

ACCIÓN

LA SECCIÓN DE DEPORTES PREMIUM



AMALIA ORTUÑO ESTÁ A UNA ETAPA DE CLASIFICAR AL MUNDIAL DE CROSSFIT ADAPTADO E IR POR EL BICAMPEONATO

Fuerza, pasión, resiliencia y compromiso: esto representa el crossfit en la vida de Amalia Ortuño, atleta costarricense que ha superado las adversidades con éxito y que gracias a su disciplina, en el 2019 obtuvo el campeonato mundial en crossfit adaptado.

Actualmente, se encuentra en búsqueda de su bicampeonato y está a una etapa de clasificar nuevamente al mundial.

“El clasificatorio consta de tres etapas que consisten en pruebas

de desarrollarse en el mundo del crossfit adaptado, el cual surgió como una nueva oportunidad para recuperar lo que tanto amaba hacer, el deporte, luego de haber recibido un diagnóstico de una enfermedad degenerativa en sus caderas que le impidió continuar como triatlonista.

“Tras pasar por una serie de emociones, desde negación, enojo, frustración y hasta depresión, recuperé mi sonrisa de nuevo y pude volver a hacer lo que amaba, competir en alto rendimiento”, mencionó la atleta.

En el 2020, Amalia obtuvo el título de Fittest Adaptive Woman on Earth en la competencia Wodapalooza y actualmente se encuentra totalmente enfocada en mantener un estilo de vida saludable que le permite desarrollarse de la mejor



Adáptense a verla en la cima

Amalaia Ortuño buscará defender su título mundial. Luis J Mata Fotografía/La República

mente al mundial.

“El clasificatorio consta de tres etapas de tres semanas de pruebas cada una. En diciembre fue la primera y la segunda se llevó a cabo en marzo. De esta segunda etapa quedó un top 10 a nivel mundial (de entre más de 65 competidores) que son las 10 personas que pasarán ahora a la última etapa en junio, la cual serán 3 días de competencia en la que se decidirá el top 5 a nivel mundial, estas serán las 5 personas clasificadas al mundial en noviembre”, explicó Amalia Ortuño, quien alcanzó el primer puesto en las dos primeras etapas.

La atleta comentó que el proceso clasificatorio ha sido “fuerte y largo”, debido a que al cancelarse las competencias del año pasado, producto de la pandemia, se unieron sus entrenamientos con esta nueva etapa de clasificación, por lo que ha sido muy demandante física y emocionalmente.

Sin embargo la campeona mundial se mantiene motivada y con la vista clara en defender su título.

Amalia tiene más de dos años

totalmente enfocada en mantener un estilo de vida saludable que le permita desarrollarse de la mejor manera y prepararse para realizar un buen papel en el mundial.

Es por esto que en el marco de su preparación para las pruebas clasificatorias, Amalia participará en el Kotex Challenge, una plataforma que ofrece un mes de clases virtuales y una guía básica nutricional con el objetivo de impulsar una vida saludable, crear hábitos sanos e incentivar una vida activa para las mujeres.

“Definitivamente entrenar acompañados o tener metas en grupo es algo que te motiva a seguir adelante. El Kotex Challenge es eso, unirnos como mujeres y trabajar juntas por ser mejores cada día, permitiendo mejorar nuestra calidad de vida por medio del deporte y así retomar viejos hábitos que tal vez dejamos descuidados el año pasado por tanto cambio”, explicó Ortuño.

Walter Herrera

walterherrera.asesor@larepublica.net