

ATLETISMO: DEPORTE INDIVIDUAL, LABOR DE EQUIPO

Saludos, compañer@s. Recién llegado de Salamanca donde hemos participado en el Campeonato Autonómico de Veteranos de Campo a Través, en el que se han logrado varias presea a nivel individual y trofeos por equipos, tanto en categoría femenina como masculina, me ha hecho reflexionar y decidir escribir este artículo de opinión sobre la paradoja que versa el título del mismo.

Cuando uno se encuentra bien de forma, habitualmente se prepara algún objetivo puntual o se planifica un calendario concreto. Si es el primer caso, la finalidad suele ser intentar mejorar la marca que se proponga, por ejemplo: preparar un diez mil, una media maratón o un maratón. Y si es el segundo, se busca una regularidad durante un período de tiempo, como podría ser participar en buena parte de las carreras que tenemos a nuestra disposición, en las que varían las distancias y has de ser un todoterreno.

Cuando tu estado de forma no es bueno o no estás preparando nada específico o participas en una carrera en la que no tienes ningún propósito personal, te pones a disposición del club al que perteneces o de un amigo para intentar lograr su meta. Ahora, su meta es tu meta. En este momento, te transformas de caballero andante a fiel escudero. Tus pensamientos se centran en ayudar al compañero o amigo que llevas al lado: marcarle el ritmo sin llegar a afixiarle, darle referencias de tiempos y distancias para que él no tenga que perder el tiempo en ello, quitarle el aire en caso de haberlo, acercarte al avituallamiento si fuera una carrera que los tuviera, en los momentos complicados alentarle con palabras de ánimo,...

Practicas un deporte individual, porque nadie corre por ti. Son tus piernas las que avanzan por el recorrido, son tus pulmones los que se agitan con la respiración forzada, es tu corazón el que bombea continuamente sangre a todo tu cuerpo,... pero no corres para ti, sino que lo haces para ese compañero o amigo que llevas a tu lado, que vigilas de reojo para ver cómo va, si aguanta o está pasando una crisis.

Por supuesto no olvidar a esos compañeros que están viendo la carrera, que se sitúan en puntos estratégicos para que te sientas en todo momento acompañado, que te animan con sus voces y sus gestos, que se ponen en paralelo contigo durante unos metros para que no decaiga tu ritmo y sigas adelante. Esas palabras de aliento que oyes, tales como “vamos, vamos”, “venga, que le tienes ahí”, “sigue así”, “muy bien”, “ya está la meta”, “últimos metros, tira”,...

Y ya no decir nada de cuando suben al podium los premiados, oír como tus compañeros, mezclados entre el resto de público, no paran con sus vítores y aplausos y te felicitan cuando bajas del cajón.

Tanto ser caballero andante como fiel escudero tiene su grata recompensa, ya que en una has luchado por intentar conseguir tu objetivo, y en otra has ayudado a tu compañero o amigo a lograr su propósito. Ambas te dejan buen sabor de boca, ambas te aportan satisfacción y ambas son el claro reflejo de la compatibilidad entre ser un deporte individual y realizar una labor de equipo. Esta es la grandeza de nuestro deporte, el **ATLETISMO**.

Jesús Centeno