

Luciana, la tica que soñó y lo logró

Deporte

10 jun. 2021 [+1 más](#) Franklin Arroyo franklin.arroyo@lateja.cr

Luciana Alvarado es la primera tica que competirá en unas olimpiadas en gimnasia artística, pero esta gran gesta no es lo que más la ilusiona, sino que más jóvenes luchen por sus sueños.

La joven obtuvo el boleto a Tokio el sábado en los Panamericanos de Gimnasia Artística de Río de Janeiro, Brasil, donde ganó el tercer puesto del evento general.

Su participación la cerró con una flor en el ojal, pues ganó el oro en viga de equilibrio y ahora, ya en Costa Rica, está emocionada imaginando su participación en Japón.

– ¿Cómo fue el momento en que se dio cuenta que había

Por la situación del covid separaron bastante las subdivisiones, en cada una eran diez gimnastas. Me tocaba en la segunda e hice un buen trabajo, saqué 50,833 mi mejor puntaje y estaba emocionada y feliz.

¿Estableció ese puntaje y tenía que esperar a que las gimnastas de las otras subdivisiones no la superaran?

Exacto. Nos tocó esperar bastante, pendiente de todas, cuando terminaron estábamos muy emocionadas, no sé ni que sentí. Lloré con mi mamá.

– ¿Cómo está el nivel de América?

Estados Unidos, Brasil y Canadá son los mejores, Estados Unidos y Cana-

dá ya tenían todos los campos que podían tener, quedamos los latinos y todos hicimos un buen trabajo. Es un nivel alto, excelente.

– ¿La alegría por ganar la medalla de oro en viga de equilibrio (posterior a la clasificación) es similar a la de clasificar a los Juegos?

Los dos están en el top de mejores momentos de mi vida. El oro fue un bonus extra.

– En Costa Rica no hay cultura de gimnasia, ¿eso hace su logro más meritorio?

Sé que no es tan conocido, pero es uno de los deportes que más gustan en los Juegos Olímpicos y me ilusiona y emociona que los ticos vayan a

estár pendientes.

– ¿Cree que con su gesta habrá un antes y un después en la gimnasia costarricense?

Sí. Es importante que más niños y jóvenes empiecen a soñar en grande. La gimnasia en los últimos años ha subido de nivel un montón, se creía difícil lograr una clasificación, pero con trabajo duro y entrenando de forma tranquila e inteligente se pueden conseguir los sueños. Detrás mío vienen deportistas increíbles.

– ¿Cómo es su mamá, Sherly Reid, como entrenadora?

Como tenemos esa relación mamá - hija, entrenadora - atleta, hay más confianza para decirle cómo me siento, si estoy cansada, si me duele una rodilla, o me duele acá o allá. Es excelente entrenadora, sabe planificar los tiempos de entrenamiento con un balance excelente entre ser estricto, pero con los descansos adecuados para bajar las cargas.

– La gimnasia es asunto familiar.

Mi mamá fue gimnasta desde joven,



Luciana ganó su boleto a Tokyo en Río de Janeiro.

luego entrenadora. La mayor Desirée Sánchez (hermana) hizo gimnasia bastante tiempo y la del medio Mariana Sánchez (otra hermana) también, fue al mundial en el 2013 y luego venía yo que competí en alto rendimiento con 15 años. Hay dos primas gimnastas.

–¿Cuánto sacrificio implica

ser atleta olímpica?

No tuve que sacrificar mucho, hay prioridades, hay momentos donde el entrenamiento está por encima de las demás cosas, pero se debe lograr un balance con el estudio y con la vida social. Si un día van a salir mis amigas les digo que otro día, o la otra semana porque entreno o estu-



Fue recibida como se merece en el aeropuerto.

dio. Si hay examen y entrenamiento, se pide permiso para el examen y se hace después, si la competencia está lejana, entonces se hace el examen.

– ¿Cuál es su pasatiempo?

Me gusta leer, estoy aprendiendo a tocar guitarra, francés e italiano, me encanta ver pelis... quizás ir al cine es lo que más me gusta.

– ¿Qué piensa estudiar?

El otro año pienso ir a la UCR a estudiar Filología inglesa.

– Siempre se ha dicho que la vida de un gimnasta es más corta que la de cualquier otro

deporte. ¿Qué tan cierto es?

– Es así, se tiene que empezar desde que uno es bebé, a uno le toma tiempo acostumbrarse al entrenamiento. A los 16 ya uno puede competir en mundiales. Ya a los 25 uno está listo.

– Usted tiene 18, ¿es el tiempo de mayor rendimiento?

– Llevo dos años de competir en eventos grandes, uno tiene más experiencia, es el mejor momento.

 Escribe un comentario

 Escuchar  Ver página  Compartir  Guardar  Más

 A favor

 En contra