

DEPORTES

TEXTOS: ALBERTO MARTÍN



ELENA GARCÍA GRIMAU, RECIÉN LICENCIADA EN BIOQUÍMICA Y ATLETA DE ELITE, HA VIAJADO A LA CUNA DE LOS CAMPEONES KENIATAS

Esfuerzo y experiencia vital, el mejor cóctel para un atleta

► En momentos en los que la credibilidad de los atletas está en entredicho, historias como las de Arturo Casado y Elena García Grimau demuestran que los verdaderos triunfos solo tienen un camino: el esfuerzo

Item es una pequeña localidad de Kenia situada a 30 kilómetros de Eldoret. De sus 2.000 habitantes, 800 son atletas. Grandes campeones como el recordman mundial de 800 metros y atleta del año 2010, David Rudisha, se han forjado recorriendo una y otra vez la vieja pista de arena de 404 m. de cuerda que preside la localidad. Desde hace unos años los atletas de otros países, europeos principalmente, acuden allí a probar los métodos y condiciones en las que entrenan los corredores de la zona. Una antigua atleta, Lornah Kiplagat, tuvo la feliz idea de abrir un centro de entrenamiento en el que los atletas pueden residir en régimen de pensión completa. Durante 20 días, desde el 25 de enero, el campeón de Europa de 1.500 m., el español Arturo Casado, ha sido uno de los inquilinos de la residencia. Junto a él, y su novia, Fabiana Lafuente,

viajó Elena García Grimau.

Elena es desde hace varios años una de las mayores promesas del mediofondo femenino de nuestro país; en la actualidad es cuarta en el ranking español de 1.500 m.. Estudiante de Bioquímica hasta el pasado verano, cuando se licenció, ha sido una habitual durante cinco años en las pruebas universitarias. Aún hoy, en cuanto tiene un hueco se acerca a la Facultad de Química para comer o charlar con sus antiguos compañeros.

Cuenta Elena que cuando su amigo Arturo, con quien lleva entrenando "toda la vida" le propuso ir a Kenia, lo primero que sintió fue "un poco de miedo,

pero enseguida me dí cuenta de que podía ser una gran experiencia". Así pues, allí se fue. Debajo del brazo, Arturo, Fabiana y Elena llevaban un pormenorizado plan de entrenamientos diseñado por su preparador, Arturo Martín. "Al día de estar allí -cuenta Elena- nos dimos cuenta que era imposible seguir ese planning. La altitud -Item está a 2.400 metros- te deja vacío, las piernas te pesan el triple, el tiempo de recuperación se multiplica... Es realmente durísimo".

Elena recuerda las tremendas "pájaras" que se ha cogido entrenando. "Un día me fui con un grupo de atletas de allí. El entrenamiento consistía en 25

cambios de ritmo de un minuto y recuperaciones entre ellos de otro minuto. En el cambio, debía ser el 17, ví que no podía más, no ya correr, ni siquiera andar. Tuve que pararme, esperar a Fabiana que venía por detrás y volver como pudimos".

De sus 20 días en Item, Elena se queda con varios detalles. Uno, el hecho de que los atletas de allí más que seguir planes de entrenamiento lo que hacen es escuchar a su cuerpo, y otro, y para ella más inolvidable, la sonrisa de los niños que les rodeaban cada vez que salían a entrenar y corrían junto a ellos camino de la escuela. "Era algo increíble".



Sobre estas líneas, Elena, a la izquierda, junto a Fabiana Lafuente, Arturo Casado y dos atletas de la zona, Marc y Mathew. En las imágenes inferiores se observa a Elena haciendo series en la pista de Item y junto a varios atletas y niños



EL CROSS DE LA COMPLUTENSE CERRÓ EL CIRCUITO UNIVERSITARIO DE MADRID DE CAMPO A TRAVÉS

Fiel reflejo de lo que ha sido la temporada invernal

► Sobresaliente actuación femenina, con dos chicas en el podio individual y triunfo por equipos, y una vez más discretos resultados de los chicos, con solo un atleta entre los diez primeros

Más de 300 atletas -301 exactamente- se citaron el pasado sábado 26 de abril en el parque del Oeste para poner punto y final a la temporada universitaria madrileña de campo a través. Un año más se disfrutó de un magnífico ambiente con la presencia de atletas de muy dispares edades y un numeroso público que aprovechó esta primavera mañana de febrero para animar a los corredores.

En cuanto a la competición, la prueba complutense fue, al menos en lo que se refiere a la actuación de nuestros atletas, fiel reflejo de lo que ha sido la temporada. Como valora el delegado del equipo, Gregorio González, el equipo femenino con una nueva victoria por equipos -se ha impuesto en 10 de las 12 pruebas celebradas- "ha mantenido la línea de dominio que lleva mostrando en las últimas cinco temporadas", y el segundo y tercer puesto en la clasificación individual de Virginia Martín y Elena Esteban, respectivamente, ponen de manifiesto la excelente actuación femenina en la temporada. En cuanto a los chicos, "el balance -habla González- es tan negativo como el de la temporada anterior. Ningún triunfo colectivo o individual para nuestra universidad en esta temporada". En el plano individual, la sorpresa fue ver subir al podium a un atleta complutense, Ossi Albert Peltoniemi, estudiante erasmus finlandés.



Arriba, la ganadora de la prueba, la politécnica Mariana Cantero se escapa de las complutenses Virginia Martín (1725) y Elena Esteban (1730). A la izquierda, salida de la prueba masculina. Abajo, el equipo complutense que participó en el cross Rector UCM.

La UCM acoge la Liga de la Diversidad Cultural e Integración

La Universidad Complutense se ha sumado al proyecto del Consejo Superior de Deportes y la asociación Rumiñahui Hispano-Ecuatoriana, de celebrar la denominada Liga de la Diversidad Cultural e Integración. En concreto, la UCM pondrá a disposición de esta iniciativa su campo de fútbol de hierba artificial, en el complejo deportivo de la zona Norte, los domingos entre las 14 y las 22 horas del 6 de marzo al 17 de julio. En la liga participan 20 equipos masculinos de fútbol 11, 12 equipos femeninos de fútbol 7 y 8 equipos infantiles de fútbol 7.

Promovida por la Fundación Deporte Joven que preside el Secretario de Estado para el Deporte, Jaime Lissavezky, y la Asociación Rumiñahui Hispano-Ecuatoriana con el patrocinio de Fundación Repsol, fue presentada día 27 de febrero, en un acto que contó con la presencia del director general de Fundación Deporte Joven del CSD, Manuel López Quero; el Cónsul de Ecuador en Madrid, Gustavo Mateus; el vicerrector de la Universidad Complutense, Manuel Álvarez Junco; representantes de Fundación Repsol; el presidente de Asociación Rumiñahui Hispano-Ecuatoriana, Vladimir Paspuel, y representantes del Colegio Nuestra Señora del Recuerdo de Madrid.

Parte de la financiación de esta liga se logró en las pasadas navidades, al destinarse a esta causa el 50 por ciento de la recaudación del partido que disputaron en el Palacio de Deportes futbolistas de elite y conocidos artistas en dos equipos que capitanearon Iker Casillas y Luis Figo.

El Cisneros, con pie y medio en la fase final de la Copa del Rey

El Complutense-Cisneros avanza en su intención de clasificarse para la fase final de la Copa del Rey de rugby. En el primer cruce de la previa se impuso a doble partido al Liceo Francés, derrotándole en ambos partidos. El siguiente cruce lo está dirimiendo estos días ante el Oviedo RC y las cosas no se han podido poner mejor para los intereses colegiales tras imponerse en su visita a tierras asturianas al Oviedo RC por un claro 10 a 22. El sábado 5 se jugó el partido de vuelta.

