



Remo en la pista de Cuemanco

FECHA: 12/09/2021

OBJETIVO CAS: Mejorar mi capacidad de constancia y retarme a mí mismo.

OBJETIVO PERSONAL: Mejorar mi condición física

HORAS A REALIZAR: 36 horas de acción

Con el inicio de la pandemia abandoné la mayor parte del trabajo físico que realizaba a diario en la normalidad, intenté muchas cosas para activarme, y el proyecto de salir a andar en bicicleta no iba nada mal, pero era una actividad que no era tan retadora y carecía de la idea de compromiso y pertenencia a algo. Por lo mismo encontré la posibilidad de practicar remo en la pista olímpica de Cuemanco, a la cual entré en la última semana de vacaciones para probar, y me terminé enganchando y siendo un miembro constante de la comunidad del Hangar 18, realizando hasta ahora un total de 36 horas de acción con 4 horas los fines de semana y yendo un aproximado de 2 horas entre semana por las últimas 5 semanas.

Es un deporte que requiere más que nada determinación, es una lucha interna con uno mismo debido a que se trata de resistencia, y por lo mismo, el reto es constante y gratificante, he notado mi mejora bastante con el paso del tiempo, desde mi capacidad de correr, la cual era de no más de 3km cuando empecé, y que ahora, a no más de un mes de empezar ya logré completar 7km seguidos corriendo. Además de la condición física, es un deporte que refleja mucho la técnica y el entendimiento de la misma, llegando al punto de ahora ser capás de navegar en el bote unitario llamado skiff, sin la ayuda de nadie y de manera decente.

Si bien aún no soy un experto, o competente a nivel de regata, es algo que me interesa y que con mi avance y dedicación no veo tan lejano, y es de hecho bastante motivante, seguiré reportando mi progreso en la categoría y espero en algún momento poner aquí algún premio como evidencia.

NOMBRE COMPLETO DEL ALUMNO

Ain Bolaños Cortés