

GENERACIÓN JASP*

AGENDA

«Seguro que viene una buena generación de atletas jóvenes»

ALEJANDRO DEL POYO, ALUMNO DE 4º DE ESO EN EL TAJAMAR (MADRID) ES CAMPEÓN DE ESPAÑA DE LANZAMIENTO DE MARTILLO EN CADETES

JAVIER MUNERA

Cuando tienes 15 años, lanzar una bola de acero de cinco kilos a 59 metros de distancia, te convierte en campeón de España de lanzamiento de martillo en categoría cadete. De esta marca se siente muy orgulloso Alejandro del Poyo, alumno de 4º de ESO del Centro Cultural y Deportivo Tajamar: «Empecé a practicar atletismo por mi hermano, que compite en salto de pértiga».

Y así, picoteando de varias disciplinas (lanzamiento de peso, de disco...), se especializó en martillo. La mayoría de centros educativos cuentan con unas porterías, unas canastas o una red de voleibol, por lo que la tendencia de convertir el

«Si tienes buena técnica, puedes lanzar más lejos que chicos más grandes que tú. Pero necesitas ser más fuerte a partir de cadete»

«El Consejo Superior de Deportes tiene que promocionar más el atletismo. El fútbol y el basket ya tienen mucha difusión»

fútbol o el baloncesto en deportes mayoritarios es lógica. Sin duda, el hecho de que las pistas del Tajamar cuenten con dos jaulas de lanzamiento motiva a los jóvenes a practicar deportes menos conocidos. Estas buenas infraestructuras han servido, además, de campo de entrenamiento para las figuras emergentes de estas pruebas, como Javier Cienfuegos, plusmarquista mundial *junior*.

«Cienfuegos ha hecho casi todos los récords en esta pista. Me gusta mucho como lanza, es muy bueno», cuenta Alejandro. Con un referente tan cercano, no es de extrañar que los chicos se interesen por seguir sus pasos. Junto a Alejandro entrenan otros cuatro compañeros a las órdenes de Lázaro Linares, pero, de momento, no cuenta con un entrenador personal. Cada semana entrenan

unas cinco horas, combinando tandas de musculación en el gimnasio con ejercicios para perfeccionar la técnica, base de esta especialidad atlética: «Cuando eres pequeño puedes lanzar más lejos que chicos más fuertes, siempre y cuando la técnica esté muy perfeccionada. En edad juvenil, el martillo pesa seis kilos, y ahí, si no tienes fuerza, puedes hacer un lanzamiento técnicamente perfecto, pero no llegarás muy lejos».

De momento, tiene cuatro años por delante para compaginar estudios y competiciones. Dar el salto a la universidad y ser un deportista de élite puede convertirse en una mezcla complicada de digerir, pero a Alejandro no le faltan ganas: «Me gustaría llegar a categoría absoluta y también quiero estudiar Biología. Por eso, es mejor ir paso a paso. Hasta ahora, me gusta lo que hago y progreso más cada día. Eso es muy importante, porque, si no, te quemas pronto», dice el atleta.

Vivir en Madrid puede ser ventajoso en ese sentido, ya que existe un Centro de Alto Rendimiento en Ciudad Universitaria, junto a la Residencia Blume, hogar de las jóvenes promesas del deporte, donde vive Cienfuegos precisamente, que tuvo que dejar atrás su Extremadura natal. Cuando Alejandro deje la categoría cadete este año, las marcas podrán computar para los torneos internacionales e intentará lograr la mínima exigida para participar en el próximo Europeo, aunque reconoce que será muy complicado, ya que «algunos tendrán dos años más que yo y, por tanto, harán mejores marcas».

Por lo general, los atletas de élite en España tienen bastante edad. Por ejemplo, el capitán del equipo nacional en los últimos mundiales de 2009, y europeos de 2010, fue Manolo Martínez, lanzador de peso que cuenta con 36 años. O Marta Domínguez que, a sus casi 35 primaveras, no deja de subirse al podio. Pero es necesario para continuar por la senda de estos campeones que las instituciones mimen a chicos y chicas como Alejandro: «El Consejo Superior de Deportes tiene que incentivar la práctica de todos los deportes. Yo creo que ahora viene una buena generación de atletas, pero faltan medios y una mayor difusión».



Secuencia de un lanzamiento de martillo de Alejandro del Poyo. / JAVIER MUNERA



→ **Un grande del cómic en cine.** Santiago Segura no sólo es el actor que da vida a Torrente. Al cómico madrileño de vez en cuando le gusta meterse en la piel de otros personajes que tengan para él un atractivo especial. Es el caso del dibujante de cómics Manuel Vázquez (1930-1995), considerado uno de los grandes del tebeo español y creador de personajes como Anacleto, Agente Secreto o el Abuelo Cebolleta. El biopic *El gran Vázquez*, dirigido por Oscar Aibar, puede verse estos días en los cines.

→ **El museo en el que mirarnos.** Con la nada despreciable cifra de 70.000 visitantes desde que se inauguro hace apenas dos meses, el Museo de la Evolución Humana (Paseo Sierra de Atapuerca, s/n) se ha convertido en la mayor atracción de ocio de Burgos. Su precio oscila entre los 6 y 4 euros la reducida y entrada gratuita a menores de 8 años. También existen entradas combinadas de entre 14 y 8 euros que permiten, además de recorrer las instalaciones, realizar excursiones a los yacimientos de Atapuerca. Para más información, podéis visitar la dirección www.museoevolucionhumana.com.

→ **Periodista muy romántico.** El Museo del Romanticismo de Madrid (San Mateo, 13), acaba de inaugurar la exposición *Larra, XIX cajas*, una selección de 19 objetos que pertenecieron Mariano José de Larra, arquetipo de escritor romántico que, tras pseudónimos como *Pobrecito Habladur* o *Figaro*, cargaba en las gacetas madrileñas contra la sociedad y las costumbres de principios del siglo XIX. Su trágico final —se disparó el 13 de febrero de 1837 con tan sólo 28 años— le aseguró un lugar de honor en el panteón de los malditos. La muestra se puede ver hasta el 23 de enero.

→ **Tote King, en directo.** Al rapero sevillano no le gusta ni Facebook, ni Tuenti, ni Twitter. Al menos, es lo que deja claro en su último single *Redes sociales* que pertenece al que será su próximo álbum *El lado oscuro de Ghandi*, el quinto de su carrera. El disco se publicará el próximo 5 de octubre, que coincidirá con una gira de presentación que pasará por Getafe (Open Air) el 2 de octubre, Leganés (Fnac Parquesur) el 5, Barcelona (Fnac El Triangle) el 8, y Málaga (Fnac Málaga Plaza) el 12 del mismo mes.