

¡Tricampeona mundial!

TICA AMALIA ORTUÑO ES TRICAMPEONA MUNDIAL DE CROSSFIT ADAPTADO

Deporte

10 agosto 2023 Walter Herrera wherrera@larepublica.net

Amalia Ortuño Lizano, la destacada atleta costarricense, se coronó nuevamente como la campeona indiscutible de los CrossFit Games, obteniendo su tercer título en esta prestigiosa competición.

La ceremonia de premiación se llevó a cabo en Wisconsin, Estados Unidos, donde fue reconocida como la mejor del mundo en su categoría.

“Me siento súper feliz, cada año que compito el nivel sube pero todo el entrenamiento y preparación hacen a la vez que me sienta mucho mejor preparada

para cada prueba. Este último año ha sido difícil por temas de salud y temas personales pero estoy muy feliz de a pesar de

todo lograr vencer a mi mente y obtener los resultados por ellos que he trabajado tanto”, dijo la Actualmente, compete en la

categoría Seated 2, para personas con alguna afectación en la zona baja de su cuerpo que les impide competir de pie.

En abril pasado, la organización de los CrossFit Games anunció que Amalia era la ganadora de la categoría “sentada con función de cadera”, tras su destacada actuación en las pruebas virtuales.

Aunque las categorías adaptadas aún no se incluyen en las competiciones presenciales, los atletas son premiados anticipadamente por su excelencia.

Para obtener su título, Amalia tuvo que presentar videos de

sus pruebas físicas, los cuales fueron minuciosamente evaluados por un equipo de jueces siguiendo los estándares de CrossFit Inc.

La tricampeona mundial lleva más de cuatro años involucrada en el mundo del CrossFit adaptado, un camino que encontró como una oportunidad para recuperar su pasión por el deporte después de recibir un diagnóstico de una enfermedad degenerativa en sus caderas, que la obligó a abandonar el Amalia Ortuño es la indiscutible reina de su categoría, ostentando actualmente los títulos de tricampeona mundial en WheelWOD Games, Wodapa-

¡Tricampeona mundial!



looz, y, por supuesto, los CrossFit Games, el evento más relevante y mediático del mundo del CrossFit. Cabe mencionar que en los CrossFit Games 2023 también participaron los atletas costarricenses Pablo Luna y Esteban Quesada, quienes demostraron su talento al alcanzar el sexto puesto en sus respectivas categorías: Pablo compitió en la categoría de 14-15 años, mientras que Esteban lo hizo en la categoría de 40-44 años. Ambos representaron con orgullo a Costa Rica en esta emocionante competición internacional.

¿Qué es el CrossFit adaptado?

Se trata de una variante del CrossFit convencional que

involucra todo el cuerpo, excepto el área lesionada. El entrenamiento consiste en ejercicios funcionales, siempre cambiantes y de alta intensidad.

Escribe un comentario

Ver página Compartir Guardar Más

