

# UN SUEÑO ALTO, ANCHO Y LARGO

✦ RICARDO SILESKY H.  
ricardo.silesky@telega.com

A Ligia Madrigal se le metió, entre coja y coja, cumplir un sueño muy sudado: recorrer Costa Rica a lo alto, a lo ancho y a lo largo, eso sí, no en el carro de aquel anuncio que dice *no lo maneje, mátrátele*.

Esta empujadora lo hace corriendo a pata y ya cumplió dos de estas tres metas. Primero recorrió el país a lo alto, ya que se mandó desde playa Dominical (nivel del mar) hasta el cerro Chirripó, el pico más alto de Costa Rica, a 3.821 metros.

También lo hizo a lo ancho, ya que corrió de costa a costa, saliendo de playa Palo Seco en Puntarenas hasta Doce Millas en la provincia de Limón. Ahora le falta a lo largo.

Y, aunque se podría pensar lo contrario, Ligia no busca reconocimientos ni alguna marca, solo quiere ser un ejemplo.

"Siempre me ha motivado el hecho de inspirar a otros para que se lancen en busca de sus proyectos. Hacer cosas que parezcan una locura, que no sean fáciles, para así demostrarle a la gente que lo que quiere lo puede hacer", explicó la vecina de Guadalupe.

**Pura motivación.** Lo que la motivó a echarse al agua, o más bien tirarse a pista, fue que unos amigos recorrieron el país de frontera a frontera en bici, pero ella quería algo diferente y tuvo la curiosa idea de hacerlo a lo alto, ancho y largo.

"No tengo el estereotipo (biotipo) del corredor, soy pequeña (1,80 m), madre de familia y tengo más de 40 años. Por eso soy ejemplo de que todos podemos", dijo esta diseñadora gráfica con 15 años de hacer deporte de aventura.

## Primer recorrido



## Segundo recorrido



El primer reto de Ligia fue el 7 de enero y consistió en recorrer el país a lo alto. Corrió los 80 kilómetros entre playa Dominical y el cerro Chirripó. Lo hizo en "tan solo" 15 horas.

"Fue un ascenso muy duro, peramos en Pérez a desayunar y después en el parque nos tuvieron como una hora en la entrada con todos los trámites. Cuando llegué arriba fue muy lindo incluso lloré", recordó la valiente.

El 13 de mayo, se volvió a poner

los tenis para cruzar a lo ancho nuestro país. Fue un trayecto de 245 kilómetros entre playa Palo Seco y Doce Millas en Limón. Llegó a la meta el domingo 15 de mayo.

"Todo nos salió según el plan, el momento más duro fue en Paeyas de Cartago, pues llovió bastante y eso bajó mucho la temperatura", recordó.

**Siguiente desafío.** Ahora surge la duda, ¿cuándo y de qué forma cumplirá el reto de atravesar el te-



En la punta del Chirripó cumplió la meta de correr el país a lo alto. CORTESÍA



En playa Palo Seco inició el reto de cruzar a lo ancho. CORTESÍA LIGIA MADRIGAL

Después de cumplir ese reto no tiene muy claro cuál será su siguiente locura.

**Apoyo fundamental.** Días antes de un soberano reto de estos, Ligia corre un poco más de lo acostumbrado, va al gimnasio para fortalecer los músculos y trabaja el equilibrio.

Pero más allá de toda la preparación física, el apoyo de su familia, que la acompaña en cada trayecto, es la máxima inyección.

"Sin el apoyo de mi familia no lo lograría. Además, me permite enseñarle a mi hija (de 8 años) que lo que ella quiera hacer lo puede lograr. Cuando crucó el país a lo ancho, al llegar a la meta, la abrazé y le dije al oído que los sueños se hacen realidad", dijo la mamá de María Fernanda y esposa de Federico Escalante.

Además de su marido y su pequeña, a Ligia la acompañan en el camino una cuñada, un sobrino y una masajista.

En la mira está Tiquicia a lo largo, pero lo más importante es que los sueños están para cumplirse, dijo.

ritorio nacional a lo largo?

"Seguramente va a ser en octubre, porque será en el Caribe y queremos que sea en verano. La idea es empezar en Bribri o en Gandoca de Limón y terminar en Calero, en la frontera norte. Serían unos 350 kilómetros y esperaría durar unos 3 días", dijo.