



Beirán triunfa en Tenerife

■ El madrileño Javier Beirán está viviendo una gran temporada en el Iberostar Tenerife, que le ha llevado a ser el mejor reboteador ofensivo de la ACB hasta ahora.



Juan del Arco, el Hispano

■ Juan del Arco competirá desde hoy con la Selección de balonmano en los Europeos de Polonia. Desde Hombrados y García Parrondo, no había madrileños.

deporte de Madrid



Un salto hacia Río

Alberto Arévalo y Rocío Velázquez compiten desde hoy en el Grand Prix Internacional de Madrid, en el Mundial 86. Será clave para sus aspiraciones de cara a los Juegos.

Motor Madrid

Alberto Prieto corrió el Dakar, pero fue evacuado

El madrileño Alberto Prieto se convirtió en el primer participante de quads del Dakar en pilotar con un único brazo, debido a la parálisis irreversible que padece en el su brazo izquierdo. Su aventura, que se planteó "etapa a etapa", duró hasta el noveno día, cuando él y su vehículo *The Kilmister Machine* (en homenaje al fallecido cantante de Motor-

head) fueron evacuados por el helicóptero de la organización. "Fue una verdadera lástima lo ocurrido. Las condiciones de la arena eran terribles debido al intenso calor. Sin embargo, tanto el quad como yo mismo nos encontrábamos en perfecto estado", decía Prieto, que agradece al piloto Christopher Cork "su paciencia y ayuda en los momentos duros".



EN CARRERA. Alberto Prieto, durante su estancia en el Dakar.

Ciclismo Coslada

Salchi, nuevo equipo júnior para el Henares

La Comunidad de Madrid tiene un nuevo equipo júnior para el Corredor del Henares. Es el Salchi Bicycles, que según su gerente Iván Martínez, nace para "fomentar el deporte y dar continuidad a la trayectoria de los ciclistas del Este de Madrid cuando finalizan la temporada de cadetes y quieren seguir compitiendo en juveniles". Entre ellos estará Víctor Lorriaux, campeón de Madrid 2015 de ciclocross y Raúl Bustillo, ganador de la Copa de Madrid.

Alberto Arévalo y Rocío Velázquez compiten desde hoy en el **Grand Prix Internacional de saltos de Madrid**, que se celebra en la piscina del **Mundial 86**. Lo harán en trampolín de 3 metros. Arévalo se juega la plaza para el **Preolímpico de Río**. Rocío la tiene. Illana es baja por lesión.

Madrid recibe a la élite de los saltos en el Grand Prix

Alberto Arévalo y Rocío Velázquez, los madrileños en la prueba

JUANMA BELLÓN / MADRID

Entre los chinos, ucranianos, rusos, brasileños... que saltarán en los trampolines de las piscinas del Mundial 86 en el Grand Prix Internacional (de hoy hasta el domingo), habrá dos madrileños: Rocío Velázquez y Alberto Arévalo. "Es especial competir en casa con el apoyo del público y ante grandes saltadores. Será clave para ver cómo estamos de cara al Preolímpico de Río el 19 de febrero. Que la gente venga, habrá espectáculo", comentan los saltadores.

Los dos compiten en 3 metros, tienen 20 años y sus carreras han sido paralelas en el Canoe con Manolo Gandaria. Estudiaron en el centro Ortega y Gasset y son incluso vecinos en Atocha. Ahora están inmersos en la carrera por los Juegos. Rocío conoce la competición internacional. Fue a los Mundiales de Barcelona y Kazán e ir a Río sería "un sueño". "Espero ganar confianza en Madrid. Es mi piscina y noto seguridad, que es mi punto fuerte. ¡Cuando cojo confianza no suelo fallar!", dice Rocío, cuyo salto estrella es el último de su serie: tres vueltas y media adelante. Con él espera llegar a los Juegos. Necesita estar entre las 20 primeras del Preolímpico. "El objetivo me parece asequible si sale todo bien, aunque Río me pilla joven, creo que los míos serían los Juegos de Tokio 2020".



REPORTAJE GRÁFICO: EMILIO COBOS

LAS PRUEBAS

Hoy	
10:00	Trampolín (F). Eliminatorias
	Plataforma (M) Eliminatorias
17:00	Trampolín (F). Final
	Plataforma (M). Final
	Plataforma sincro. (F). Final
Mañana	
10:00	Trampolín (M). Eliminatorias
	Trampolín sincro. (F). Final
17:00	Plataforma (F). Eliminatorias
	Trampolín (M). Final
Domingo	
10:00	Trampolín sincro. (M). Final
	Plataforma (F). Final
	Plataforma sincro. (M). Final

VOLADORES. Alberto Arévalo y Rocío Velázquez, en el Mundial 86, donde se disputa el Grand Prix.

De su compañero Alberto destaca "su gran clase". Arévalo se juega el pase al Preolímpico en este Grand Prix de Madrid. Debe hacer más de 320 puntos en su serie de seis y eso le aseguraría viajar a Río el 19 de febrero. "Lo que más tengo es velocidad. La satisfacción de hacer bien un salto es lo máximo", relata Alberto.

Rocío ve a los saltadores "como gimnastas": "Pero tene-

mos más coordinación y explosividad. Estamos más ligeros, no tan musculados". Alberto añade: "En los saltos son muy importantes las sensaciones a la hora de girar, pero también la visión en el aire. Tienes que saber por dónde vas".

¿Qué piensa sobre Rocío? "Puedo contar mucho (se ríe). Hemos pasado media vida juntos. No, en serio, tiene mucha fuerza y un potencial enorme".

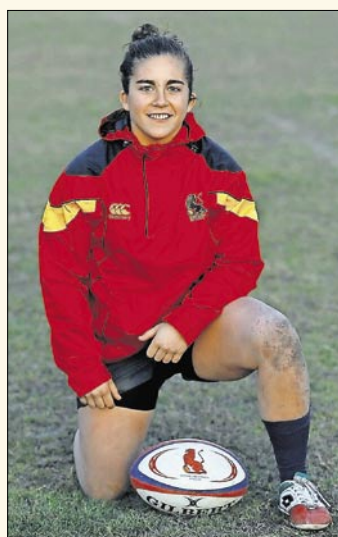
Los saltos son un deporte minoritario... o no tanto. "¡Desde el programa de tele (*Mira quién salta*) las clases másters están llenas! Hay listas de espera", cuentan. Allí se veía a famosos saltar de trampolín. Durante el fin de semana, en el Mundial 86 se verán a los mejores del planeta. "En China es de los primeros deportes", dice Arévalo, que, igual que Rocío, volará ante su gente.

Rugby a 7 Madrid

Patricia García, en el equipo ideal del mundo

La prestigiosa web *Scrum Queens*, especializada en rugby femenino, situó a la madrileña Patricia García en el equipo ideal de Seven (rugby a siete) a nivel mundial por cuarto año consecutivo. “Estoy muy contenta por el reconocimiento, pero el rugby es una cuestión de equipo y lo agradezco a mis entrenadores y compañeras”, decía la mediomelé madrileña,

que para mejorar su rugby ha viajado en varias ocasiones a Nueva Zelanda para jugar la Liga de allí, con el Wakaito. Uno de los sueños de García es entrar con la Selección española de Seven en los Juegos de Río: “El Preolímpico es en junio y tenemos que llegar en la mejor forma posible. Entre Rusia, España e Irlanda puede estar la última plaza a los Juegos”.



Patricia García.

Balonmano Leganés

Adiós por ahora al Pabellón Cadenas

Tras más de cuarenta años de vida, el Pabellón Manuel Cadenas (homenaje al actual seleccionador de balonmano) ha echado el cierre por reforma. El último encuentro del Leganés femenino, al parecer, ya tuvo algún inconveniente por culpa de las goteras, por las que se han preocupado los políticos locales. El Leganés, que milita en la División de Honor B, vuelve a la carga en el Pabellón Olimpia de la ciudad.

¡40 años huyendo del asfalto!



El Cross de Moratalaz se celebra el domingo 24 de enero en el Parque Cuña Verde del barrio madrileño. La salida de la 40ª edición se tomará a las 11:00 y habrá dos circuitos, de 1.200 y 1.800 metros.



ROCÍO VELÁZQUEZ

Segura y socia del Real Madrid

■ Cuando tenía seis años, **Rocío Velázquez** (Madrid, 1995) se encontró con su vecino **Ricardo Camacho**, tres veces olímpico y padre de la sirena **Clara Camacho**, que le propuso probar en el **Canoe** en los saltos de trampolín. Desde entonces no ha parado de progresar hasta llegar los **Mundiales**

de **Barcelona** y **Kazán**. Ahora mira a **Río** con sus grandes argumentos: “La seguridad y la confianza”. Le hace “muchísima ilusión” competir en este **Grand Prix**. Acude cada domingo al **Bernabéu** porque es socia del **Madrid**. “Me gusta mucho **Cristiano**”, dice Rocío, que estudia **Odontología**.



ALBERTO ARÉVALO

Cae en picado por su velocidad

■ “Un día, cuando era niño, nos cogieron en la calle de nadar para que probáramos a saltar y caí en picado. Muy tenso y apretado”, cuenta **Alberto Arévalo** (Madrid, 1995) sobre cómo se inició en los saltos de trampolín. Al principio hacía plataforma, pero una mala caída le provocó un problema en el hombro que le

hizo pasar por quirófano. Ahora explota su velocidad sobre tres metros. “Es mi gran virtud y me ayuda a poder hacer saltos más complicados”, explica Alberto, que estudia **Fisioterapia** y en su tiempo libre aprovecha para jugar al fútbol con los amigos. Sueña en olímpico: “Si no voy a **Río**, me gustaría ir a **Tokio 2020**”.

Javier Illana piensa en sus cuartos Juegos

Será baja en Madrid y acaba de escribir un libro

E. OJEDA / LA NOTICIA

Javier Illana (Leganés, 1985) no competirá en el Grand Prix de Madrid. “Me estoy recuperando para intentar buscarme una plaza para los Juegos Olímpicos”, dice el saltador madrileño, que ha estado en las tres últimas citas olímpicas y que por su edad, “y por la lesión”, empieza a ver el final de su carrera deportiva.

“Me encontraba casi recuperado, pero esta lesión me ha obligado a parar”, comenta Illana, que sufre una espondilitis anquilosante, enfermedad reumática, crónica y dolorosa, que pone en jaque el futuro casi normal de esta joya madrileña del salto.

Javier se siente un afortunado porque ha podido vivir del deporte del trampolín: “Tal vez porque siempre he tenido la ayuda y la colaboración de la Federación Española, o que también no sea muy exigente. Pero sí, soy un deportista privilegiado en ese aspecto”.

Es cierto que en estos años también ha intervenido en el programa de televisión de Telecinco *Mira quién salta*, lo que le ha abierto las puertas a un mundo que le gusta. “Porque he aprendido. La comunicación es algo que siempre me ha gustado, como la moda, por ejemplo, y por ahí podría estar mi futuro”, apunta el saltador, especialista en tres metros, que asegura que su deporte es como la vida: “Porque hay mucho en juego en cada salto, aunque no te des cuenta. La tabla es un elemento peligroso más”.

Dice que tiene esperanzas de estar entre los treinta mejores en el Preolímpico de Río, donde se juegan los billetes a la cita olímpica de la ciudad brasileña, porque si entra en ese pelotón de destacados podría es-



EL AGUA, SU MEDIO. Javier Illana, en la piscina.



LA FUERZA DE JAVI, POR ESCRITO

El 19 de enero está prevista la aparición en los comercios del libro de Javier Illana, *No es el cuerpo, es la mente*, de Alienta Editorial (15 euros) 96 páginas en las que el saltador repasa los conceptos más importantes para plantear una lucha deportiva a largo plazo.

tar “sin duda” en sus cuartos Juegos Olímpicos, y de manera consecutiva, lo que redondearía su brillante carrera y colmaría su condición de mejor saltador de la historia de este deporte en España.

Futuro y retos. Mira hacia la cantera y considera que “ya vienen empujando chicos jóvenes a los que hay que dejar paso”, y por eso, sin ponerse fecha de caducidad, sí considera que está en la cuenta atrás porque nadie se eterniza en el deporte, y él lleva media vida, desde los 15 años, en la élite mundial de esta disciplina.

En Leganés, donde vive, no se considera ídolo “y tampoco muy reconocido”, aunque en realidad ha pasado más tiempo en Madrid, en Aluche, que es donde se ha criado.

Su último reto ha sido el libro sobre su carrera que aparece el día 19 en las librerías: “La editorial buscó a un tipo de un deporte no profesional. Se fijó en mí, y ahí están esas páginas de autoayuda”.

Baloncesto Madrid

El Real Madrid junior, a la Final Four de Berlín

El Real Madrid junior ganó en una agónica final al Barcelona (50-48) en el Torneo de L'Hospitalet y consiguió el pase al Adidas Next Generation Tournament de Berlín del 13 al 15 de mayo, en la Final Four de la Euroliga, donde los juniors blancos defenderán título. Era la tercera victoria seguida del Real Madrid en el torneo catalán, donde los 16 puntos

del alero serbio Dino Radoncic, que ya ha tenido minutos con el equipo absoluto, y la capacidad bajo el tablero de Felipe dos Anjos (16 rebotes), elegido MVP del torneo, fueron determinantes en la competición. Los juniors fueron reconocidos por el público de los mayores en el Barclaycard Center, donde brindaron el título a la afición en el partido ante el Sevilla.



RECONOCIMIENTO. Los juniors fueron homenajeados en el Palacio.

Rugby Alcobendas

El Alcobendas se bate con el VRAC en la Copa

En el año de su regreso a la División de Honor, el Alcobendas ha firmado un gran hito al entrar en las semifinales de la Copa del Rey, donde le espera el temible VRAC Entrepinares de Valladolid el próximo 31 de enero en Alcobendas. Los madrileños lograron el pase en un geniales cuartos de final en los que doblegaron al Ampo Ordizia en tierras vascas por 12-32, con un gran partido de Arturo Íñiguez, autor de dos ensayos. Ahora toca lo más difícil.

“Sería muy bonito que me llamaran para la Selección”

Javier Beirán es el mejor reboteador ofensivo de la ACB

NACHO ALBARRÁN
MADRID



Javier Beirán vino a este mundo hace 28 años en Madrid. Pero pocos meses después de nacer, su padre, José Manuel, histórico jugador de la Selección de baloncesto que fue plata olímpica en Los Ángeles 84, fichó por el antiguo Tenerife N°1. En la isla vivió Beirán junior durante casi tres años, y allí triunfa ahora en el Iberostar después de formarse en la cantera del Madrid y de haber jugado en el Estudiantes y el Gran Canaria. Es el segundo nacional más valorado de la Liga Endesa (15,5) tras otro madrileño, el colegial Juancho Hernangómez (16,2); el cuarto mejor reboteador de la competición (7,1) y el primero en rebotes ofensivos (2,5) por delante de Felipe Reyes (2,3).

“Está siendo mi temporada más completa a título individual, aunque satisface mucho cuando acompaña también lo colectivo, y en ese sentido he tenido años mejores”, dice Beirán, que explica su progresión reboteadora: “Empecé a coger muchos más rebotes después de mi etapa junior cuando llegué al Estu en la Liga EBA. La clave es ir a por todos y tener intuición, porque yo no salto mucho ni soy grande. A veces me caen”. No le importaría que le compararan en ese aspecto con Reyes: “¿Cómo puede capturar tantos rebotes en ataque y en defensa



Mejoría
“Cuando llegué al Estudiantes empecé a coger más rebotes”



INDISCUTIBLE. Beirán es pieza fundamental en el Iberostar Tenerife.

con apenas dos metros ante pivots más grandes! Me gustaría que dijeran eso de mí. También me pego debajo del aro y soy muy pesado”.

Beirán vive “muy bien” en Tenerife, aunque echa de menos “la variedad cultural de Madrid”. “Aquí, por ejemplo, se come estupendamente, pero allí hay más opciones, como un buen cocido entre amigos por el centro, y más cosas que se pueden hacer. En Canarias estoy de maravilla y cuando vuelvo a casa disfruto más que antes de los paseos y del ambiente”.

Sueños. A Beirán, cuyos referentes al margen de su padre fueron Herreros, Carlos Jiménez, Navarro, Reggie Miller y Allen Iverson, le gustaría “aguantar muchos años”. “Espero seguir divirtiéndome y crecer con el Iberostar hasta jugar en Europa”. Y tiene un sueño a corto plazo: “Acabar en playoffs y que me llamen en verano para la Selección, aunque fuera para preparar los Juegos. Sería un fin de temporada muy bonito”.

DNI				
Javier BEIRÁN				
■ Fecha y lugar de nacimiento:				
22-05-87, Madrid				
■ Altura:				
2,00 m				
■ Demarcación:				
Alero				
Trayectoria				
Temp.	Club	Part.	Pts.	Reb.
15-16	Tenerife	15	9,9	7,1
14-15	Tenerife	34	8,1	5,4
13-14	Gran Canaria	38	5,5	3,8
12-13	Gran Canaria	42	4,3	3,8
11-12	Gran Canaria	40	5,5	5,1
10-11	Gran Canaria	48	4,6	4,7
09-10	Estudiantes	11	1,9	1,0
08-09	Estudiantes	24	2,5	1,2
07-08	Estudiantes	13	3,1	1,0
06-07	Estudiantes	1	-	-
TOTAL		266	4,1	3,4

OB CANARIAS



Los infantiles de basket.

Los equipos escolares de Madrid lucen en los Nacionales

■ Las selecciones autonómicas de la Comunidad de Madrid de baloncesto arrasaron en los Campeonatos de España en edad escolar, que se disputaron en Huelva. Los chicos de categoría infantil se trajeron el oro por cuarto año consecutivo con una espectacular actuación de Usman Garuba (Real Madrid), que hizo 50 de valoración en la final ante Cataluña (76-60). No fueron los únicos que subieron al podio, porque hubo dos platas. Las lograron las infantiles féminas y los chicos cadetes. Sextas fueron las cadetes.

El presidente de la Federación Madrileña, Juan Martín Caño, se mostró contento con los resultados: “Es muy positivo el papel de nuestras selecciones en estos Campeonatos de España con el gran talento que existe en el baloncesto a nivel nacional. Este título y los dos subcampeonatos, uno de ellos por un solo punto, hablan por sí solos del gran trabajo que se realiza en los clubes de nuestra Comunidad”.

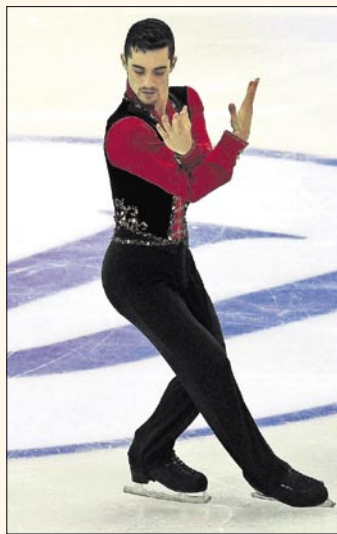
A la fiesta escolar del baloncesto también se unió el balonmano en los Campeonatos de España de Almería con dos oros y dos platas. Los títulos los lograron los cadetes tanto femeninos como masculinos y los subcampeonatos fueron para los infantiles y juveniles masculinos. La Comunidad brilla.

Patinaje Madrid

Javier Fernández, a por su cuarto oro europeo

Javier Fernández aspira al pódium de oros europeos los días 27 y 28 de enero en Bratislava (Eslovaquia). El madrileño, que reside en Toronto (Canadá), defenderá el miércoles 27 su programa corto de *La Malagueña*, en el que introducirá por primera vez el doble cuádruple en una competición internacional. "Mis rivales lo están haciendo

y quiero estar a la altura", decía Javi, que sacará a relucir su programa largo de *Guys and Dolls* el jueves 28. Sus contrincantes serán principalmente los rusos Voronov y Kovtun. A *Superjavi* le acompañará en la competición masculina Javier Raya. Y en la competición femenina tomará parte la también madrileña Sonia Lafuente.



Javier Fernández.

Triatlón Madrid

La Copa de Europa regresará a Madrid

La Copa de Europa regresará a la Casa de Campo el 1 de mayo con los mejores especialistas continentales. Será la culminación a un fin de semana de triatlón en Madrid que arrancará el sábado 30 de abril con la competición del circuito popular *Yositri*, con pruebas de diferentes distancias y niveles. El propio domingo 1 también se celebrará una carrera sprint, que otorgará plazas para el Campeonato de España 2016 de Banyoles.

Golf El Escorial

Los ganadores de 2015 se ven en La Herrería

La Federación Madrileña de golf reconocerá a los ganadores de 2015, desde categorías inferiores a másters, el próximo 22 de enero en el Real Club de La Herrería, en San Lorenzo de El Escorial. Entre esos triunfadores de la temporada pasada están Carlos Balmaseda, Pedro Oriol, Vicente Blázquez, Álvaro Salto, Patricia Sanz, Luna Sobrón... Previamente a la gala, los jugadores e invitados disputarán 18 hoyos (ó 9) en el emblemático club.

Del Arco, un madrileño otra vez con España

Disputará el Europeo de balonmano desde hoy

E. OJEDA / LA NOTICIA

Hombrados y García Parrondo fueron los últimos madrileños con los Hispanos. Cuando parecía que tardaría en llegar otro a la Selección, Juan del Arco (Leganés, 1991) aterriza desde Qatar (El Jaish) para disputar el Europeo de Polonia.

"Llevaba siete años en Granollers, y en la última temporada surgió la ocasión de salir para jugar en Qatar y me gustó la idea. La experiencia es buena porque estoy con mi mujer. Vivir allí solo tal vez sería muy duro", comenta este lateral izquierdo de 1,88 metros, que tras una gran temporada en el equipo catalán llamó a la puerta de la Selección con la intención de quedarse. Que se formase en el Granollers obedece a que aquel año valoró las ofertas que tenía sobre la mesa; "Entre ellas la del Alcobendas, y preferí al club vallesano, que trabaja bien la cantera y forma a muchos jugadores de nivel".

Méritos. Su gran campaña relanzó a muchos jugadores del Granollers, y ahora es el segundo más joven de la Selección, "el más nuevo", pero con el desparpajo de los veteranos: "Vamos por el oro; pensar en menos, de entrada, sería insensato. El objetivo tiene que ser lo máximo".

Asegura que ha trabajado duro para estar en Polonia, y aunque es consciente de que uno de los 17 jugadores de Cadenas se quedará fuera en la primera fase, él tiene claro que va al Europeo "a echar una mano", y encantado de los elogios que le ha lanzado el seleccionador: "Es un acicate para un debutante que el propio técnico diga públicamente que le gusta cómo has respondido".



CON LOS HISPANOS. Juan del Arco, tras un entrenamiento.

Cadenas dirigió a Del Arco Sr.

■ Juan del Arco sostiene que su padre no influyó en su carrera deportiva, que probó un buen número de deportes en Leganés antes de decantarse por el balonmano, y que, además, a su padre, "que jugó al balonmano profesional, le entrenó Manolo Cadenas cuando empezaba como técnico". Cosas del balonmano, porque ya tiene

el seleccionador español muchos otros hijos con padres que también fueron jugadores y han estado relacionados con él, como es el caso de Valero Rivera o como Alex Dujshebaev. Dice Juan del Arco que en su club de origen hay muchos jóvenes de la cantera que siguen su carrera, aunque a él le quedan allí pocos amigos.



PREPARADAS. Luisa Rodríguez y Laura Monzón, del VP Madrid.

Alcobendas-Voley Madrid, duelo en la Copa de la Reina

Del 5 al 7 de febrero en Leganés

J. BELLÓN / LA NOTICIA

El bombo del sorteo de la Copa de la Reina de voleibol, que se celebrará en el Pabellón Europa de Leganés del 5 al 7 de febrero, depará derbi de la Comunidad en cuartos de final. El Voley Playa Madrid, equipo organizador de la cita, y el Feel Alcobendas lucharán el viernes 5 (20:00) por una plaza en semifinales, donde espera el Naturhouse Logroño, campeón de la Superliga.

Parten como favoritas las chicas de Alcobendas, quintas en el torneo de la regularidad y ya asentadas en la máxima categoría. Están dirigidas por el histórico jugador Guillermo Falasca y la líbero Patricia Rodríguez es la base de su juego. El caso contrario es el Voley Playa, que este año se ha estrenado en la Superliga y lucha semana a semana por eludir los puestos de cola (son penúltimas, por delante del Extremadura), aunque

cuentan con jugadoras de talento como Nazareth Florian o Amparo Hopf, que han entrado ya en el seis ideal de la jornada.

Antes de ese choque, el viernes a las 18:00, abrirán el torneo el Haro Rioja y el Leadernet, en el primer cuarto de final cuyo ganador se enfrentará al Fíguro de Tenerife. La entrada para el torneo será gratuita hasta completar aforo, aunque en la web del Voley Playa se puede adquirir un abono preferente (por 15 euros ó 100 con hotel para tener sitio exclusivo).

Ilusión. Felipe Pascual, presidente de la Federación Madrileña, se mostró orgulloso del evento: "Es un acontecimiento muy importante, no sólo desde el punto de vista deportivo, sino también como promoción y de cantera de este deporte mediante la celebración de actividades extra-deportivas que se desarrollarán durante esos días".

Fútbol Sala **Torrejón**

Test para España antes del Europeo de Serbia

El Pabellón Jorge Garbajosa de Torrejón, cancha esta temporada del Movistar Inter, acogerá el próximo 25 de enero un España-Polonia (a las 21:00 horas) que servirá de test a la Selección de cara al Europeo de Serbia (del 2 al 11 de febrero). Los de José Venancio López, en cuya lista para la cita hay cinco madrileños (Sedano, Herrero, Ortiz, Rivillos y Raúl

Campos), se probarán ante el equipo polaco a una semana de la cita continental. "Para nosotros el partido tiene dos alicientes principales, preparar al equipo y ofrecer un gran espectáculo a la afición lo que siempre ayuda a promocionar el fútbol sala", afirmó Venancio. Las entradas: 10 euros anticipada y 12 el día 25 en taquilla.



LISTOS. La presentación del partido internacional de Torrejón.

Atletismo **Madrid**

Tigers Running, un club para populares

Ya está en marcha el Tigers Running Club, un centro integral de atletismo popular situado en Plaza del Niño Jesús 5 y que tiene grupos de entrenamiento en El Retiro y en el Parque Juan Carlos I. "Hay desde cursos de iniciación hasta planes para corredores experimentados con objetivos específicos como la maratón de Madrid, Barcelona, París...", explica Alberto Muñoz, uno de los creadores. También hay pilates, core... Su web es tigersrunningclub.com.



EN EL AYUNTAMIENTO. La Escuela Ciclista Plaza Éboli, en Pinto.

Los 'cachorros' de Contador se ponen en marcha

Tres años de la Escuela Plaza Éboli

J. BELLÓN / LA NOTICIA

La Escuela de Ciclismo Plaza Éboli de Pinto, impulsada por la Fundación Alberto Contador, cumple su tercera temporada con más salud que nunca. Este grupo, dirigido a chicos y chicas de 7 a 14 años, se reúne los martes y los jueves para hacer rutas, guiados por Félix García Casas, exciclista profesional y director del proyecto.

"La Escuela ha evolucionado mucho desde su fundación, sobre todo gracias a los niños que vienen a montar en bici. Ya ocupamos un lugar importante en el panorama madrileño y en las carreras", reivindica García Casas, que ve a sus alumnos "cada vez más motivados": "Algunos ya han empezado a ganar pruebas y otros, los mayores, han pasado a categoría superiores y han fichado por clubes de Fuenlabrada o Parla".

Con más de 30 alumnos, la Escuela Plaza Éboli rueda por los caminos de Pinto y sus alrededores. El objetivo es claro: "Que los chicos adquieran habilidad con la bicicleta, mejoren su condición física y aprendan a respetar las normas de comportamiento y seguridad". Tras unos meses rodando en carretera, en abril llegará el turno de la bicicleta de montaña, en la que los chavales se entrenarán en un circuito cerrado en Pinto.

Para inscribirse en la Escuela Plaza Éboli hay que dirigirse a la dirección escuela@fundacioncontador.com. El precio es 150 euros anuales e incluye la licencia anual y la equipación oficial. Además de este proyecto, la Fundación Contador cuenta con un potente equipo júnior y otro Sub-23, que ya da sus primeros frutos. Ambos se presentan en febrero, mientras que la Escuela ya funciona en Pinto.

Jesús Tortosa y Marta Calvo, a por los Juegos

En el Preolímpico de Estambul con 18 y 19 años

JESÚS MÍNGUEZ / MADRID

Por edad, su objetivo era Tokio 2020, pero un sprint les puede llevar a Río 2016. Marta Calvo (19 años) y Jesús Tortosa (18) pelearán este sábado en Estambul por una plaza en -67 kg y -58 kg, respectivamente. El taekwondo vivió sus Juegos mágicos en Londres 2012, donde los tres participantes se colgaron medalla: el oro de Joel González y las platas de Nico García y Brigitte Yagüe. El primero (26 años) ya tiene plaza por ranking para Río. Al segundo, un escalofriante accidente de moto le ha obligado, prácticamente, a abandonar el tapiz. La reina Brigitte lo ha dejado cansada, con 34 años.

Pero la transición promete ser gloriosa. A Río irá también Eva Calvo, hermana mayor de Marta, que con 24 años ha logrado un bronce y una plata mundiales en el ciclo, además de acabar segunda en la clasificación que otorgaba los pases. Valiente, la Federación ha apostado ahora por los *yogurines*, Jesús y Marta, para intentar pescar otras dos plazas (irán los finalistas de casa peso).

Joven. "Seguro que voy a ser el más joven, pero creo que se puede. La medalla de plata en los Juegos Europeos de Bakú, donde debuté en el peso olímpico (él compite en -54, pero en los Juegos se fusiona con -58), me confirmó que tenía el nivel. En 2014 no sumé puntos, porque pensábamos en Tokio 2020, pero los buenos resultados del año pasado me han hecho llegar", explica el elástico Tortosa, que lleva el taekwondo en los genes y ya ha sido campeón mundial júnior y bronce europeo sénior. Su padre, Jesús, fue dos veces subcampeón mundial (1987 y 1989) y cuar-



ELÁSTICO. Jesús Tortosa mide 1,87, y compite en -54 kilos.



DÚO. Eva (izda.) y Marta Calvo (dcha.), subcampeonas mundiales.

Jesús, a por todas
"Seguro que seré el más joven, pero creo que se puede"

to en los Juegos de Seúl 1988. Su hermana, Celia, ha sido varias veces campeona de España. Toda la familia, afincada en Alcobendas, le estará apoyando en Estambul.

También viajará desde Leganés Eva a apoyar a Marta, finalista del Premio AS Promesa. El 18 de mayo, en el plazo de media hora, las dos subieron al podio como subcampeonas mundiales absolutas en Chelyabinsk (Rusia). "Ahora prefiero no pensar mucho en que podríamos ir juntas también a Río ¡Sería demasiado bueno!", avanza la menor de las Calvo. Marta y Jesús lucharán por estar con los mejores cuatro años antes de lo previsto.

Duatlón Villanueva de la Cañada

Du Road, otra forma de ver el duatlón en Madrid

El domingo 24 de enero, Villanueva de la Cañada verá nacer un nuevo concepto de prueba deportiva. Se trata de Du Road, el duatlón de carretera que viene avalado por la experiencia y el saber hacer del equipo de Du Cross Series, y que promete cambiar la percepción de los duatlones tradicionales. El recorrido de 27,5 kilómetros partirá

del polideportivo Santiago Apóstol (junto al Aquopolis) y se desarrollará por avenidas anchas y bien asfaltadas en el tramo de bici. Los 100 primeros inscritos, los desempleados, así como los socios de Basic-Fit, Sanferbike y Corricolari contarán con descuentos especiales. Más información e inscripciones, en www.ducrossseries.es.



En Villanueva de la Cañada.

JESÚS ÁLVAREZ ORIHUELA

AGENDA DEPORTIVA EN ENERO Y FEBRERO

- ✓ **Hoy hasta el domingo**
Saltos de trampolín. Grand Prix Internacional de Madrid en el Mundial 86 (desde las 10:00).
- ✓ **Mañana**
Fútbol. Liga femenina. Atlético de Madrid-Barcelona (11:45).
- ✓ **Mañana**
Atletismo. Trofeo de Enero de pista en el CSD (15:30).
- ✓ **Mañana**
Rugby. División de Honor masculina. CRC Pozuelo-Bizkaia Gernika (17:00).
- ✓ **Mañana**
Baloncesto. Liga femenina. CREF Hala-Gernika Bizkaia en el Canal de Isabel II (19:30).
- ✓ **Mañana**
Rugby. División de Honor femenina. Majadahonda-XV Hortaleza (11:15).
- ✓ **Domingo 17**
Atletismo. Campeonato de Madrid de cross corto en Leganés (12:20).
- ✓ **Viernes 22 de enero**
Golf. Gala de la Federación de Madrid en el club La Herrería.
- ✓ **Lunes 25 enero**
Fútbol sala. Amistoso. España-Polonia en el Jorge Garbajosa de Torrejón (21:00).
- ✓ **5-7 de febrero**
Voleibol. Copa de la Reina en Leganés.



CARLOS MIRA

SONRIENTE. Clara Camacho se prepara en Barcelona con la Selección española para los Juegos de Río.

Clara Camacho: la sirena madrileña que mira a Río

Forma parte del equipo español de sincronizada

J. BELLÓN / LA NOTICIA

La música mueve a Clara Camacho. La madrileña, de 21 años, escogió la sincronizada en lugar del salto de trampolín, disciplina en la que su padre Ricardo fue a tres Juegos, porque le apasionaba el ritmo y el baile. “Acerté en la decisión”. En su currículum con la Selección española hay una plata mundial y un oro, otra plata y un bronce europeos. Ahora su punto de mira está en los Juegos de Río: “Sería un sueño estar allí y seguir los pasos de mi padre”.

Recuperada de una operación de menisco en octubre, Clara y el equipo de España comienzan dentro de tres semanas en el Open de Francia para llegar en marzo al Preolímpico de Río. “Estamos trabajando muchísimo y queremos que los jueces nos vean que hemos subido el nivel de competición. Sabemos que la medalla será muy difícil, pero lo daremos todo”,

cuenta Clara, tras los discretos resultados de la Selección en los pasados Mundiales de Kazán. “Nos pasamos el día entero en la piscina. Entramos a las ocho de la mañana y nos vamos a las ocho de la tarde. Sólo descansamos dos horas para comer. Pero hay que hacer el esfuerzo, es un año muy importante”, dice Camacho.

Clara encuentra un apoyo muy fuerte en Ana Montero, la seleccionadora, que le guió en

sus comienzos en Madrid. “Con ella empecé a mejorar”, afirma Camacho, heredera directa de Raquel Corral y Alba Cabello, que sigue en una Selección española a la que Ona Carbone-ll ha regresado al equipo para ejercer de líder. Todo por Río: “Este año está entrenando con nosotras, nos ayuda mucho”. Ya hicieron un dúo en el Mundial: “Fue una gran sensación, espero repetir”. En la mente de Clara hay Juegos... y música.

“Ojalá igualase a mi padre”

■ “Cuando voy a Madrid me gusta pasear por las tiendas del centro y El Retiro, pero llevo cinco años en Barcelona y al final te adaptas”, dice Clara Camacho, que, sobre todo, añora a su familia. De los Juegos le ha hablado su padre, que estuvo en los de Montreal, Moscú y Los Ángeles. “Ojalá pueda igualar lo que él hizo e ir tres veces

a la cita olímpica”, cuenta Clara, a la que le encantaría encontrarse en Río con Usain Bolt, Rafa Nadal... “Pero antes hay que ganarse la plaza. No hay que olvidarlo”. En los huecos libres, pocos, Clara aprovecha para estudiar Psicología. Está en primero de carrera. “Voy poco a poco, en el tiempo que me queda libre sí que me aplico”.

Jesús España: “Soy novato en maratón, voy con humildad”

Compite el 21 de febrero en Sevilla

J. BELLÓN / LA NOTICIA

Al comienzos de cada temporada, a Jesús España (Valdemoro, 1978) siempre le gusta fijar sus objetivos. Y a principio de este año olímpico apostó por uno muy ambicioso: pasarse a la maratón. Debutará el 21 de febrero en Sevilla, en el Campeonato de España, donde su objetivo es “ganar una plaza para Río”, que pasa por hacer la mínima (2h 13) y colgarse el oro. “Voy con toda la humildad del mundo. No hay que olvidar que soy un novato y habrá gente con tablas”. Estarán Bezabeh, Castillejo...

Jesús se encuentra ahora en la fase “más dura e importante” de una preparación que dista mucho a la de cuando corría 3.000 y 5.000. “Yo normalmente en estas fechas bajaba un poco el volumen para la pista cubierta y, sin embargo, ahora hago muchos kilómetros y series muy largas. Algunas días estoy cansado, pero sabía a lo que venía”, dice.

Se calza las zapatillas por Valdemoro, por Madrid Río (“Voy desde la Blume a la Caja Mágica y vuelvo”), en la Casa de Campo y hace las series en el sintético del CAR de Madrid. “La semana con más carga ha sido de 170 kilómetros de carrera, aunque por las tardes doblo en la elíptica que tengo en casa, donde me controlo con el pulsómetro. Eso es menos agresivo para las articulaciones”, cuenta el de Valdemoro, que rueda “más vivo” (sobre 3:20 y 3:

30 el kilómetro) y hace las series “más lento”.

“La mayoría de las sesiones, el 99% las hago solo. Estoy disfrutando. Lo único que puede impedir que lo haga son las lesiones y están controladas”, reconoce Jesús, que



Las sesiones son duras y hay días que voy cansado, pero sabía a lo que venía”

confía en su entrenador Juan del Campo, “un tío que sabe mucho”. Como mínimo debe ir a 3:09 cada 1.000 durante 42 kilómetros para lograr su objetivo. “Quiero llegar con las máximas opciones, aunque con respeto. En otras pruebas he hecho cosas, pero en maratón soy el último mono”. Sólo de momento.



FUNDACIÓN MADRID POR EL DEPORTE

“La Fundación es muy importante,
GRACIAS A SU AYUDA los deportistas
podemos **CRECER** y **FORMARNOS** mejor
profesional y personalmente”



Sandra Aguilar

Diploma Olímpico Gimnasia Rítmica
(Londres 2012)

Foto: Isabel Carreño

