

ENTREVISTA A LA NADADORA DE AGUAS ABIERTAS, ESTHER NÚÑEZ

Esther Núñez, la gran ultra fondista española, 2 veces ganadora de la copa del mundo de maratones acuáticos y subcampeona el año pasado, disputó la travesía Peñíscola Benicarló, cuando aún era una promesa de la natación, obteniendo 2 victorias consecutivas.

Junto a David Meca es la más ilustre de los nadadores que están en el palmarés de la travesía que organiza todos los años el Club Natació Benicarló.

Esther es una gran especialista en ultra fondo de aguas abiertas y nada pruebas en la copa del mundo que, en ocasiones, pasan de los 80 Km.

Amablemente ha aceptado responder a un pequeño cuestionario que le hemos planteado sobre la travesía y sobre la natación de aguas abiertas.



FOTO DE LA TRAVESÍA DEL AÑO 2000, ESTHER NÚÑEZ A LA DERECHA

Aquí os mostramos la entrevista:

CNB : *Ganaste las ediciones de los años 1999 y 2000 de la travesía Peñíscola Benicarló, ¿qué recuerdos tienes de aquellas participaciones ?.*

Esther: *Tengo muy buenos recuerdos de esas dos carreras. Eran mis inicios, después empecé a viajar más y no pude volver. Me acuerdo que la gente era muy acogedora y la organización muy buena. En la primera carrera en la que participé, conocí a una chica Argentina que también fue a competir; unos años más tarde, la volví a encontrar en mi primera Copa del Mundo en Argentina. Ahora somos muy buenas amigas. Viví muy buenos momentos, allí conocí a gente que después seguí viendo muchos años en travesías.*

CNB: *¿Aconsejarías a los que se inician en las aguas abiertas la participación en travesías similares?, o ¿es más recomendable para los principiantes empezar nadando travesías más cortas?.*

Esther: *Creo que cada vez se estila más nadar carreras largas, de más de 3km, aunque sean principiantes. Peñíscola-Benicarló es una carrera*

buena siempre que se tenga un poco de experiencia en nadar en el mar.

CNB: Este tipo de travesías marítimas como la nuestra, de 8500 metros, ¿qué tipo de preparación requieren?, me refiero a los Km de entrenamiento semanales mínimos recomendados para no pasar apuros al disputarla.

Esther: Lo recomendado para afrontar una travesía de 8500mts, sería hacer sesiones de entrenamiento que superen los 4000mts/4500mts, para acostumbrar al cuerpo a nadar mas de una hora en una sola sesión. Si se puede hacer alguna sesión para probar de más de 6000mts, mejor.



CNB: Además de competir con éxito en los maratones acuáticos de la copa del mundo, durante la temporada, ¿tienes tiempo para participar en alguna otra prueba de aguas abiertas en territorio español ?

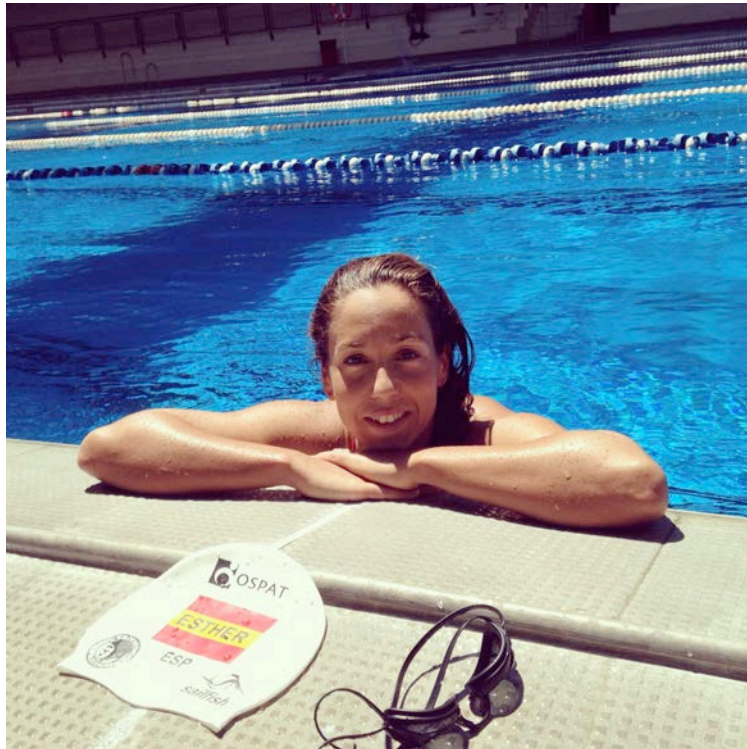
Esther: Siempre que puedo trato de competir al máximo en España. Me gusta hacerlo y extraño no hacerlo.

CNB: Las fechas de la travesía interfieren con las competiciones de la copa del mundo y no te permiten participar, ¿piensas que, algún día, en Benicarló podremos disfrutar de tu presencia otra vez disputando esta travesía?

Esther: Muy a menudo recuerdo la travesía, la comento con mis allegados y pienso en volver. No hay duda que lo voy a hacer en cuanto tenga oportunidad.

CNB: Este año la travesía cuenta, como gran novedad en la dirección técnica, con el 2 veces olímpico de aguas abiertas español, Kiko Hervás, ¿qué crees que puede aportar Kiko, con su experiencia, en la organización de la travesía?

Esther: Kiko es un gran amigo que tuvo la oportunidad de competir en las grandes carreras que hay en aguas abiertas. Tiene mucha experiencia y sin duda va a saber dejar la travesía en lo más alto.



CNB: Con toda la afición que hay a la natación de aguas abiertas, con la popularidad que está adquiriendo también el triatlón etc.. ¿por qué crees que no tenemos en España más que unos pocos competidores de nivel en esta disciplina tan hermosa de la natación?

Esther: Es cierto que cada vez hay más afición a las aguas abiertas, sobre todo en lo que tienen de algo extra. Quiero decir que se ha convertido en un deporte muy popular a modo “desestresante”. También es verdad que es un deporte muy sacrificado y necesita mucha dedicación y puede que haya deportistas que no estén dispuestos a eso. Los que están dispuestos al sacrificio, a la constancia y al sufrimiento, muchas veces se pierden en el camino por falta de recursos. Creo que habría que empezar por ahí, una buena estructura desde arriba.

CNB: ¿Qué recomendarías a los clubes y a los estamentos federativos para potenciar tu especialidad?

Esther: A los clubes y entrenadores les recomendaría confiar un poco más en las aguas abiertas, que hagan un plan para competir de manera nacional e internacional. Todo esto es posible si la federación hace una planificación especial para estos deportistas y destina tiempo para ellos.

Muchas gracias Esther por tus respuestas, te deseamos la mayor de la fortuna en tus pruebas de la copa del mundo.