

ENERO 2018 N°10



RFE Gimnasia

REVISTA MENSUAL

feliz año

2018

Reportaje especial "Más que plata"

Conocemos a Guillem Martínez
en la nueva sección "protagonista del mes"

Entrevista a Nuria Cabanillas,
Campeona Olímpica en Atlanta 1996







FELIZ 2018

Empezamos enero con la mochila cargada de intenciones, buenos propósitos y ganas de seguir trabajando en 2018 con el objetivo de hacer que la gimnasia sea un deporte cada vez más seguido, conocido y practicado.

El año que acaba de terminar nos ha dejado indicadores de que estamos por el buen camino... Hemos incrementado el número de competiciones con la puesta en marcha de las Ligas Iberdrola de Gimnasia Rítmica y Artística; hemos crecido en público asistente a nuestras competiciones nacionales y el número de licencias deportivas sigue aumentando de manera notoria. La gimnasia, podemos decir sin miedo a equivocarnos, es un deporte que atrae, y siendo plenamente conscientes de ello, los que tenemos alguna responsabilidad en el desarrollo de esta disciplina en España debemos seguir trabajando en la línea que comenzamos hace ya un tiempo.

En el ámbito internacional, y tras el éxito cosechado en el último Congreso electoral de la FIG, donde los cuatro candidatos presentados por la RFEG conseguimos entrar a formar parte de su organigrama, terminamos 2017 con otros dos miembros de la Federación dentro de la UEG (Juan Antonio León como miembro del Comité Técnico de Acrobática y Pancracia Sirvent del de Rítmica). Un nuevo impulso para hacer que, durante este año que ahora comienza, la gimnasia española consiga el reconocimiento a nivel internacional que merece.

Y como muestra de estas ganas de seguir impulsando la gimnasia durante 2018, los dos eventos internacionales que España acogerá durante el primer semestre del año. Por una parte, durante el mes de mayo tendrá lugar la Copa del Mundo de GR que por tercer año consecutivo celebraremos en España, y por otro, la RFEG organizará, el primer fin de semana de junio, el Campeonato de Europa de GR, recogiendo así el testigo del celebrado el pasado año en Budapest.

Sin duda dos citas importantes que ayudarán a situar a España como referente en la organización de eventos internacionales de prestigio. Algo que no podríamos conseguir sin contar con vosotros. Esperamos teneros allí y que disfrutéis y volváis a demostrar que la mejor afición de este deporte está en España, que nos ayudéis para que 2018 sea el año de la gimnasia española tanto dentro como fuera de nuestro país.

Y no quiero terminar estas líneas sin recordar a todos aquellos gimnastas que han sufrido lesiones en 2017 y que comienzan este año recuperándose de ellas. Para ellos va nuestro ánimo, nuestros primeros deseos en este 2018 y nuestra certeza de que dentro de poco les tendremos de nuevo entrenando y compitiendo para seguir demostrando que en España hay mucha y muy buena gimnasia.

¡Por un 2018 lleno de gimnasia y éxitos deportivos!

Un saludo,

Jesús Carballo Martínez
Presidente de la RFEG



ÍNDICE



5-10 Especial documental “Más Que Plata”



12 ¡Cómo hemos cambiado!



16 Concentraciones POR y FRA en el CAR de Madrid



11 Protagonista del mes: Guillem Martínez

www.sebuscamascota.es

LA REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE GIMNASIA BUSCA MASCOTA

La Real Federación Española de Gimnasia (RFEG) busca mascota y para ello pone en marcha un concurso bajo el lema "se busca mascota" en el que podrán participar todas las personas mayores de 6 años.

La Federación lanza este proyecto con el objetivo de hacer participé a todos de la elección de lo que será la mascota oficial de la gimnasia en España. Una mascota que acompañará a los gimnastas en cada competición que la RFEG organiza tanto a nivel nacional como internacional.

La elección de esta mascota se realizará a través de la página web que la RFEG ha diseñado para ello. Se puede enviar el diseño en cualquier momento y sin límite de edad. Los diseños, el nombre de parte de su autor y aclarar cuál es el diseño en formato PDF, JPG, PNG, AI y EPS. Todas las imágenes de edad, deberán tener autorización del representante legal junto a su diseño.

También se podrán enviar los datos y el diseño a la dirección de la sede de la RFEG en calle 16, 27000-28000 Madrid. O enviar la enveja directamente en mano en la misma dirección. Teléfono de oficina: 913 80 00 00 o fax: 913 80 00 05.

La mascota puede ser una cosa, un animal o algo que no sea, pero debe ser algo que se pueda mover y caminar. Debe ser un diseño original, gracioso y amable y se puede crear con cualquier técnica (pintura, rotulador, acuarela...).

La fecha de comienzo del concurso será el día 9 de octubre, a las 12:00 hora peninsular, y finalizará el 9 de Enero de 2010 a las 12:00 hora peninsular española.

13-14 La RFEG busca mascota



17-18 Programa embajadoras olímpicas

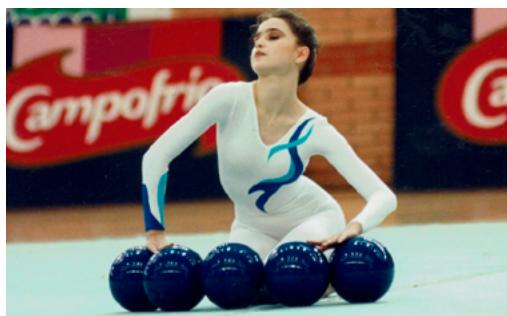


2018

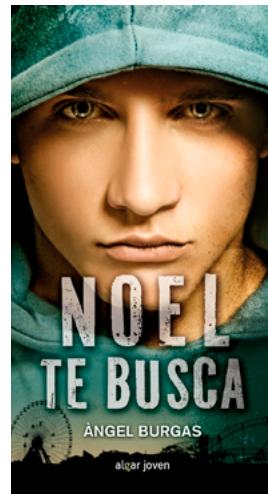
19 Próximamente

... SABÍAS QUE?

21



25-26 Qué fue de Nuria Cabanillas



20 La recomendación del mes: Noemí Romero



23- 24 Noticias más destacadas



27 - 28



Gimnasia rítmica



El documental fue visionado por 1ª vez
en el Cine Estudio de Madrid



Más que Plata



El pasado martes 12 de diciembre se celebró en el Cine Estudio del Círculo de Bellas Artes de Madrid un pase especial para visionar por primera vez el documental "Más que plata" que nuestras subcampeonas olímpicas de GR Alejandra Quereda, Sandra Aguilar, Lourdes Mohedano, Artemi Gavezou y Elena López rodaron en Pune (India) a principios de 2017 contando con el apoyo de nuestro patrocinador Iberdrola. El acto abrió con una exhibición de la gimnasta individual Carolina Rodríguez, y fue clausurado con una exhibición del conjunto senior (Clara Esquerdo, Alba Polo, Lía Rovira, Sara Salarrullana, Mónica Alonso, Ana Gayán, Victoria Cuadrillero, Tania Kaute, Emma Reyes, Ángela Corao junto a Polina Bereznina.

Fecha: Febrero 2017

Lugar: Pune (India)

Protagonistas: Alejandra Quereda, Sandra Aguilar, Artemi Gavezou, Lourdes Mohedano, Elena López, Richa, Sejal, Maithilee, Shreya y Sai.

Director: Carlos Agulló

Directora fotografía: Rita Noriega

Música: Zeltia Montes

Sonido: Sergio Candel y J.Luis Lara

Postproducción digital: Paulino F. Ibáñez

Montaje: Carlos Agulló

Idea original: Real Federación Española de Gimnasia

Guión: Ana Embid y Carlos Agulló

Producción ejecutiva: Ana Embid

Producción: Real Federación Española de Gimnasia



Todas las fotos



Vídeo resumen



IBERDROLA

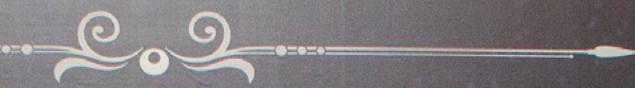
Un co

Real Federac

dirigido



Plata



REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA
DE GIMNASIA

orto documental de la

ión Española de Gimnasia

o por Carlos Agulló



De izquierda a derecha:

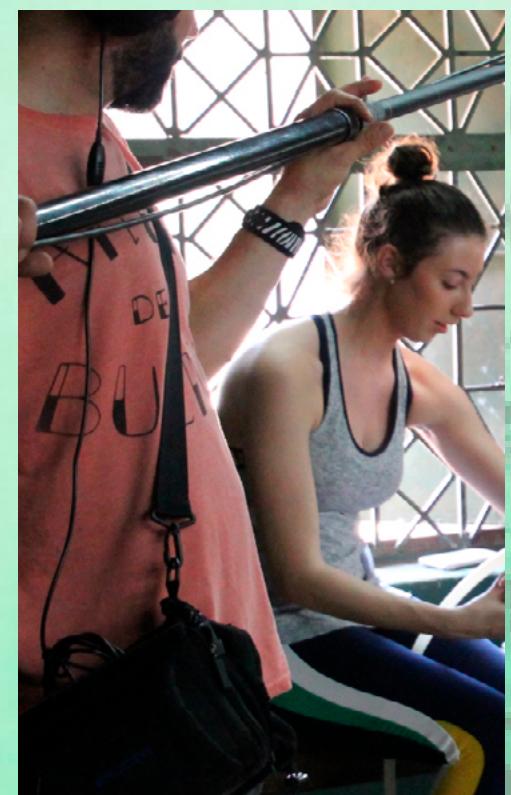
Alejandra Quereda, Lourdes Mohedano, Carlos Agulló, Jesús Carballo, Elena López, Artemi Gavezou, Sandra Aguilar, Jaime López Castaño (Consejo Superior de Deportes) y Carmen Cabrera (Iberdrola)



Rodaje documental “Más que plata”



Haz click en la cámara de fotos para acceder a todas las fotos del rodaje





Guillem Martínez Sales



Nació el 27 de julio en Valencia. Se inició en la gimnasia recreativa a los 21 años en la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (FCCAFE) y participó en varias gimnastradas. Guillem confiesa que la práctica deportiva de la gimnasia acrobática le aporta un reto continuo de superación, de perfeccionismo y de trabajo en equipo.

Con el gimnasta ruso Revaz Gurgenidze como referente, Guillem logró coronarse como campeón de España senior en parejas mixtas en 2004 y 2005, título que volvió a conseguir 11 años más tarde en el Campeonato de España de Guadalajara, siendo éstos y la 6^a posición en el Europeo de Polonia 2017 sus mayores logros deportivos.



"Gracias a mis padres por el apoyo moral, a mis entrenadores Ernesto y Violeta por su paciencia, a Silvia por el trabajo en equipo que hacemos. Pero en especial, tengo que destacar a una persona que está sacrificando mucho tiempo para que yo viva este sueño, por presentarme el mundo de la gimnasia hace ya 17 años y por sacar lo mejor de mi dentro tanto deportivamente como personalmente, y sobretodo, por confiar en mí. Sin ella esto no hubiese sido posible."

11 años más tarde de su retirada se le brindó la oportunidad de volver a la pista de competición, propuesta que aceptó y formó una pareja mixta junto con la gimnasta Silvia Coronado, un reto que le supuso mucho respeto, trabajo duro, constancia, y sobretodo mucha ilusión para poder competir con otros gimnastas portores a los que saca una media de 10 a 15 años.

Guillem, compagina sus entrenamientos con su labor en el despacho del club, ejerciendo como director general y creativo de la empresa "Dinàmic espectáculos" y además, es el coordinador general de los eventos de esta entidad. Con dos Copas del Mundo a principios de año, el Mundial en abril, y el Cto de España como nuevos retos, afronta su día a día con mucha ilusión y ganas para superarse.

¡Cómo hemos cambiado!

¿Sabréis adivinar a qué gimnastas pertenecen estas fotografías?



- > Entrenando actualmente en el CAR de Madrid
- > Nacido en el año 1997
- > Participó en la Copa del Mundo de Cottbus

¡Descubre la solución
en el próximo número!

- > Entrenando actualmente en el CAR de Madrid
- > Nacida en el año 2000
- > Medallista en el Campeonato de España de 2016





¡PARTICIPA!
HASTA EL 9 DE ENERO

www.sebuscamascota.es

LA REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE GIMNASIA BUSCA MASCOTA

La Real Federación Española de Gimnasia (RFEG) busca mascota y para ello pone en marcha un concurso bajo el lema "se busca mascota" en el que podrán participar todas las personas mayores de 6 años.

La Federación lanza este proyecto con el objetivo de hacer partícipe a todos de la elección de la que será la mascota oficial de la gimnasia en España. Una mascota que acompañará a los gimnastas en cada competición que la RFEG organice tanto a nivel nacional como internacional.

La elección de esta mascota se realizará a través de la página web que la RFEG ha diseñado para el concurso (www.sebuscamascota.es) donde los participantes podrán llenar el formulario de participación y adjuntar su diseño en formato PDF, JPG, PNG, AL y EPS. Todos los menores de edad, deberán remitir autorización del representante legal junto a su diseño.

También se podrán enviar los datos y el diseño a la dirección de la sede de la RFEG c/Ferraz 16, 7ºdcha, 28008 Madrid. O realizar la entrega directamente en mano en la misma dirección en horario de oficina: 9:00 a 14:30 horas y de 15:30 horas a 18:00 horas.

La mascota puede ser una cosa, un animal o algo que no existe, pero debe ser algo que se pueda mover y caminar. Debe ser un diseño original, graciosa y amable y se puede crear con cualquier técnica (pinturas, rotuladores, acuarelas...)

La fecha de comienzo del concurso será el día 9 de octubre, a las 12:00 hora peninsular, y finalizará el 9 de Enero de 2018 a las 12:00 hora peninsular española.



¡No te pierdas el vídeo explicativo!





LaLiga4Sports

LaLiga es el deporte Español

www.laliga4sports.es

@LaLiga4Sports





Los Equipos Nacionales de Portugal y Francia, se concentran junto al TeamESP en el CAR de Madrid

El pasado mes de diciembre, los Equipos Nacionales de gimnasia artística masculina de Portugal y Francia se desplazaron hasta Madrid para compartir entrenamiento durante una semana junto al TeamESP en el Centro de Alto Rendimiento (CAR) de Madrid. Sin duda, fue una gran experiencia poder compartir entrenamiento y conocimientos con otros Equipos Nacionales de referencia a nivel internacional.



Haz click en la cámara superior y accede al álbum de fotos de la concentración del **TeamESP** junto al **TeamPOR**



Haz click en la cámara superior y accede al álbum de fotos de la concentración del **TeamESP** junto al **TeamFRA**





Programa Embajadoras Olímpicas

El pasado mes de diciembre dentro del programa Mujer y Deporte del Consejo Superior de Deportes inauguramos el nuevo programa denominado "Embajadoras Olímpicas".

El Colegio Casvi International American School de Tres Cantos (Madrid) fue pionero en este nuevo programa, donde recibieron la visita de las subcampeonas olímpicas Alejandra Quereda, Sandra Aguilar, Elena López, Artemi Gavezou, Lourdes Mohedano que fueron acompañadas del Presidente de la Real Federación Española de Gimnasia Jesús Carballo.



La jornada inició con una charla de los alumnos junto a las gimnastas y finalizó con una master class impartida por las subcampeonas olímpicas junto a los alumnos del colegio en sus instalaciones deportivas.



Videos y fotos de la jornada







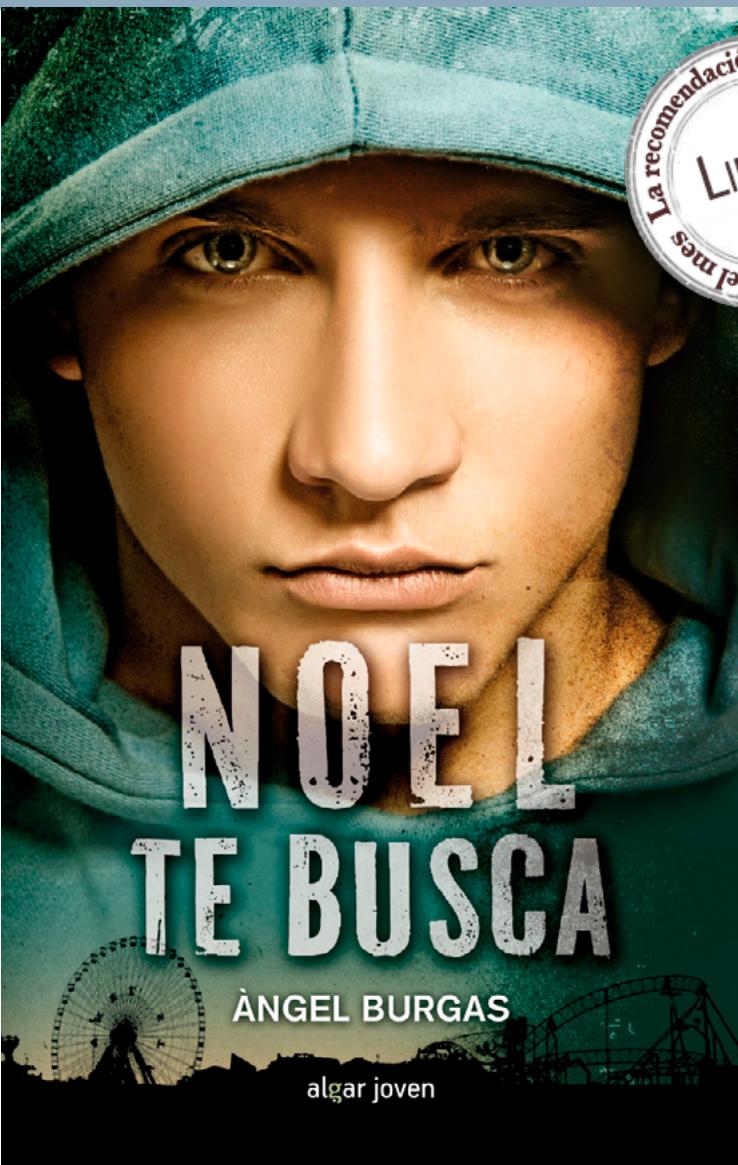
PRÓXIMAMENTE ...



CALENDARIO NACIONAL

COMPETICIÓN	Fecha celebración	Homologación Licencia	Inscripción	Sorteo
1ª FASE LIGA CLUBES IBERDROLA GAF	9 – 11 FEB	10 ENE	25 ENE	NO HAY
1ª FASE LIGA CLUBES IBERDROLA GR	24-25 MAR	8 FEB	23 FEB	2 MAR
2ª FASE LIGA CLUBES IBERDROLA GAF	20-22 ABR	22 MAR	5 ABR	NO HAY
NACIONAL BASE INDIVIDUAL GR COPA BASE CONJUNTOS GR COPA DE LA REINA INDIVIDUAL GR COPA DE ESPAÑA CONJUNTOS GR (1ª FASE)	18 – 22 ABR	5 MAR	19 MAR	26 MAR
CAMPEONATO ESPAÑA AER	11 – 13 MAY	27 MAR	11 ABR	18 ABR
CAMPEONATO DE ESPAÑA ESCOLAR GR	11-13 MAY			
2ª FASE LIGA CLUBES IBERDROLA GR	19 – 21 MAY	4 ABR	19 ABR	26 ABR
COPA DE ESPAÑA GA	25 – 27 MAY	10 ABR	25 ABR	3 MAY
NACIONAL BASE GA	6 – 10 JUN	23 ABR	7 MAY	14 MAY
FASE FINAL LIGA CLUBES IBERDROLA GAF	16-17 JUN	30 ABR	16 MAY	NO HAY
CAMPEONATO ESPAÑA ACRO CAMPEONATO NACIONAL BASE ACRO	16 – 18 JUN	2 MAY	16 MAY	9 MAY
CAMPEONATO ESPAÑA INDIVIDUAL Y AUTONOMÍAS GR CAMPEONATO ESPAÑA MASCULINO GR	20 – 24 JUN	7 MAY	21 MAY	28 MAY
CAMPEONATO ESPAÑA CLUBES GR COPA DE ESPAÑA CONJUNTOS GR (2ª FASE)	28 JUN – 1 JUL	14 MAY	28 MAY	21 MAY
CAMPEONATO ESPAÑA TRA	6 – 8 JUL	22 MAY	6 JUN	13 JUN
CAMPEONATO ESPAÑA INDIVIDUAL, SELECCIONES Y CLUBES GA	11 – 15 JUL	28 MAY	11 JUN	18 JUN
COPA DE ESPAÑA Y CAMPEONATO SELECCIONES TRA	12 – 14 OCT	28 AGO	12 SEPT	19 SEPT
3ª FASE LIGA CLUBES IBERDROLA GR	27-28 OCT	12 SEPT	27 SEPT	4 OCT
1ª FASE LIGA CLUBES IBERDROLA GAF 2018/2019	16 – 17 NOV	2 OCT	2 NOV	NO HAY
NACIONAL BASE CONJUNTOS GR COPA BASE INDIVIDUAL GR COPA DE ESPAÑA CONJUNTOS GR (FINAL)	22 – 25 NOV	8 OCT	22 OCT	29 OCT
FASE FINAL LIGA CLUBES IBERDROLA GR	1 – 2 DIC	22 OCT	5 NOV	12 NOV
CAMPEONATO DE ESPAÑA CONJUNTOS GR	13 DIC – 16 DIC	29 OCT	13 NOV	20 NOV

2018



LA RECOMENDACIÓN DEL MES

Por Noemí Romero, gimnasta del #TeamESP de TRA

Este mes la recomendación viene de la mano de Noemí Romero, nuestra gimnasta del Equipo Nacional de trampolín que nos habla de su libro favorito: Noel te busca.

Un libro que hayas leído recientemente o tu favorito y que recomendarías...

Mi libro favorito se titula "Noel te busca", y trata de un hombre que pierde el conocimiento cuando sufre un accidente de tráfico y pierde la memoria, no recuerda absolutamente nada de lo ocurrido, ni siquiera su nombre. Psicólogos y médicos le empiezan a ayudar para que intente recordar poco a poco la memoria y puedan así resolver delitos relacionados con su persona.

¿Por qué has elegido este libro?

La sinopsis me llamó la atención, me pareció interesante y decidí leerlo.

¿Qué es lo que más te ha gustado?

Lo que más me ha gustado es que desde el principio te engancha a él, tiene intriga desde un primer momento y te engancha para continuar leyéndolo.

A la hora de empezar a leer un libro... ¿qué es lo que más te llama la atención? ¿el argumento, el título, su categoría o que te lo hayan recomendado?

Al escoger un libro lo que más me llama la atención es la categoría a la que pertenece, y una vez dentro, el argumento.

Título: Noel te busca

Autor: Ángel Burgas

Lugar de publicación: Alzira (Valencia)

Editorial: Algar Editorial / Algar joven

Temática: Novela juvenil policíaca, novela negra, novela psicológica, adolescencia, problemas, delincuencia infantil, delincuencia infantil, basada en hechos reales

Año: 2014

Páginas: 214



Sabías que ...

SABÍAS QUE...

LA COMUNIDAD VALENCIANA HA SIDO LA MÁS LAUREADA EN LOS CAMPEONATOS NACIONALES DE GR CELEBRADOS DURANTE EL 2017



LOS EQUIPOS NACIONALES DE PORTUGAL Y FRANCIA COMPARTIERON DÍAS DE ENTRENAMIENTO DURANTE EL PASADO MES EN EL CAR DE MADRID JUNTO AL #TEAMESP DE GIMNASIA ARTÍSTICA MASCULINA

EN 1978 SE CELEBRÓ EL PRIMER CAMPEONATO DE EUROPA DE GIMNASIA RÍTMICA, EJERCIENDO MADRID COMO CIUDAD ANFITRIONA.



divinapastora
seguros

963 113 340



 SEGURO SALUD

Especialistas

CUIDAMOS DE TODA
LA FAMILIA

Salud Especialistas



4 PERSONAS

desde
35€
al mes*
con cuotas

Asistencia Veterinaria



cuando COMO UNO MÁS

10€
al mes*
con cuotas

Más información en www.divinapastora.com

*Plazos 2017-2018. Importes sujetos a revisión por la Comisión General del Sector. Precio por persona y año pagado. Precio en función de la familia.

Condiciones del seguro sujetas a las normas europeas y tributarias establecidas en el campo internacional de los servicios de salud.

Reservados todos los derechos. Reservan la opción de no renovar el contrato en caso de que el asegurado no pague la prima correspondiente.

Consulte el folleto de Información adicional. Reservan sujetos a las demás condiciones establecidas en las condiciones generales y particulares de cada producto de seguro.



Éstas han sido algunas de las noticias más destacadas que hemos publicado en nuestra página web en el último mes. Os mostramos un breve resumen que podéis consultar y leer en su totalidad en el apartado NOTICIAS de nuestra página web: www.rfegimnasia.es

Juan León y Pancrì Sirvent, elegidos miembros del Comité Técnico de acrobática y rítmica de la UEG



Desde la RFEG queremos dar la enhorabuena a Juan León y Pancrì Sirvent por su reciente nombramiento como miembros del Comité Técnico de acrobática y rítmica, respectivamente, dentro de la Unión Europea de Gimnasia.



Concentración junior y pre senior GAF

El miércoles 20 dio comienzo en el CAR de Madrid una concentración de gimnastas de categoría junior y pre senior de gimnasia artística femenina que se prolongó hasta el día 23. Las gimnastas convocadas fueron:

- Etna Abella (CG Mataró, Cataluña)
- Clara Navarro (CG Terrassa, Cataluña)
- Claudia Villalba (CG Terrassa, Cataluña)
- Berta Pujadas (Club Granollers, Cataluña)
- Alba Asencio (CGA L'Hospitalet, Cataluña)
- Violeta Sánchez (CGA L'Hospitalet, Cataluña)
- Andrea Carmona (Club Egiba, Cataluña)
- Lorena Medina (Club Egiba, Cataluña)
- Sara Coll (Salt Gimnàstic Club, Cataluña)
- Maia Llacer (Club Xelska, Baleares)
- Celia Li González (Club Xelska, Baleares)

Jornada de tecnificación junior de GR en el CAR Madrid



Durante los días 15 y 16 de diciembre se celebró en el CAR de Madrid una jornada de tecnificación junior de gimnasia rítmica para la que fueron convocadas las siguientes gimnastas:

Ana Beardo (Poli Cádiz, Andalucía), Beatriz Ramos (Club Pozuelo, Madrid), Carla García (Club Algete, Madrid), Ana Arnau (Alcobendas Chamartin, Madrid), Kira Dalua (Club Benidorm, Comunidad Valenciana), Carla Molina (CGR Almara Burjassot, Comunidad Valenciana), Sara Tatay (Club Xirivella, Comunidad Valenciana), Verónica Morcillo (CEG Almussafes, Comunidad Valenciana)

Concentración junior y senior GAM en el CAR Madrid



Del 18 al 21 de diciembre se celebró en el CAR de Madrid una tecnificación para las categorías junior y senior. Los gimnatas convocados fueron: Rubén López (CG Sant Boi, Cataluña), Javier Hinojosa (CG Sant Boi, Cataluña), Oriol Salguero (CG Sant Boi, Cataluña), Franco Elian Sánchez (CG Sant Boi, Cataluña), Guillem Rosell (CG Sant Boi, Cataluña), Jeroni Casassas (Salt Gimnàstic Club, Cataluña), Hugo Rebollar (Salt Gimnàstic Club, Cataluña), Pau Jiménez (Salt Gimnàstic Club, Cataluña), Dietmar Reinhardt (Salt Gimnàstic Club, Cataluña), Fidel Serra (Club Egiba, Cataluña), Daniel Mendieta (Club Gimnàstic Osona, Cataluña), Ignasi Trota (Salt Gimnàstic Club, Cataluña), Eduard Méndez (Club Granollers, Cataluña), Nicolau Mir (Club Xelska, Baleares), Josua Jack Williams (Club Xelska, Baleares), Gonzaga Aragón (Club Xelska, Baleares), Toni Quetglas (Club Xelska, Baleares), Diego Garrido (Club Xelska, Baleares)



¿Qué fue de ?

Nuria Cabanillas



Medalla de oro en los JJ.OO. de Atlanta 1996

"La gimnasia me lo ha dado todo. Lo bueno, y lo malo, y de lo malo siempre se aprende algo bueno"

Este mes hablamos con Nuria Cabanillas, actual entrenadora del Club Gimnasia Rítmica Badajoz y ex gimnasta del equipo nacional de conjuntos. Nuria logró 6 medallas en Campeonatos de Europa, 7 medallas en Campeonatos del Mundo y se proclamó Campeona Olímpica en Atlanta 1996.

¿Cómo asume una chica de 16 años una medalla olímpica?

Con 16 años la verdad que no eres realmente consciente de lo que acabas de conseguir, te das cuenta con el paso de los años.

En aquel momento fue como el premio al esfuerzo, sacrificio años, el vivir fuera de casa ... Recuerdo ese momento como si estuviese en una nube, como si no fuese conmigo. A esa edad no era consciente de lo que realmente significaba estar ahí y representar a tu país, estar en unos JJ.OO. compartiendo instalaciones con los mejores

deportistas de todos los deportes, es algo indescriptible y estar en unos JJO es lo máximo.

¿Has vuelto a ver los vídeos de los JJO de Atlanta? ¿Cómo vives ese momento 21 años después?

"Con 16 años no era consciente de lo que significaba estar en unos JJO y representar a tu país"

en colegios siempre se los muestra para intentar transmitirles los valores que me ha inculcado el deporte, pero cuando nos juntamos las del equipo y los volvemos a ver revives un montón de momentos vividos junto a ellas: anécdotas que quizás tenía un poco olvidados, revives esa sensación de antes de ir a

competir como cuando estábamos en el hotel antes de ir al pabellón, con Amador el psicólogo ... La gimnasia me lo ha dado todo, tanto lo bueno como lo malo, y de lo malo siempre se aprende algo bueno. Siempre intento ser positiva y buscar el lado bueno de las cosas. Repetiría con los ojos cerrados. Si pudiese cambiar alguna cosa de aquella época sería el tema de los estudios, aunque afortunadamente todo evoluciona y hoy por hoy se tiene muy en cuenta.

¿Cómo era vuestro día a día durante el año olímpico?

El año olímpico dejamos de ir



a clase. teníamos profesores particulares. Intentábamos estudiar por las noches y los fines de semana teníamos clase de inglés. Antes no teníamos las instalaciones que tiene el Equipo ahora, vivíamos en un chalet e íbamos a un colegio privado. Entrenábamos 8h diarias como mínimo, que terminaban siendo más porque hasta que no se cumplía el plano de entrenamiento no nos podíamos ir. Nos levantábamos, nos pesábamos, desayunábamos fuerte e íbamos a entrenar. Empezábamos con ballet y después con los aparatos. Recuerdo que teníamos que hacer 10 elementos individuales seguidos bien y si fallabas, tenías que repetirlo. Terminaba la primera sesión y volvíamos al chalet, comíamos, descansábamos un poco y volvíamos a entrenar. Y así uno y otro día. Cuando se acercaba el Mundial o el Europeo los padres no podían venir a vernos, hay que tener en cuenta que teníamos 15-16 años y con una mosca nos despistábamos.

Si pudieses volver atrás ¿volverías a vivir todo de nuevo?

Sin duda volvería a repetirlo exactamente igual. Cambiaría quizá el momento de retirarme, tenía una edad difícil y hubo muchos cambios en mi vida. Me retiré y me vi sola, y quizá intentaría cambiar ese aspecto, aunque pienso que afortunadamente ahora ha mejorado mucho.



¿Cuál fue el primer pensamiento que se te pasó por la cabeza cuando subiste a lo más alto del podio en Atlanta 1996?

Lo primero que se me pasó por la cabeza fue que mis padres me estarían viendo por la tele, Me sentía como muy pequeña y todo lo de alrededor muy grande. Tengo una anécdota de antes de salir a desfilar para la entrega de medallas: Marta Baldó empezó a meterse la mano por debajo del maillot y le preguntábamos: ...Pero Marta, ¿qué haces? Y ella decía: "Nada! Voy a enseñaros lo que nos ha dado suerte."

Mi madre nos regaló un saco de terciopelo para las pelotas, y lo llevábamos lleno de amuletos que nos habían regalado.

Marta se sacó el imperdible de Santa Marta de debajo del maillot. Teníamos muchas supersticiones y rituales, por ejemplo Marta y yo nos mutuamente.

Ejercés de entrenadora en el Club Gimnasia Rítmica Badajoz. ¿Qué valores intentas inculcar a tus gimnastas?

Intento que en primer lugar disfruten haciendo gimnasia, que intenten sacar del deporte los valores que aporta como el respeto, la constancia, el significado de que las cosas cuestan, el sacrificio, el respeto al equipo... Quiero que entiendan que sin esfuerzo no se consiguen las cosas

y hay que tener mucha ilusión para ello. Como entrenadora me gustaría poder formar algún día a alguna gimnasta para llegar al Equipo Nacional, pero sobre todo lo que busco es que se vea un trabajo bonito en el tapiz. Por mi parte quiero seguir aprendiendo del día a día y de los cursos y clinics que ofrece la RFEG para poder formarnos más.

¿Cómo has vivido los últimos JJ.OO. de Río?

Los viví con mucha intensidad. Estos JJOO tenían más significado por la posibilidad que había de volver a conseguir una medalla 20 años después. El equipo se lo merecía muchísimo, estaban muy unidas, tenían mucha fuerza, energía, y mucha experiencia detrás. Me hacía mucha ilusión que 20 años después un equipo como ellas consiguiese la segunda medalla para España en la modalidad de conjuntos. Fue emocionante y lo viví con mucha alegría, pero también con muchos nervios ya que en 2:30' te lo juegas todo. Afortunadamente lo bordaron, sacaron todo lo que tenían dentro. Les envíe sanamente ya que han podido disfrutar los Juegos con otra edad a la que competimos nosotras, eres más consciente del momento y seguro que lo han vivido de otra manera, ya no son niñas sino mujeres y eso es un gran triunfo. Ha sido un orgullo y ejemplo para todos.



Finalizada la concentración de #GAF en el #CARMadrid. Sin duda una gran experiencia para todas ellas. Mucha suerte!!!!



Real Federación Española de Gimnasia: Felicitación navideña RFEg 2017

¡Desde la Real Federación Española de Gimnasia os deseamos unas felices fiestas y un 2018 lleno de gimnasia!



Las gimnastas Sandra Aguilar y Alejandra Quereda, operadas con éxito de sus respectivas lesiones

La madrileña fue operada por el Dr Leyes de su hombro derecho mientras que la capitana del conjunto pasó por quirófano para solventar su lesión de cadera

RFEGRIMNASIA.ES

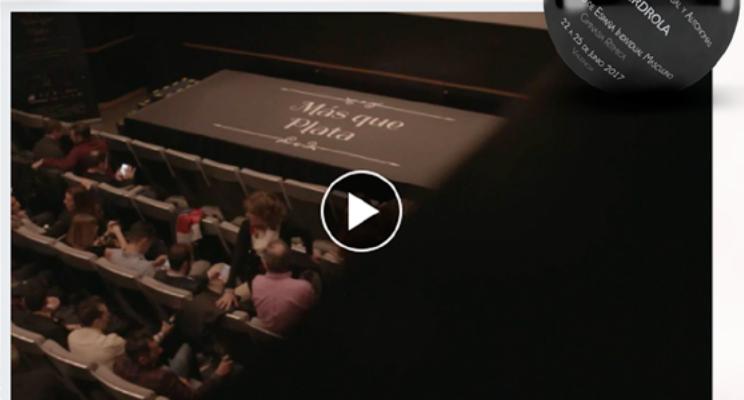


VISTO + DICI



RFEGRIMNASIA @RFEGRIMNASIA

#FelizCumpleaños 🎂 a Iratxe Aurrekoetxea, entrenadora de Almudena Cid (@almudenacid) y Natalia García (@nataliagarcia05), entre otras gimnastas del #TeamESP de #GR en el #CARSAntCugat 🎉 pic.twitter.com/qCMryMYqv1



Real Federación Española de Gimnasia: Premier documental "Más que plata"

Premier documental "Más que plata" 12/12/2017, Madrid #MasQuePlata



Real Federación Española de Gimnasia: Club Mabel (CVA) oro en la Copa de España de conjuntos primera...

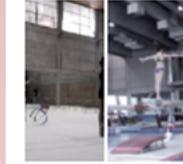
Club Mabel (Comunidad Valenciana) Campeón de la Copa de España de conjuntos en primera categoría obteniendo la puntuación más alta de toda la competición (17.800) #GRAlcante



rfechinassia Néstor Abad durante el #TeamESP de #GAM en el #CARMadrid! No te pierdas las fotos en nuestro facebook! #MAG #rhythmgymnastics #gymnastics #instagymnastics #instasport #sportgram #gymnast



701 likes
DECEMBER 16
Log in to like or comment.



RFEgimnasia @RFEgimnasia
Continúan en el #CARMadrid las tecnicificaciones de #GAF y #GR!!
pic.twitter.com/u78zbcdVgl



rfechinassia

rfechinassia La Real Federación Española de Gimnasia os desea Feliz Navidad y Felices Fiestas!! mariadoloresseguiperis Muchas gracias, igualmente Feliz Navidad y Un Gran 2018 mariapardoreroje Feliz Navidad a vosotros tambien!! susana_mota_y Gracias igualmente Feliz Navidad



1,292 likes
3 DAYS AGO
Log in to like or comment.



RFEgimnasia @RFEgimnasia

Una vez finalizada la concentración de #GAF, os desean felices fiestas de esta forma tan original!! 😊🎄
pic.twitter.com/oSQdHOPDMG



EMBRE



divinapastora
seguros



OYSHO