"Un sueño hecho realidad"

Autor(en): **Spirig, Nicola**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Panorama suizo : revista para los Suizos en el extranjero**

Band (Jahr): **40 (2013)**

Heft 2

PDF erstellt am: **02.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-908422

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

olímpicas, explica Reto Hug. En ellas sólo pueden participar 75 corredores. Para tener los puntos suficientes, hay que haber pasado previamente por la Copa de Europa y luego por la Copa del Mundo. Sólo tres suizas (Nicola Spirig, Daniela Ryf y Melanie Hauss) y entre tres y cuatro suizos (Sven Riederer, Ruedi Wild, los hermanos Andrea y Florin Salvisberg) pueden participar en las mismas.

Un deporte cada vez más profesional

Los esfuerzos y la disciplina a los cuales se someten los atletas son difícilmente concebibles para el común de los mortales. «Un triatleta se entrena por lo general tres veces al día, revela Reto Hug. Esto corresponde a unas 25 horas por semana, pero puede llegar a las 40 horas durante las semanas más intensivas». El carácter novedoso del triatlón explica el hecho de que aún no haya alcanzado el nivel de profesionalización de otros deportes. «En el pasado, los atletas se entrenaban a menudo con clubs deportivos específicos para cada disciplina del triatlón, es decir, de natación, ciclismo y atletismo. Pero resultaba difícil coordinar el conjunto. Actualmente, muchos ex atletas son entrenadores y los deportistas de élite se desarrollan en un cuadro más favorable». Para el nuevo jefe deportivo del Swiss Triathlon, la misión sólo acaba de empezar. «Todavía nos quedan soluciones muy individualizadas y queremos cambiar esto. ¡Estamos en plena evolución!».

¿Cada vez más lejos?

Si los deportistas corren más de ocho horas para un Ironman, cabe preguntarse si no existen triatlones aún más largos. «No hay límites en lo que se refiere a ir más lejos. Hay Ironman dobles, triples e incluso quíntuples. El doctor Beat Knechtle, del cantón de San Gall, ha ganado varias competiciones de este tipo. Pero mi visión personal del deporte es diferente, para mí no se trata de estar en marcha durante más de 24 horas». Sea como sea, el triatlón nos reserva aún muchas sorpresas. «La experiencia que aporta es formidable», dice Reto Hug. «Sigue fascinándome la combinación de sus tres deportes. Por eso lo he practicado durante más de veinte años».

ALAIN WEY es redactor de «Panorama Suizo»

www.swisstriathlon.ch
www.ironman.ch (Ironman Switzerland)

Triatletas en acción: Natación, ciclismo, carreras a pie

«Un sueño hecho realidad»

Esta campeona olímpica de triatlón ha vivido un año 2012 lleno de éxitos. Especialista en distancia olímpica, Nicola Spirig ha encadenado los éxitos tanto en su vida deportiva como en la privada. Ganadora en las World Championship Series en Madrid y Kitzbühel, en Ironman 70.3 en Rapperswil y Amberes, y campeona de Europa en Eilat, Israel, esta zuriquesa de 31 años se casó con el que fue su novio durante mucho tiempo, el triatleta Reto Hug, y está a la espera de un feliz acontecimiento que tendrá lugar el próximo mes de mayo. Para poner la guinda al pastel, esta triple campeona de Europa ha sido galardonada con el título de deportista suiza del año, desbancando así a Roger Federer.

«Panorama Suizo»: ¿Qué es lo que hace falta para ser campeona en triatlón?

Nicola Spirig: Es el conjunto de varias piezas de un rompecabezas. Un cierto talento, mucho trabajo y entrenamiento, tanto mental como físico, un excelente entorno y mucho apoyo. Para mí, el buen equipo lo forma la familia, mi marido, mi entrenador y su grupo internacional de entrenamiento, así como mis patrocinadores. También hace falta un poco de suerte durante las competiciones para no enfermar o lesionarse. Son muchos pequeños detalles los que deben coincidir para poder ser la mejor al final.

¿Dónde residen su talento y sus cualidades como deportista de élite?

El triatlón exige mucha resistencia, polivalencia y técnica en cada disciplina. Hay que encontrar un buen compromiso entre los diferentes deportes. Para la natación hay que ser alto y musculoso, mientras que para correr hay que ser más ligero. Mentalmente, hay que ser ambicioso, querer llegar hasta el final en todo lo que se emprende, poder trabajar muy duramente para alcanzar la meta fijada y seguir adelante sin que importen obstáculos como lesiones o dudas.

¿Se ha lesionado ya alguna vez?

En 2011, un año antes de los Juegos Olímpicos, sufrí una fractura por fatiga de la tibia y no pude correr durante cuatro meses. Así que en 2012 cambié un poco la forma de entrenarme. Durante mi convalecencia trabajé en las otras disciplinas, aprendí a tener mucha paciencia y a seguir creyendo en mi meta incluso pese a la lesión.

Sin sus padres, usted no sería la deportista que es hoy en día. Ellos la apoyaron siempre. ¿De qué entorno deportivo procede usted?

Para todo joven deportista, la familia es primordial. Mi abuelo y mis padres son profesores de deporte. Ellos me inculcaron el placer de practicarlo. Tuve la oportunidad de vivir de cerca muchos tipos de deporte. Mi padre fue mi entrenador durante quince años. No obstante, la elección de esta carrera deportiva fue mi propia decisión.

¿Quiénes son sus modelos?

Nunca he tenido ni un solo ídolo, pero muchos atletas tenían una o varias cualidades que me impresionaban y que me sirvieron de inspiración para forjar mi propia personalidad deportiva.

¿Qué significa el oro olímpico para usted? ¿Y la victoria por los pelos con una ventaja de pocos centímetros sobre su adversaria sueca?

Es un sueño hecho realidad. Una ambiciosa meta que he alcanzado. Esta medalla tiene una enorme influencia en mi vida, porque mucha gente en Suiza me ha conocido gracias a esta victoria. También es especial porque sólo tres suizas habían logrado el oro en toda la historia de los Juegos Olímpicos, incluyendo todas las disciplinas.

¿Cuál es su próximo reto?

Los campeonatos de Europa de atletismo en Zúrich, en 2014. Ahí sólo correré, pero todavía no puedo decirle qué distancia. Podría ser un trayecto de 5.000, 10.000 metros, o incluso un maratón. Pero seguiré desde luego participando en competiciones de triatlón.

¿Realmente se puede vivir del triatlón?

En Suiza hay pocos atletas que puedan vivir del triatlón. Yo no me haré rica de este modo – me gano la vida con mis patrocinadores personales – y cuando acabe mi carrera deportiva me dedicaré a trabajar en otra cosa, en la que me sirva mi formación de jurista. Así que encontrar patrocinadores es una parte importante de mi trabajo.

¿Su filosofía?

Encuentro emocionante fijarme una meta y ver hasta dónde puedo llegar, poner a prueba mi potencial, ver dónde están mis límites. Puedo fijarme objetivos muy altos, como los Juegos Olímpicos, y luchar por lograr esas metas me apasiona.

Actualmente, con su familia, se abre ante usted una nueva vida como deportista y la búsqueda de una nueva creatividad. ¿Cuándo piensa usted volver a competir?

Tengo que seguir siendo flexible y ver cómo organizamos nuestra nueva vida familiar. Nuestro bebé y la familia tienen prioridad. Hay muchos atletas que han demostrado que se pueden compaginar la vida familiar y el deporte de élite. Pero no voy a fijar una fecha para mi reincorporación. Primero quiero volver a estar en forma y entrenarme bien antes de volver a competir. Voy a intentarlo, y si no funciona, siempre habrá otros caminos posibles.

www.nicolaspirig.ch

Photo: Keystone