

Galder Hernandez, triatloilaria:

“Triatloira salto egin eta asko disfrutatzen nabil”

Gurasoengandik jaso du kirolarekiko afizioa. Futbola utzi eta triatloian murgildu zen abentura berrien bila. Asteaz zehar gogor entrenatzen du, eta ikasketak alde batera utzi gabe, etorkizunean kirolarekin erlazionatutako INEF burutu nahi du.

- Noiz hasi zinen kirol hau praktikatzeko?

Txikitatik triatloia gustuko nuen eta nire gurasoen kuadrilako batek praktikatzeko zuen, futboletik triatloira jauzi egitea erabaki nuen. Ordutik ezin hobeto ibili naiz, eta futbola uzten oso ondo egin nuela uste dut, triatloiarekin gehiago disfrutatzen dudalako gaur egun.

- Familiaren babesa behar duen kirola da triatloia?

Bai, hasieratik lagundu naute, baina kirol hau nahiko garestia dela askotan errepikatzen didate: materiala, inskripzioak, bidaiak...

- Hainbat probetan parte hartu izan duzu urteotan, ezta?

Euskal Herrian hainbat triatloi egiteko asmoa dut, hala nola Getaria, Lekeitio, Deba, Gorliz... eta Espainian Madrileko “Triatlon Bola del Mundo” egiteko gogoz nago. Erronka polita da edozein lasterkarirentzat.

- Zenbateko garrantzia du arlo fisikoak?

Argi dago kirol hau praktikatzen ahal izateko entrenatu egin behar dela, baina aldi berean, gogorra izan behar zara, oso kirol zorrotza delako eta askotan edozein probatan lasterketa bertan



behera uzteko gogoa izaten delako.

Triatloi klubeko kidea ere banaiz.

- Nolakoak dira zure entrenamenduak, bakarka edo taldekakoak?

Nirekin batera nire adinekoa den Iñigo Piñonekin entrenatzen dut ahal dudan guztietan, biok entrenatzailerarekin gabiltzalako, baina gero Ermuko Ostots

- Duetloia edo triatloia nahiago?

Dudarik gabe, triatloiak nahiago ditut, nahiz eta biak praktikatzeko ditudan. Biak proba exigenteak izan arren, duetloiak triatloiak baino gorreragoak dira nire ustez.

Armaia Arginzoniz

OINAK
LEIRE MAYORA
PODOLOGOA
Erdikokale 1, 1. A
48260 Ermua
943 17 47 44

san pelayo
clínica dental hartz klinika
San Pelayo 5, 1º
Ermua (Bizkaia)
Olatz Garcia Arregui
943 17 04 04

**OSASUNA • ESTETIKA
EDERTASUNA**
Marfil
*Ile-apaindegi bat
baino gehiago!!*
Egokitutako burua
garbitzeko konketa
943 17 28 09 • Goienkale 12

SAGARDUI
poltsak
Zubiaurre, 29 - Ermua - 943 170305



KRABI
Ileapaindegia
Estetika
Tel: 943 03 17 56
Diputazio, 5
ERMUA