

El sacrificio y sus frutos de bronce

➔ El guipuzcoano Markel Alberdi es tercero en el Campeonato de España tras una preparación durísima

REl reportaje

Germán Melero

Donostia

➔ En medio de la inmensidad de la estación de esquí de Sierra Nevada se esconde un 'cuartel general'. En él se enclaustra Markel Alberdi (Eibar, 1991) junto a sus compañeros de equipo durante tres semanas. Ejercicios aeróbicos, días y días de concentración, gimnasio, piscina... Y tres salidas para tomar el aire en 21 días. Aunque la descripción se ajuste más a una penitencia, se trata de la preparación de los nadadores de cara a la temporada recién comenzada. Todo gira en torno al Mundial que tiene lugar el próximo verano en Kazán (Rusia), del 24 de julio al 9 de agosto.

Y entre el sacrificado entrenamiento de Sierra Nevada y la cita rusa del verano que viene, el calendario ofrecía la posibilidad de entonarse con el Campeonato de España de Invierno, celebrado es-

"En tres semanas hemos salido tres veces", relata el nadador guipuzcoano

te pasado fin de semana en Sabadell. Y el guipuzcoano Alberdi ha firmado unos resultados extraordinarios, entre los que resalta esa medalla de bronce en 100 libres, que además le proporcionó batir el récord de Euskadi en la especialidad.

Sin embargo, "este Campeonato estaba pensado para seguir con la preparación, primero para el Open de marzo y luego para el Mundial", reconocía a MD Markel Alberdi. Ni siquiera se había puesto objetivos para la cita de Sabadell: "Bajamos de Sierra Nevada y al día siguiente empezada el Campeonato", confirma, relatando las tres semanas vividas en la estación de esquí. "Siempre es duro. Hemos salido tres veces del edificio, con muchas horas de entrenamiento. Todo el tiempo libre es para descansar porque estás hecho polvo", relataba el eibartarra.

Todo ello invitaba a pensar en una actuación de andar por casa en las piscinas de Sabadell. Nada más lejos de la realidad. Confiesa Alberdi que "tenía incertidumbre porque no había competido este año todavía, tenía sensaciones raras al principio porque me notaba



Markel Alberdi ha completado un brillante Campeonato de España de invierno en Sabadell tras una dura preparación

FOTO: BIDASOA XII

SU CAMPEONATO DE ESPAÑA

- Tercero en 100 metros libres y récord de Euskadi
- Cuarto en 50 metros libres y récord de Gipuzkoa
- Finalista en 200 metros libres
- Octavo en 50 metros mariposa
- Cuarto en relevos 4x50
- Cuarto en relevos 4x100 libres
- Quinto en relevos 4x200 libres

poco ágil", explicaba, argumentando que "no hicimos velocidad, ni pesas. Pero bueno, los tiempos han sido buenos y las marcas personales, mejores. El balance es positivo", admite satisfecho.

Markel Alberdi forma parte del Bidasoa XXI, club que ha destacado en aguas catalanas este fin de semana, por ejemplo, con dos cuartos puestos y un quinto en los relevos, en los que ha participado Alberdi, claro. El guipuzcoano apunta que fue "una pena" no lograr una posición mejor en los relevos, "pero en general hemos mejorado todos un poco, cada uno en su terreno", matiza. Alberdi sos-

tiene que "estoy a gusto" en el club guipuzcoano, en el que lleva muchos años, y destaca que "el ambiente que hay no lo veo en muchos sitios. Y la competitividad que hay por hacerlo bien también es grande", afirma.

Tres horas de agua, 45 minutos de abdominales, dos horas de gimnasio y dedicación a los estudios para licenciarse en ingeniería mecánica. Este es el día a día de Markel Alberdi en Madrid, donde reside, aunque esté matriculado en Donostia. Precisamente esto es lo que "se me hace más duro, estudiar por mi cuenta", reconoce el nadador.

La natación en Gipuzkoa

La natación es uno de esos deportes anónimos en Gipuzkoa que trata de no ahogarse ante la preponderancia de otras especialidades. Y por supuesto que Alberdi

tiene una opinión al respecto, lanzando que "yo siempre he nadado porque me gusta, por el ambiente que hay en los clubs y en las piscinas. He tenido suerte porque siempre he ido a más, nunca he tenido un bajón", dice, reflexionando que "la gente lo suele dejar en cuanto comprueba que no es un deporte mayoritario. A mí me gustaba y además era malo a todo lo demás", admite entre risas, para aseverar luego que "poco a poco te exigés más y así es como llegas a alcanzar las metas que te propones", expresa el eibartarra.

Estará en Navidad

Markel Alberdi estará en Gipuzkoa para participar en el clásico Torneo de Navidad, que siempre presume de un nivel de campanillas.

Aunque en un principio no estaba prevista la presencia del flamante bronce, finalmente ha cambiado de opinión. Estará en la tierra que le vio nacer del 19 de este mes hasta el 2 de enero. "Tendré que entrenar, pero al menos es en

Alberdi confirma presencia en el Torneo de Navidad que se celebrará en Gipuzkoa

casa", expresa. Asimismo, establece que "como para el entrenador no es una cita importante, no lo podré preparar bien. Yo iré lo mejor que pueda. Siempre me ha gustado el Torneo de Navidad y trataré de hacerlo lo mejor posible", promete.

Mireia Belmonte, ejemplar

Ha nacido una estrella de las balsámicas aguas de las piscinas. Mireia Belmonte, protagonista del Mundial recién finalizado, es ejemplar para Alberdi, que ha compartido entrenamientos con ella en la selección estatal.

"Su Mundial ha sido espectacular, ha vuelto a derribar barreas", opina Alberdi, que lanza: "Si le pones en una final masculina, ahí andaría dando guerra. Son impresionantes las ganas de mejorar que tiene. Cuando todos los demás hemos entrenado, ella sigue nadando. Cuando la gente me pregunta qué pienso de ella, digo que hay que verle en directo para saber realmente lo que hace. Cualquiera no aguanta física y mentalmente lo que aguanta ella", explica este guipuzcoano que acaba de recoger frutos de bronce •