

Buscar nota



ÚLTIMA HORA

(Video) Tica Rocío Mora logra a sus 50 años la hazaña en aguas abiertas más difícil del mundo

[Walter Herrera](#) | wherrera@larepublica.net

Miércoles, 31 julio 2024



En el mundo de la natación de maratón, pocas hazañas pueden compararse con las que se logran en los eventos olímpicos. Sin embargo, **Rocío Mora** ha



Esta travesía épica, que se extiende a lo largo de 35 kilómetros entre **Irlanda del Norte y Escocia**, es considerada una de las pruebas más arduas en el ámbito de las aguas abiertas.



Mora ha logrado una proeza histórica al convertirse en la **primera costarricense y centroamericana en completar este desafiante cruce**. También alcanza un hito significativo al ser la **quinta mujer latinoamericana en lograrlo**, con el segundo mejor tiempo registrado.



Con esta hazaña completa la Triple Corona Original de natación en aguas abiertas, conformada por el English Channel, Bristol Channel y North Channel, siendo la **persona número 19 en el mundo en completarla y la primera latinoamericana en conseguirlo.**

¿CÓMO FUE LA NADADA?

El Canal del Norte es notoriamente inflexible, con temperaturas que rondan entre los 11 y 13 grados centígrados y corrientes que exigen cubrir entre 38 y 40 kilómetros para llegar a destino.



A esto se suman las intimidantes medusas "lion's mane" (medusas gigantes) y un entorno que requiere no solo fortaleza física, sino también una preparación exhaustiva y un respeto profundo por las condiciones extremas.



Mora, una nadadora experimentada en aguas abiertas, ha estado preparándose para este desafío durante años. En sus palabras, "Yo lo venía esquiando desde hace un tiempo, hasta que hace dos años me decidí a hacer mi booking, sabiendo que el camino recorrido y lo que quedaba por recorrer en un par de años me prepararía para lo que venía, quería hacerlo, era un reto conmigo misma". Su preparación incluyó nadadas en frío, la Triple Corona, y una intensiva rutina de entrenamientos.



estos requisitos nadando en Denver, Colorado, a 3000 metros sobre el nivel del mar, lo que le dio el empuje final de confianza para enfrentar el Mar del Norte.



Con el apoyo incondicional de su familia, sus compañeros y su entrenador Kurt Niehaus, Mora viajó a Irlanda del Norte, donde su ventana para el cruce se abrió del 29 de julio al 3 de agosto. Finalmente, recibió la luz verde para nadar el lunes al mediodía y comenzó su travesía a las 6 a.m. del martes.

[Lea más: “Los logros más importantes de Costa Rica en el deporte han venido de mujeres”: Rocío Mora](#)

La travesía comenzó desde la costa de Donaghadee, Irlanda del Norte, con la meta de alcanzar tierras escocesas. A pesar de estar aclimatada, Mora enfrentó temperaturas frías y duras condiciones durante casi 11 horas. La parte más desafiante fue el tramo final de los últimos 7,8 kilómetros, donde las corrientes en contra se intensificaron y el agotamiento se hizo palpable. “Ves la costa de Escocia pero nadas y nadas y parece no acercarse”, relató Mora sobre los momentos más duros del cruce.



Finalmente, Mora llegó a Escocia en 10 horas y 48 minutos, marcando un logro impresionante en el ámbito de la natación de larga distancia.

Este logro no solo enorgullece a Costa Rica, sino que también destaca la determinación, la preparación rigurosa y el espíritu inquebrantable de una nadadora que ha llevado su pasión y habilidades a nuevas alturas en el mundo de la natación en aguas abiertas.

POPULARES

MÁS LEÍDAS

DÍA

7 DÍAS

30 DÍAS

ÚLTIMA HORA



Costa Rica cierra espacio aéreo y suspende todos los vuelos hasta mediodía

ÚLTIMA HORA



Cinco diputados rebeldes del PUSC hicieron naufragar levantamiento de inmunidad de Rodrigo Chaves

ÚLTIMA HORA



Iniciando el proyecto Avenida Central Limpia: Juan Carlos Crespo, La Gloria

ACCIÓN



NACIONALES



ÚLTIMA HORA



Nayib Bukele: “Si le dan continuidad a los proyectos de este gobierno, los mejores días de Costa Rica están por venir”

Miércoles, 24 septiembre 2025, 13:35



Donación de EE.UU. permite blindar todos los puertos del país con dos nuevos escáneres en Japdeva y Caldera

Miércoles, 24 septiembre 2025, 13:26



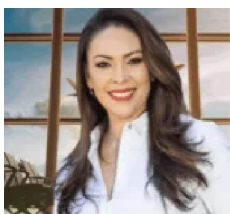
Después de cinco horas, Costa Rica reabre espacio aéreo

Miércoles, 24 septiembre 2025, 10:54



Operaciones en el Juan Santamaría se reanudan, 4.580 pasajeros afectados

Miércoles, 24 septiembre 2025, 10:50



Cierre de espacio aéreo de Costa Rica es “un golpe directo” a la imagen del país, según Canatur

Miércoles, 24 septiembre 2025, 10:34

VIDEOS

CONTÁCTENOS

MEDIA KIT

¿QUIÉNES SOMOS?

MAPA DE SITIO

SUSCRÍBASE

© 2025 Republica Media Group todos los derechos reservados. Desarrollado por 5e Labs



PAK...CIONES...M...S...