

# Tica dio baño de oro a su cinturón naranja

Walter Herrera wherrera@larepublica.net | Jueves 04 agosto, 2022



Con apenas 14 años, la costarricense Stacy Padilla ya se ubica como una de las mejores atletas de Jiu-Jitsu del mundo. Cortesía/La República

La joven atleta costarricense Stacy Padilla Ovarés, se dejó la medalla de oro en el Pan Kids Jiu-Jitsu, campeonato que se desarrolló en Orlando, Florida del 23 al 24 de julio.

Cabe destacar que este es el evento más prestigioso del mundo a nivel juvenil en [Jiu-Jitsu](#).

[Lea más: Sebastián Rodríguez es campeón de pesos pesados en Tour de jiu-jitsu en Rumanía](#)

Padilla es una joven de 14 años que representa a la academia Renzo Gracie International.

Stacy participó en la categoría Teen 2 de cinturón Naranja en el peso Super-Heavy.

El segundo lugar fue para Zuzanna Agata y en tercer lugar Danielle Elizabeth Gallagher.

[Lea más: Tico cinta negra de Jiu-Jitsu gana oro en Torneo Internacional en Orlando](#)

Este torneo va desde la cinta gris, pasando por la amarilla, naranja y verde.

## **Beneficios del Jiu-Jitsu en niños**

**Coordinación y propiocepción** El jiu-Jitsu implica que el menor realice técnicas que contienen muchos pequeños detalles. Practicando éstas técnicas, se desarrollarán habilidades motoras finas, al tiempo que aprenden a mantener el equilibrio, la coordinación y la fuerza.

**Concentración** El jiu-jitsu es un ambiente libre de pantallas donde mediante juegos y con la aplicación de la técnicas deberán concentrarse en los pequeños detalles.

**Disciplina** Enseñará tanto el respeto al maestro que le enseña la disciplina del arte marcial como a sus compañeros de entrenamiento. Aprenderán a tener paciencia, a esperar su turno, a seguir las instrucciones de su profesor y al ejecutarse las técnicas en pareja aprenden que deben ser buenos compañeros de entrenamiento, de esta forma mejoran ambos sus técnicas creando grandes lazos de amistad entre ellos.

**Forma física** A través del entrenamiento trabajará todos sus músculos, desarrollando fuerza, elasticidad, resistencia y velocidad.