

## Deportes

## Bisabuela de 84 años reina en las piscinas

### Asegura que nada mejor de lo que camina



Doña Marielos Cubillo participó en el torneo CNI Master de Fecoda. (Foto: Cortesía)

La historia de doña Marielos Cubillo es digna de ser contada. Esta bisabuela de 84 años no le teme a pegar un brinco y lanzarse a una piscina para nadar como una atleta profesional.

Hace una década empezó en esta disciplina deportiva y asegura que actualmente nada mejor de lo que camina. Entrena hasta tres veces por semana y hace distancias de hasta 1.500 y 1.600 metros en cada sesión.

"Yo empecé a nadar a los 74 años por problemas de salud. Para mí ahorita es más fácil nadar que caminar. Hace como dos meses me inyectaron plasma porque este brazo está malísimo. Estoy mal de un brazo y una pierna, pero aquí estamos (risas)", comentó minutos después de terminar una prueba de 50 metros libre.

Actualmente compite en torneos oficiales organizados por la Federación Costarricense de Deportes Acuáticos (Fecoda), convirtiéndose en la nadadora federada de mayor edad en el país.

Su rutina es muy rigurosa y comprende estrictos horarios de comida, medicamentos y sueño.

"Me siento orgullosa. Pienso que con mi ejemplo voy a dejar una huella para que la gente joven vea lo que es estar en contacto con el agua. A mí la natación me da salud mental, salud física y emocional. Agradezco que valoren que una señora de 84 años se anima a tirarse a la piscina", agregó.

#### FAMILIA DE DEPORTISTAS

Doña Marielos es la cabeza de una familia de deportistas. Su esposo fue Guillermo Hernández, quien le dio la vuelta al mundo jugando con el Deportivo Saprissa, mientras que sus hijas y nietos siguen su ejemplo y practican la natación y otras disciplinas como triatlón, esgrima y deportes ecuestres.

"En mi casa hay tres lemas: trabajo, deporte y educación", manifestó.

Esta madre de 3 hijas, abuela de 4 nietos y bisabuela de 1 bisnieta aprovechó para enviar un mensaje a la juventud: "La vejez no es un impedimento para hacer deporte, si no vean lo que hago yo. Mi consejo es que se propongan metas que se pueden cumplir y la edad no es un impedimento. La vejez es natural, hay que envejecer con alegría y vivir el presente".

En el último torneo que compitió, el CNI Master de Fecoda, registró un tiempo de 3:04,58 en 100 metros estilo libre y 1:18,50 en 50 metros libre. En eventos anteriores esta competitiva y animosa bisabuela nadó en pruebas de 50 metros pecho, 200 y 400 metros libre.

#### ÚLTIMA HORA

Agosto,07 2023 a las 1:00 pm  
**PIDEN 30 AÑOS DE CÁRCEL PARA PRESUNTOS HOMICIDAS DE MARCO CALZADA**

Agosto,07 2023 a las 11:40 am  
**462 kilos de cocaína en frutas**

Agosto,07 2023 a las 11:14 am  
**Rescatan a la sirena**

Agosto,07 2023 a las 11:00 am  
**Tsitsipas entra en el "Top 4" del ranking ATP**

Agosto,07 2023 a las 10:20 am  
**Viceministro de Justicia renuncia al cargo**



DESTACADAS

MÁS LEÍDAS

Sentencian a 95 años a banda  
Los Lara

Fiesta morada en todo el país

Piloto de ultraligero cae en  
casa y sobrevive

PANI con nuevo Presidente

Vea cuál diputado dice  
"Venegas muerto de hambre",  
al parecer al jugador de la Liga

S  
L

Inicio

Sucesos

Nacionales

Internacionales

Opinión

Espectáculos

Vida

Deportes

Clasificados