



+ Programas
Mujer y Deporte

SEPTIEMBRE

2021

BOLETÍN



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE CULTURA
Y DEPORTE



Consejo
Superior
de Deportes

06

TODAS
las medallistas
olímpicas y
paralímpicas

“ 45
Es muy
posible que
pueda ganar
una medalla
individual en
París 2024 ”

CARTA

03 **JOSÉ MANUEL FRANCO.** Saludo del Secretario de Estado para el Deporte y Presidente del Consejo Superior de Deportes.

REPORTAJES

06 **LAS OLÍMPICAS DAN LA CARA EN TOKIO.** Análisis, medallas y diplomas de las españolas en la cita japonesa.

23 **EL DEPORTE PARALÍMPICO FEMENINO BRILLA EN TOKIO.** Análisis de la actuación de las deportistas españolas en el evento paralímpico.

40 **RAQUEL AGUADO, ÁRBITRA ESPAÑOLA EN TOKIO.** La madrileña arbitró la final femenina de goalball de los Juegos Paralímpicos.

ENTREVISTANDO A . . .

45 **FÁTIMA GÁLVEZ.** Tiradora campeona olímpica de equipo mixto de foso. *“Tenía claro que iba a hacer algo muy grande desde bien pequeña”.*

50 **ADIARATOU IGLESIAS.** Atletas paralímpica campeona de 100 metros y plata en 400. *“Todavía estoy en proceso de asimilar lo que he hecho en Tokio”.*

SABÍAS QUE . . .

54 **TERESA PORTELA.** Un amuleto le acompaña en todas las competiciones.

54 **SARAI GASCÓN.** Su curioso ritual antes de competir.

54 **ADRIANA CEREZO.** Siempre lleva un objeto a todos sus combates.

54 **MIREIA BELMONTE.** Un tipo de música le motiva para nadar.

54 **SELECCIÓN FEMENINA DE BALONCESTO.** La canción que suena en el vestuarios tras sus victorias.

54 **ADIARATOU IGLESIAS.** Necesita salir de esta manera a la pista.



+ Programas
Mujer y Deporte

03

José Manuel Franco

Presidente del Consejo
Superior de Deportes



+ Programas
Mujer y Deporte

Carta
BOLETÍN

Tokyo 2020 como aprendizaje

José Manuel Franco

Secretario de Estado para el Deporte y Presidente del Consejo Superior de Deportes

“

Llegar fue difícil, pero mereció la pena. Cuando hace más de un año se tomó la complicada decisión de suspender los Juegos Olímpicos y Paralímpicos de Tokyo 2020, no sabíamos cuándo iban a poder tener lugar. En ese momento sólo había incertidumbres y ninguna certeza. Pero pasaron los meses y al final los malos momentos, las inquietudes y las dudas se superaron. Aprendimos a hacerlo.

Ahora, después de que se pusiera punto y final al mayor evento deportivo a nivel internacional, mirar atrás supone sentirse tremendamente orgulloso por todo lo conseguido por nuestros deportistas. Primero por ver cómo superaron las infinitas barreras impuestas por la pandemia; y, segundo, por todo lo conseguido durante la competición que tanto ansiaban. Aprendieron a adaptarse y aprendieron a competir en las circunstancias más anómalas.

“Fueron los Juegos de la resiliencia, de la empatía, de la solidaridad. Cambió la vida y cambió el deporte, y por el camino, aprendimos”

Los deportistas representan el verdadero significado de la superación, de la perseverancia, del esfuerzo, del trabajo en equipo y de la dedicación. Y en Tokio lo han demostrado especialmente. Los números, a veces tan fríos pero al mismo tiempo tan sinceros, así lo reflejan. España logró 53 medallas y 130 diplomas entre olímpicos y paralímpicos. Unos resultados que merecen la admiración de todo nuestro país. Y esta vez, aprendimos a valorarlos más que nunca.

Sufrimos y disfrutamos con ellos. Desde el disputado bronce del equipo de balonmano, pasando por el merecidísimo oro de la paratriatleta Susana Rodríguez, a la inesperada plata de la joven taekwondista Adriana Cerezo.



Todas y cada una de las medallas, así como de los diplomas, sirvieron para que se despertara en nosotros una emoción intensa. Aprendimos a ponernos en la piel del deportista.

Unos Juegos que recordaremos por ser los Juegos de la pandemia, pero también por ser los Juegos del aprendizaje. Reinención, empatía, resiliencia, solidaridad, adaptación, transformación... conceptos ya

interiorizados en todos nosotros desde que hace más de un año todo cambiara. Cambió la vida y cambió el deporte. Y, por el camino, aprendimos.

Un buen balance de lo vivido y una esperanza por lo que vendrá. Es momento de aspirar a más. El futuro olímpico y paralímpico está más cerca que nunca y es que en menos de tres años volverán las mejores competiciones, las mejores carreras, los mejores partidos del deporte mundial... Llegará París 2024. Una oportunidad para seguir creciendo. La mejor de las garantías de éxito ya la tenemos, el conocimiento.

06 Las españolas dan la cara en Tokio

Las deportistas españolas terminan su aventura olímpica con dos oros, cuatro platas y un bronce

23 El deporte paralímpico femenino brilla en Tokio

Las españolas se han traído una cosecha de 15 preseas de los Paralímpicos

40 Raquel Aguado

Una árbitra española en la final de goalball femenino de los Juegos Paralímpicos



+ Programas
Mujer y Deporte

Reportaje
BOLETÍN

LAS ESPAÑOLAS DAN LA CARA EN TOKIO

17 medallas, tres oros, ocho platas y seis bronce, además de 42 diplomas olímpicos, es el botín con el que España ha regresado de los Juegos Olímpicos de Tokio 2020. Aunque con menos preseas doradas, la delegación española repite el número de metales de Río 2016, y las mujeres han vuelto a ser gran parte de ese éxito.

FOTOS_ NACHO CASARES/COE/EUROPA PRESS



ESPAÑA EN LOS JUEGOS OLÍMPICOS

HASTA LA CAPITAL JAPONESA se desplazaron un total de **322 españoles y españolas, 184 hombres y 138 mujeres** -por los 165 y 144 de Río-, representando el 57 y el 43%, respectivamente, del total de participantes que compitieron en 29 de los 33 deportes presentes en Tokio.

A pesar de ausencias destacadas como la de la jugadora de bádminton Carolina Marín, a la que una lesión le impidió defender su oro de hace cinco años, las deportistas españolas han vuelto a responder en la cita nipona y han aportado **seis medallas** -el 35% del total-, **un oro, cuatro platas y un bronce**, además de **una en categoría mixta –oro-**. Aunque no han podido igualar la magnífica marca de nueve preseas -cuatro de oro- de los Juegos brasileños, nuestras representantes no fallaron a su cita con el podio.

La karateca **Sandra Sánchez**, en kata, y la tiradora **Fátima Gálvez**, junto a Alberto Fernández en foso olímpico por equipos mixto, cumplieron su sueño de proclamarse campeonas olímpicas; además, la talaverana se colgó el primer oro de la historia del karate en los Juegos Olímpicos, un metal que no podrá defender en París 2024 por la desaparición del deporte del programa olímpico. Mientras, la taekwondista **Adriana Cerezo**, las piragüistas **Teresa Portela** y **Maialen Chourraut** y el **equipo femenino de waterpolo** se colgaron al cuello las medallas de plata -la mitad de las conseguidas-, y la atleta **Ana Peleteiro** se llevó un valiosísimo bronce en una final de triple salto para la historia.

El trabajo del deporte español se ha saldado también con 42 diplomas olímpicos -la cifra más alta desde Atenas 2004-, 11 de los cuales los han conseguido mujeres -la nadadora **Mireia Belmonte**, las regatistas **Támara Echegoyen-Paula Barceló**, la atleta **María Pérez**, las tenistas **Paula Badosa** y **Garbiñe Muguruza**, las palistas **Antía Jácome** y **Nuria Vilarrubla**, las remeras **Aina Cid-Virginia Díaz**, la **selección femenina de baloncesto**, la **selección de hockey hierba** y el **equipo de natación artística**- y dos, equipos mixtos -la amazona **Beatriz Ferrer-Salat** en el concurso completo de doma clásica y la regatista **Tara Pacheco** junto a Florian Trittel en Nacra 17-.



Selección española de hockey hierba



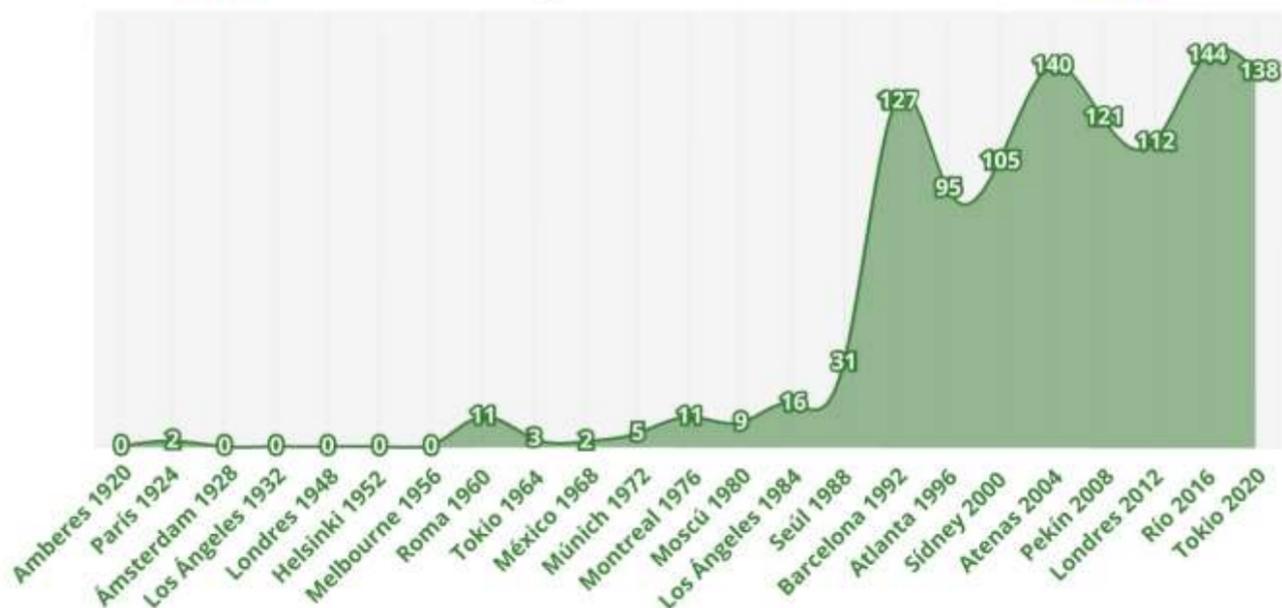
Paula Badosa



Támara Echegoyen y Paula Barceló



¿CUÁNTAS MUJERES PARTICIPARON EN CADA EDICIÓN DE LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE VERANO?



Fuente: Comité Olímpico Español (COE)

europapress.es

ESPAÑA EN LOS JUEGOS OLÍMPICOS

EN TOTAL, 179 DE LOS 322 DEPORTISTAS participantes han sido finalistas -115 de equipo y 64 en individuales-, por lo que el 55,9% de la representación española está “entre los ocho mejores del mundo”, tal y como destacó el presidente del Comité Olímpico Español (COE), Alejandro Blanco. España puso fin a su participación en el puesto 22 del medallero, que dominó Estados Unidos por delante de China y Japón.

Grabado a fuego en la memoria de España, Barcelona '92 supuso el gran despegue de nuestro deporte a nivel internacional, una cita que sigue siendo el mayor éxito alcanzado hasta la fecha por nuestros y nuestras representantes, que acabaron sextos en el medallero tras conquistar 22 medallas, 13 de ellas de oro.

LAS ESPAÑOLAS HAN CONQUISTADO 57 MEDALLAS DESDE BARCELONA '92

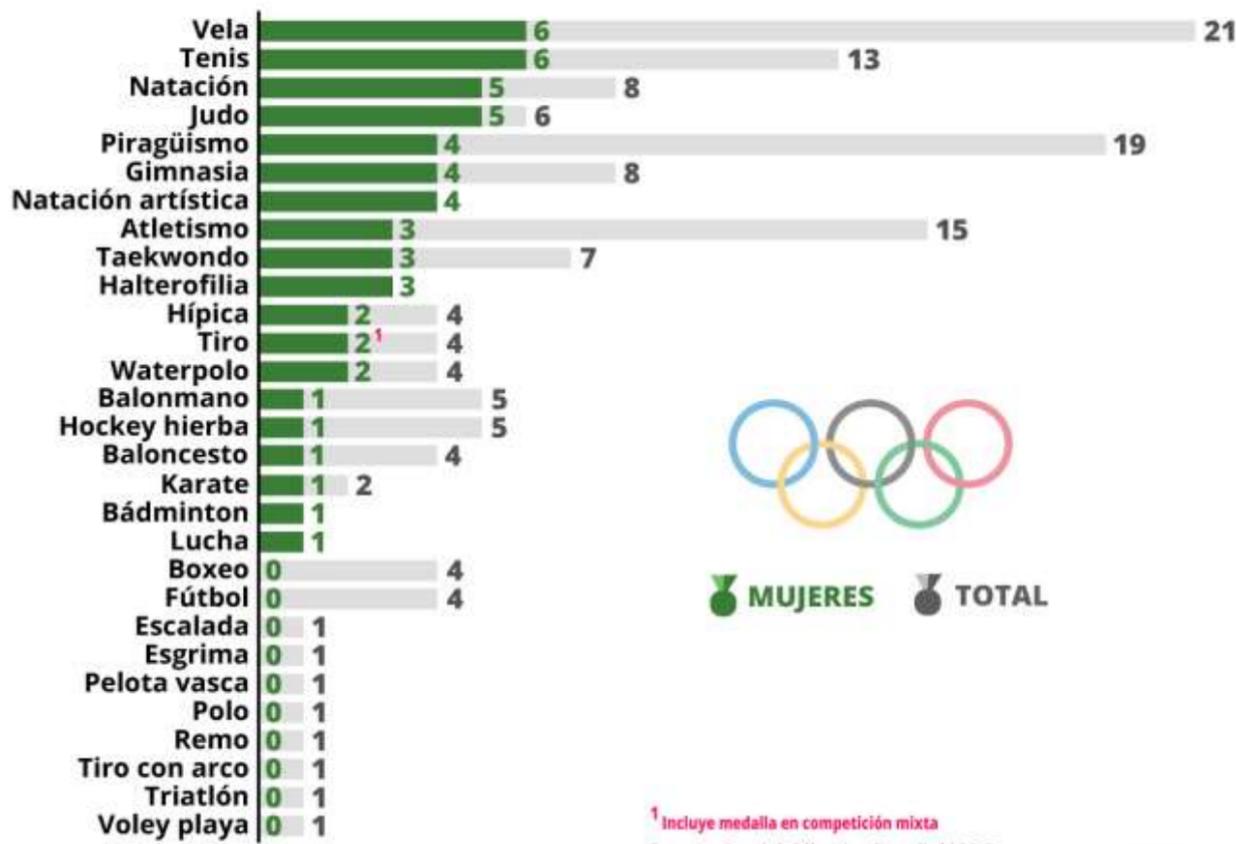
Fue precisamente en la Ciudad Condal donde una mujer española consiguió subirse por primera vez a un podio olímpico; la judoca Míriam Blasco logró ese honor al proclamarse campeona olímpica, y dio el pistoletazo de salida a los futuros éxitos de las nuestras en posteriores Juegos.

Desde 1992, España ha conquistado **141 medallas olímpicas, de las cuales 57**, más del 40%, llegaron de **manos de mujeres**. El gran ‘boom’ se produjo en Londres 2012, un evento en el que las españolas se colgaron 13 preseas -de las 18 totales-, techo hasta la fecha; tras ello, llegaron nueve medallas femeninas más en Río y siete en Tokio.

Por deportes, tenis y vela son los deportes en los que las mujeres han contribuido con más medallas a España, con seis, seguido por natación y judo, con cinco, y por piragüismo, gimnasia y natación artística, con cuatro. Como en la sincronizada -deporte exclusivamente femenino-, las tres preseas en halterofilia con las que cuenta nuestro país tienen nombre femenino, el de Lydia Valentín, como las de bádminton -Carolina Marín- y lucha -Maidir Unda-.



¿CUÁNTAS MEDALLAS OLÍMPICAS DE CADA DEPORTE LAS OBTUVIERON MUJERES?



ESPAÑA EN LOS JUEGOS OLÍMPICOS

Los Juegos más paritarios de la historia

TOKYO 2020 ha supuesto un nuevo paso hacia la igualdad en el deporte olímpico. Si en Río 2016 las mujeres fueron el 45% de la participación, **la representación femenina creció en la capital nipona hasta el 49% del total** de 11.326 deportistas. Además, el Comité Olímpico Internacional (COI) ya ha avisado de que en París 2024 el número de participantes hombres y mujeres será matemáticamente igual.

El avance ya se ha notado en delegaciones como la de Gran Bretaña, que por primera vez en su historia acudió a una cita olímpica con más mujeres que hombres (201 por 175), lo mismo que Chile, mientras que Puerto Rico se plantó en Tokio con más representantes femeninos que masculinos por segundos Juegos consecutivos y Ecuador contó con casi dos tercios de mujeres en sus filas.

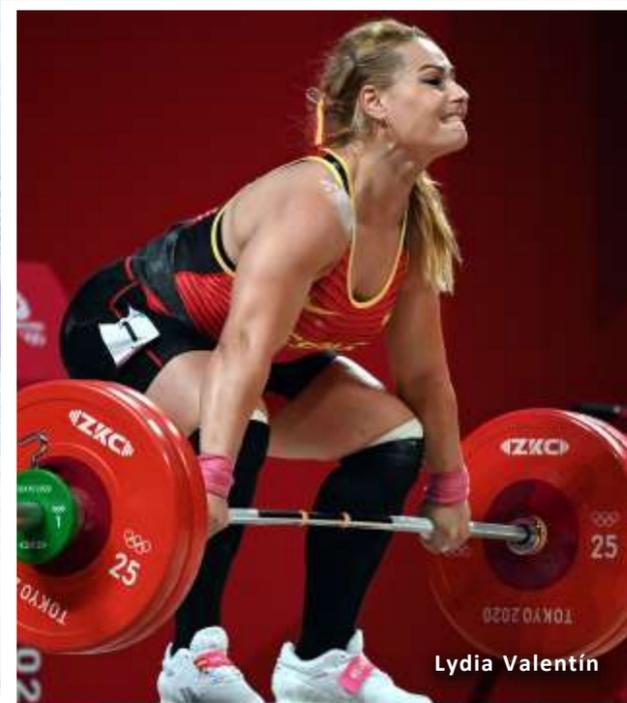
Además, **los 207 comités nacionales** participantes **se presentaron con deportistas de los dos sexos**, y, en una decisión sin precedentes, el COI permitió que **dos abanderados**, un hombre y una mujer, pudiesen portar la enseña de su país en la Ceremonia Inaugural en el Estadio Olímpico. Por vez primera, también **pudo competir una deportista transgénero**, la halterófila neozelandesa Laurel Hubbard, y Seiko Hashimoto fue la presidenta de un Comité Organizador de unos Juegos por segunda ocasión en la historia, después de que Gianna Angelopoulos lo hiciese en Atenas 2004.

Las pruebas femeninas aumentaron considerablemente, y solo una modalidad, la lucha grecorromana, está acotada para hombres en el programa olímpico, mientras que la gimnasia rítmica y la natación artística son exclusivamente para mujeres. Además, **las pruebas mixtas pasaron de nueve en Río a 18 en Tokio**.

En cambio, el movimiento olímpico todavía tiene tareas pendientes respecto a la representación técnica, con solo un **10% de mujeres dirigiendo**, o en las funciones directivas, con las mujeres representando el **37,5% de los miembros actuales del COI**.



Jessica Vall



Lydia Valentín



Selección española femenina de balonmano



Liliana Fernández y Elsa Vaquerizo

CEREMONIA DE INAUGURACIÓN

¡Konnichiwa, Tokio!

Después de un año de espera, el mundo del deporte por fin pudo desfilarse en la Ceremonia de Inauguración de los Juegos. Ante tan solo 1.000 presentes en las gradas, resultado de las meticulosas medidas de seguridad de las autoridades locales ante la pandemia de coronavirus, una amplia representación de olímpicas y olímpicos españoles hizo su entrada en el puesto 88 en el Estadio Olímpico para dar comienzo a su aventura nipona.

Al frente de ella, la nadadora **Mireia Belmonte** y el palista **Saúl Craviotto** portaron la bandera española en una ceremonia en la que el Comité Olímpico Internacional (COI) permitió por primera vez que los países pudiesen desfilarse con un hombre y una mujer portando sus enseñas nacionales, dando un paso más hacia la igualdad en el deporte. La catalana, ganadora de cuatro medallas olímpicas, se convirtió de esta manera en la tercera mujer en llevar la bandera rojigualda en la apertura de los Juegos Olímpicos de Verano (tras Cristina de Borbón e Isabel Fernández) y en la séptima entre citas estivales y de Invierno (Blanca Fernández Ochoa, Ainhoa Ibarra, María José Rienda y Queralt Castellet).

La tradición, el recuerdo de las víctimas de la COVID-19, los drones y la música de 'Imagine' de John Lennon dieron la bienvenida a los Juegos de la XXXII Olimpiada de Tokio 2020. La tenista Naomi Osaka fue la portadora del último relevo y llevó el fuego de la antorcha prendido en la antigua Olimpia hasta el pebetero del estadio. Comenzaban los Juegos.



Mireia Belmonte y Saúl Craviotto, abanderados FOTOS: COE





NUESTRAS MEDALLISTAS

Las deportistas españolas han vuelto de la cita olímpica con un total de seis preseas, además de otra conseguida en competición mixta. Sandra Sánchez, Fátima Gálvez, Adriana Cerezo, Maialen Chourraut, Teresa Portela, Ana Peleteiro y la selección de waterpolo ya son historia de España

FOTOS_ NACHO CASARES/COE/EUROPA PRESS

NUESTRAS MEDALLISTAS



Sandra Sánchez

DEBUT DE ORO EN KATA PARA LA MEJOR KARATECA DE LA HISTORIA

EN EL NIPPON BUDOKAN de Tokio, **Sandra Sánchez** (Talavera de la Reina, 16 de septiembre de 1981) hizo historia al convertirse en la primera campeona olímpica del karate, que se estrenaba en la capital japonesa y que desaparecerá del programa olímpico en París 2024.

A pesar de la presión, la número uno del ranking mundial, a sus 39 años, no falló en su primera y última oportunidad de colgarse la presea dorada y, gracias al kata 'Chatanyara Kushanku' se impuso en la final a la japonesa e ídolo local Kiyou Shimizu para coronar un palmarés en el que

figuran más de 50 medallas, un título de campeona del mundo y seis de Europa. Todo ello le ha valido para ser designada por la Federación Mundial de Karate (WKF) como la mejor karateca de la historia en su disciplina.

"Fue una explosión de millones de emociones, me explota el corazón", confesó tras lograr el objetivo. "Todos los factores jugaban en contra, pero lo hice". Días después, desfilaba con la bandera española para despedir, en la Ceremonia de Clausura, los Juegos de su vida. Sandra ya tiene su lugar en el Olimpo.



NUESTRAS MEDALLISTAS**Fátima Gálvez**

ORO A LA PERSEVERANCIA JUNTO A ALBERTO FERNÁNDEZ

TRAS QUEDARSE FUERA de la final individual de foso olímpico, Fátima Gálvez (Baena, 19 de enero de 1987) sabía que debía echar el resto en Tokio junto al madrileño Alberto Fernández, campeón del mundo como ella, en la nueva modalidad de equipos mixtos en el Campo de Tiro de Asaka.

Quinta en los Juegos Olímpicos de Londres 2012 y cuarta en Río 2016, la tiradora cordobesa afincada en Granada, enfermera de profesión, pudo al fin resarcirse y subirse al podio y lo hizo a lo grande, con un

merecido oro, después de vencer en la final junto a Fernández a la pareja de San Marino.

Con ello, el tiro español se colgaba su cuarta presea en Juegos, la segunda conseguida por una mujer tras la plata de María Quintanal en Atenas 2004. "Sabíamos que en Tokio se iba a hacer realidad nuestro sueño. Llevábamos años consiguiendo títulos europeos y mundiales, pero nos faltaba una medalla olímpica con la que brindar". La 'Tiraora', como se hace llamar en las redes sociales, ya lo ha conseguido.



NUESTRAS MEDALLISTAS

Teresa Portela

UNA ANSIADA PLATA PARA LA ESPAÑOLA
CON MÁS JUEGOS DE LA HISTORIA

LA ESPERA MERECIÓ LA PENA.

En sus sextos Juegos, que la convierten en la española con más participaciones olímpicas de la historia, Teresa Portela (Cangas, 5 de mayo de 1982) disfrutó al fin de la gloria que le fue esquiva en las cinco citas anteriores.

Desde su debut con solo 18 años en Sydney 2000, fue quinta en Atenas 2004 y Pekín 2008, se quedó a las puertas del podio, cuarta, en Londres 2012, y terminó sexta en Río 2016. En el Canoe Sea Forest, la gallega paleó con más confianza que nunca

para hacerse con la medalla de plata en K1 200 metros, solo por detrás de la intratable neozelandesa Lisa Carrington.

“No soy un ejemplo, solo una deportista que ha insistido. Me siento orgullosa de haber resistido, ha habido muchos obstáculos y estoy contenta de no haberme dado por vencida”, afirmó Teresa, que, con un palmarés de 15 medallas en Europeos y 17 en Mundiales, promete guerra en París 2024, a donde llegará con 42 años. “¿Cómo voy a retirarme en el mejor momento de mi carrera?”.



NUESTRAS MEDALLISTAS

Adriana Cerezo

PLATA EN EL TATAMI Y ORO A LA DEPORTIVIDAD

LLEGABA A TOKIO tras proclamarse campeona de Europa Sub-21, pero Adriana Cerezo (Alcalá de Henares, 24 de noviembre de 2003) quería más en unos Juegos a los que pudo acudir por su aplazamiento de un año. La joven de 17 años sorprendió al taekwondo internacional cuando debutó en la categoría de -49 kilos con una victoria ante la serbia Tijana Bogdanovic, plata en Río, y por el camino dejó también a la china Jingyu Wu, doble campeona olímpica en Pekín y Londres, y a la turca Rukiye Yildirim, número tres del ranking del mundo. Estaba en la final.

Rozó el oro con la punta de los dedos, pero la tailandesa Panipak Wongpattanakit, dueña actual del

título mundial, rompió su sueño de proclamarse campeona en su primera participación olímpica. Sus lágrimas en la final tras perder por un solo punto, a escasos segundos del final, se convirtieron en una amplia sonrisa cuando fue consciente de lo que había conseguido. Antes, a pesar del dolor de la derrota, levantó el brazo de su contrincante en reconocimiento a su triunfo.

Adriana había asegurado la primera medalla para España -una plata- en Tokyo 2020 y, todavía más importante, se había ganado el cariño de afición y de rivales por su deportividad y sus valores. Ha nacido una estrella y en París 2024 promete dar batalla.



NUESTRAS MEDALLISTAS**Maialen Chourraut**

UNA PLATA PARA COMPLETAR UN COLORIDO MEDALLERO

MIENTRAS MIRABA A CÁMARA para enviar, como de costumbre, un beso a su hija Ane, que la seguía atentamente por televisión desde Donosti, Maialen Chourraut (Lasarte-Oria, 8 de marzo de 1983) todavía no sabía que aquella actuación en la final de K1 eslalon le daría la medalla de plata.

La guipuzcoana, que había accedido con el séptimo mejor tiempo a la final en la que se había proclamado campeona en Río 2016, realizó una bajada limpia y sin penalizaciones y se situó primera a falta de seis

participantes por competir. Solo la alemana Ricarda Funk fue capaz de superarla. “Había chicas más rápidas que yo que han estado por delante en este ciclo olímpico, pero busqué mi navegación sólida y mi robustez. He jugado con la experiencia”, confesó la palista de 38 años.

De esta manera, Maialen se llevó su tercera medalla olímpica, que une al bronce de Londres 2012 y al oro de Río, una de cada color para situarse como una de las mejores deportistas españolas de la historia de los Juegos.



NUESTRAS MEDALLISTAS



Selección de waterpolo

REGRESO AL PODIO CON UNA PLATA ANTE SU 'VERDUGO' DE LONDRES 2012

EN EL CENTRO DE WATERPOLO de Tatsumi, las 'Guerreras del Agua' lograron emular la gesta de Londres 2012 y plantarse de nuevo en una final olímpica. Tras terminar primeras del Grupo A, en las eliminatorias dejaron atrás a China y a Hungría para citarse con Estados Unidos, que en Londres 2012 les relegó a la plata, la única medalla que la selección española femenina de waterpolo había conquistado hasta el momento en los Juegos.

'Supervivientes' de aquel partido como Roser Tarragó, Laura Ester, Pili Peña, Anni Espar, Maica García, Bea

Ortiz y Marta Bach y debutantes en una final olímpica como Elena Ruiz, Irene González, Clara Espar, Judith Forca, Maica García, Paula Leitón y Elena Sánchez buscaron sorprender a las norteamericanas, a las que ya habían superado en el Mundial de 2013 para posteriormente lograr el único título de su historia, pero sucumbieron ante las tricampeonas (5-14).

El combinado de Miki Oca, vigente campeón de Europa, no pudo tomarse la revancha, pero se vuelve a casa con una presea plateada que sabe a oro.



NUESTRAS MEDALLISTAS

Ana Peleteiro

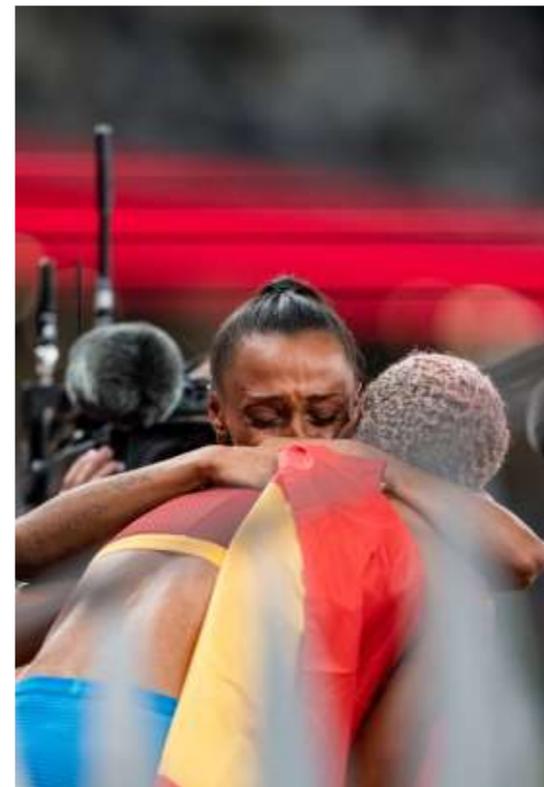
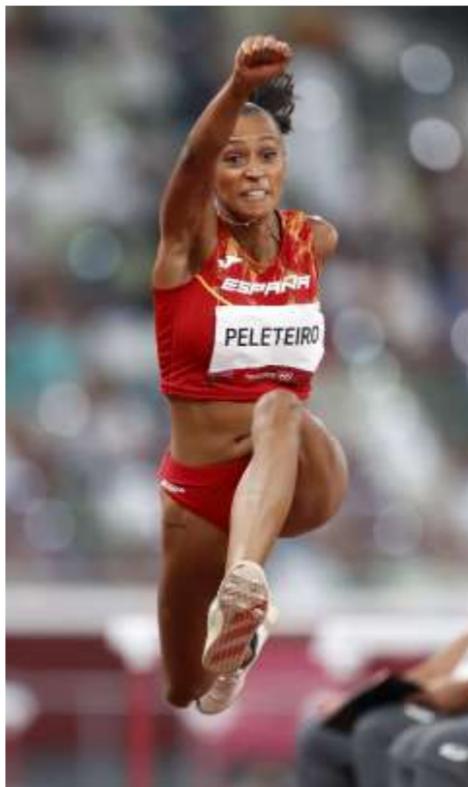
BRONCE EN UNA FINAL DE TRIPLE SALTO PARA LA HISTORIA

“**SABÍA QUE PODÍA SER** un gran día, pero nunca imaginé que lo conseguiría. Llevo toda mi vida soñando con esto”, reconoció una emocionada Ana Peleteiro (Ribeira, 2 de diciembre de 1995) tras conquistar la medalla de bronce en la final de triple salto de Tokyo 2020.

La gallega, vigente subcampeona continental y campeona de Europa en 2019, se plantó en el día más importante de su trayectoria deportiva, después de perderse por lesión los Juegos de 2016, y no falló. Batió en dos ocasiones el récord de España, el segundo con una marca de 14,87 en su quinto intento que le valió para colgarse una presea en una competición dominada de

principio a fin por su amiga y compañera de entrenamientos bajo la dirección de Iván Pedroso, la venezolana Yulimar Rojas; con ella se fundió en un emocionantísimo abrazo después de que esta confirmase su oro con un salto de récord del mundo. La portuguesa Patricia Mamona se llevó la plata y completó el podio en el Estadio Olímpico.

Ana entra así en la historia del olimpismo con la tercera medalla en atletismo para las españolas, después del bronce logrado por María Vasco en los 20 km marcha en Sydney 2000 y el oro de Ruth Beitia en salto de altura en Río 2016.



DIPLOMAS OLÍMPICOS

Trabajaron, pelearon y terminaron entre las ocho mejores de sus competiciones. España se volvió a casa con 42 diplomas olímpicos, 13 de los cuales acumulan méritos de deportistas femeninas.

FOTOS_ NACHO CASARES/COE/EUROPA PRESS



DIPLOMAS OLÍMPICOS
MIREIA BELMONTE
CUARTA EN 400 ESTILOS

Solo 23 centésimas separaron a la nadadora badalonesa de la que hubiese sido su quinta medalla en Juegos Olímpicos, tras un oro -con el que se convirtió en la primera campeona olímpica española en natación y en el segundo nadador del país en lograrlo tras Martín López-Zubero-, dos platas y un bronce tras tres citas. Abanderada en la ceremonia inaugural junto a Saúl Craviotto, Mireia rozó el bronce en la final de los 400 metros estilos en el Centro Acuático de Tokio.


TÁMARA ECHEGOYEN Y
ÁNGELA PUMARIEGA
CUARTAS EN 49ER FX

La gallega, campeona olímpica de Match Race en Londres 2012 junto a Sofía Toro y a Ángela Pumariega, y la balear se quedaron a solo un punto del podio en la Medal Race de la prueba de 49er FX, cuartas por detrás de las neerlandesas Annemiek Bekkenring y Annette Duetz. Así, Támara repitió el cuarto lugar que ocupó en Río en la misma modalidad junto a Berta Betanzos.


MARÍA PÉREZ
CUARTA EN 20 KM MARCHA

En su debut olímpico, la granadina rozó la gloria en la prueba de 20 km marcha, pero los ochos segundos que la separaron de la china Liu Hong -campeona del mundo y que no pudo revalidar su oro de Río- le dejaron a un paso de emular a María Vasco y su bronce de Sydney 2000. Su cuarto puesto se unió a los logrados por los marchadores Álvaro Martín y Marc Tur en los 20 y 50 km.


PAULA BADOSA
QUINTA EN INDIVIDUALES DE TENIS

Solo un golpe de calor la frenó en los cuartos de final del torneo individual, abandonando la cancha en silla de ruedas durante su partido ante la checa Vondrousova. Tras ello, la catalana, que también compitió en dobles femenino junto a Sara Sorribes, no pudo participar en el dobles mixto con Pablo Carreño.


GARBIÑE MUGURUZA
QUINTA EN INDIVIDUALES DE TENIS

La bicampeona de 'Grand Slam' dijo adiós a sus opciones en el cuadro individual en cuartos de final, donde no pudo con la rusa Elena Rybakina, llevándose el diploma de la quinta posición. Además, compitió junto a Carla Suárez en el dobles, que supuso la despedida olímpica de la canaria.


ANTÍA JÁCOME
QUINTA EN C1 200 M

La piragüista gallega, de 21 años y debutante en una cita olímpica, se mantuvo en la lucha en una final explosiva y apretada de C1 200 metros para hacer su entrada en quinta posición a poco más de un segundo de la ganadora, la estadounidense Nevin Harrison.

DIPLOMAS OLÍMPICOS



AINA CID Y VIRGINIA DÍAZ
SEXTAS EN DOS SIN TIMONEL

La catalana y la cántabra, campeonas continentales en 2019 y medallistas en los tres últimos Europeos, concluyeron en el sexto puesto en la final de dos sin timonel en el Canal Sea Forest, donde Nueva Zelanda se colgó el oro. Un diploma olímpico en sus primeros Juegos como pareja.



TARA PACHECO
SEXTA EN NACRA 17

La canaria y el catalán Florian Trittel alcanzaron la Medal Race de la clase mixta Nacra 17, pero no pudieron remontar posiciones y finalmente se llevaron un diploma con su sexto lugar en la general, dominada por los italianos Ruggero Tita y Caterina Banti.



SELECCIÓN DE BALONCESTO

SEXTA

La selección femenina no pudo repetir el éxito de Río, donde se colgó una plata y la primera y única medalla olímpica de la sección, y cayó ante Francia en cuartos de final, una ronda en la que también hincaron la rodilla en junio en el Eurobasket. Este verano cruel puede suponer además la despedida de la capitana Laia Palau, ganadora con España de tres oros en Europeos, tres platas (JJ.OO., Mundial y Europeo) y seis bronce (2 Mundial y 4 Europeos).



SELECCIÓN DE HOCKEY
SÉPTIMA

La selección española femenina de hockey hierba cuajó un gran torneo, pero cayó eliminada en los cuartos de final después de perder en la tanda de 'shoot out' ante Gran Bretaña, que volvió a ejercer de verdugo en la cita olímpica para las 'Red Sticks' después de apearlas en la misma ronda en Río 2016.



NATACIÓN ARTÍSTICA
SÉPTIMA

Ona Carbonell -justo un año después de estrenar maternidad-, Berta Ferreras, Txell Mas, Alisa Ozhogina, Paula Ramírez, Sara Saldaña, Iris Tió y Blanca Toledano firmaron un séptimo lugar en la rutina técnica por equipos de natación artística y confirmaron, un día después, su posición tras el ejercicio de rutina libre.



BEATRIZ FERRER-SALAT
SÉPTIMA EN DOMA CLÁSICA

La amazona barcelonesa, plata y bronce en Atenas 2004, finalizó decimoséptima en el concurso individual de doma clásica, pero, junto a su caballo 'Elegance' y sus compañeros Severo Jurado y José Antonio García Mena logró un diploma olímpico por equipos en sus quintos Juegos, a los que acudió tras superar una rotura de pubis y sacro.



NURIA VILARRUBLA
OCTAVA EN C1 ESLALON

La palista catalana, subcampeona de Europa en 2019 y bronce mundial en 2015, se convirtió en finalista de la prueba de C1 eslalon en su primera aventura olímpica. En la bajada definitiva en el Centro de Eslalon de Kasai, Nuria repitió el octavo puesto que firmó en semifinales para llevarse a casa un diploma.

CEREMONIA DE CLAUSURA

Tokio cede el relevo a París

Tras 17 días de competición, las deportistas y los deportistas se despidieron de los Juegos Olímpicos de Tokyo 2020, los 'Juegos de la esperanza', en una emotiva Ceremonia de Clausura cargada de simbolismo, tradición y luz y abrieron un nuevo ciclo olímpico que desembocará, dentro de tres años, en París.

El Estadio Olímpico se engalanó para despedir a sus 11.326 héroes y heroínas, que durante más de dos semanas cumplieron con el lema 'Citius, altius, fortius' y llenaron la capital japonesa de gestas, historias de superación y alegrías. Entre ellas, la karateca **Sandra Sánchez**, proclamada campeona olímpica de kata solo tres días antes, portó sonriente la bandera española en el desfile final; la talaverana tomaba así el relevo de Jesús Ángel García Bragado, abanderado de la clausura de Río 2016. La llama olímpica se apagó y volverá a prenderse en 2024. Arranca la Olimpiada de París.



Ceremonia de Clausura EUROPA PRESS



Abanderados de los diferentes países EUROPA PRESS



Sandra Sánchez, abanderada de la Ceremonia de Clausura COE

EL DEPORTE PARALÍMPICO FEMENINO BRILLA EN TOKIO

Los Juegos Paralímpicos de Tokyo 2020 también fueron muy satisfactorios para el deporte español que, pese a todo lo que supuso la pandemia de coronavirus y a las dificultades que se encontraron las deportistas y los deportistas con discapacidad, se marchó de la capital japonesa con un óptimo bagaje de 36 medallas, 9 de oro, 15 de plata y 12 de bronce, superando los 31 metales de hace cinco años en la brasileña Río de Janeiro y quedando a seis de las conquistadas en 2012 en Londres, la otra cita paralímpica de verano que ha habido en esta década.

FOTOS_ COMITÉ PARALÍMPICO ESPAÑOL



ESPAÑA EN LOS JUEGOS PARALÍMPICOS

DENTRO DE ESE CRECIMIENTO también se ha producido el del deporte femenino. Uno de los objetivos del Comité Paralímpico Español (CPE), además de encontrar relevo y crear una cantera, es conseguir un aumento de la participación de las mujeres, un aspecto que tuvo una mejora en la **expedición de 127 deportistas** que estuvieron en Tokio respecto a 2016 y 2012, pero que sigue estando algo por debajo de una representación masculina que sigue siendo mayoritaria.

Así, a Japón viajaron un total de **42 mujeres**, que compusieron **un 33% de la delegación deportiva**, por 85 hombres, prácticamente el doble y un 67% del equipo. Una diferencia notable, pero que mirando hacia Río de Janeiro y Londres supuso una mejora, ya que en estos dos Juegos no se alcanzó la treintena de deportistas femeninas, con 29 en la capital inglesa y 28 en la ciudad brasileña. En Pekín en 2008, participaron 32.

UN TOTAL DE 42 MUJERES VIAJARON A TOKIO, POR LAS 28 DE RÍO

En este sentido, hay que aclarar que una de las principales causas para esta mejora es la clasificación de la selección femenina de baloncesto en silla de ruedas, que aportó 12 jugadoras. El atletismo fue el que más representación de mujeres tuvo, con once, una más que la natación. Además, el triatlón contó con 3, las mismas que en el remo, incluyendo a Estíbaliz Armendáriz, que ejerció de timonel, mientras que la halterofilia tuvo dos deportistas femeninas por primera vez en la historia gracias a la clasificación de Montse Alcoba junto a Loida Zabala. Judo, tiro con arco y piragüismo añadieron una deportista más a la expedición.

Igualmente, hubo aire fresco con nuevas y jóvenes caras como la de la nadadora con discapacidad física Nahia Zudaire, la benjamina del equipo con 17 años, y las de las atletas con discapacidad visual Nagore Folgado (17) y Alba García (19), productos de la cantera que el CPE está intentando sacar a través de sus Equipos de Promesas con Liberty Seguros (atletismo) y AXA (natación).



Expedición de deportistas paralímpicos españoles



Isabel Hernández



Carmen Rubio



Selección española de baloncesto en silla de ruedas

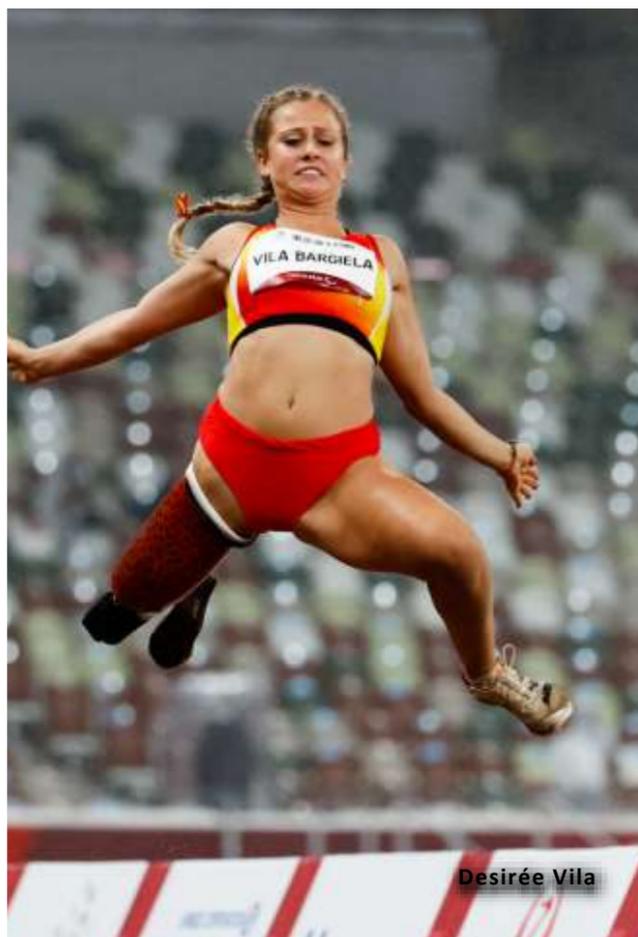
ESPAÑA EN LOS JUEGOS PARALÍMPICOS

ADEMÁS, EL BOTÍN CONSEGUIDO por nuestras deportistas en cuanto al número de medallas es bastante positivo. De las 36 que se conquistaron en la capital japonesa, un total de **15 fueron protagonizadas por mujeres**, es decir, **un 41%**, pese a ser sólo un tercio de la expedición española. Cifra idéntica a las de Londres (15 de 42, 35,71%) y Río de Janeiro (15 de 31, 48,38%) y muy cercanas a las de Pekín (17), aunque el porcentaje en relación a los metales (58) fue menor (29,31%).

En cuanto al reparto de estos metales, **las deportistas españolas ganaron cuatro de los nueveoros, siete de las quince platas y cuatro de los doce bronce**s, con mención especial a los metales dorados, ya que de esas cuatro campeonas paralímpicas, la nadadora burgalesa con parálisis cerebral **Marta Fernández**, (50 braza SB3 - discapacidad física-), la atleta gallega con discapacidad visual **Adiaratou Iglesias** (100 metros T13) y la triatleta con discapacidad visual **Susana Rodríguez**, junto a su guía Sara Loehr, lo lograron por primera vez y en unos Juegos que suponían los primeros de su carrera deportiva.

El otro oro fue para la nadadora tinerfeña **Michelle Alonso**, abanderada de la Ceremonia de Inauguración junto al ciclista Ricardo Ten y que fue una de las grandes protagonistas de la delegación española al triunfar por tercera cita consecutiva en los 100 metros braza de la clase SB14 para deportistas con discapacidad intelectual, consiguiéndolo además con nuevo récord del mundo (1:12.02).

Y de estas cuatro deportistas, mención especial merece seguramente Marta Fernández, que se marchó de la capital japonesa como la más laureada del equipo español, contando a los deportistas masculinos también, al colgarse otros dos metales más, uno de cada color. La castellano-leonesa, protagonista de nuestro Boletín Deporte y Mujer de antes de los Juegos, también se llevó una plata en los 50 mariposa de la clase S5 (discapacidad física), donde batió la plusmarca mundial de la clase S4, y el bronce en los 50 libre S4 (discapacidad física). Todo un éxito para una de las nuevas esperanzas del deporte con discapacidad español.



Desirée Vila



Sara Andrés



Montse Alcoba



Inés Felipe

ESPAÑA EN LOS JUEGOS PARALÍMPICOS

JUNTO A LA NADADORA DE 27 AÑOS también fueron capaces de lograr más de una presea **Adiaratou Iglesias**, plata en los 400 metros T13; las nadadoras **Nuria Marqués** (plata en los 100 espalda S9 - discapacidad física- y bronce en los 200 estilos SM9) y la 'veterana' **Sarai Gascón** (plata en los 100 libre S9 y bronce en los 100 mariposa S9), que competía en sus cuartos Juegos. El resto de medallas femeninas fueron para la nadadora **Teresa Perales** (plata en los 50 espalda S5), las atletas **Sara Martínez** (plata en la longitud T12 - discapacidad visual-) y **Miriam Martínez** (plata en el lanzamiento de peso F36 -parálisis cerebral-), y la triatleta **Eva Moral** (bronce en la categoría de silla de ruedas).

En este grupo sobresale el nombre de Teresa Perales. La zaragozana llegaba a sus sextos Juegos Paralímpicos muy 'tocada' del hombro que se lesionó en el Europeo de mayo, pero fue capaz de meterse en finales y de subir al podio con su medalla número 27. Además, la valenciana Miriam Martínez y la madrileña Eva Moral competían por primera vez en los Juegos, con la primera subiendo al podio tres años después de sufrir un derrame cerebral mientras trabajaba.

TERESA PERALES LOGRÓ SU 27ª MEDALLA

También conviene destacar, aunque no ganase medalla, la participación de la judoca vallisoletana con discapacidad visual **Marta Arce**. La española, triple medallista paralímpica, se retiró tras participar en los Juegos de Londres 2012, pero pese a su papel de madre de familia numerosa y varios problemas físicos, decidió volver al tatami para intentar estar en Tokio y que hubiese representación femenina. No sólo consiguió este objetivo, sino que además estuvo a punto de lograr un cuarto metal, pero cayó en la pelea por el bronce de la categoría de -63 kilos. Además, otros datos reseñables son la presencia de **Josefa Benítez** en el nuevo cuatro sin timonel mixto, con la catalana disfrutando de sus terceros Juegos tras haber estado en Londres y Río en ciclismo, o el doblete histórico de Susana Rodríguez, que también compitió en atletismo, finalizando quinta en la final del 1.500 metros T11.



Nagore Folgado



María Delgado



Mari Carmen Paredes



Nahia Zudaire

CEREMONIA DE INAUGURACIÓN

Tokio, sin barreras

El Estadio Olímpico de Tokio dio la bienvenida el pasado 24 de agosto a gran parte de las deportistas y los deportistas que participaron en la XVI edición de los Juegos Paralímpicos, entre ellos unos 140 españoles y españolas que pudieron vivir in situ la inauguración de la cita. Con chaqueta roja y un polo blanco con la imagen de una menina de Diego Velázquez que también lucía en sus sombreros, nuestra representación estuvo encabezada por la nadadora tinerfeña **Michelle Alonso** y el ciclista valenciano **Ricardo Ten**, que, como sucedió en la apertura olímpica, pudieron portar conjuntamente la bandera de España.

En un ambiente festivo y alegre, el mundo del deporte paralímpico participó en una ceremonia emotiva en la que la organización invitó a 'volar' bajo el lema 'Tenemos Alas', una declaración de intenciones de lo que es capaz de conseguir a pesar de las dificultades que ha encontrado en su vida. Por delante quedaban 12 días de ejemplos de superación, de diversidad y, sobre todo, de éxitos.



Michelle Alonso y Ricardo Ten, abanderados FOTOS: CPE





NUESTRAS MEDALLISTAS

Quince medallas de diez deportistas diferentes. Ese es el balance con el que las españolas regresan de los Juegos Paralímpicos de Tokyo 2020, donde han vuelto a dar una muestra de esfuerzo y tesón para dejar el pabellón de nuestro país bien alto

FOTOS_ CPE

NUESTRAS MEDALLISTAS**Marta Fernández**

UN DEBUT SOÑADO CON TRES MEDALLAS Y UN RÉCORD DEL MUNDO

SIN LUGAR A DUDAS, la nadadora burgalesa Marta Fernández ha sido una de las grandes protagonistas de la delegación española presente en los Juegos Paralímpicos de Tokyo 2020. A sus 27 años, esta deportista, que nació con parálisis cerebral, hacía su debut en una cita de estas características y después de haber conseguido hace unos meses la clasificación internacional para poder competir.

La española era una de las grandes esperanzas de la natación nacional en el Centro Acuático de la capital japonesa y no defraudó, porque en todas las pruebas que disputó se clasificó para sus respectivas finales

y en tres de ellas fue capaz de subir al podio, lo que la convirtió en la deportista más laureada de la delegación, tanto a nivel masculino como femenino.

La burgalesa, que en 2020 se sacó las oposiciones para ser funcionaria del Estado en Valladolid, empezó su botín con una plata en los 50 metros mariposa de la clase S5, donde logró un nuevo récord el mundo de la clase S4, y días después saboreó la gloria paralímpica en los 50 braza SB3. La cosecha la completó con un bronce en los 50 libre S5 y su meritoria actuación tuvo la recompensa de ser la abanderada de la Ceremonia de Clausura.



NUESTRAS MEDALLISTAS



Adiaratou Iglesias

EL ATLETISMO ESPAÑOL ENCUENTRA UNA NUEVA REINA DE LA VELOCIDAD

LA ATLETA GALLEGA con discapacidad visual fue otra de las debutantes del Equipo Paralímpico Español que se marchó con una sonrisa más grande de con la que llegó a los Juegos de Tokyo 2020, donde fue una de las deportistas capaz de ganar más de una medalla.

Iglesias, de 22 años, nacida en Mali y afincada desde hace unos años en Lugo, era candidata a todo en los 100 y los 400 metros T13 y no defraudó,

demostrando ser una baza para el futuro del atletismo paralímpico español.

La española brilló con luz propia en la final del hectómetro de la clase T13 donde se impuso por el suspiro de tres centésimas a la azerbaiyana Lamiya Valiyeva. Sin embargo, esta se tomó la revancha en los 400 metros, donde batió a la gallega, que completó un estreno soñado en su primera aventura paralímpica.



NUESTRAS MEDALLISTAS

Michelle Alonso

LA REINA DE LA BRAZA NO SE BAJA DE SU TRONO

EL CENTRO ACUÁTICO fue, como es tradición, el principal vivero de medallas para la delegación española en los Juegos Paralímpicos de Tokio. Y en este escenario, no falló una vez más la tinerfeña Michelle Alonso, otra vez la gran reina de los 100 braza de la clase SB14, para nadadores con discapacidad intelectual.

La canaria, de 28 años, competía en sus terceros Juegos y era una clara aspirante al podio por ser la actual plusmarquista mundial de la

distancia. El parón por la pandemia, la incertidumbre sobre el nivel de sus rivales y una extraña alergia al cloro hacían dudar a 'La Sirenita' sobre sus opciones en la cita japonesa, pero una vez que se lanzó al agua fue imparable.

Alonso se mostró imbatible para el resto de sus rivales en la final y defendió, una vez más, el trono de los 100 braza SB14 que ostenta desde su debut en Londres 2012, y además lo hizo con nuevo récord del mundo.



NUESTRAS MEDALLISTAS

Susana Rodríguez

UN ORO HISTÓRICO PARA CERRAR UN CICLO LLENO DE ALEGRÍAS

LA TRIATLETA GALLEGA era también una de las grandes favoritas para conquistar el oro en la prueba femenina del triatlón para discapacitados visuales (PTVI) y tampoco falló junto a su guía Sara Loehr bajo unas duras condiciones en el Parque Marino de Odaiba, con más de 30 grados y 83% de humedad.

Pero nada ni nadie pudo con la médica de Vigo, que se desquitó del quinto puesto de 2016 en Río de Janeiro con una auténtica exhibición en las tres disciplinas que la hicieron

inalcanzable para el resto de rivales y que le permitieron cerrar el círculo, ya que había sido campeona del mundo y de Europa anteriormente.

Además, Rodríguez, muy conocida en el mundo paralímpico por ser portada de la revista 'Time' a escasas semanas de los Juegos Paralímpicos, intentó sin apenas descanso un histórico doblete al participar también en los 1.500 metros. Junto a Celso Comesaña, logró meterse en la final con nuevo récord de España, y luego disfrutó con un quinto puesto.



NUESTRAS MEDALLISTAS

Miriam Martínez

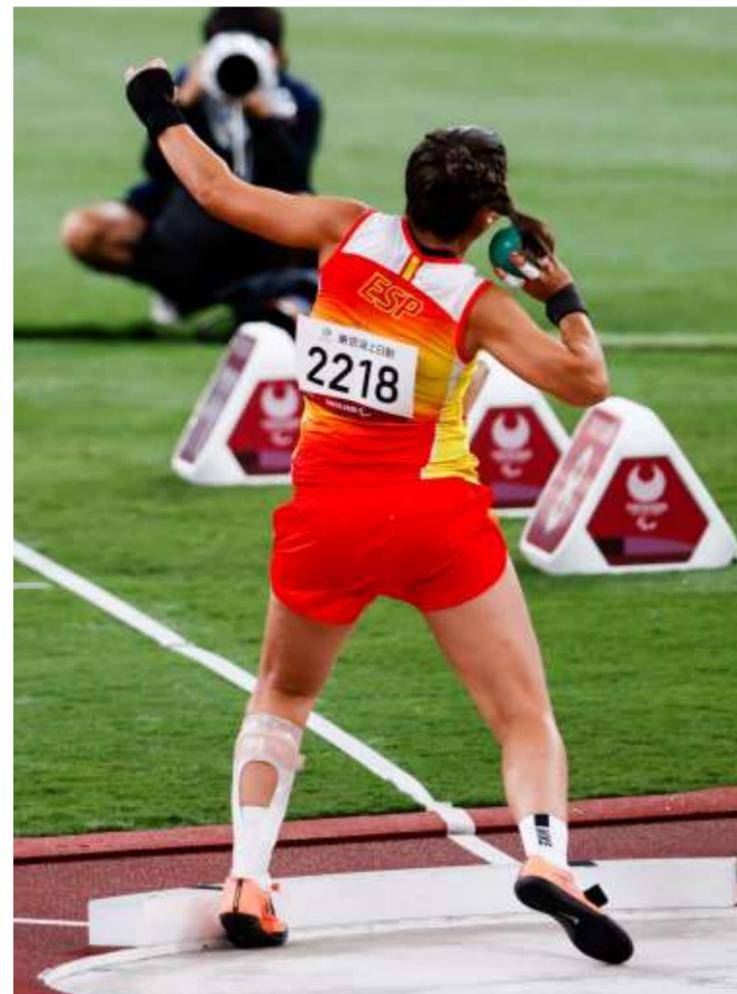
DE CASI NO SABER CAMINAR AL PODIO PARALÍMPICO EN TRES AÑOS

LA ATLETA ALICANTINA era otra de las que hacía en Tokio su debut en unos Juegos Paralímpicos, con la singularidad de que lo hizo sin apenas una gran experiencia competitiva, porque en 2018 sufrió un derrame cerebral mientras trabajaba.

Martínez entonces jugaba al fútbol sala en la Primera División y las secuelas de lo sucedido le provocaron una descoordinación que la obligaron a prácticamente aprender de nuevo a andar. Con la

ayuda de su padre lo logró, y luego su pasión por el deporte le ayudó a encontrar una nueva vía en el atletismo.

La deportista llegaba con buenas sensaciones a la capital japonesa, porque meses antes se había proclamado campeona de Europa del lanzamiento de peso de la clase F36 (parálisis cerebral). En el Estadio Olímpico no falló y con un gran primer tiro de 9.62 metros se aseguró un podio y una meritoria medalla de plata.



NUESTRAS MEDALLISTAS



Sara Martínez

LA SALTADORA AJUSTA CUENTAS POR FIN CON LOS JUEGOS PARALÍMPICOS

LA ATLETA MADRILEÑA, de 31 años y con discapacidad visual, afrontaba en Tokio su quinto intento de conseguir una medalla en los Juegos Paralímpicos, después de no haberlo podido lograr ni en Londres en 2012 ni en Río de Janeiro en 2016, cuando tenía opciones de hacerlo.

Participante con tan sólo 14 años en la cita que acogió Atenas en 2004,

había sido quinta en la capital inglesa y cuarta en la ciudad brasileña, a tan sólo un centímetro del bronce.

Ahora, 17 años después de su debut en unos Juegos, por fin pudo ajustar cuentas con el único metal que faltaba en su palmarés. Un salto de 5,38 centímetros en la final de longitud de la clase T12 le permitió acabar con esa deuda en forma de plata.



NUESTRAS MEDALLISTAS

Teresa Perales

LA DEPORTISTA MÁS LAUREADA SE BATE A SÍ MISMA Y A UNA LESIÓN

HABLAR DE TERESA PERALES es hablar de uno de los grandes mitos del deporte español. Ganadora de 26 medallas paralímpicas antes de Tokio, la zaragozana, flamante e histórico Premio Princesa de Asturias de los Deportes 2021, se presentó a sus sextos Juegos en busca de la difícil misión de aumentar ese palmarés y pese a las dificultades se volvió a superar.

Una inoportuna lesión en el hombro durante el Europeo de mayo frenó toda la preparación de la aragonesa, que en julio veía incluso difícil poder nadar alguna final en Tokio. Pero

Perales demostró estar hecha de otra pasta y aunque apenas pudo entrenar nadando con los dos brazos, dejó huella también en el Centro Acuático.

La nadadora española con discapacidad física -desde que una neuropatía la dejó parapléjica a los 19 años- no sólo fue capaz de nadar tres finales, sino que también se subió al podio, ganando una más que valiosa medalla de plata en los 50 metros espalda S5, haciéndolo incluso más rápido que hacía cinco años en Río de Janeiro. El reto de igualar las 28 medallas de Michael Phelps podría ser su motivación para París.



NUESTRAS MEDALLISTAS



Nuria Marqués

LA SORPRESA DE RÍO SIGUE
ENTRE LAS MEJORES

LA NADADORA CATALANA, que nació con una discapacidad física en la pierna izquierda, fue otra de las que fue capaz pese al gran nivel existente de poder subir al podio en más de una ocasión, aunque en este caso no pudo colgarse ninguna medalla de oro como hiciese en los Juegos Paralímpicos de Río 2016, cuando sorprendió con tan sólo 17 años coronándose campeona en los 400

libres de la clase S9.

La deportista barcelonesa, de todos modos, también demostró ser un valor fiable en el Centro Acuático de la capital japonesa y se llevó dos preciados metales en las dos pruebas que mejor había preparado. Así, se colgó una medalla de plata en la prueba de 100 espalda y un valioso bronce en los 200 estilos.



NUESTRAS MEDALLISTAS

Sarai Gascón

UNA 'VETERANA' QUE NO FALLA A SU CITA CON EL PODIO

LA NADADORA CATALANA, que se considera una de las más veteranas de su clase, la S9 (discapacidad física), pese a tener tan solo 28 años, no falló a su cita con el podio en Tokio, donde pudo disfrutar de los cuartos Juegos Paralímpicos de su exitosa carrera.

La de Terrassa, que nació sin la mano y el antebrazo izquierdos, volvió a demostrar su calidad y

nivel en una clase donde hay siempre mucho nivel y se llevó la grata sorpresa de subir en dos ocasiones al podio gracias a una plata en los 100 libres y a un bronce en los 100 mariposa, con el que no contaba en exceso porque era una prueba que no había preparado con mimo. En total, en su palmarés ya lucen ocho medallas paralímpicas, seis de plata y dos de bronce.



NUESTRAS MEDALLISTAS



Eva Moral

LÁGRIMAS TRAS UNA MEDALLA DE BRONCE SOÑADA

LA TRIATLETA MADRILEÑA, que en 2013 sufrió un accidente en bicicleta que le produjo una lesión medular que le dejó parapléjica, se enfrentaba en Tokio al gran reto de su carrera. Por fin, tras buscarlo mucho, podía disfrutar de unos Juegos Paralímpicos y su derrumbe emocional cuando cruzó la línea de meta del triatlón femenino para deportistas en sillas de ruedas reflejó todo lo

vivido en el camino.

Pese a las duras condiciones en el Parque Marino de Odaiba y varios problemas durante la carrera, como desorientarse en la natación o un problema mecánico en la bicicleta de mano, Moral supo mantener la cabeza fría y unirse a la 'fiesta' de su deporte en la capital japonesa con la medalla de bronce.



CEREMONIA DE CLAUSURA

¡Sayonara, Tokio!

Los Juegos Paralímpicos llegaron a su fin tras 12 días intensos de competición y los deportistas, los grandes protagonistas, se despidieron en una Ceremonia de Clausura alegre y multicolor. 'Moverse hacia delante' fue el lema elegido, un mensaje de optimismo con el que los organizadores animaron a pensar en un mundo más inclusivo tras un año convulso por la pandemia de coronavirus.

Las banderas de todos los países participantes fueron desfilando por el Estadio Olímpico, y la nadadora burgalesa **Marta Fernández** fue la encargada de portar la enseña española como recompensa a su gran botín de medallas, una de cada color, en su estreno paralímpico. Con el apagado del pebetero, la ciudad japonesa puso punto y final a un verano histórico. Tokio se despide, pero siempre nos quedará París.



Marta Fernández, abanderada CPE



Raquel Aguado

ÁRBITRA ESPAÑOLA EN LA FINAL FEMENINA DE GOALBALL DE LOS JUEGOS PARALÍMPICOS

El pasado 3 de septiembre en el Makuhari Messe Hall de Tokio, la selección femenina de Turquía vencía a Estados Unidos (2-9) y se hacía con la medalla de oro en la **final de goalball**, el único deporte paralímpico específicamente creado para personas ciegas y con discapacidad visual y que consiste, mediante el lanzamiento con la mano, en meter un balón con cascabeles en la portería rival. Entre norteamericanas y otomanas impartió justicia una española: **Raquel Aguado**.

No fueron los primeros Juegos de la madrileña, **profesora del Departamento de Educación Física, Deporte y Motricidad Motora de la Universidad Autónoma de Madrid** y que ya debutó hace cinco años en Río, pero sí la primera vez que se le confiaba el arbitraje de una final paralímpica. Y cumplió con creces. “Arbitralmente, creo que fue bien. Las jugadoras estuvieron concentradas; los entrenadores siempre intentan presionar uno poco, pero cuando ya tienes experiencia estás muy centrada en lo que tienes que hacer. Hasta que no acaba el partido intentas no darle vueltas a las cosas que han ido pasando para no perder la concentración. **El balance es positivo**”, señala.

FOTOS_ RAQUEL AGUADO





“Pasé bastantes nervios por la responsabilidad que sientes”

“Siempre digo que si acaba un partido y la gente no se acuerda de quién ha arbitrado, es lo mejor que te puede pasar; eso quiere decir que el interés ha estado en el juego. Normalmente uno se acuerda del árbitro porque ha habido una jugada polémica y no se está de acuerdo”, destaca.

Antes ya había dirigido en la capital japonesa varios partidos de las fases de grupos masculina y femenina, una de las semifinales de hombres y unos cuartos femeninos, pero **su designación para la final le pilló por sorpresa**. “Normalmente el calendario nos lo dan unos días antes de empezar la fase, tenemos los partidos a cinco o seis días vista. Cuando empiezan las eliminatorias, tienen que ir encajando árbitros según la nacionalidad de los participantes, y

cuando llegan las semifinales tiene que tener en cuenta, además, el nivel. Ahí lo vamos sabiendo con un día de antelación. Lo de la final lo supe el día anterior. **Pasé bastantes nervios**, porque no lo esperas y por la responsabilidad que sientes. Tratas de hacerlo lo mejor posible, pero nunca sabes qué va a pasar. Pueden surgir mil cosas que te ponen en alerta, y tienes que estar ágil para tomar decisiones y hacerlo bien”, afirma.

El idilio de Raquel con el goalball llegó, sin embargo, por **“casualidad y curiosidad”**. “Yo estudiaba en aquel momento Magisterio en la especialidad de Educación Física y un compañero de clase era árbitro de goalball. Había una competición internacional en Madrid y llegó un día a clase diciendo que necesitaban voluntarios y voluntarias. Lo primero que nos preguntamos es

Raquel compatibiliza el arbitraje con su profesión de docente en la universidad

qué era eso del goalball, no lo habíamos escuchado en la vida. Nos explicó de qué iba el deporte y **nos pareció algo diferente y curioso**, y como tenía que ver con la actividad física y con nuestros estudios nos juntamos una buena pandilla y fuimos voluntarios como jueces de gol y jueces de mesa”, recuerda.

Desde entonces se quedó “enganchada” y compatibiliza su labor docente con el arbitraje los fines de semana; las vacaciones y los puentes son también para viajar y participar en torneos como los Europeos o los Campeonatos Africanos, sobre todo desde que en 2007 se convirtió en internacional. Antes de pitar, ejerció como juez de mesa en el deporte.

“El responsable de goalball de la Federación Española de Deportes para Ciegos (FEDC), Paco Monreal, se encargó de hacer toda la formación para que los jueces de mesa pasáramos al arbitraje en pista. Posteriormente, nos propuso a un grupo que ya llevábamos tiempo siendo árbitros a nivel nacional hacer el curso de arbitraje internacional. Hay tres niveles, del 1 al 3, y en función del nivel y los cursos que hagas cada uno te permite arbitrar una serie de competiciones; el 3 te permite ser árbitro en los Juegos Paralímpicos y en los Campeonatos del Mundo. Vino un formador de la Federación Internacional y nos dio un curso en España y nos presentamos”, explica.

Su primer campeonato fuera de España le ofreció “una perspectiva diferente”. “Si siempre estás arbitrando a las mismas personas, se genera un estilo de arbitraje, y estar con personas diferentes te permite conocer otras formas diferentes, otros ritmos. La primera vez que salí fuera fue a un Europeo a Portugal 2009, y fue un salto importante para coger seguridad en lo que hacía. A partir de ahí, se te exige; cada cuatro años cambia el reglamento y tenemos que pasar los exámenes de la federación. Durante esos cuatro años nos están haciendo un examen constante”, recalca.

Toda esa formación le abrió las puertas de los **Juegos en 2016**, donde tuvo la oportunidad de **pitar el duelo por el bronce**, un encuentro “intenso” al estar envuelta la anfitriona, Brasil. “Estaba el pabellón lleno, y en Brasil se viven las competiciones de su selección de manera muy intensa. En el goalball el público tiene que estar en silencio porque si no se escucha el balón; cuando el balón estaba a punto de entrar, la gente gritaba y tenía que parar el partido y mandar callar. No lo hacían a propósito, era la falta de conocimiento del deporte, pero eso a nivel arbitrar te pone en juego. Estaban efervescentes. Fue muy bonito, porque veías a la gente animando, pero a nivel arbitral fue intenso”, recuerda.

Cinco años después, **la experiencia en Tokyo 2020 fue “muy diferente”**, sobre todo por las restricciones por la pandemia de coronavirus. “Sentí un poco de pena, porque una de cosas que hacen especiales a los Juegos es el ambiente festivo. Se

veían los pabellones vacíos, pero también los pasillos, donde siempre hay mucho movimiento. Para los jugadores y las jugadoras, conseguir llegar a los Juegos y que no puedan celebrarlo con la gente es un poco triste y duro”, asegura.

Junto al riojano Juanma Uruñuela, que arbitró su quinta final paralímpica en el torneo masculino de baloncesto en silla, Raquel Aguado fue la otra colegiada española que impartió justicia en un partido definitivo de los Juegos nipones. Sin embargo, a pesar de que la fórmula mixta de arbitraje se da constantemente en su deporte, lamenta que a la hora de designar a los árbitros de las finales decidiesen darle la femenina a dos mujeres y la masculina, a dos hombres.

“Llama la atención de durante todas las fases hemos estado arbitrando partidos masculinos y femeninos y cuando hemos llegado a la final nos han puesto a dos mujeres arbitrando la final femenina y a dos

hombres arbitrando la masculina. Parece casualidad, pero si echas la vista atrás a Río, pasó lo mismo. Cuando llegan los momentos especiales ponen a las mujeres con las mujeres y a los hombres con los hombres. **Estamos en un momento en el que hay que dar un paso más**; no es excepcional, lo hacemos habitualmente”, señala.

Así, espera que en próximas ediciones de los Juegos se pueda dar “más visibilidad” a las mujeres. “Dado que son competiciones que tienen mucha repercusión, me gustaría que pudiesen llegar a una final masculina dos mujeres. No veo la diferencia en arbitrar un partido masculino o femenino, solo la velocidad del balón, pero no me exige cosas diferentes. **Ojalá en París pueda haber dos mujeres arbitrando una final masculina**”, desea.

Lejos del “olvido a nivel institucional” en el que muchas veces está sumido el colectivo arbitral, en la pista son como una familia con los deportistas.



“Quizás ni me hubiese planteado arbitrar en otros deportes. **Haberme mantenido aquí se debe en parte al ambiente que hay**, que es familiar y bueno. Hay jugadores a los que has visto crecer, que les arbitraste en campeonatos escolares y están ahora en la selección. El ambiente es muy agradable, aunque cada uno esté en su lugar y protesten. **Nunca hay crispación**, que es algo que desgraciadamente vemos en otros deportes. Protestan, pero no de mala manera; es muy raro que se tengan que pitar conductas antideportivas por el comportamiento de entrenadores o de jugadores”, destaca. Además, el hecho de que haya indistintamente hombres y mujeres colegiados en pista es “una cuestión natural”. “Yo arbitro partidos masculinos y femeninos, y no hay ninguna diferencia. La Federación y Paco Monreal nunca han hecho distinciones”, expresa.

“ OJALÁ HAYA DOS MUJERES ARBITRANDO LA FINAL MASCULINA EN PARÍS ”

Pero el compromiso de Raquel va más allá del arbitraje. Desde 2020 forma **parte del Grupo Asesor de Árbitros de Goalball de la Federación Internacional de Deportes para Ciegos (IBSA)**. “Intentamos que haya representación de hombres y mujeres y de distintos continentes; revisamos parte del reglamento y valoramos qué cambios podría ser interesante introducir. Hacemos propuestas, las recibimos y tomamos decisiones. También nos encargamos de revisar los planes de formación; cada árbitro tiene su pasaporte, tiene que examinarse, tener un número mínimo de partidos nacionales e internacionales... En Europa casi todos los países suelen tener selección y competiciones nacionales, por lo que sus árbitros tienen facilidad para acceder a competiciones, pero, por ejemplo, en África, no tanto. Y si juntas discapacidad y mujer... Son contextos muy diferentes. Estar en un grupo tan diverso nos permite conocer las realidades del deporte y del arbitraje de cada uno de los continentes”, explica.

Otro de los avances importantes tiene que ver con la mujer y la maternidad. “Mujeres árbitras se quedan embarazadas y durante ese periodo no pueden entrenar. Antes perdían su nivel de arbitraje, porque no podían justificar el número mínimo de partidos al año. Se ha cambiado, y cuando una mujer se queda embarazada, se para su tiempo. No puede penalizar”, resalta.



Una nutrida representación en Tokio

Las juezas y árbitras españolas han vuelto a tener un gran peso en los **Juegos Olímpicos**. En Tokio, más de una decena han tenido responsabilidades en competiciones, bien desde la mesa o desde la pista. En atletismo, **Gemma Castaño** viajó como Oficial Técnico Internacional (ITO) de World Athletics, y **Dolores Rojas** fue jueza de marcha atlética. **Ana Mallol**, por su parte, integró el panel de jueces de impresión en las finales de dúo y de equipos de natación artística.

Mientras, **Paula Remírez** arbitró el combate por el bronce de la categoría +80kg masculino de taekwondo; **Carmen Martínez Villanueva** ejerció como una de las árbitras en las competiciones de bádminton; **Marta Felpeto** fue jueza de llegadas en piragüismo y **Ángela Alonso**, miembro del jurado técnico de remo.

María Torrijo y **Pilar Fernández** participaron en las decisiones en vela, y **Cristina Solar** estuvo como árbitra en las finales masculinas de +96 y +109kg de halterofilia. En gimnasia, **María José San Martín** fue jueza de artística femenina, **Inmaculada Pazos** estuvo como jueza en las finales de trampolín y **Teresa Muñoz**, en las finales individual y por equipos de rítmica. Además, **Susana Rodríguez** estuvo presente en los cuartos y una semifinal del torneo femenino de voleibol.

45 Fátima Gálvez

Campeona olímpica de foso en equipo mixto. “Tenía claro que iba a hacer algo muy grande desde bien pequeña”

50 Adiaratou Iglesias

Campeona paralímpica de 100 metros y plata en los 400. “Todavía estoy en proceso de asimilar lo que he hecho en Tokio”



+ Programas
Mujer y Deporte

Entrevista

BOLETÍN

Fátima Gálvez

CAMPEONA OLÍMPICA DE EQUIPO MIXTO DE FOSO OLÍMPICO

“ Tenía claro que iba a hacer algo muy grande desde bien pequeña ”

En medio de una sofocante tarde veraniega en Córdoba, una niña de 5 años enciende la televisión para pasar el rato mientras el resto de su familia duerme. En la pantalla encuentra a una tiradora luchando por una medalla olímpica contra dos hombres. Son los Juegos Olímpicos de Barcelona'92 y esa imagen atrapa a la niña para siempre. Con 11 años escribe una lista con todos los títulos regionales, nacionales y mundiales que piensa ganar cuando sea mayor. El pasado 31 de julio, ese papel queda listo para enmarcar con el oro olímpico en Tokio. No tan rápido. A aquella niña, que ahora tiene 34 años, todavía le queda gasolina para redactar un renglón final en París 2024.

FOTOS_ COE/FÁTIMA GÁLVEZ



Felicidades por el oro olímpico. ¿Todavía sigues en una nube o ya vas bajando poco a poco?

Ya está digerido, ahora lo que estoy asimilando es el reconocimiento de tanta gente. Creo que es un premio merecido, tanto Alberto (Fernández) como yo llevábamos muchos años persiguiendo una medalla olímpica en categoría individual, y que surgiera esta nueva modalidad de equipo mixto era la recompensa a nuestra carrera. Llevábamos muchísimo tiempo persiguiéndola y siempre se nos resistía.

Con 5 años ya tuviste claro que querías ser tiradora, ¿cómo fue ese descubrimiento?

En verano, con el calor que hace en Córdoba lo único que se podía ver mientras se echaba la siesta eran los Juegos Olímpicos de Barcelona. Yo en

aquella época aún no sabía ni lo que eran los Juegos Olímpicos, pero me gustaban mucho los deportes. Al encender la tele se estaba disputando la final entre la china junto con otros dos hombres. Eso me llamó muchísimo la atención, me impactó que fuera una mujer. Mi padre era tirador y le pregunté por aquella mujer que disparaba con un arma. Me impactó tanto que quise ser tiradora y campeona olímpica como ella. Tuve la fortuna de que mi padre era tirador y se hizo mucho más fácil que esa afición de una niña de 5 años se hiciera realidad. Con 10 años empecé a tirar y con 11 ya empecé a competir.

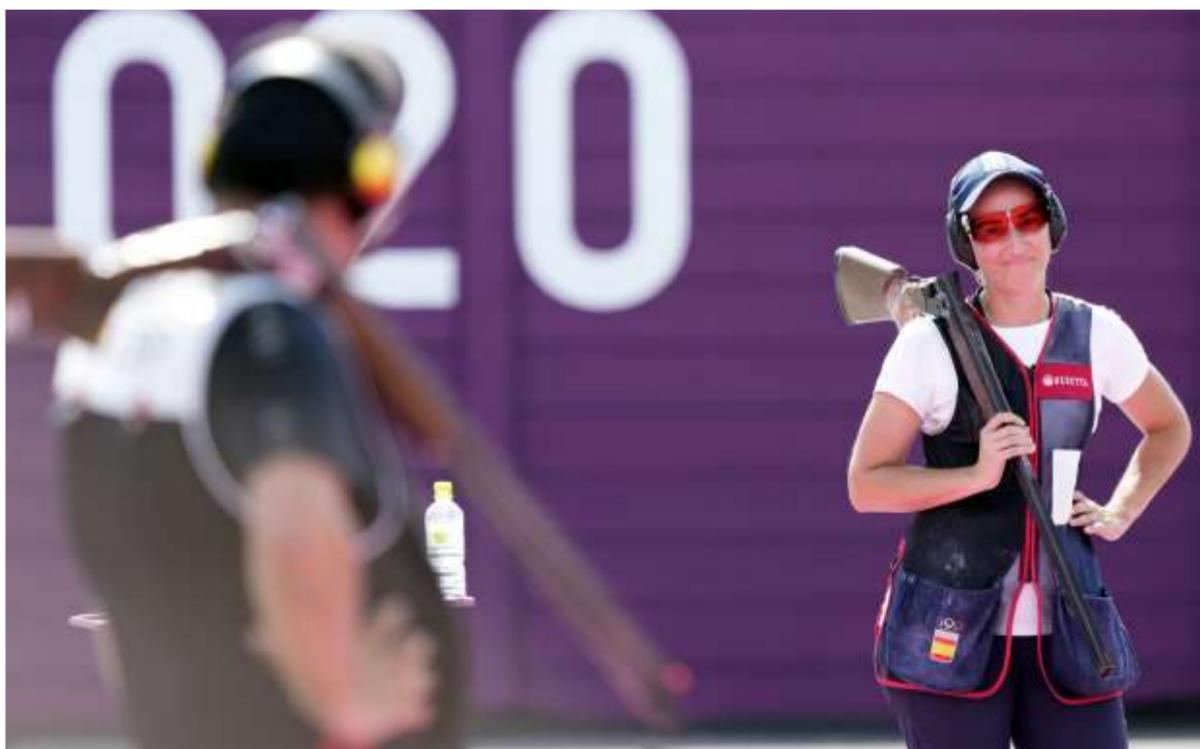
Tu padre fue el principio de todo.

Mi padre era encargado de una finca y desde que yo era bien pequeña le recuerdo recorriendo el cortijo

con la escopeta. Yo lo perseguía, me gustaba muchísimo acompañarlo y estar con él en las cacerías. Lo mamé desde pequeña. Mi padre estaba encantadísimo. No tenía hijos, solo tenía hija y él no iba a ser quien le quitase la ilusión a su niña de compartir aquellos momentos. Mi padre hacía tiro al plato, tiro de codornices, también le gustaba bastante el tiro.

¿A qué edad te dejó tirar por primera vez?

Cuando yo tenía 8 años me dejó efectuar los primeros disparos en el campo, con mucha precaución. A partir de ahí, yo me iba con él con tal de que me dejase disparar a un palo que hubiese en el campo. No eran demasiados tiros hasta que tuve 10 años y ya me compró un arma para que yo empezara a practicar.



No te hizo falta probar otros deportes porque solo querías practicar el tiro.

Yo lo tenía clarísimo. A mí me encantaba. Yo veía a mi padre, que tenía una puntería buenísima, y eso me daba más motivos aún para querer seguirlo. Él me enseñó todo. Era un máquina. Sacrificó el tiro para que yo tirase. Le encantaba y dejó de hacerlo por mí. Él participaba en competiciones, pero de categoría inferior, de pueblos, de ferias, y aún así ganaba títulos y campeonatos, sobre todo de plato, pero nunca se dedicó a la máxima competición porque era muy costoso. Sin embargo, hizo todo el sacrificio posible para que yo sí tirase. Yo lo he sufrido en mis carnes, pero realmente él es quien sabe lo que ha costado llegar aquí.

Con 11 años empezaste a ganar tus primeras competiciones, ¿ganabas también a los chicos?

Yo solo podía competir en la categoría de dama. A día de hoy sigo tirando y compitiendo con señoras de aquella época que siguen practicando el tiro porque les apasiona. Eran todas muchísimo más mayores que yo, mujeres adultas, y yo era una cría que no podía ni con la escopeta. Se reían y lo veían como algo gracioso. Eso sigue pasando a día de hoy con niñas que se están iniciando y son muy pequeñas en relación con su arma.

“ME COSTÓ BASTANTE REINVENTARME DESPUÉS DE LOS JUEGOS DE RÍO”

Ahora tienen buen espejo donde mirarse...

Sí, tanto Alberto como yo hemos visto que se ha incrementado el número de participantes junior, tanto niños como niñas, que se están iniciando en el mundo del tiro. La verdad es que eso es un orgullo para nosotros. En este último ciclo olímpico hemos visto este incremento. En el último Campeonato de España hubo una mujer que nos dijo: 'Yo de joven quería pegar tiros porque era aficionada, pero que mi padre no me dejaba porque era un deporte de hombres. Ahora que tengo 44 años y soy independiente he querido iniciarme porque nunca es tarde'. Me pareció genial. Se está iniciando tanto gente mayor como esa cantera joven que ha surgido en los últimos cinco años a raíz de nuestros éxitos. Es increíble, a mí me sorprende.



Con 14 ya eras campeona de España absoluta, ¿fue ahí donde viste que podías conseguir cosas muy grandes?

Yo tenía claro que iba a hacer algo muy grande desde bien pequeña. Cuando empecé a competir me hice una lista de los objetivos que me proponía en el tiro en mi carrera deportiva. Con 11 años ya sabía que mi carrera deportiva iba a durar muchísimo y tenía todos esos sueños. Quería ganar el Campeonato de Andalucía, el Campeonato de España, el Campeonato de Europa, el Campeonato del Mundo... Conforme iba cumpliendo objetivos, los iba tachando de la lista. Ese papel lo sigo conservando y lo único que me faltaba por tachar era la medalla olímpica. Lo tengo guardado junto con mi primer arma que usé para competir. El papel ya está completo, tengo todos los títulos, ya no me falta ninguno.

El penúltimo de los objetivos de aquella lista era el título mundial y lo lograste en 2015 en Italia.

Fue una competición rara y muy dura porque me echaron meses antes del equipo nacional. Reclamé el dinero del diploma olímpico de 2012, que aún no me habían pagado, y por reclamarlo públicamente me echaron del equipo de forma ilegal. Afortunadamente conseguí que me dejaran competir en el Mundial por una negligencia que había cometido la anterior junta directiva. Yo tenía muy claro que quería tirar muy bien en aquel Mundial para demostrar a la Federación que se estaban confundiendo conmigo. Vosotros me habéis echado del equipo, pero yo voy a demostrar que soy la mejor de esa competición. Creo que fue la satisfacción más grande de mi carrera deportiva.

¿Al final te pagaron el diploma olímpico?

Me pagaron y salió una deuda de cuatro millones que tenía la Federación Española. A raíz de que yo reclamé y me expulsaron empezaron a

salir trapos sucios. La nueva directiva está muy involucrada en sacar a la Federación del concurso de acreedores y está haciendo una labor magnífica.

Te quedaste al borde de la medalla olímpica en Londres 2012 y Río 2016.

Brasil fue un antes y un después en mi carrera deportiva. Me di cuenta de la importancia de haber perdido aquella medalla porque era favorita y estaba tirando mucho mejor, pero por un plato me quedé tanto a las puertas del oro como a las puertas del bronce. Me marcó. Me costó bastante asimilarlo y reinventarme porque tenía claro que había ido muy bien preparada, pero necesitaba un trabajo psicológico para quitarme aquel malestar. Todo eso tiene un proceso de aprendizaje y eso es lo que aprendí ahí.

Y por fin, el oro olímpico en Tokio con Alberto Fernández, ¿teníais claro que eráis favoritos?

Sabíamos que teníamos muchas posibilidades de ganar una medalla porque en estos cinco últimos años hemos sido favoritos, pero hemos tenido mala suerte de no ganar tantas medallas. Siempre tirábamos bien, pero nos faltaba rematar en las finales. Teníamos claro que todo eso se tenía que ver recompensado porque no era justo, pero también éramos conscientes de la dificultad. Queríamos hacer ver a nuestros rivales que éramos un equipo muy fuerte, que éramos serios candidatos a ganar medalla. El motivo por el que Alberto y yo somos tan buenos es porque nos reinventamos en cada competición. En Tokio no dejamos que nos perjudicara la competición individual para afrontar la mixta.

La importancia de la preparación mental en tu deporte.

Sí, todo es súper mental. Es una competición contigo mismo. Yo no puedo romper los platos de Alberto ni él puede romper los míos. Es uno

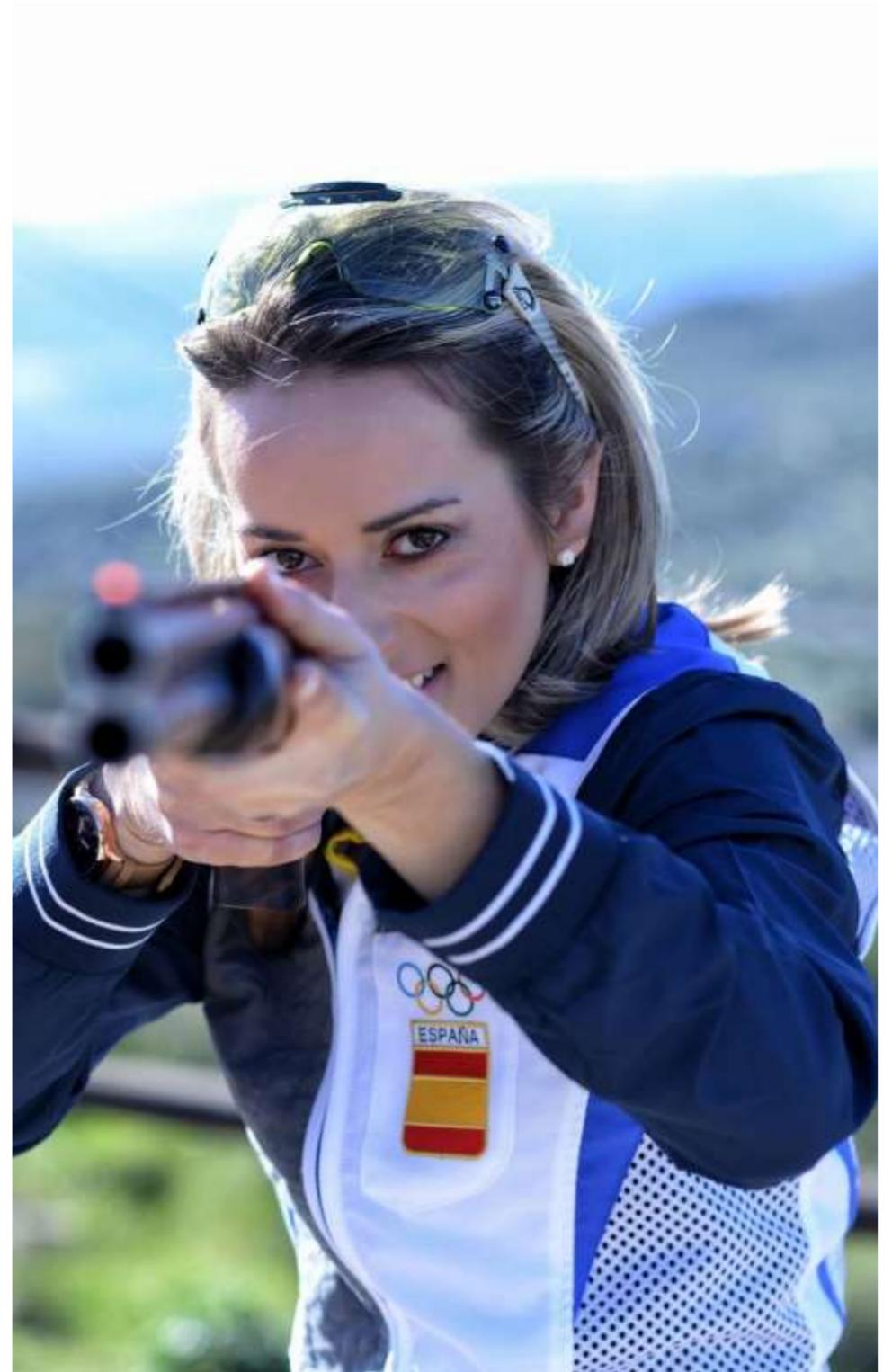
de los deportes más psicológicos que existen. Todos son psicológicos, pero este aún más si cabe.

¿Y un deporte tan mental caben las manías?

Me gusta estar tranquila y tener mis rutinas muy marcadas. Me levanto dos horas antes de la competición y voy con mucho tiempo al campo de tiro para organizar el arma y la munición porque se requiere un tiempo. Escucho mi música y llevo a rajatabla mis calentamientos y mis gestos técnicos y poco más. No dejan de ser rutinas de entrenamientos de todos los días trasladadas a la competición. No tengo ningún tipo de manía. Yo sé que antiguamente se decía: 'No me corto el pelo hasta que termine la temporada'. Yo ya estoy por encima de todo eso, y menos mal.

«ES MUY POSIBLE
GANAR UNA MEDALLA
INDIVIDUAL EN PARÍS
2024»





¿Qué recuerdo te llevas de unos Juegos Olímpicos tan extraños marcados por la pandemia?

No se me han hecho tan raros. La situación en la Villa Olímpica fue muy normal porque no hubo ningún tipo de caos. Cuando había algún positivo, rápidamente lo retiraban de la Villa. Estaba todo muy controlado y yo sé que aquí en España se vendió todo lo contrario. Me preguntaban desde casa cómo estaban las cosas y yo les contestaba que estábamos normal. Sin poder salir de la Villa Olímpica, pero tranquilos porque estaba todo bajo control.

¿A tus 34 años qué sueños te quedan por

cumplir? ¿Estarás seguro en los Juegos Olímpicos de París 2024?

El sueño que me queda es ganar una medalla olímpica individual. Es verdad que ya me he quitado la presión al ganar una medalla por equipos, pero mi objetivo es ganar una plaza olímpica para París, poder prepararme e intentar otra vez la presea individual. Es la que única que falta en mi palmarés.

O sea que aún no vas a enmarcar la hoja que escribiste con 11 años.

No, yo creo que la hoja tiene que esperar un poco porque es muy posible que pueda ganar esa medalla individual.

¿Qué le dirías a una niña pequeña que se empieza a interesar por el tiro pero piensa que no es un deporte para ella?

Le diría que para nada, que hay muchísimas niñas que se está iniciando ahora en el tiro. Que es normal que tenga miedo o dudas antes de iniciarse en un deporte practicado mayoritariamente por hombres, pero que hay un porcentaje de tiradoras femeninas que se va incrementando con los años y muchas ayudas para hacerlo, le van a facilitar todo tipo de material para empezar. Le animo a que lo practique porque para nada es un deporte agresivo, requiere autocontrol y cuanto más tengas mejor te van a salir los resultados.

ATLETA PARALÍMPICA

Adiaratou Iglesias

“ Todavía estoy en proceso de asimilar lo que he hecho ”

Adiaratou Iglesias (Mali, 1999) ha sido sin duda una de las grandes protagonistas del equipo español en los Juegos Paralímpicos de Tokio, de donde se marchó con dos medallas, una de oro en los 100 metros y otra plata en los 400 metros, ambas en la clase T13, la reservada para los deportistas con discapacidad visual. En su caso, sólo tiene un diez por ciento de visión a causa de nacer albina, una condición que, en su país natal, no está bien vista porque consideran que los albinos dan mala suerte, pero buena si están muertos. Incluso se les persigue para cortarles algún miembro que pueda servir de amuleto.

Ella, afortunadamente, no vivió ningún episodio de este tipo, pero sí provocó que sus padres la enviaran siendo niña (11 años) a España. Allí, todo cambió, sobre todo cuando llegó a Lugo y fue acogida por la que es ahora su madre, María Lina Iglesias, la que se encargó de proporcionarle no sólo un hogar, sino la ayuda para que pudiese practicar una de sus pasiones, el atletismo, un deporte donde lleva los últimos años demostrando su potencial, midiéndose incluso de tú a tú a atletas sin ninguna discapacidad en Campeonatos de España Absolutos.

DESPUÉS DE BRILLAR EN EL MUNDIAL DE DUBÁI de 2019, su primera gran competición internacional con la selección española, fue subcampeona en los 100 y los 200 metros, y hace unos meses se proclamó campeona continental de las dos distancias. La gran prueba llegó con los Juegos Paralímpicos de Tokio, en los que debutaba a sus 22 años y en los que cumplió con los pronósticos al conquistar la medalla de oro en los 100 metros y la plata en los 400, una distancia esta que apenas había entrenado. Ahora, casi recién llegada de la capital japonesa y tras cambiar su residencia de Lugo a Madrid para estudiar Fisioterapia en la Escuela de Fisioterapia de la ONCE y entrenar en el Centro de Alto Rendimiento, nos cuenta sus impresiones de su debut paralímpico.

“OJALÁ LLEGUE MUY BIEN Y MEJOR QUE AHORA A PARÍS”

Los Juegos han sido estupendos para ti a nivel deportivo. ¿Esperabas volverte con dos medallas y como campeona paralímpica?

Iba con el objetivo de ganar una medalla por lo menos en una de mis pruebas, que es el 100; la había trabajado y tenía confianza en ganar la medalla de oro, mientras que en el 400 llegaba como la primera del ranking, pero tampoco podía ir confiada porque hacía poco que la entreno y podía haber una sorpresa, que al final la hubo. Sabía que iba a tener opciones de medalla en el 400, pero no sabía cuál. Yo antes de ir a Tokio contaba con dos medallas, pero no sabía de qué color iba a ser la del 400.

El día de la final de los 100 metros llovió bastante sobre Tokio y la pista estaba mojada, pero no te afectó en nada.

No, estaba tranquila porque no tengo ningún problema con eso; entreno en Lugo y siempre llueve, era algo que me parecía familiar. Además, no llovía tanto, eran las apariencias. La pista estaba mojada, pero eso no te impide correr, y además calentamos en una zona cubierta y los clavos no resbalan. La lluvia no supone ningún problema a la hora de correr.



“Antes de ir a Tokio contaba con dos medallas, pero no sabía el color de la del 400”

Fue una carrera muy emocionante, donde remontaste y te acabaste llevando el oro por tan sólo tres centésimas sobre la bielorrusa.

No me iba a conformar con menos en el 100 y sabía que tenía la fuerza suficiente para luchar por el oro. Me sentí muy bien y muy orgullosa de quedar primera, y aún estoy asimilando lo que he hecho en los Juegos porque todavía no he podido estar sola para reflexionar. La vuelta ha sido una locura, yendo de aquí para allá, con miles de llamadas, y una no puede asimilar lo que ha hecho, todavía estoy en ese proceso, la verdad.



Ahora toca reflexionar, descansar y afrontar el futuro, aunque los Juegos de París ya están 'muy cerca'.

Sí, en realidad son sólo tres años, pero están ahí. Ahora mismo sólo quiero mirar hacia el Mundial del año que viene, aunque siempre esté mirando todo cara a París, pero mi objetivo es mejorar año por año, no solamente para 2024. Ahora, únicamente lo que quiero es no lesionarme y tener cuidado, no me puedo poner a hablar de París con esos riesgos. Ojalá que llegue muy bien y mejor que ahora.

**¿Cómo viviste unos Juegos sin público?
¿Echaste de menos algo en tu primera experiencia?**

Lo único que eché de menos es a la familia. Yo no sé cómo eran unos Juegos antes, así que aunque me contasen lo guay que son, no me los podía imaginar. Si hubiera vivido unos anteriores a la pandemia podría hacer una lista de cosas, pero estos fueron estupendos porque hubo gente y estaban los atletas. Podrían haber

sido mejores con espectadores, pero tampoco sé la sensación que tendría, y si hubiera habido más gente igual habría tenido más nervios. Estos Juegos, con o sin gente, han estado bastante bien, y que haya gente no sé si me afecta mucho.

Estas medallas también son un premio tras una vida con muchos sacrificios y una infancia que no fue nada fácil en Mali.

No lo he pasado bien en mi vida anterior a llegar a España, pero ahora tengo una vida genial. De todos modos, todos tenemos nuestros problemas y ahora no significa que no los tenga, porque aunque tengas una buena vida, todos tenemos problemas. Tengo una vida mejor y estoy superagradecida por ello.

¿Te gustaría volver a Mali?

Sí que querría volver algún día a mi país, de visita, porque no quiero vivir allí, eso lo tengo claro.

Para acabar, Adiaratou, ¿cómo estás viendo la evolución en España de las personas y los deportistas con discapacidad?

Yo creo que está yendo muy bien. Hemos dado un paso muy grande y estamos acercándonos al nivel de los olímpicos en lo referente a lo que se pagan por las medallas y las becas. Subió un montón de cara a Tokio y ya estamos cerca en ese aspecto de los olímpicos y eso es un gran paso. De aquí a París quieren que ya estemos iguales y es algo muy positivo y un avance muy grande. A nivel deportivo, creo que cada vez hay más gente joven y también más visibilidad de los Juegos. Yo estaba preocupada cuando iba para Tokio porque pensaba que nadie iba a verlos, y he salido en muchos medios y mucha gente me siguió. Eso significa que hay un avance, porque si mucha gente me ha visto, habrá visto a muchos más. Todavía faltan algunas cosas, pero poco a poco se irán resolviendo, y lo que sería estupendo es que algún día llevemos, por ejemplo, la misma ropa olímpicos y paralímpicos.



+ Programas
Mujer y Deporte

Sabías que...

BOLETÍN



TERESA PORTELA

La palista gallega nunca sale a competir sin un amuleto muy especial. Desde 2014 lleva al cuello un colgante compuesto por tres anillos entrelazado y en el que aparece grabado el nombre de su hija, Naira, el mismo que besó nada más conquistar la medalla de plata, la primera de su palmarés olímpico, en el Canal Sea Forest de la capital japonesa.



SARAI GASCÓN

La nadadora paralímpica catalana cuenta con un ritual curioso antes de competir. La de Terrassa siempre se cruje los dedos de los pies antes de subirse al poyete para lanzarse a la piscina, donde en Tokio ha conquistado una plata y un bronce.



ADRIANA CEREZO

La subcampeona olímpica de -49 kg no se desprende de la cinta del pelo en ninguno de sus combates. A pesar de llevar el casco reglamentario, la taekwondista necesita portar ese complemento consigo.



MIREIA BELMONTE

En los auriculares de la catalana suena siempre 'reguetón', un tipo de música que le "activa" y le "motiva" para salir a competir. También en los entrenamientos, mientras nada, la ganadora de cuatro medallas olímpicas canta sus temas favoritos.



SELECCIÓN DE BALONCESTO

En los éxitos de la selección española femenina de baloncesto siempre suena una canción, 'El Vals del obrero' de Ska-P. Según explica su capitana, Laia Palau, para ellas es un tema que significa "resistencia y empoderamiento".



ADIARATOU IGLESIAS

La atleta lucense, flamante campeona paralímpica de 100 metros T13 y plata en 400, necesita ir siempre conjuntada cuando salta a la pista, una medida que le ofrece tranquilidad para concentrarse.

Boletín MyD Nº 36 SEPTIEMBRE 2021

Publicación periódica online Programas Mujer y Deporte

© Consejo Superior de Deportes

Subdirección General de Mujer y Deporte

c/ Martín Fierro, 5. 28040. MADRID

www.csd.gob.es

NIPO en línea 825-19-007-4

ISSN en línea 2174-3673

Coordinación

Andrea García Acuña

Redacción

Europa Press Deportes

Diseño y Maquetación

Europa Press

Catálogo general de publicaciones oficiales

<http://publicacionesoficiales.boe.es>

Suscríbete

Si no has recibido el boletín directamente desde mujerydeporte@csd.gob.es y deseas que te sea enviado periódicamente pulsa este enlace.

Si no deseas recibir más el boletín comunícalo a: mujerydeporte@csd.gob.es

