la línea de salida de una carrera popular con su marido o cuando su marido le espera debajo de la pancarta de meta.

*-¿Cómo puedo describir esa felicidad? -se pregunta.*

**Pero es que la felicidad también es eso: hacer lo que te gusta.**

*"Mientras otras familias se van a comer nosotros nos vamos a correr, y nos gusta: nos gusta, por ejemplo, irnos de vacaciones y bajar a la playa a correr, a contagiarnos de la energía del movimiento y de su buen humor"*

Miriam emplea entonces los hastag que emplea su marido en redes sociales ('si cansa me gusta' o 'si paras te oxidas') para explicar que "en la vida es tan fundamental la actitud".

Y, aunque ya no sea como en aquellos años en los que los dos se imaginaban batiendo el récord de España, no pasa nada: la felicidad es un estado de ánimo que se puede renovar a cualquier edad.

Solo hay que saber utilizarla como un miembro más de la familia. ■

# Iris Fuentes Pila y la maternidad

Por : Alfredo Varona



Lucas ya ha cumplido dos años. Lucas es el hijo que ha cambiado la vida de Iris Fuentes Pila (1980).

Un auténtico terremoto que esta tarde, como casi todas las tardes, no hay manera de que se eche la siesta.

Y al final del día le deja a la madre encantada pero agotada.

-El primer año lo quise compaginar con el atletismo y ahora me pregunto, '¿qué hice?'

Así fue hasta que una doctora se lo hizo ver: "Si tienes que levantarte cada dos horas por las noches a dar el pecho a tu hijo haz el favor de dejar de correr".

**Y lo dejó.**

-A las nueve de la mañana, todo cansada, me iba a entrenar hasta que el cuerpo me dijo basta: se me rompió el soleo.

**-¿Qué pretendía demostrar, en realidad?**

- Quería correr, quería ir al ritmo de mis hermanas y quería pensar que el hecho



de no descansar tanto no era tan decisivo, y mire que yo siempre había priorizado el descanso. Pero ahora me levantaba y me iba a correr, a aprovechar el poco tiempo que tenía.

**-Y se equivocó.**

-Cuando fui al campeonato de España de 10 km en ruta me di cuenta de que era imposible: no encontraba sensaciones. Era como si corriese con el freno de mano. Al final, me fui casi hasta 36 minutos. Me acordé que yo siempre había corrido con cierta facilidad en 33... Pero entonces mi cuerpo me recordó que no podía dormir ni 2 horas seguidas.

**-¿Y volverá algún día?**

-No lo sé. Tengo una edad. Quizás a nivel regional. Pero me he dado cuenta de que puedo vivir sin correr y que ya no voy a meter la cabeza donde no cabe. He pasado cuatro años pegándome contra la pared hasta que te das cuenta de que todo

se acaba: no quiero que se repita.

**-Todo el mundo tiene fecha de caducidad.**

-El primer año tratas de convencerte, 'un año malo lo tiene cualquiera'. Pero luego ves que no y es entonces cuando más valoras lo que has hecho. He estado 15 años al máximo en los que entre comillas me era fácil conseguir buenos resultados. Y ahora es cuando entiendes lo que había que trabajar para ser medallista en un campeonato de España y, dado que ya no es como antes, te empiezas a decir a ti misma, 'no sé para que me esfuerzo'.

**-Fue bonito mientras duró.**

-A los 25 años me preguntaba '¿qué será de ti cuando esto se acabe?' y me asustaba la respuesta.

**-¿Y ahora cómo responde a esa pregunta?**

-No ha sido tan traumático. No, no, para nada. Me he retirado poco a poco. Ha sido muy natural. Siempre pensé que tras los JJOO de Pekín me quedaban dos años buenos, que



luego no fueron tan buenos. Pero es verdad que hasta los 34 años sí mantuve muy buen nivel.

En realidad, ése es el recuerdo que nos quedará de Iris Fuentes Pila. Un recuerdo poderoso que nos traslada a una atleta competitiva en verano y en invierno.

- Tenía tanta energía -añade ella- que acabó siendo un arma de doble filo. Siempre recordaré que desde los 21 hasta los 31

años entrenaba hasta reventar. Doblaba todos los días por la mañana a unos ritmos infernales y por las tardes me podía meter 20x400. Pero de los errores te das cuenta una vez que los has cometido.

-Y no se puede vivir dos veces.

- Tenía que haberme frenado pero era tan difícil en aquella época... Recuerdo que entrenaba con mis hermanas y que éramos capaces de acabar los rodajes lar-

gos un día tras otro a 3'30" que era una barbaridad.

-¿Y en qué se tradujo eso?

-A veces, me pregunto: 'si hubieses entrenado de otra manera ¿hubieses logrado medalla en un gran campeonato?'

-¿Y la hubiese logrado?

-No, no lo creo. Hasta ahí no llegaba mi calidad. Por eso cada una tiene que aceptar lo que ha hecho. Entonces me doy cuenta de que haciéndolo como lo hice aguanté 15 años a gran nivel e, incluso, hubo un año en el que fui la primera atleta española en todos los crosses..., y eso nunca será fácil.

Hijas de un enamorado del deporte (que, a los 84 años, continúa entrenando cada día), Iris es la mediana de tres hermanas de una saga irreplicable: Zulema, Margarita y ella, Iris Fuentes Pila, que fue la primera en clasificarse para unos JJOO. Y fue en Atenas 2004.

Y, aunque parezca extraño, nunca lo disfruté en plenitud.

El día que se materializó su clasificación en el campeonato de España de Almería recuerda que ése día se le cayó "el alma a los pies", porque no hay nada más duro que derrotar a una hermana.

Y ella había derrotado a su hermana.

-Al final, solo quedaba una plaza porque estaban Natalia Rodríguez y Nuria Fernández, y esa plaza nos la jugamos en-

tre Zulema y yo. Pero Zulema, que ese año estaba como nunca, se puso nerviosa y se quedó fuera de los JJOO y se nos estropeó el sueño de ir juntas a Atenas. Y, para mí, fue muy duro.

-Pero cuatro años después sí fueron juntas a Pekin 2008.

-Entonces nos dimos cuenta de que el tiempo todo lo premia, porque creo que nos lo merecíamos por cómo lo luchamos y por cómo vivíamos cada día este deporte: le entregábamos todo.

-¿Y le ha dado suficiente el atletismo?

-Creo que sí y si no me ha dado más ha sido por mis errores. Pero ya no tiene sentido pensar en lo que pudo haber sido y no fue. Hay que conformarse con lo que hay y valorar que, gracias a lo que me dejó el atletismo, ahora puedo ser madre y estar todo el día con mi hijo: no tengo esa necesidad imperiosa de trabajar. Puedo permitirme compartir a su lado estos años que van a pasar muy rápido y no van a volver. Quiero vivirlos a fondo.

-Eso es un triunfo.

-Supe que el atletismo no iba a durar siempre. Me iba preocupando en invertir o en ahorrar lo que ganaba porque pensaba en el día de mañana. No hacía falta que nadie me recordase que esto se acabará algún día: ya me lo recordaba yo. ■

# Marta Mendía y la clase media

Por : Alfredo Varona



Quizás esta conversación podría empezar en la madrugada del 21 de agosto de 2016. En esa madrugada de verano Marta Mendía estaba de boda en Pamplona y Ruth Beitia se iba a proclamar campeona olímpica en Río. Y en plena madrugada Marta salió a la calle a buscar y a encontrar un bar en el que le pusieron esa competición: el salto, el último salto de Ruth que a Marta le emocionó para siempre y le hizo recordar "aquellas competiciones en las que ella era más joven y yo la apretaba tanto".

-¿Y entonces no se le ocurrió pensar, "yo podía haber estado ahí"? -le pregunto.  
-No, no, de ninguna manera -replica ahora-, pero sí pensé en que a lo mejor toda la caña que la metí yo cuando era más joven también le había ayudado a ser campeona olímpica.  
A los 45 años, Marta Mendía sigue siendo una mujer humilde como la muchacha que se crió en Burlada (Navarra), donde ella era la hija del carnicero. Su padre tenía una carnicería en la que nunca se imaginó que algún día esa niña,



que empezó a saltar a los 9 años, llegaría a unos JJOO "porque no tenía nada especial".  
-No era una máquina moviendo pesas ni era veloz pero entraba muy rápido a saltar en altura.  
Quizás por eso el día que se retiró nos dejó un valioso currículum que nadie resumió tan bien como el periodista Ángel Cruz en su artículo de despedida en el 'As'.  
-Siento no volver a verla competir de nuevo. Siento que haya dejado el atletismo sin haber conseguido alguna medalla en cualquiera de las grandes competiciones internacionales. Pero tiene un lugar en la historia. Ojalá haya muchas atletas en el futuro como Marta Mendía.  
De eso han pasado 10 años.  
-¿Quién nos lo iba a decir? -responde Marta.

-Se nos ha ido media vida.  
-No me importaría volver a esa época. Disfruté tanto. Conocí a tanta gente. Pero a la vez me doy cuenta de que aquello ya pasó y que no volverá. Y fue todo tan bonito porque yo no apuntaba grandes maneras, no era el tipo de atleta como Ruth que se veía venir, no llamaba la atención...  
Y, sin embargo, Marta Mendía se fue con siete récords de España, con cinco saltos por encima de 1,95 metros, con dos JJOO y a solo dos centímetros en el Europeo de Madrid, cuarta clasificada, de conseguir esa gran medalla internacional que nunca quiso llegar.  
-Pero, a cambio, tuve una carrera larga en la que siempre supe moverme al filo de la navaja porque yo casi siempre conseguía las mínimas muy justa o entraba en las finales o me quedaba fuera por los pelos.  
-Era lo que le decía antes -añade ella misma-



Yo no era una atleta top.

**-Pero sí fue una gran competidora -le replico.**

*-Quizás sí, tal vez, porque me gustaba mucho competir. Es más, iba a las competiciones a disfrutar. Tenía esa templanza. Sabía desconectar en los descansos y me defendía bien cuando llegaba mi momento.*

**-Eso es un arte.**

*-Era mi forma de ser. Estaba acostumbrada. Aún recuerdo la primera vez que me clasifiqué para los JJOO. Solo me quedaba el campeonato de España para hacer la mínima que era de 1,93. No me puse nerviosa. Al contrario. Quise tener una oportunidad más y una semana antes fui a un mitin en un pueblo de Barcelona y me salió.*

**-Y fue a Sidney.**

*-Y no salió todo lo bien que quería, porque quizás llegué pasada de forma y el día de la clasificación se puso a llover. Pero ¿quién me iba a decir que yo iba a llegar a unos JJOO?*

Pero cuatro años después volvió a Atenas 2004. Y fue décima clasificada. Y todo eso son recuerdos imperiales, inseparables de esta conversación en la que Marta Mendía insiste en que ella era "una atleta discreta de la clase media" que tuvo el mérito de acercarse a las mejores. Y es lo que nunca se olvidará y lo que Ángel Cruz plasmó en aquel artículo final en 2010.

*-De Marta siempre admiré su calidad competitiva y esa carrera vertiginosa hacia el listón.*

Fueron muchos años dando guerra, buscando el salto perfecto, insistiendo como solo insiste la gente que cree en lo que hace. *-Ahora, aunque estoy tan delgada como antes, a lo sumo, podría saltar 1,40* -ironiza.

**Diez años después, Marta Mendía trabaja de profesora.**

*-Estudí Bellas Artes en Bilbao durante cinco años. Luego, me reciclé, preparé las oposiciones, me quedé en listas y ahora doy clase de audiovisuales en la Escuela de Arte*



*de Pamplona.*

**Y es feliz.**

*-Sí, esta vida ya no tiene nada que ver con la de la atleta que fui. Antes me pasaba los días viajando, entrenando y ahora busco una estabilidad profesional y familiar, tengo una niña de seis años que sabe que su madre fue atleta porque me ve en las fotografías.*

**Y ése fue un tiempo ejemplar en el que Marta Mendía nos enseñó a algo más importante que ganar: a no darnos por vencidos.**

*- Quizás por eso me gustaba tanto competir* -resume.

Hoy, a nuestro favor están los recuerdos, tan respetuosos con lo que pasó,

tan obedientes con ella y con sus ambiciones y tan agradecidos a los entrenadores ("Raúl González, Miguel Velez o Ramón Cid") que, de una u otra forma, pasaron a su lado.

A veces, como esta tarde, Marta regresa al pasado y entonces se declara una afortunada por vivir lo que vivió.

El silencio, que ella conoce tan bien, le da la razón.

Marta vive en Salinas, un pueblo de 120 habitantes en Pamplona donde el pan viene cada día en una furgoneta; el ruido no sale en portada y la naturaleza es un mensaje de tranquilidad plagado de grandes recuerdos.

Y la paz invita a escuchar a los demás. ■

# Encarna Granados y la ONU

Por : Alfredo Varona



Su casa parece la ONU como siempre imaginó.

Salka, su hija mayor que ya tiene 25 años, es saharauí. Nil, el adolescente, 16, y es de Madagascar y los dos son adoptados por ella, Encarna Granados, que es la madre.

La misma mujer que de niña ya avisó que no creía en las banderas, que prefería un mundo sin países.

Y como para ella "el primer pensamiento es el que vale" hoy, a los 48 años, sigue

pensando igual, abriendo las puertas de su casa, defendiendo la misma idea.

*-Haz lo primero que pienses.*

*-¿Y eso es rentable? -le pregunto.*

*-Para mí, sí, y he sido muchas cosas en la vida que me han acercado a mi palabra favorita: reinventarse. Creo muchísimo en ella: no creo en los miedos que uno tiene. Si no nunca tiras para adelante.*



Desde que se retiró en 2001, tras los Juegos de Sidney, Encarna Granados se especializó en una profesión que no está registrada en ninguna universidad:  
*-Cambiar el chip.*

Hoy, trabaja de "decoradora de interiores", y obedece a la que siempre fue su "gran pasión".

*-¿Incluso por encima de la marcha? -vuelvo a preguntarla.*

*-Bueno, yo empecé corriendo... De hecho, era mediodonista, hacía cross corto... Pero un día, en una prueba de marcha en Girona, faltaba una compañera. Salí yo y, desde entonces, Teresa Maso, mi entrenadora, dijo: 'haz marcha que se te da bien', y me enamoré de la marcha.*

*- Llegó lejos usted.*

*-Bueno, depende. Mi padre dice todo lo contrario.*

*-Su padre también puede estar equivocado.*

*- Es verdad que él es un hombre muy exigente. Eso sí es verdad. Pero es que su vida es así. Trabajaba en una fábrica de papel, fumaba y de repente empezó a entrenar y con 53 años en su primera maratón hizo 2h57m y luego llegó a hacer 1h17m en media, pruebas de 100km..., qué sé yo, una cosa increíble. Hoy, con 78 años, sigue entrenando a diario a pesar de una pequeña arritmia.*

La realidad es que Encarna llegó a ser aún mejor.

Llegó a participar en tres JJOO (Barcelona 92, Atlanta 96 y Sidney 2000) y a lograr una maravillosa medalla de bronce en aquel Mundial de Stuttgart del 93.

Tenía 21 años.

*-Me acuerdo que nada más terminar me metí en el vestuario porque me daba ver-*

güenza que me hicieran entrevistas. Sentía verdadero pánico. Me limitaba a contestar sí o no.

**Era muy tímida Encarna Granados.**

-Al principio, cuando empecé a hacer marcha, me daba vergüenza y, cuando pasaba delante de alguien, me ponía a correr.

Después, descubrió que una no puede vivir escondiéndose toda la vida.

El resultado es la mujer de hoy: la misma que casi nunca se arrepiente de nada.

-Lo que he hecho lo he hecho porque lo tenía que hacer.

A su lado, las palabras se sienten bien tratadas.

Es el trato que le ha dado la vida: lo que le ha enseñado.

-La vida me hizo aprender. Sí, claro. Cuando me puso a prueba no tuve miedo. Sin ir más lejos, tras los JJOO de Sidney. Yo veía que físicamente podía, que el problema no estaba ahí, pero que ya no tenía esa motivación. Y me fui porque, al final, la mente lo es todo.

**- La motivación también se entrena.**

-Pero cuando se acaba se acaba. Es la diferencia de Bragado con todos nosotros. Mientras los demás perdemos la motivación él conserva la ilusión.

**-¿Y nunca más ha vuelto a competir?**

-Sigo corriendo. Es más, aún puedo hacer

12 o 14 kilómetros por debajo de 4'00", pero ahora lo hago por placer, por encontrarme bien o por conservarme, sin marcarme objetivos. En su momento entendí que no se puede competir toda la vida y es lo que hago ahora.

**-La cosa es entender cada época.**

- Así es. El tiempo pasa y, además, pasa muy rápido y en mi forma de ver la vida lo que pasó ya pasó. Por eso no verás ninguna foto mía del pasado en redes sociales y no me oirás decir, 'es que yo he sido olímpica', porque ésa época ya terminó y no te puedes quedar a vivir en ella porque no se puede volver.

**Y añade:**

"Mire, yo le puedo contar que trabajé en una tienda de deportes y a veces me preguntaban: '¿y tú qué sabes de correr?' y ninguna vez contesté que yo fui atleta o que conseguí tal o cual cosa porque quiero que la gente me valore por lo que soy, no por las medallas que conseguí.

**-Lleva usted razón.**

-Hay gente que es muy buena en su trabajo que no tiene ninguna medalla. Por eso yo no soy mitómana: no me gusta esa forma de pensar. Prefiero que el día a día demuestre de lo que soy capaz.

**-Ya lo dijo antes: reinventarse.**



-Que es lo mismo que no tener miedo. A veces, no eres feliz en tu zona de confort y te limitas a poner excusas para no moverte. Pero yo no creo en las excusas. Eres tú la que no te atreves, o el que no te atreves, a dar ese paso, y eso no es justo contigo: todos merecemos buscar la felicidad.

Y Encarna Granados la ha encontrado. Y la prueba está en su casa: la ONU, que escribíamos al principio, esa ONU que explica esa idea suya que se defiende frente al paso de los años. Es la fidelidad con aquella niña que un día dijo: -A mí es que lo que realmente me gustaría sería un mundo sin banderas. ■

# Alozie, la 'hija' de Blanquer

Por : Fernando Miñana



Glory Alozie (Amator, Nigeria, 1977) responde la llamada de WhatsApp con la cordialidad de siempre. Ella está en Nigeria, es de noche y se atropella preguntando por su gente de Valencia, por sus viejos amigos, y se alegra al saber que el atletismo español ha cumplido cien años. *"Buf, cien años son muchos, ¿no?"*. De fondo se oye llorar a un bebé. Es Phynebouy jr., su hijo, que nació hace solo diez meses. El niño tiene dos nombres más, que son la huella de las fuertes creencias religiosas de la exatleta: Chidiebebe, que significa Dios es maravilloso, y Chukwuemeka, o Dios ha hecho algo grande.



La familia vive ahora en Lagos. Glory dejó España en 2018 y regresó a Nigeria porque le salió una gran oportunidad: trabajar en la base, detectando y formando talentos, en un nuevo y ambicioso club de atletismo, el Making of Champions. *"Esto no existía antes en Nigeria y la verdad es que estoy muy ilusionada. Me encanta hacer esto y ya tenemos algunos vallistas. Me da gozo: el atletismo es mi vida"*. Glory no tuvo esa suerte. Cuando ella era una niña, la segunda de cinco hermanos, en todo el Estado de Abia, donde está su pueblo, Amator, no había ni una sola pista de atletismo. Por no haber, no había ni vallas, y ella, que no entrenaba de continuo, pasaba unos obstáculos improvisados, hechos a mano corriendo sobre tierra.

Su padre sacaba la familia adelante haciendo varios trabajos. En una fábrica de bebidas, con la agricultura y de cu-

randero para los huesos rotos con hierbas y raíces. *"A mí también me ayudó y una vez me curó una rodilla, enviándome unas raíces"*.

Con siete u ocho años empezó a practicar el atletismo en el colegio. *"Pero sin entrenar. Solo íbamos a competir y ya está"*, recuerda. Las vallas, esas vallas rudimentarias, no llegaron hasta los 13 o 14 años. Y hasta que no se fue a Lagos no empezó a entrenar algo más en serio con un material decente. Su primer entrenamiento de verdad no comenzó hasta 1995. Y un año después, en 1996, ganó la medalla de plata en el Mundial júnior celebrado en Sídney. *"Pero lo logré corriendo en 13.30, ¡aún no era rápida!"*.

En ese Mundial, había una española en la grada. Era Julia García, representante de atletas, que se quedó con la boca abierta viendo ese pie imponente de la nigeriana. Julia se fue a hablar con



Glory, vio que entrenaba en condiciones muy precarias y le propuso marcharse a España. *“En Nigeria no teníamos la oportunidad de entrenar como en España. No había gimnasios ni una pista decente. Todos los que querían mejorar, se marchaban. Algunos se fueron a Estados Unidos, y yo acabé en España. Pasé miedo: no era fácil irse tan joven y, encima, era la primera vez que me separaba de mis padres. Pero yo tenía que mejorar y me decidí. En 1997 me fui a un piso que tenía Julia García en Madrid. Al acabar la temporada, regresé a Nigeria y después, para la pista cubierta, ya me fui a Valencia. Con Rafa Blanquer empecé en 1998”.*

Blanquer recibió ese diamante con los brazos abiertos. Y no escatimó para

convertirla en una referencia mundial en las vallas bajas. La metió en su casa y la cuidó como si fuera su hija. Por la mañana, como quien lleva a la niña al cole, se iba con Glory a la pista, después comían en el bar Richi, cerca de las pistas del Estadio del Turia y de la sede de su club, el Valencia Terra i Mar, y por la tarde volvían a entrenar. Por la noche se iban a casa, donde Begoña, la mujer de Rafa, tenía la cena preparada. La gratitud de Glory hacia estos “padres adoptivos” es eterna. *“Los atletas que se iban de Nigeria lo pasaban mal fuera de casa, pero yo no sufrí eso. Yo tenía unos padres y vivía con Rafa y Begoña. Yo era su hija y Rafa me dio la oportunidad, a su lado, de aprender un idioma y otras muchas cosas. Yo nunca estuve*

*sola. Al contrario, fui muy feliz y tuve mucha suerte con ellos. Y esa fue la razón por la que mejoré tanto: tenía una casa, comía de forma saludable, no tenía que preocuparme por nada. Solo dormir y entrenar. Y cuando no entrenaba, jugaba al parchís con ellos y estaba relajada. Eso es todo lo que necesita una atleta. Y yo era una bomba. Tengo recuerdos muy felices de aquellos años. En Nigeria era totalmente diferente. En Lagos, después de entrenar por la mañana, me quedaba sola en el estadio porque no tenía dinero o no me daba tiempo a volver a casa antes de la sesión de la tarde. Entonces comía un bocadillo o lo que fuera y me quedaba allí”.*

Unos meses después de establecerse en casa de los Blanquer, Glory Alozie corrió

en 12.44, que era el récord de África de los 100 metros vallas. Ese año no hubo ninguna atleta en el mundo que fuese capaz de correr más rápido que aquella joven de 21 años. *“Ahí ya era rapidita, ¿eh?”*, se ríe feliz al recordar su época de plenitud.

Al año siguiente volvió a correr en 12.44 (los caprichos del atletismo) y, además, bajó de los once segundos (10.90) en los 100 metros lisos. Dos marcas soberbias. Glory firmó ese registro de 12.44 en la final del Mundial de Sevilla, donde solo fue superada por la estadounidense Gail Devers, que ya era doble campeona olímpica.

La pupila de Blanquer no aceptó esta jerarquía y al año siguiente llegó a Sídney, sede de los Juegos Olímpicos de 2000,

convertida en la favorita para ganar la medalla de oro. Días antes de la inauguración, su novio, Hyginus Anugo, otro nigeriano que entrenaba con ellos en Valencia y que iba a correr el relevo largo, fue atropellado por la calle y murió. Glory se derrumbó. La pequeña atleta -mide 1,56-, desolada, se encerró en su habitación y comenzó a llorar desconsoladamente durante días. Sin comer y casi sin dormir.

Rafa, como un padre que protege a su hija, se encerró con ella. Intentó animarla y, cuando vio que aquello no se podía reconducir, la enfrentó tocándole la fibra competitiva: *"O nos volvemos a España, o te levantas e intentas ser campeona olímpica. Por ti y por Anugo"*. Glory ya es una mujer adulta de 42 años. Una madre de un bebé que reclama su atención mientras habla por teléfono. Pero aquel suceso, aquel drama, sigue enquistado. *"No me gusta contar esta historia. Cuando lo he hecho, me he puesto triste, me he sentido muy mal. Fue un golpe muy grande. No sé ni cómo pude superar eso. Rafa se quedó conmigo y me ayudó"*. La gran Alozie se levantó y compitió. En las primeras vallas demostró que era la mejor, pero los días de pesadumbre lastraron sus piernas y acabó segunda. *"Entonces me puse contenta. Di gracias al Señor y a toda la gente que se preocupó y rezó por*

*mí. Yo recibí mucho apoyo esos días desde Valencia. Porque Valencia es mi casa. Y allí siempre me han apoyado y querido un montón. Y en Sídney, Rafa y la Federación Española, pese a que yo aún no era española, me apoyaron muchísimo. Recibí un amor tremendo"*.

El Gobierno de Nigeria se desentendió del cuerpo de Hyginus Anugo, que fue repatriado gracias a los buenos contactos políticos de Blanquer. Desde ese momento corrió el bulo de que Alozie, despechada con su país, tomó la decisión entonces de hacerse española. *"Pero no fue así. Yo ya era española mucho antes. Yo vivía en Valencia y mis amigos eran españoles. Concha (Montaner) era siempre mi compañera de habitación y yo iba con los españoles, incluso cuando viajaba con la selección de Nigeria. Siempre me trataron fenomenal. Y voy a poner un ejemplo: en el Mundial de Sevilla, en 1999, yo todavía era nigeriana, pero tuve un problema en un pie y quienes me trataron, quienes me ayudaron a ser subcampeona del mundo, fueron los fisios y los médicos de la Federación Española porque Nigeria no tenía a nadie. Solo me faltaba el papelito para ser española, por lo demás ya lo era"*.



Esos fueron años gloriosos. La devota Alozie, que todas las semanas entregaba parte del dineral que ganaba como atleta de élite mundial a una iglesia evangelista de Valencia, que no dudaba en meter en su casa, ya independiente, a todos los nigerianos que venían a buscar su ayuda, que no dudaba en prestar dinero o en avalar a un compañero que quería comprarse un coche, disfrutó dentro de un grupo que era el mejor de España. Con Niurka Montalvo, Yago Lamela, Concha Montaner, David Canal... *"Y más gente. Tacko Diouf (una senegalesa que llegó a ser campeona de África de los 400 metros vallas) o Norfalia Carabali... Buf, me emociono solo de pensarlo. Era increíble entrenar con ellos cada día. Disfruté mucho. Y quiero darle las gracias*

*a todos ellos porque me ayudaron mucho y me hicieron mejor de lo que era. Ellos también fueron mi familia"*. Luego llegó la retirada. Entonces decidió sacarse el título de entrenadora nacional. No era fácil para ella, que hacía lustros que no estudiaba. *"Entonces encontré la ayuda de Redo (el mediofondista José Antonio Redolat, campeón de Europa de 1.500 en pista cubierta) y de Javi, mi gran amigo Javi (el vallista y hoy entrenador Javier Ginés)"*. Durante un tiempo estuvo trabajando en la escuela del Valencia. Hasta 2018, cuando llegó la oferta de un buen trabajo en Nigeria. Entonces dejó España, pero Glory, la mujer que, como atleta, hizo del sueño, de dormir cerca de doce horas, una de sus grandes virtudes, nunca dejó de mirar hacia Valencia, su ciudad. ■

# Coro Fuentes, la primera mediofondista total

Por : José Javier Etayo



**EN 1963 SE REANUDARON LOS CAMPEONATOS DE ESPAÑA FEMENINOS**, consolidando así la actividad que había venido creciendo a partir de 1959. La incorporación de carreras largas se fue produciendo poco a poco. Las primeras pruebas de 400 metros se celebraron en 1964, y en 1966 se bajó por primera vez del minuto. En 800 metros Joaquina Andreu había dejado el listón alto con sus 2:32.2 de 1938, que se superaron solamente en 1964. En cuanto a los 1.500 metros, no fue hasta 1969 cuando se corrieron por primera vez en España.

Estas fueron las pruebas que a finales de los años 60 comenzó a practicar Coro Fuentes. Había nacido en Pamplona, el 1 de mayo de 1951, pero desarrolló toda su actividad atlética en Guipúzcoa, en las filas de la Sociedad Deportiva Anoeta. Se reveló al público en marzo de 1967, todavía con 15 años, al ganar el Nacional de cross en Valencia, por delante de la gran favorita, la gallega María Teresa Torres. Su primera aparición notable en pista fue en mayo, con ocasión de los Campeonatos de Guipúzcoa junior y cadetes. Ganó en ellos las carreras de 300 y 600



metros, con marcas de 42.6 y 1:41.3, que eran no sólo plusmarcas de su categoría, sino las mejores marcas españolas absolutas, en pruebas raramente disputadas por atletas seniors.

Pero no sólo destacó entre las atletas de su edad, también se atrevió con las distancias standard. En 400 metros señaló 59.9, segunda marca nacional del año, lo que le llevó a la selección absoluta en encuentro frente a Bélgica, celebrado en La Coruña en julio. En él participó en los 400, donde registró 1:00.1, y en los 800, en que consiguió 2:18.0, también segunda marca española del año, mientras María Teresa Torres con 2:15.2 batía el record nacional. Así, a sus 16 años, estaba en la elite nacional, y participó en el Campeonato de España absoluto, doblando en 400 y en 800. El Campeonato se celebró en Vallehermoso, muy tarde en septiembre, después de la Universiada y de los Juegos del Mediterráneo. El sábado 23 se disputaron los 400 metros, en que ganó con notable superioridad la record-

woman nacional Josefina Salgado con 59.5 a un segundo del record que había logrado frente a Bélgica. La juvenil Fuentes quedó subcampeona de España, con 1:00.7. El domingo 24 se corrieron los 800. Esta vez Coro Fuentes llevó el peso de la carrera, pero Salgado la alcanzó y derrotó al final, con marcas respectivas de 2:20.3 y 2:20.9. Completó su participación en el nacional con el triunfo de Guipúzcoa en el relevo 4x100. Le correspondió la última posta, y hubo de resistir el ataque de la catalana Isabel Montañá para ganar con 50.6 frente a 50.7. Curiosamente, por razón de su edad no figuró en el ranking federativo del año en 400 y 800 metros, no obstante que la propia Federación la había seleccionado para correr esas distancias.

En 1968 Coro ya podía correr oficialmente las distancias senior. Tanto en 400 como en 800 metros mejoró rápidamente sus marcas. En la vuelta a la pista señaló 58.8 el 8 de junio en el Trofeo Internacional Canguro, cuando Josefina

Salgado con 57.9 superaba su propio record nacional, y la italiana Donata Govoni con 55.1 dominaba claramente. También en 800 sus 2:13.7 del 19 de mayo en el Gran Premio Internacional San Jorge en Barcelona acompañaron a Josefina Salgado que batía con 2:12.9 el record de España. Pero Coro se consolidaba ya como segunda en la lista de siempre. El año lo había empezado repitiendo triunfo en el Campeonato de España de cross, en doblete con su compañera Belén Azpeitia. En el Campeonato en pista se limitó a los 800 metros, y dominó por completo, destacándose desde la salida, y ganando con 2:13.8 por delante de Salgado que registró 2:16.0.

La gran explosión de Coro Fuentes se produjo en 1969. Empezó en la pista cubierta, proclamándose campeona nacional de los 800 metros, con nuevo record indoor de 2:17.8. Compaginó la pista cubierta con el cross: como era su costumbre, en el Campeonato de España salió como un rayo, y a mitad de recorrido llevaba 50 metros de ventaja. Pero al final remontaron Belén Azpeitia y Elia Amieiro, y en apretada llegada la relegaron a la tercera posición. Con esta preparación invernal comenzó la temporada al aire libre. Y la empezó enérgicamente. El 5 de abril en un control federativo disputó el segundo 1.500 femenino que se corría en España, y lo ganó con 4:44.2 batiendo



su primer record nacional, mejorando el que Elia Amieiro había establecido la semana anterior. Hasta cuatro veces más lo batiría a lo largo del año: 4:40.4 en San Sebastián el 17 de mayo, pese a correr en solitario; 4:39.8 en Milán el 2 de julio, mientras la italiana Paola Pigni batía la plusmarca mundial con 4:12.4; 4:39.5 en Oviedo el 31 de agosto, en los Juegos de la FICEP; y finalmente 4:38.4 en Madrid el 6 de septiembre.

Pero también destacó en las pruebas cortas. El 7 de junio se celebró en Madrid el clásico Trofeo Canguro, que esta vez sirvió para estrenar las pistas de tartán del Estadio Vallehermoso. El record de España lo tenía como hemos visto Josefina Salgado con 57.9, logrado en la edición anterior. Esta vez a Coro Fuentes sólo le pudo ganar la alemana Christine Linz que registró 56.7. Con 57.3 la pamplonesa batió el record nacional con la

que sería su mejor marca personal de siempre. Dos años después Salgado le mejoró el record con 56.8, y lo acabó llevando hasta 54.1. Al mes siguiente, en julio, fueron los Campeonatos de España. Coro Fuentes participó en los 800 metros. Como de costumbre, se marchó desde el principio y corrió toda la prueba en solitario. Y la ganó, con 2:12.8, nuevo record de España mejorando en una décima el de Josefina Salgado. No quedaría ahí la cosa, y el 2 de agosto en San Sebastián lo mejoraba de nuevo con 2:12.6, frente a la gran corredora francesa Colette Besson que obtuvo 2:10.9. Rozó de nuevo esta marca, con 2:12.9, al ganar en Atenas en el encuentro contra Grecia. En cambio, contra Portugal corrió, y ganó, los 400. De este modo al terminar el año 1969 poseía los records de España de 400, 800 y 1.500 metros, además del de 800 en pista cubierta.

1970 comenzó con la pista cubierta. El 18 de enero en el Palacio de los Deportes de Madrid se volvió a enfrentar con Colette Besson sobre 800 metros; de nuevo ganó la francesa, con 2:12.3, pero los 2:12.9 de Coro Fuentes batían su propio record nacional. El 7 de febrero en la misma pista mejoró con 1:17.8 el record español de 1:21.0 que tenía Josefina Salgado. Y a fin de mes en el Campeonato de España quedó segunda en 400 tras María Feu, y campeona en los 800. Con estas credenciales fue seleccionada para el Europeo de Viena. En la eliminatoria logró un excelente tercer puesto con 2:14.9 que la llevó a la final; y en ésta, ganada por la austriaca Maria Sykora en 2:07.0, fue séptima con 2:09.0, nuevo record nacional, que duró siete años hasta que lo batió Rosa Colorado. Hay que resaltar que se daba la inhabitual circunstancia de que esta

marca era mejor que el record al aire libre del momento. Se trató de la primera participación de una española en un Europeo, y saldada con un excelente resultado.

La temporada al aire libre comenzó estableciendo el record nacional de 1.000 metros, con una marca de 2:55.6, en San Sebastián el 29 de marzo. El siguiente logro frente al crono llegó el 2 de mayo con ocasión del encuentro internacional contra Noruega. Se estrenaban las pistas de tartán de la Universitaria de Barcelona, y Coro Fuentes logró 4:33.1 en los 1.500 metros, batiendo su propio record. Y los demás records del año, hasta cuatro, los consiguió en los 800 metros. Primero en Pamplona el 31 de mayo, en un triangular de clubes, con 2:12.4; luego el 6 de junio, otra vez en el Trofeo Canguro, 2:10.7. En julio se celebraron los Campeonatos de España. Participó en los 800 metros, dominó abrumadoramente la prueba, y ganó con 2.10.7, igualando su propio record; y esta vez dobló, al ganar también de principio a fin en los 1.500. El 26 de septiembre en Barcelona deshizo el empate consigo misma. En el Gran Premio Internacional Fiestas de la Merced, con selecta participación, bajaba por primera vez al aire libre de los 2:10, al conseguir un record más, en 2:08.6. En agosto había sido de nuevo internacional, ganando los 800 metros del encuentro contra Grecia con 2:14.0.

El último gran año de la carrera atlética de



Coro Fuentes fue 1971. Comenzó en la pista cubierta, ganando los 800 del Campeonato nacional con 2:11.6. Acudió de nuevo al Europeo, esta vez celebrado en Sofía, pero cayó en la eliminatoria de 800 al ser tercera con 2:10.6. Ya en la temporada al aire libre, lo más grande llegó en junio. Primero el día 10 en Barcelona, ganó los 1.500 metros en 4:28.3, su séptimo y último record nacional consecutivo en la distancia. Tres semanas después lo mejoraría Belén Azpeitia con 4:24.2. Y el día 12, una vez más en el Trofeo Canguro, clasificándose segunda tras la irlandesa Walsh, logró su también séptimo y último record de 800 metros, con 2:07.8. Esta vez la tercera fue Belén Azpeitia, que tres meses después lo batió en la misma pista de Vallehermoso con 2:06.3. Era evidente que de la misma



Guipúzcoa estaba llegando el relevo. Todavía el 7 de julio batió en una prueba local en Tolosa el record de 1.000, con 2:50.0 justos, marca que habría de durar 15 años hasta que la arrasó Rosa Colorado por diez segundos de diferencia. En el Campeonato de España, el 11 de julio, participó en los 1.500 metros, y ganó con 4:30.7, apretada por la madrileña Consuelo Alonso. En el Europeo de Helsinki, en cambio, participó en 800 metros, pero cayó en la eliminatoria donde fue sexta con 2:12.6. Después, en agosto, fue tercera en el encuentro contra Francia, con 2:10.0. Y todavía en septiembre hubo un Suiza - España en el que Coro Fuentes fue segunda en los 1.500 metros, con 4:38.2. Por último, en octubre se celebraron en Esmirna los Juegos Mediterráneos. Coro



Fuentes participó en 800 metros, pero no marchó bien y acabó retirándose. Todavía compitió en 1972. Pero ya lo mejor había pasado. Su mejor marca fue de 4:58.3 en los 1.500 metros. Su carrera se resume pues en cinco años fulgurantes, que le hicieron nueve veces internacional, con veintidós plusmarcas absolutas al aire libre si añadimos a las que hemos ido detallando otras cuatro en relevos, y cuatro más en pista cubierta. Cinco Campeonatos de España en pista al aire libre, tres en pista cubierta, y dos de cross. Junto con su participación en un Campeonato de Europa al aire libre, y dos en pista cubierta, hubo un tiempo en que fue la mejor atleta española. La caracterizó siempre su intenso espíritu competitivo, y su decisión al ir a por todas desde el inicio de cada carrera. ■

# Rosa Morató: Una mujer de campo

Por : Fernando Miñana



Hace unas semanas, sonó la campanita del teléfono de Rosa Morató. La catalana abrió el WhatsApp y se encontró con un mensaje de Gema Barrachina -hoy una maratoniana que se prepara para competir el domingo en Valencia- y una fotografía de ellas dos corriendo en la pista de Manresa. La alicantina le recordaba que hace diez años, en marzo de 2010, habían hecho un 10.000 en 31.54, y le lanzaba una pregunta para picarla: *“Rosa, ¿te imaginas en cuánto habiéramos corrido con las nuevas zapatillas?”*.



Morató, que tiene 41 años, explica esto después de dar un paseo con la perra por Navarcles, el pueblecito de la comarca del Bages donde vive con Pol, su marido, y Elna, su hija de siete años que debe su nombre a la Maternidad de Elna, la institución fundada por una enfermera suiza donde nacieron cientos de niños de mujeres refugiadas de la Guerra Civil y de judías perseguidas por los nazis. La familia no puede salir del pueblo los fines de semana por las limitaciones a causa de la pandemia. Y así, confinada, resignada y feliz de estar

con los suyos, redescubre que no hace falta irse a Barcelona para pasarlo bien.

Ella nunca dejó de ser una persona sencilla. Ni siquiera en sus tiempos de gran atleta, la década que dominó los obstáculos y el cross en España, con seis títulos nacionales en la pista y cinco en el campo. Las especialidades de una mujer asilvestrada a quien, más que la sofisticación del tartán, lo que le gustaba era salir de Navarcles y perderse corriendo por el monte.

*“A mí el 5.000 me aburría. Dar vueltas*



*a la pista era un tormento. Me gustaba correr en el campo y sufría en la pista. Por eso cuando permitieron los obstáculos, ahí encontré mi sitio”.*

Morató fue la locomotora que elevó la altura de esta nueva prueba con sus seis récords de España entre 2003 y 2007, el año que corrió en 9:26.23 en Heusden-Zolder (Bélgica), una marca que en trece años solo han superado Eva Arias y Marta Domínguez...

El atletismo le llegó en el colegio de Navarcles después de que Francesc, el profesor de Educación Física, preguntara a los niños si alguno quería correr el cross escolar. La pequeña Rosa no se lo pensó y, aunque a sus padres no les hizo mucha gracia, se apuntó. Aque-

*lla niña ganó la primera carrera. Y la segunda... “Y, siendo todavía alevín, llegué a la final del Campeonato de Cataluña por escuelas. Y como cadete de primer año, cuando aún era escolar, me proclamé campeona de España de cross. Eso fue en Asturias, en 1994”.*

Josep Molins, que era el responsable de la Federación, llamó a aquella niña y le preguntó que quién era su entrenador y cuál era su club. Y se quedó con la boca abierta cuando le contestó que le llevaba su profe y que competía por el colegio. Aquel maestro no tenía los conocimientos para seguir dirigiendo la carrera de una atleta con tanto potencial, pero tampoco quería perderla, así que Molins pasó a hacer los planes de entrenamiento y la cría pudo se-

guir en Navarcles, acudiendo de vez en cuando a Sabadell, ya que había fichado por la Joventut Atlètica, el club de esta localidad.

*“Lo lógico es que yo me hubiera ido a Manresa -a ocho kilómetros-, pero el profesor no quería perderme. Somos amigos, pero yo creo que cuando vio que ganó el Campeonato de España, se asustó; no sabía qué hacer conmigo”.* Morató siguió en Sabadell la etapa de júnior -logró el récord nacional de los 2.000 m obstáculos- y promesa. Ella y otro par de chicos del pueblo los llevaban en coche o se cogían un tren para ir a Sabadell. Hasta que ella fichó por el FC Barcelona. Eso fue cuando se matriculó en la Universitat Autònoma de Barcelona. Dejar la Joventut Atlètica enfrió su relación con Molins y, encima, cuando entró en el Centro de

Alto Rendimiento de Sant Cugat, le pusieron como condición entrenar con Domingo López. No encajaron. Ella se rompió el metatarso y estuvo cuatro meses parada. En cuanto se recuperó, hizo las maletas, se fue del CAR y se instaló en un piso de estudiantes.

*“Entonces vino un dilema: ¿Con quién entreno? Yo ya había empezado a salir con Pol y me comentó que probara con su entrenador, Octavi García, que prácticamente solo le llevaba a él. Todo el mundo me dijo que no, pero todo lo que he logrado en el atletismo fue gracias a él. Empezamos en abril de 2004 y en 2005 ya me proclamé campeona de España de cross. Con él empecé a trabajar la fuerza y la técnica, y mejoré muchísimo”.*

El problema de esta atleta es que nunca se creyó lo suficientemente buena. Los récords de España caían, o eso pensaba ella, porque era una prueba nueva, pero han pasado los años y aquellas marcas se han revalorizado. Como aquel 10.000 de Manresa junto a Barrachina.

*"Nos los montamos nosotras. Judit Pla nos llevó hasta el 5.000 y luego Gema y yo nos íbamos relevando, tirando una vuelta cada una, hasta la recta. Yo hice 31:54.16 y ella 31:54.64. Entonces pensé que, con los años, muchas atletas mejorarían esas marcas -hoy siguen siendo la séptima y la octava en el ranking histórico-. Y sí, la verdad es que sí que me genera curiosidad saber qué habiéramos valido con esas zapatillas que llevan ahora, con las que les veo volar".*

Correr ya es una afición, pero el gen competitivo sigue ahí, latente, y alentado por Joan Lleonart, que la ha reclutado para su club, el Atlètic Manresa. *"Porque dice que si soy capaz de correr en once minutos, le doy un montón de puntos al equipo. Y que si bajo de once, ya ni te cuento. Es que no hay niñas que corran rápido. Y yo que pensaba que todas superarían mis marcas en cuanto pasasen los años..."*

Con Joan no solo hablan del club. El técnico también les cuenta a ella y a Pol los entrenamientos de Esther Guerrero, la joya del mediofondo español. Y Morató escucha las barbaridades que hace y se queda pensativa. *"Yo le digo a Pol que bajará de cuatro minutos. Ya ha bajado de los dos minutos en el 800 y creo que puede con los cuatro. Y encima es que se te cae la baba viéndola competir. Es una bestia. Y es tan humilde. Muy de casa, sin salir del pueblo. Eso tiene muchísimo mérito y se merece toda mi admiración".*

La catalana dedica más tiempo a elogiar a Guerrero que en recordar sus grandes éxitos. Aquellos dos podios en los Europeos de cross. La medalla de bronce en Toro (Zamora) -*"aquello fue una sorpresa que no me esperaba"*, asegura- y la de plata en Dublín, en un circuito embarrado donde superó a las irlandesas y las portuguesas. Aunque ella, más humilde, lo explica a su manera. *"Fallaron todas ese día y la que me sorprendió fue la británica Hayley Yelling"*. Aunque luego se queda callada hasta que añade: *"Fallaron o que yo corrí muy bien..."*. Ese año, en 2009, la atleta del Bages ya estaba sufriendo mucho por unos problemas en los isquiotibiales que la liquidaron como atleta. Aún tuvo tiempo de batir



el récord de España de 10 kilómetros en una progresión que viraba claramente hacia el asfalto. A esta corredora que nunca le asustaron los kilometrajes altos le hacía ilusión llegar al maratón. Pero se operó de los isquios y entonces vinieron otras lesiones que, en realidad, eran un reflejo de la primera.

Morató lo intentó con todas las fuerzas, pero siempre se rompía. *"Ahora no, pero dejarlo así me costó. Yo no me retiré como había planeado, y eso fue duro. Porque yo me fui con la sensación de que no había alcanzado mis topes, pero ahora ya da igual"*.

Ahora es una maestra dispuesta a ser más cabezota que los niños de Primaria que la ponen a prueba cada día. Es feliz con lo que tiene, aunque reconoce que los primeros años aún escocía haberse marchado por una lesión. Ahora empieza a colocar por delante los buenos recuerdos. Los Juegos Olímpicos, los Mundiales, las medallas y los récords, más que lo que no consiguió. Y se fustiga porque lleva una semana sin correr, pero es que se machaca las rodillas. Así que la semana pasada se apuntó a un gimnasio para fortalecer su cuerpo y así poder seguir corriendo. Y hasta hacer algo más específico para así, ir a las ligas y poder bajar de los once minutos. Porque la cabra tira al monte. ■

# Carlota Castrejana, el talento multidisciplinar que venció a la incomprensión

Por : Antonio Aparicio



Tanto en su trayectoria profesional como deportiva, Carlota Castrejana Fernández (Logroño, 25-abr-1973) se ha destacado como una amante de los retos, inconformista y experta en transformarse en tiempo récord. En esta entrevista, la única persona de nuestro país que ha sido olímpica en dos deportes distintos (1 vez en baloncesto y 3 veces en atletismo), repasa los principales momentos que jalaron su extraordi-

nario periplo como atleta, tras batir varios récords de España en altura y, sobre todo, en un triple salto donde, entre otros logros, vivirán para siempre sus dos medallas continentales bajo techo en 2005 (bronce) y 2007 (oro). Pero también hubo momentos duros y difíciles, como esos JJ.OO. de 1996 que pudieron ser y no fueron, o como su propio mayor éxito en Birmingham, que vino precedido de dudas tanto externas como "internas y destructoras"...



*"Lo realmente importante del éxito es poder compartirlo con los que quieres y con los que hicieron posible que lo consigueses", reflexiona la actual secretaria general de la RFEA, que destaca la inestimable aportación de sus padres, de Juan Carlos Álvarez (su entrenador en triple y responsable de su conversión en atleta con mayúsculas), de su gran rival nacional Conchi Paredes o del también fallecido recientemente Bernardino Lombao, quien motivó a aquella promesa de 19 años olímpica en Barcelona'92 a tomar una decisión que "nadie entendió: ni el atletismo ni el baloncesto".*

Carlota, tras el verano de 1992 eras una prometedora ala-pívot de 19 años que,

en sus primeros pasos con la selección absoluta, había sido olímpica en Barcelona'92 y logrado un destacado 5º puesto con España. ¿Qué te atrajo del atletismo y por qué te cambiaste al salto de altura a continuación? ¿Entendió tu decisión el mundo del baloncesto?

*Fue la llamada del atletismo. Durante mi etapa en el CAR de Madrid como jugadora me encantaba observar a los atletas: sus rutinas, su entrenamiento, su preparación y disciplina. Disfrutaba tanto del entrenamiento en la pista como en la cancha, algo que no le suele pasar a las jugadoras... Y motivada por la maravillosa "locura" de mi querido Bernardino Lombao, preparé el salto. Mi familia siempre lo respetó, pero nadie*



*Lo entendió; ni el atletismo ni el baloncesto. Hubo hasta cierto rechazo en ambos mundos, pero mi motivación e ilusión eran tales que no necesité estímulos externos y disfruté cada segundo a pesar de la incomprensión, por otro lado razonable, del entorno.*

Con poco más de dos años de entrenamiento, en el invierno de 1995, ya lograste batir el récord nacional de pista cubierta (y global) con 1,89m como campeona de España en San Sebastián, ganándote tu presencia en el Mundial 'indoor' de Barcelona. ¿Cuáles fueron las claves de esa progresión tan rápida? ¿Te sorprendió?

*Fue emocionante, y ese primer récord de España es uno de los recuerdos más gratificantes de mi carrera. Pero si algo soy es inconformista y, seguro, ya estaba pensando en la siguiente altura o competición y quitando importancia a lo conseguido.*

Al año siguiente, igualaste esos 1,89m con otro récord al aire libre. Sin embargo, en 1997 no pudiste con los 1,90m pese a intentarlo en varios concursos, y la temporada siguiente te pasaste a los saltos horizontales. ¿Por qué se fraguó ese nuevo cambio? ¿Te sentías estancada en la altura, o simplemente veías mayor potencial en el triple?

*Qué duros momentos... Ese 1,89 ya era mínima olímpica [para Atlanta'96], y era la mejor saltadora entonces en España. Pero desde la Federación me pidieron un poco más para seleccionarme para los Juegos. Supongo que había corrido tanto, había hecho tantas renunciadas, había experimentado tantos cambios en solo tres años, que ese centímetro extra no llegó a tiempo. Aprendí la exigencia del atletismo de la forma más dura.*

Decidí rodear el muro en lugar de saltarlo y, después de recomponerme, me preparé para llegar a los siguientes JJ.OO. Lo iba a hacer donde más

**fuerte me sentía: los saltos horizontales. Mis tests en horizontales ya eran mucho mejores desde hacía tiempo que los de verticales.**

*Desde luego, la decisión fue acertada, pues en febrero de 1999 ya superaste por primera vez los 14 metros (14,05), y al año siguiente hiciste historia para España siendo olímpica en dos deportes distintos. ¿Qué supuso para ti tu presencia en Sydney'00, y cómo lo viviste en relación a Barcelona'92? Reto conseguido... Pero la clasificación para Sídney fue todavía más dura que la de Atlanta. De nuevo me reinventé, esta vez como saltadora de triple, en solo tres años. De la mano de mi entrenador, Juan Carlos Álvarez, por fin me convertí en ATLETA, y*



*dejé de ser la jugadora de baloncesto que hacía atletismo. Trabajé duro, muy duro, junto a Juan Carlos; a él le debo todo, y ya sentía y actuaba como una atleta. En esta etapa me encontré con una increíble rival, Conchi Paredes. Ya con la mínima olímpica, luchamos duramente por la plaza olímpica en el último campeonato de España previo a los Juegos, que era clasificatorio para la que ganase aquel día...*

En 2002 alcanzaste tus primeras finales continentales (8ª bajo techo en Viena y 11ª en Múnich) y firmaste tu primer récord nacional en la Copa de Europa de Sevilla, contribuyendo al ascenso de España a la Superliga. ¿Cómo valoraste entonces esos 14,51, que mejoraban los

**14,30 de Conchi Paredes y pulverizaban tu MMP por 41 centímetros?**

*Uau... qué fácil salen las cosas cuando estás preparada... Ese fue otro de los momentos más gratificantes de mi carrera. Había aprendido antes de llegar que todo tiene su tiempo, y que hay que encajar todas las piezas (velocidad, fuerza, técnica...) en la misma frecuencia.*

En el Mundial 'indoor' de Birmingham 2003 lograste tu único puesto de "finalista" (8 primeras) en una cita global, con esa 6ª plaza (a sólo 3 cm de la 4ª) rubricada en el sexto intento con un récord de España bajo techo (14,32). ¿Cómo recuerdas esa competición? *Me consolidaba como triplista; puedo*

*decir que empecé a ver la luz y me concienció de verdad de que podría llegar lejos. Siempre hice mis récords de España en las grandes competiciones internacionales.*

Tras una nueva presencia olímpica en Atenas 2004 (con unos buenos 14,37, MMT), tu primera medalla internacional llegó en el Euroindoor de Madrid 2005. ¿Qué nos cuentas de ese bronce tras la rusa Gurova (14,74) y la italiana Magdelín Martínez (14,54), con un fantástico concurso en progresión que incluyó tres récords de España bajo techo en tus tres últimos saltos (14,42, 14,44, 14,45)? *Por fin tenía mi primera medalla internacional, en un escenario espectacular,*

*el Palacio de Deportes en Madrid; y me sacaba la espina de los JJ.OO. de Atenas, donde con 14,37 me quedaba fuera de la final. En Madrid, el público nos llevaba en volandas en cada intento... solo disfruté. Cada vez que voy a ver partidos de baloncesto, y voy mucho, recuerdo la belleza de esa pista temporal. Siempre me ha resultado muy motivante competir en casa.*

Ese verano mejoraste hasta 14,60 en los Juegos Mediterráneos de Almería (todavía hoy mejor marca española al aire libre), pero tu techo lo alcanzaste con esos 14,64 en el tercer intento que te dieron un histórico título en el Euroindoor de 2007, de nuevo en Birmin-

gham. ¿A qué te supo ese oro, teniendo en cuenta además que en las semanas previas no parecías tan en forma, y que estabas fuera de la final hasta tu última tentativa de la calificación? ¿Lo viste peligrar en algún momento?

*Birmingham fue la explosión. Ese invierno cambié mi forma de entrenamiento; más calidad y menos volumen, menos horas de entrenamiento... Me costó adaptarme a la nueva rutina. Además, había dudas en mi entorno: "se ha estancado, se está acomodando, es mayor, tiene ya 33 años...". Llegué a Birmingham con muy pocas competiciones y con saltos válidos de menos de 14 metros... algo impensable. Pero mi entrenador y yo sabíamos que estaba mejor que nunca. Aparecieron dudas internas y destructoras en la calificación, pero conseguí vencerlas, en el último intento y por los pelos. Recuerdo que sonreí antes del último salto y me dije: "Carlota, ahora o nunca". Al día siguiente en la final, ya en la presentación, sabía que ganaría: ya estaba donde quería estar y como quería estar; ese día era imbatible. Y así fue...*

Además de tus dos podios y tus dos plazas de 'finalista', también fuiste 11ª en tres grandes citas (Mundial de 2005, Europeos de 2002 y 2006) y te quedaste fuera de tres finales por un solo puesto (Euroindoor de 2000, Mundial indoor de 2006, y Mundial de Osaka 2007). ¿Hubo



**algunas de esas actuaciones que te diesen especial rabia porque te veías en condiciones para mucho más?**

*Creo que siempre llegué bien a todas las pruebas y con posibilidades de más; posiblemente me compliqué demasiado en alguna calificación. Aunque también es cierto que fue una etapa de muchísima densidad de saltadoras por encima de 14,50 metros... Quizás Osaka fue de las más duras de encajar. La competencia era feroz, y algunas de mis rivales que en ocasiones me deja-*

*ron fuera de puestos de finalista, caían años después por dopaje.*

**Dijiste adiós al atletismo tras tu cuarta participación olímpica (tercera como atleta) en Pekín 2008. ¿Fue la despedida perfecta? ¿En algún momento te planteaste alargar algo más tu carrera? No fue la despedida perfecta pero dije adiós donde quería, y eso también es importante; y emprendí una nueva etapa. Nunca me planteé alargar más mi carrera. Mi nueva vida me absorbió rápi-**

*damente, y de nuevo tenía que transformarme en tiempo récord y tenía mucho que aprender...*

**¿Estás plenamente satisfecha con tu extraordinaria trayectoria atlética, o crees que podrías haber logrado más, tanto en resultados y medallas (por ejemplo, en algún Mundial) como en marcas? Por otro lado, ¿crees que si hubieses seguido en tu también querido baloncesto tu trayectoria hubiese sido igual o mejor; y en algún momento**



te arrepentiste de haberlo dejado tan pronto?

Estoy satisfecha con mi carrera, aunque también estoy convencida de que posiblemente hubiera sido más exitosa si, después de ser titular en los JJ.OO. de Barcelona, hubiera seguido mi carrera deportiva en los mejores clubes europeos, donde tenía excelentes ofertas, o en la WNBA años después. O posiblemente, también habría obtenido mejores resultados en el atletismo si hubiera empezado mucho antes, siendo más joven, habiendo tenido la oportunidad de aprender de forma más natural la técnica en pruebas que tuve que aprender con 24 años. Pero aun así, y siendo consciente de ello, no cambiaría mis decisiones, ya que he tenido la suerte

de experimentar dos vidas y dos deportes apasionantes que me han formado como persona y como deportista, y me han permitido conocer mundos diferentes y personas increíbles.

Aunque tus récords los lograste en altura y sobre todo en triple, no podemos olvidar que en longitud sigues figurando entre las 10 mejores españolas de todos los tiempos, con los 6,47 que lograste en 1998 (tu primer año en los saltos horizontales). ¿En algún momento os planteasteis la posibilidad de lograr algo importante en esta disciplina?

No, pero formaba parte de la preparación para el triple, y no creo que fuese especialmente buena... Pero disfruté mucho



compartiendo pista con Concha Montaner o Niurka Montalvo en ligas y mítines. También era divertido cuando se unía mi querida Naroa Agirre, dejando su pértiga en el pasillo de al lado...

Por último, ¿a qué personas tienes que agradecer tus mayores éxitos en el atletismo?

A mis padres, que me inculcaron siempre la libertad para elegir, la disciplina y el compromiso. Mi padre falleció hace pocas semanas y, recogiendo sus cosas, he vuelto a ver los maravillosos álbumes que me preparaba: recortes, premios, reportajes de moda, y cientos de fotos y noticias... Y mi conclusión del éxito es que lo realmente importante es poder compartirlo con



los que quieres y con los que hicieron posible que lo consigueses: con los que esperaban a la puerta del estadio pacientes cuando las cosas no iban bien, o te traían el hielo para los tendones tocados, o lloraban de alegría con cada triunfo. ■

# Mercedes Chilla, las cábalas y una medalla única

Por : Fernando Miñana



**Mercedes Chilla tiene cuarenta años y dice que aún es atleta. O eso cree. Porque asegura que si la próxima temporada todo sigue igual, es posible que no volvamos a verle el pelo. Aunque ella, gaditana, se lo toma todo con calma y cuando le preguntan que por qué sigue lanzando, ahora que está lejos de los 60 metros y muy lejos de los 64,07 que estableció como récord de España en 2010, da una respuesta tan simple como irrefutable: "Porque me gusta".**



Y, claro, a ver quién le responde a la única lanzadora española que ha ganado una medalla en una de las tres grandes citas atléticas. Porque Chilla, nacida en Jerez en 1980, es la mejor. Por aquella histórica medalla de bronce en el Europeo de Gotemburgo, por sus cuatro récords nacionales y por sus diez títulos de campeona de España.

Da la sensación de que siempre fue la mejor. Porque aquella niña que jugaba al baloncesto y al balonmano, a la que siempre se le dieron bien los deportes, un día probó con el atletismo y se le dio mejor aún. Primero, en 1994, lanzó peso y al año siguiente se empleó en las combinadas. En una competición destacó mucho en la prueba de jabalina y Pepe Vega cogió a aquella adolescente y la convenció para dedicarse a esa especialidad. Un año después, en 1996, ya era la campeona de España sub 16 y ya no dejó de ganar: campeona sub

18, sub 20, sub 23 y hasta una medalla de plata en el Europeo promesa de Ámsterdam, en 2001.

Veintiséis años después sigue con Vega. Ninguno ha dudado del otro en todo es tiempo. Ambos forman uno de esos dúos atléticos que crecen al mismo ritmo. *"Pepe no era experto en jabalina porque nunca había llevado a ningún lanzador, pero tiene algo muy bueno, y es que le gusta escuchar y se deja aconsejar. En el tema de las pesas específicas para nuestra prueba, por ejemplo, recibimos la ayuda de Antonio Lora".*

Su primer récord de España (57,91) llegó en el año 2000, cuando solo tenía 20 años. *"Creo que fue en un Universitario, pero poco después lo recuperó Marta Míguez".* Daba igual. El destino estaba escrito y aquella plusmarca fue un anuncio de los que vendría después,

de lo que lograría aquella andaluza que llegó al estatus de las mejores en una época en las que las lanzadoras eran mujeres muy grandes. *“Yo pille el momento justo después de Petra Felke (la alemana de 1,70 de estatura que fue campeona olímpica en Seúl 88 y que batió cuatro veces el récord del mundo con la jabalina antigua)”*, advierte Chilla, de 1,69 y 60 kilos.

Para detallar el contraste entre ella y el resto, recuerda una exhibición que se celebró en Alemania. Chilla había subido ese verano el podio del Europeo e hicieron una presentación en la que, adrede, colocaron a la española entre Valerie Adams (antes Valerie Vily), la neozelandesa de 1,93 y 120 kilos, y Barbora Spotakova, la checa de 1,82 y 80 kilos. *“Resultó bastante cómico, claro, y el público se rió un montón”*, rememora. O una confusión muy recurrente en la cámara de llamadas, cuando iban dando paso a sus rivales y, cuando le tocaba a ella, le decían que se esperara, que las velocistas iban más tarde. *“Ahora veo que hay algunas chinas flaquitas, pero en mi época eran todas muy grandes. Aunque nunca me ha importado lo más mínimo. Mi virtud es que he sido muy explosiva y le pegaba un buen latigazo. He lanzado más de brazo que de piernas”*.

### LAS SEÑALES

El 2006 fue su año. Ella cree que otras temporadas ha estado más en forma, pero esa tuvo algo muy importante: *“No me lesioné en todo el año. Y gracias a eso no sufrí ningún parón y estuve muy regular todo el año. A Gotemburgo llegué bien, pero luego se tiene que dar todo a favor”*. Y se dio. Estaba escrito. Su padre le regalaba todos los años en Reyes un calendario en el que cada día contenía una frase. Antes de viajar a Suecia, le entró la curiosidad y miró a ver qué ponía el día de la final. *“No recuerdo la frase exacta, pero decía algo así como que si se alineaban los astros, se podía dar la ocasión. La verdad es que fueron pasando cosas...”*. Chilla, que tiene un punto esotérico, empezó a percibir señales. Como el día que estaba en la habitación, ya en Gotemburgo, con otras lanzadoras y su amiga Dana Cervantes, y, de repente, les soltó: si encesto este papel en la papelera, me llevo una medalla. Y entonces lanzó la bola entre la cama y una mesa y la metió dentro.

El día de la calificación, como el hotel estaba cerca del estadio Ullevi, se fue caminando junto a su entrenador. Durante el paseo, notó algo, miró y vio que se había posado un saltamontes verde fosforescente muy chiquitito en el pecho. Chilla lo cogió y, delicadamente,





lo dejó sobre la hierba. No le dio mayor importancia, pero el día de la final, haciendo el mismo camino, se dio cuenta de que llevaba otro saltamontes idéntico. “Son chorradas, pero pasan”, explica. En la final empezó algo irregular. “Pero lo bueno es que sabía qué estaba haciendo mal y cómo corregirlo. Cuando pasé a la mejora, en el quinto intento, acabé muy cerca de la línea, tan justa que tuve que meter el pie para no hacer nulo, pero cuando sale la jabalina, tú ya sabes que es bueno. Lancé 61,98, me coloqué en puesto de medalla y pensé: ‘por favor, que esto se acabe ya’. Pero quedaba una ronda entera y estaba histérica, así que me obligué a serenarme porque existía la posibilidad de que me tocara volver a mejorar mi marca para coger una medalla. Pero nadie me superó. Estaba muy contenta y me puse a

llorar. Lo recuerdo como si estuviera en éxtasis. Lloraba y reía de pura felicidad”. Estaba tan contenta que, por la noche, en el bar del hotel se vino arriba. A todo el que pasaba por allí, le invitaba a una cerveza. ¿Otra ronda? Otra ronda. Cuando volvió a Jerez, a los pocos días, le llegó el extracto y se echó las manos a la cabeza. “No sabía de qué era ese cargo y me extrañó. Hasta que caí en que el alcohol en Suecia es carísimo. Aquello me costó un pico, pero daba igual, fue un día muy feliz”.

Aquella medalla no cambió a la Chilla que iba por los campeonatos con sus amigas las lanzadoras: Berta Castells, Loli Pedrares, Irache Quintanal, Suly Ruiz... Pero su vida sí pegó un pequeño vuelco. “La medalla fue un bombazo. Llegué a Jerez y la alcaldesa estaba es-

perándome a pie de avión con un ramo de flores. Luego también estaba Pacheco. Me hicieron una oferta irrechazable y dejé el Valencia. No por nada, sino porque tenía que mirar por mi beneficio. Las entrevistas se multiplicaron, como otras cosas que no me entusiasman. O que luego vas a competir y la gente ya te conoce. Pero ni era más importante ni a mí me importaba demasiado”. Aquel éxito sin precedentes entre las lanzadoras españolas supuso “un alivio” para Chilla. “Al final es verdad que puedo ser buena”, pensó. No fue un casualidad. Dos años después, en los Juegos de Pekín, logró un diploma olímpico gracias a su octavo puesto. Y en junio de 2010, en una Liga con el Valencia Terra i Mar, el club con el que ya lleva diecisiete años y al que regresó en cuanto bajó la espuma de Gotemburgo, lanzó

el dardo, en el Estadio del Turia, más lejos que nunca: 64,07, la octava mejor marca mundial de ese año.

Eran los tiempos en los que, ya una atleta madura, había dejado de ponerle nombre a sus jabalinas. “Mi preferida era la Nemeth de 85, de aluminio y carbono. A las mejores se las regalaban y a mí me hicieron un descuento, que no está mal para una jabalina de mil euros. Las más grandes tiran unas Nemeth que son todas de carbono, pero que si no lanzas perfecto te revientas el codo”.

#### **DOS GRAVES LESIONES**

Chilla también sabe de esto. De lesiones. En 2012, justo antes de los Juegos de Londres, se rompió el tendón de Aquiles en pleno lanzamiento. Y en 2015 sufrió una lesión con muchos nombres indescifrables que se pueden

resumir en que se rompió el hombro. *“Me hice mucho daño. Fue antes de los Campeonatos de España y quiero darle las gracias a Ángel Basas y a todos los servicios médicos de la Federación Española porque gracias a ellos, a su ayuda, he podido prolongar mi carrera deportiva. El dolor me llegaba hasta el pulgar de la mano. Me hicieron una resonancia y me dijeron que, si quería, me podía operar después del Campeonato de España. Lo probé, pero solo pude hacer un tiro de 57 metros. Me había destrozado”.*

También tiene un problema de hernia que hace que cada mañana se levante agarrotada. Y en 2004, una lesión en el codo. Un par de años después encontró una forma de fortalecer la articulación: la escalada. *“Fue antes de Gotemburgo y vi que me venía muy bien, que fortalecía todo el tema tendinoso. Desde entonces estoy enganchada y me va genial: no es un movimiento aislado sino que te mueves hacia todos los ejes. Y te pone fuerte”.* Por eso, en cuanto puede, se escapa a un peñón que hay en Paterna de Rivera, a Grazalema, a San Bartolo... *“Depende de si es en invierno o en verano”.*

Además de la escalada, también adora estar rodeada de naturaleza y caminar por la montaña. La última vía ferrata



fue en los Dolomitas. *“Estuvimos ocho horas y fue bestial. Pero ahora que llevo el CrossFit Jerez y tengo menos tiempo, prefiero la escalada”.*

Y en 2015 abrió Crossfit Jerez, que es su sustento ahora que han bajado los ingresos del atletismo. El coronavirus no se lo está poniendo fácil, pero el negocio, al menos, le descubrió una nueva afición: la carpintería. *“En el gimnasio queríamos doce cajones para pliometría. Mi socia, Bego, y yo pedimos presupuesto y nos asustamos cuando vimos lo que valían. Así que me decidí a hacerlos yo misma. Me enganché y ahora mismo te puedo hacer lo que me pidas. De hecho, no descarto montarme un negocio on line”.*

Lo que ya ha aparcado son los tatuajes. Uno de los que más llamó la atención en Gotemburgo fue uno escrito en él-fico. Entonces no quiso desvelar qué

ponía. Y a ver quién era el guapo que lo traducía... Pero hoy, catorce años después, ha perdido el pudor a desvelar que es *“una frase que incluye tres consignas: silencio, fuerza y paciencia”.*

La única lanzadora de jabalina que ha ganado una medalla internacional está encantada con la irrupción de los jóvenes que han llegado a la especialidad. *“En el último Campeonato de España le bombardeé el whatsapp a Idoa (Mariezcurrera, ex compañera y entrenadora de los hermanos Quijera y de Arantza Moreno). Están en un gran momento y me encanta”.*

Su estatus también le permitió conocer al mismísimo Jan Zelezny, la leyenda. *“Un año vino a Huelva y la Federación hizo como un intercambio con él y nos mandó para allá, una semana, a*

*Rafa Baraza y a mí. Estar al lado de ese hombre era... Ahora mismo tengo delante mío la foto que me hice con él”.* Aunque amistad de verdad, la que entabló con otra leyenda., Barbora Spotakova, la doble campeona olímpica y mundial. *“Somos muy amigas. Lo tiene todo para ser la mejor. Si ella no lanza, no lanza nadie. Aunque al principio le ganaba yo, ¿eh? Pero luego ya se desarrrolló y... Nos conocimos antes de que fuera tan buena y no hemos dejado de ser amigas. No hace mucho estuvo con su familia en mi casa”.*

Chilla sigue a lo suyo. Su trabajo, sus escapadas a escalar y sus ratos entre maderas y lijadoras. Quiere lanzar un verano más. Pero si sigue siendo tan difícil, quizá lo deje. Mientras seguirá como siempre: silencio, fuerza y paciencia. ■

# Carmen Valero, la llamada de la tierra

Por : Miguel Calvo



Conocido hasta 1972 como el Cross de las Naciones, la geografía de las mejores corredoras de fondo de la historia puede trazarse con un rápido repaso al palmarés del Campeonato del Mundo de Campo a Través. Una especie de Olimpo que incluye nombres como Grete Waitz, Maricica Puica, Zola Budd, Ingrid Kristiansen, Lynn Jennings, Derartu Tulu, Sonia O'Sullivan, Paula Radcliffe, Tirunesh Dibaba o Helen Obiri. Y donde destaca con luz propia

el nombre de **Carmen Valero** (Castelserás, 1955), doble campeona mundial en 1976 y 1977, justo antes de que se iniciara el reinado de la legendaria Grete Waitz, y cuya propia historia nos recuerda cómo una joven que creció corriendo libre alrededor de las montañas de Cerdanyola consiguió proclamarse campeona del mundo, precisamente en una época en la que el atletismo y el deporte femenino en España eran poco menos que una quimera.



En busca de uno de los sonidos que mejor definen la historia del ya centenario atletismo español, todo empezó alrededor del tintineo de un pequeño cascabel que los padres de la pequeña Carmen Valero tuvieron que ponerle para seguirle el rastro cuando se perdía corriendo durante sus paseos por las montañas de Montflorit. El sonido de aquel cascabel pronto comenzó a formar parte de la banda sonora de aquella niña que corría feliz y libre por todos los caminos del bosque que siempre conducían al río. Y, al llegar a casa, después de chapotear en el agua y sentirse absolutamente libre corriendo en plena naturaleza, Carmen se sentaba junto a su

cascabel para secarlo, limpiarlo e incluso frotarlo con aceite para que brillara más durante su siguiente carrera.

*"Era una época muy diferente, con un ritmo muy distinto al que vivimos hoy en día - recuerda Carmen Valero -. Vivíamos mucho más apegados a la naturaleza y éramos muy felices teniéndolo todo sin tener nada. Por ejemplo, hasta los 13 años no tuve mi primer muñeco con pelo, que aún conservo, y disfrutábamos todo con más pausa. Las latas de sardinas nos servían para inventar un tren, imaginábamos que construíamos una panadería con barro y los muñecos con los que jugábamos eran*



*de cartón y estaban siempre con nosotras en la calle, hasta que comenzaba a llover y todo ese mundo se deshacía bajo la lluvia. Ese ha sido siempre mi lugar, buscando la naturaleza y la libertad, dejándome abrazar por el aire de la montaña. Y todo ello derivó en que el cross haya sido el lugar donde verdaderamente me he sentido libre y feliz”.*

Seguramente, un relato que sirve para explicar la auténtica personalidad de una corredora tan irreplicable como Carmen Valero, capaz de acumular récords nacionales

en la pista y tripletes imposibles en las distancias de 800, 1.500 y 3.000 metros que se disputaban en los Campeonatos de España, pero que donde realmente se sintió cómoda fue en el campo a través, con ocho títulos nacionales (seis de ellos consecutivos entre 1973 y 1978) y siete actuaciones inolvidables en los Campeonatos del Mundo de la disciplina, que abarcan desde su debut con sólo 16 años en la última edición del viejo Cross de las Naciones que se disputó en Cambridge en 1972, hasta su histórica racha de situarse cinco veces consecutivas en el top-10

mundial, incluyendo su tercer puesto en Rabat 1975 y sus dos títulos mundiales posteriores.

*“Si tuviera que quedarme con una imagen de mis tiempos como atleta, me quedaría con el recuerdo de los días corriendo en los bosques de Finlandia - añade la pupila de José Molins -. Estuvimos allí concentrados entrenando con Jouko Kuha y recuerdo la felicidad de poder correr por unos bosques que tenían más de treinta kilómetros de distancia, aislados de todo y rodeados únicamente por árboles y ardillas”.*

*“De la misma forma que hay corredores que parece que vuelan en la pista y otros en el asfalto, mi hábitat ha estado siempre en el campo a través. Me adapto tan bien a los caminos y los disfruto tanto que es como si no sintiera los kilómetros y siempre me quedasen ganas de más - continúa la corredora que, a base de tenacidad y carácter, casi sin darse cuenta, cambió todas las reglas de un atletismo español que hasta ese momento ni siquiera había tenido en cuenta a las mujeres -. Siempre he sido más de subidas que de bajadas y así es como gané mi primer campeonato*



*del mundo, teniendo claro cuál era el lugar más duro de la carrera, a mil metros de meta, y atacando con todo en el sitio exacto. Lo importante es ir mentalizado y, por extensión, cuando corría los 1.500 metros en pista me los planteaba de la misma manera que afrontaba las carreras de cross, marcando mi punto, por ejemplo, a 300 metros de la meta, y sabiendo que ahí era donde tenía que atacar, aunque sabía que en ese momento seguro que iba a ir fatal”.*

El resto, una maravillosa historia que no podría entenderse sin su inseparable grupo de entrenamiento alrededor de Molins

en Sabadell. Sin su amistad con la añorada Belén Azpeitia, rival, amiga, compañera y parte fundamental de la historia del atletismo femenino español. Sin el recuerdo de una época que hoy parece muy lejana y en la que todos los sábados y domingos había carreras de campo en Cataluña que le permitían acumular kilómetros y disfrutar de preciosos escenarios naturales. Sin los viajes al País Vasco, auténtico santuario del cross en nuestro país y donde Carmen siempre era feliz sintiéndose muy cerca de la lluvia, el barro y los montes que forman el carácter de su gente. Sin las salidas a Italia y a cualquier lugar de donde

la llamaran, porque ella, alma rebelde, siempre iba donde quería sin importarle disputas federativas o imposiciones ajenas. Sin el recuerdo de una época tan inocente en la que Carmen incluso se recuerda esquiando en la Molina o en Pas antes de viajar al mundial de turno, pues entonces ni siquiera se vivía presos del calendario. Y sin el reflejo de las viejas fotografías que nos devuelven la imagen de Carmen corriendo con su coleta al viento o animando después bajo el chándal a su querido Mariano Haro en cualquier cuesta de cualquier circuito de cualquier parte del mundo.

Lejos de aquel pequeño cascabel, otro de los sonidos que siempre describirán a Carmen Valero nos lleva al estadio olímpico de Montreal durante el verano de 1976. Con sólo 20 años, aquella niña que se había criado por los caminos y los ríos alrededor de su casa estaba lista para romper un nuevo techo de cristal y convertirse en la primera atleta española en participar en unos Juegos Olímpicos. Y allí, antes de salir a la pista, Carmen recuerda todavía hoy la sensación de caminar por el pasillo que conducía al interior del estadio, sintiendo el ruido del murmullo de miles de espectadores y descubriendo que todo aquello debía de ser el



sueño olímpico del que tanto había oído hablar y que para ella sólo era la necesidad de seguir corriendo, aunque aquellas pruebas en pista siempre se le quedaran demasiado cortas.

*“Correr es un viaje de regreso a la niñez - continúa la atleta que a sus 65 años sigue corriendo como una forma de expresión de su carácter y como la mejor terapia posible para seguir afrontando la vida y el paso del tiempo -. En mi infancia aprendí y disfruté muchísimo, hasta el punto de que empecé a competir con 12 años y cuando tenía 16 ya viajaba para correr fuera de casa. Ahora, sigues corriendo, ves a la niña que fuiste y, si todo va bien, intuyes a la*

*niña que volverás a ser durante tu vejez, porque todo vuelve al mismo sitio, al mismo lugar, aunque el camino ya no volverá a ser nunca igual, porque cada vez lo vives de una manera distinta”.*

*“Ni siquiera es cuestión de ganar - concluye Carmen Vaquero -. Siempre he tenido un carácter muy fuerte y, en la época que me tocó vivir, tenía muy claro que tenía que llegar la primera, pero no he sido consciente de todo lo que logré hasta que desde hace unos años comencé a recibir homenajes y empecé a escuchar cómo la gente valoraba todo lo que conseguí en su día. Al fin y al cabo, se trata de disfrutar las pequeñas cosas. Sentir la libertad. Y sentir que todo fluye mientras que eres feliz co-*



*riendo por el campo”.* En la lejanía, como un póster pegado en la pared, quedan las fotografías de todos los triunfos de Carmen Valero. Aquella sonrisa con sus viejas zapatillas azules. Su imagen con el dorsal número 70 corriendo en Chepstow por delante de Tatyana Kazankina. La fotografía con el dorsal 135 en Düsseldorf mientras se proclamaba campeona del mundo por segunda vez consecutiva. O el recuerdo de aquel primer viaje olímpico de una atleta española al Montreal de 1976 y de Nadia Comaneci.

Tan natural como sus ganas intactas de seguir corriendo en busca de libertad. Como sus paseos hasta lo alto de la montaña de la Mola que tantas veces subió co-

riendo y que ahora asciende caminando. Como la emoción que la invade cuando ve por la televisión una carrera de campo a través. Como sus ganas de apuntarse en el futuro al Trail de Ibiza y seguir corriendo cuesta arriba a pesar de los años. Como las peregrinaciones que tiene pendientes a las montañas donde descansa la virgen de Monserrat, siempre con su amigo Alejandro Gómez en la cabeza. Como el silencio que rodea las montañas de Puigcerdá y que tantas veces le sirve de refugio. O como los viejos caminos que sigue disfrutando corriendo como una niña cada vez que puede, siempre detrás de la llamada de la tierra y sin ninguna necesidad de regresar al asfalto de la gran ciudad. ■



# CARMEN VALERO



*centenario*  
**RFEA ATLETISMO**



*centenario*  
**RFEA**  
**ATLETISMO**

Socio Patrocinador RFEA:



Patrocinador Principal RFEA:



Patrocinadores Oficiales RFEA:



Instituciones RFEA:

