

----- CARMEN VALERO -----



Despedimos a la bicampeona mundial de cross y primera atleta olímpica española

Carmen Valero fue sin duda la mejor atleta española del siglo XX. Muchos de los hitos de su carrera se ven acompañados de la frase “fue la primera atleta española que...”, algo que inequívocamente da una idea de su tremenda trascendencia. Hoy 2 de enero de 2024 nos despedimos de una leyenda del Atletismo Español. Una pionera que en 1976 abrió el camino olímpico que continuarían las Maite Zúñiga, María Vasco, Ruth Beitia, Ana Peleteiro y todas las demás. Un mito que además logró lo que ningún otro español ha conseguido replicar, a excepción de ella misma un año después: proclamarse campeona del mundo de campo a través.

Nacida en Castelserás (Teruel) el 4 de octubre de 1955, Carmen Valero se trasladó de niña a Cataluña. Su inicio en el atletismo llegó en 1969, en Sabadell. Su primer entrenador, y mentor a lo largo de toda su carrera, fue José Molíns, el gran fondista fallecido en 2023, que lo fue todo en la Juventud Atlética Sabadell.

A nivel nacional, los primeros resultados apreciables de Carmen Valero se registran en 1970 y 1971, cuando gana el Campeonato de España Juvenil de Cross. Pero en el año 1972, todavía con 16 años, ya aparece en el panorama absoluto. Consigue su primer Campeonato Nacional de 1500 metros, al que seguirían otros seis consecutivos más, logrando un monopolio que se extendió desde 1972 hasta 1978. A ellos se añadieron tres campeonatos de 800 en los años 1974 a 1976, y cuatro de 3000, desde 1974 a 1976, y 1978, logrando pues tres insólitos tripletes consecutivos. Todavía hay que añadir que cuando las distancias femeninas se fueron alargando, también en 5000 metros logró el Campeonato Nacional, en 1986. A estos éxitos en la pista se sumaron los del cross, con seis títulos españoles consecutivos, desde 1973 hasta 1978, más los de 1981 y 1986. Y los de pista cubierta, con dos títulos nacionales en 1500 metros.



Este dominio abrumador que ejerció en la escena española se trasladó al campo internacional. Finalista en el Campeonato Europeo Junior de Duisburgo en 1973, donde quedó cuarta en 1500 metros con récord nacional absoluto, al año siguiente compitió en el Europeo absoluto, en Roma. Nuevo récord nacional en la eliminatoria, y otra vez en la final, en la que logró un séptimo puesto, lo mejor de nuestro atletismo femenino hasta entonces. Al año siguiente, 1975, participó en los Juegos Mediterráneos de Argel, logrando una medalla de bronce en los 1500 metros. Y en 1976, estrenó el atletismo femenino español en unos Juegos Olímpicos, los de Montreal, en 800 y 1500 metros.

Seguramente lo más notable de su actividad internacional se produjo en el cross. Participó por primera vez en el Mundial de Cross en 1973, y en 1974 ya logró un excelente noveno puesto. En 1975, en Rabat, alcanzó las medallas, con su tercer puesto. Pero lo mejor estaba por llegar: en 1976 en Chepstow se proclamó campeona del mundo, al ganar por delante de nada menos que la soviética Tatyana Kazankina (triple campeona olímpica y plusmarquista mundial) y la italiana Gabriella Dorio; y más difícil todavía, al año siguiente repitió victoria en Düsseldorf, por delante de dos extraordinarias fondistas soviéticas como Lyudmila Bragina y Giana Romanova. Las españolas no han vuelto al medallero desde entonces, lo que deja cristalino lo extraordinario de los resultados de Carmen Valero.

A este desempeño en la competición se unieron, lógicamente, los resultados ante el crono. Logró récords nacionales en los 800, 1500 y 3000 metros, que poseyó simultáneamente. En 800, primero logró 2:06.0 en 1975, y después 2:04.12 en 1976. En los 1500 metros al aire libre batió el récord de España cuatro veces. Empezando con los 4:18.25 del Campeonato Europeo Junior de 1973, siguiendo por los sucesivos 4:13.02 y 4:11.61 en el absoluto de 1974, para terminar con 4:08.34 en 1976. Mientras, en pista cubierta, lo batía tres veces hasta llevarlo a 4:17.15. Por último, en los 3000 metros, consiguió seis récords de España, desde sus primeros 9:50.0 en 1973, hasta los 9:00.9 que estableció en 1978. Estas marcas que logró tuvieron alto nivel internacional. Así, los 4:11.61 de 1974, la colocaron en el puesto 17º de la lista mundial del año, y 14º europeo, posiciones que ninguna española mejoró hasta Maite Zúñiga en 800 metros en el año 1988. Con esa misma marca, a final de 1974 era la 28ª mundial y 24ª europea de todos los tiempos. Y esto tardó más en superarse: lo hizo Sandra Myers sobre los 400 metros en 1991.

Y por encima de todos estos logros debemos destacar que puso al atletismo femenino en el centro de la actividad en España, al normalizar unos resultados que aún hoy parecen en muchos casos insólitos. Se vio que se podían alcanzar y abrió el camino a todas las atletas que en el siguiente medio siglo han continuado sus pasos.

Por: José Javier Etayo

Carmen Valero - Historial deportivo

Nació en Castelserás (Teruel) 04.10.1955 - 1,66m/53kg

(Falleció en Sabadell el 2.1.2024)

Entrenadores: Josep Molins, Ramón Monllort

25 veces internacional

Historial Nacional

Campeona de España Absoluta de cross (1973-74-75-76-77-78-81-86)

Campeona de España Absoluta de 800m (1974-75-76)

Campeona de España Absoluta de 1.500m (1972-73-74-75-76-77-78)

Campeona de España Absoluta de 3.000m (1974-76-76-78)

Campeona de España Absoluta de 5.000m (1986)

Campeona de España Absoluta de 1.500m en pista cubierta (1973-77)

Campeona de España Junior de 1500m (1972-73)

Campeona de España Juvenil de 600m (1971)

Campeona de España Juvenil de cross (1970-71)

Mejor atleta española del siglo XX (por la AEEA)

Historial Internacional

Campeona del Mundo de cross (1976-77)

Medalla de Bronce en el Campeonato del Mundo de cross de Rabat'75

Otros Campeonatos del Mundo de cross: 1973 (25°); 1974 (9°); 1978 (10°)

Olimpica en Montreal'1976 - 1ª atleta española en participar en unos JJOO

Medalla de Bronce en los Juegos del Mediterráneo Argel'75 en 1.500m

7ª en el Campeonato de Europa Roma'1974 en 1.500m

4ª en el Campeonato de Europa Júnior - Duisburgo'1973 en 1.500m

Récords de España absolutos

AIRE LIBRE

800m	2.06.0 - Sochi - 29.05.75
	2.04.12 - Zurich - 10.07.76
1500m	4.18.25 - Duisburgo - 26.08.73
	4.13.02 - Roma - 06.09.74
	4.11.61 - Roma - 08.09.74
	4.08.34 - Dusseldorf - 08.06.76
3000m	9.50.0 - Sabadell - 21.10.73
	9.35.4 - Madrid - 20.07.74

9.19.2 - Viareggio - 07.08.74

9.17.6 - Logroño - 02.05.76

9.10.9 - Stuttgart - 16.07.77

9.00.9 - Sittard - 18.06.78

PISTA CUBIERTA

1500m	4.37.7 - Madrid - 24.02.73
	4.23.8 - Sabadell - 12.02.77
	4.17.15 - S.Sebastián - 27.02.77

Progresión

Año	Edad	Club	400m	Rk.ESP	800m	Rk.ESP/MD/EU	1.500m	Rk.ESP/MD/EU	3.000m	Rk.ESP/MD/EU	5.000m	Rk.ESP
1972	17	J.A.Sabadell	1:02.0	(23)	2:16.0	(7)	4:36.6	(4)	-	-	-	-
1973	18	J.A.Sabadell	57.6	(7)	2:06.9	(1)	4:18.25	(1) (42 - 36)	9:50.0	(1)	-	-
1974	19	J.A.Sabadell	59.0	(9)	2:06.7	(1)	4:11.6	(1) (17 - 14)	9:19.2	(1) (33 - 30)	-	-
1975	20	J.A.Sabadell	-	-	2:06.0	(1)	4:16.6	(1) (62 - 49)	9:51.6	(1)	-	-
1976	21	J.A.Sabadell	59.3	(16)	2:04.12	(1) (80 - 67)	4:08.34	(1) (26 - 23)	9:17.6	(1) (39 - 35)	-	-
1977	22	J.A.Sabadell	58.5	(12)	-	-	4:20.94:17.15	(1) (83 - 73)	9:10.9	(1) (30 - 28)	-	-
1978	23	C.N.Barcelona	-	-	2:13.9	(8)	4:16.1	(1) (99 - 85)	9:00.9	(1) (20 - 19)	-	-
1979	24	C.N.Barcelona	NO COMPITIÓ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1980	25	C.N.Barcelona	-	-	2:16.4	(22)	4:24.7	(6)	9:37.7	(6)	-	-
1981	26	C.N.Barcelona	-	-	2:12.8	(11)	4:29.61	(7)	-	-	-	-
1982	27	-	NO COMPITIÓ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1983	28	-	NO COMPITIÓ	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1984	29	J.A.Sabadell	-	-	-	-	-	-	10:27.0	(55)	-	-
1985	30	J.A.Sabadell	-	-	2:15.4	(47)	4:19.64	(3)	-	-	16:42.5	(2)
1986	31	A.D.Marathon	-	-	2:16.8	(53)	4:24.37	(5)	-	-	16:48.95	(2)
1987	32	Xerox J.A.Sabadell	-	-	-	-	4:42.6	(59)	9:30.7	(9)	-	-

Otras marcas: 100m: 13.5 (1971); 200m: 26.9 (1974); 100m vallas: 19.8 (1974); 2.000m: 6:04.79 (1985) (2); Maratón: 3h22:15 (1999); Altura: 1.30 (1974)



Marcas anteriores (Ricard Rof, bol.AEEA nº 62 pgs.202/3)

1969 - 300m 46.4 - Manresa - 06.07
 400m 1.05.5 - Sabadell - 07.09
 800m 2.31.9 - Sabadell - 24.08
 1500m 5.54.4 - Sabadell - 28.08
 1970 - 600m 1.41.2 - Sabadell - 01.10
 1971 - 400m 1.03.8 - Manresa - 12.10
 600m 1.39.3 - Barcelona - 04.03
 800m 2.34.2 - Granollers - 03.10

Notas (José María García)

m.m.14-15 años (bol.AEEA nº 29 pg.260)
 tope Rk.nc.1.05.4/53 - sería 54ª (y m.m.14a)
 m.m.14 años (bol.AEEA nº 29 pg.246, día 25)
 (tope Rk.nc.2.36.8/50, no figura (sería 36ª)
 tope Rk.nc.7.17.0/44 - no figura (sería 29ª)
 m.m.15-16 años (bol.AEEA nº 29 pg.237)
 tope Rk.nc.1.04.2/51 - no figura (sería 43ª)
 m.m.16-17 años (bol.AEEA nº 29 pg.237)
 tope Rk.nc.2.35.7/50 - no figura (sería 50ª)

Sus mejores puestos en el all-time mundial y europeo son:

1500m 4.11.61 (28-M y 24-E hasta 1974)

Nota: Mejores clasificaciones españolas hasta 1991 (Sandra Myers 400m 49.67: 22-M y 17-E)

Hay que destacar que sus mejores puestos anuales (ese mismo año: 4.11.61, 17-M y 14-E) no fueron superados hasta 1988 (Maite Zúñiga 800m 1.57.45: 12-M y 10-E)

Mejores marcas por edades (hasta 22 años)

800m de 18 años en 1973, de 20/22 en 1975, de 21-22 en 1976
 1500m de 18/22 años en 1973, de 19/22 en 1974, de 21-22 en 1976

Nota: La m.m. de 18 años duró hasta 1993, la de 20 hasta 1995 (ambas batidas por Marta Domínguez con 4.17.26 y 4.09.74); la de 21-22 años hasta 2000 (batida por Natalia Rodríguez con 4.04.24).

Sin embargo la de 19 años (categoría junior) todavía sigue en pie -en Diciembre 2013-desde 1974 (4.11.61).

3000m de 18/22 años en 1973, de 19/22 en 1974, de 21-22 en 1976, de 22 en 1977

Nota: En los años setenta la categoría junior femenina tenía de tope 18 años (sólo a partir de 1988 la IAAF iguala la categoría femenina a la masculina en 19 años).

Por tanto en 1973 -con tope 18 años- figuró en el ranking mundial-europeo, así:800m 2.06.9 (19-M y 14-E), 1500m 4.18.25 (5-M y 4-E), 3000m 9.50.0 (8-M y 6-E)

Ahora bien, en 1974 (19 años) a la vista del ranking absoluto, se puede reconstruir una Lista junior (con reglamentación actual) con atletas nacidas en 1955 y después, en la que sólo hay una atleta por delante (la canadiense Glenda Reiser con 4.07.8), por lo que Valero con 4.11.61 es 2-M y 1-E (y en 3000m con 9.19.2 es 3-M y 3-E, detrás de una rusa y una alemana).





Sus mejores marcas de siempre

800m

2:04.12	7		Zürich, SUI	10.07.1976
2:06.0	5	Premio Pravda	Sochi, URS	29.05.1975
2:06.14	6h1	JJO	Montreal, CAN	23.07.1976
2:06.7	1		Barcelona	05.10.1974
2:06.9	1		Barcelona	23.09.1973
2:07.2	2		Paimio, ITA	06.07.1976
2:07.6	1		Besaçon, FRA	10.08.1973
2:08.4	1		Barcelona	06.07.1984
2:08.4	1		San Sebastián	03.08.1975
2:08.6	1		Madrid	21.07.1974
2:08.6	1	CE	Madrid	29.06.1976
2:08.8	1		Barcelona	31.07.1973
2:08.9	1	Int. Clubs	Barcelona	18.05.1975
2:08.9	1	Nac	Madrid	07.06.1975
2:09.5	5	JM	Argel, ALG	27.08.1975
2:09.8	1	vFRA-BEL	San Sebastián	04.09.1976
2:09.9	3		Lisboa, POR	21.07.1973
2:09.9	1	Madrid-Barcelona-Lisboa	Barcelona	24.05.1975
2:10.0	5		Bruselas, BEL	30.06.1974

1.500m

4:08.34	5		Düsseldorf, FRG	08.06.1976
4:11.61	7	EC	Roma, ITA	08.09.1974
4:13.02	6h2	EC	Roma, ITA	06.09.1974
4:14.85	1fc	WA	Viena, AUT	19.06.1976
4:16.1	4	VD	Bruselas, BEL	18.08.1978
4:16.6	2	Premio Pravda	Sochi, URS	30.05.1975
4:17.15i	1	CE	San Sebastián	27.02.1977
4:17.65	8h3	JJO	Montreal, CAN	28.07.1976
4:18.25	4	EC-j	Duisburgo, FRG	26.08.1973
4:18.4	1	CE	Madrid	30.07.1978
4:19.5	4	4N	Bruselas, BEL	29.06.1974
4:19.64	7	CdB	Barcelona	08.07.1985
4:19.7	1	3N	Lisboa, POR	05.08.1978

4:20.3	1	vBEL	Barcelona	16.06.1973
4:20.3	3	JM	Argel, ALG	29.08.1975
4:20.9	1	CE	Granollers	25.07.1977
4:21.1	1	CE relevos	Granollers	18.06.1977
4:21.2	1	ECp/h	Rijeka, YUG	01.07.1973
4:21.9	2	vNOR	Oslo, NOR	05.07.1977
4:22.2	1	4N	Cwmbran, GBR	17.07.1976
4:22.53	2	CdV	Vigo	14.08.1985
4:23.1	3		Lisboa, POR	22.07.1973
4:23.8i	1		San Sebastián	12.02.1977
4:24.2	1	vGRE	Barcelona	09.07.1975
4:24.37	4		Vigo	14.08.1986
4:24.7	1		Vigo	16.08.1977
4:24.7	1h1	Cprov	Barcelona	15.06.1980

3.000m

9:00.9	2	WA	Sittard, NED	18.06.1978
9:10.9	2	ECp/sf	Stuttgart	16.07.1977
9:17.6	1	Trofeo E. y D.	Logroño	02.05.1976
9:19.2	3		Viareggio, ITA	07.08.1974
9:23.3	1	GP	Barcelona	24.06.1978
9:24.2	1	CE	Madrid	28.07.1978
9:30.7	1		Vic	12.04.1987
9:32.6	1	GP Fed	San Sebastián	21.08.1976
9:34.0	23		Praga, TCH	29.08.1978
9:35.4	1		Madrid	20.07.1974
9:35.4	15		Roma, ITA	02.09.1974
9:37.7	1	CCat	Barcelona	26.07.1980
9:41.2	1	GP	Madrid	22.07.1978
9:50.0	1		Sabadell	21.10.1973
9:51.6	1		Logroño	01.05.1975
9:51.6	1		Madrid	28.06.1976
9:54.2	1		Granollers	27.04.1980

5.000m

16:42.5	5	CE	San Sebastián	07.04.1985
16:48.95	1	CE	Madrid	02.08.1986