

En su primera edición

ALEXANDRA VILLALOBOS ES LA REINA DEL CROSSFIT



JOHAN ROJAS ORTEGA
Colaborador

■ Alexandra Villalobos fue la ganadora de la primera edición del Kotex Challenge, que reunió a las mejores exponentes del crossfit del país. Sorprendida por el alto nivel y la cantidad de participantes, espera que este auge siga por mucho tiempo.

“Me llamó la atención que había mucha participación de chicas, pero en general el nivel de competencia me pegó varios sustos. Cada vez que iba alguna a competir después de mi participación y se acercaban a mi tiempo, decía: ‘son muy buenas’, eso demostró que cualquiera lo podía ganar”, afirmó.

Durante varios tramos, batalló para no perder tiempo, hubo uno en particular que casi la desconcentra, pero al final no le afectó en su rendimiento, por eso se dejó el primer lugar tras conquistar todo el recorrido en un minuto y 38 segundos.

“Uno de los sustos fue que me quemé la rodilla en la primera estación, era una malla muy baja y me deslicé debajo de ella, en el momento que me lancé al suelo, me asusté, pero en el resto del circuito todo bien”, afirmó.

A la atleta le alegró observar a muchas mujeres participando

conocido, no obstante, la forma en que lo acomodaron hizo que le correspondiera sudar de más.

“Tenía varias estaciones conocidas y que normalmente practico en el box, lo que nunca había hecho era la caminata de soldado, que era prácticamente hacerla acostada, después subí una cuerda, realicé unos ‘steps’ en varios cajones, le di vuelta a una llanta de tractor, después de eso un pasamanos y por último darle golpes a un saco de boxeo”, explicó.

Villalobos dejó a un lado la creencia de que muchos se acercan al crossfit por moda; comentó que lo importante es que las personas se sientan bien y disfruten los ejercicios de una forma sana.

“Siento que siempre hay deportes que se empiezan a practicar por moda, hubo un tiempo que todos corrían y otros pasaron al triatlón.

El crossfit impactó de la noche a la mañana y de un momento a otro se abrieron 20 gimnasios en tres meses. Si usted encuentra un deporte, la clave es que le guste para mantener su práctica”, afirmó.

La atleta practica esta disciplina desde hace tres años y es instructora en el gimnasio Crossfit 506 en Escazú.

Mandó un mensaje a todas las

un deporte para practicar: la edad no pone límites.

“He sido de las personas que, cuando les salen nuevas oportunidades, las toman. Conozco a muchas mujeres que entrenan y a veces no compiten por miedo. Siento que es una fobia que debemos quitar y eso me ha hecho crecer más como atleta”, concluyó.



Entre los premios, la organización le entregó 1.000 dólares. (Foto: DIARIO La Estrella)