

SANTI FUERTES

Nagusien mailan, Espainiako maratoi TXAPELDUN



- *Atletismoan zein adinekin hasi zinen?*

Oso gazte nintzela hasi nintzen eta 16 urtera arte ibili nintzen. Ondoren, 10 urteko hutsunea izan nuen eta berriz 26 urte nituela hasi nintzen. Atletismoko irakasle titulua ere atera nuen. Azken 24 urteetan ez naiz gelditu.

- *50 urte dituzu, maratoia... bihotza ez al da kexatzen?*

Egia da adin honetan arriskua bada-goela baina urtero egin behar izaten ditugu osasun azterketa sakonak. Ahal bada, egun batetik besterako aldaketa haundiak egitea sahiestu behar da. Adin honetan gainera, egindako esfortzutik berreskuratze lana moteldu egiten da.

- *Egunean zenbat ordu kentzen dizkizu honek?*

2 ordu gutxienez bai. Maratoia prestatu behar dudanean 3 ordu. Emazte gaixoa!

50 URTE DITU ETA 20 MARATOI SOILIK EGIN BADITU ERE, JADA 50 URTEZ GORAKO ESPAINIAKO MARATOI TXAPELDUN BERRIA DA. ERMUKO CASTILLA LEON ATLETISMOKO KIDEAK, PASA DEN URRIAREN 26AN, CIUDAD REALEN OSPATU ZEN TXAPELKETAN LORTU ZUEN GARAIPENA. BERAREKIN BATERA, BESTE BI ERMUAR ERE HAN IZAN ZIREN ETA EMAITZA BIKAINAK LORTZEAZ GAIN, TALDEKAKO SAILKAPENEAN HIRUGARREN POSTUA ESKURATU ZUTEN.

- *Ardoa eta jaki gozoei nola egin muzin?*

30 utera arte makina bat zigarro erretakoa naiz. Lagunekin txikiteoan nabilenean sagardoa edaten dut. Janariari dagokionez ez dut ezer berezirik jaten, denetarik pixkat, hori bai koipeak eta horrelakoak ahal bada baztertzen ditut.

- *Maratoilari ona izateko dohai nagusia?*

Burua hotza izatea eta oreka mantentzen jakitea. Maratoia frogu luzea da. 36 kilometrotik aurrera hasten da benetako lasterketa. Gorputzak ondoren beharaldi bat izaten du eta egoera horretan aurrera egiten jakin behar izaten da.

- *Zertan eduki burua 2 ordu horietan?*

Bihotzeko taupadak zaindu eta aurrera egin behar duzula argi izan, nahiz eta zangoek ezetz esan.

- *Adin horretan maratoia egiten duen jende asko al dago?*

Bai, Castilla Leon Atletismo taldean, Euskal Herrian, hemendik kanpo, jendeak uste baino adineko atleta geniago dago. Gehienak gainera, osasunez sendo.

- *Ciudad Real-en garaipena lortzea espero zenuen?*

1998an, Maratoi erdiko frogan txapelkunorde geratu nintzen. Aurten, marka ona neukan, faboritoen artean nintzen baina garaipena bakarrarentzat izaten denez ez da erreza izaten. Azkenean erraz nagusitu nintzen, ia 10 minutu atera nizkion sailkapeneko bigarrenari.

- *Taldekako sailkapenenean ere hirugarren...*

55 urtetik gorakoen mailan, Juan Jose Malvar hirugarren sailkatu zen eta nire maila berean, Abel Pozasek, zazpigarren postuan amaitu zuen. Hiru joan eta emaitza ezin hobea eskuratu genuen.

- *Zein izan duzu Maratoian eredu?*

Martin Fiz.

- *Ametsik?*

Nueva Yorkeko maratoian parte hartzea.

- *Orain neguko denboraldia dator...*

Neguan krosa egiten dugu. Zornotza, Laudio,... martxoan Euskal Herriko kros txapelketa, horiek dira nire erronka nagusienak.

Asier Ibaibarriaga



ESKOLAKO MATERIALEA.....

KOPIAK KOLOREZ.....

FAX PUBLIKOA.....

• Goienkale, z/g

• Tlf. 17 20 08



LEIRE MAYORA

PODOLOGOA

San Pelaio 8C, behea
48260 Ermua
© 943 17 47 44