

1... 2... 1, 2, 3, 4...

1... 2... 1...

1... 2...

1... 2...

1... 2...

1... 2...

1... 2...

¡Hilómetro 42!

Lo dicho, continuó Yoceba.

Se incorpora desde muy, muy lejos.

¡Muy lejos!

¡Sí, yes!

Ahí en de los mares.

Que vaya sitio además, ¿eh?

Es uno de los sitios más espectaculares que hay en La Tierra.

A mí, de los sitios que más me gustó.

Porque a mí me flipas.

O en el guiros tú ahí.

Sí, yo también. Sí, sí, increíble.

Los dolomitas, sí, señor, en los dolomitas está Gemita Martínez.

Hola, Gemma, muy buenas.

Buenas noches, compañeros. Aquí estoy en Dolomitas, ¿cierto?

Estarás. Habrá sido a hacer una prueba de ultra-trail o...

170 kilómetros con 10.000 de desnivela.

Claro, o a subir los puerdos con bicicletas, algo, ¿no?

Nada, nada, nada. Esta vez solo vengo a probar unas gafas.

Las nuevas gafas que ha sacado a Didas, he venido solo a probarlas.

O sea, que... fijaos.

¿Has ido a los dolomitas a probar unas gafas?

No gafas de a Didas.

O sea, no había en la óptica de debajo de casa, no se podía probar.

Pero ¿y eso? ¿Qué pasa?

¿Que hay una visión especial de las cosas o cómo es eso?

Claro, el sol está diferente, pega de otra manera,

hay que ver cómo afectan esos rayos solares a los ojos

y cómo te afecta la hora de correr,

y hay que probarlo todo en todas las condiciones.

Así que me han dicho, ¿ya vienes a probarlo?

Y he dicho, pues, aquí estoy, en los dolomitas.

A poco, ¿eh? Estas a Didas...

Yo la próxima vez que me gradué la vista,

muy era los dolomitas, o sea... Sí, sí.

Cuando tengo de astigmatismo, de mi opinión, pero en los dolomitas,

que es donde hay que mirarlo.

Además, tienes la posibilidad de que te graduan las gafas también para que lleves las gafas de sol con protección, así muy modernas, que te sirven para ir en la bici.

No os preocupéis que tengo preparadas una para cada uno de vosotros para que las probéis. Ya las estoy probando aquí, pero una banda de camino, seguro, para vosotros.

Pero el viaje está incluido también en la prueba...

El viaje no, no.

El viaje de momento, no, pero si os comprometéis, yo os puedo conseguir una carrera por aquí en los dolomitas y venimos los de ustedes a hacerlo.

Eso sí o sí, que ya sabéis que para mí eso no hay problema.

Vale, perfecto. Ya iremos.

Le quería probar las gafas, pero bueno, venga, vamos a una carrera.

Me ha imaginado.

Bueno, hablando de carrera,

hay que hablar evidentemente del récord del mundo de Maratón.

Ayer, en Berlín, un récord muy sorprendente.

¿Por quién lo consigue y por cómo lo consigue?

Yosefa. Sí, estiguise a Sefa, era su tercer maratón.

Es una atleta etíope que en un año y medio ha rebajado 23 minutos el tiempo que tenía en Maratón.

Esto es flipante.

Y ayer, de una forma estratosférica,

consiguió pulverizar el récord mundial,

lo ha dejado en 21.53 y es que además ha rebajado el récord anterior en más de dos minutos.

O sea, que es una auténtica barbaridad,

Chema, lo que ha hecho esta mujer.

Bueno, yo creo que estamos ante una de las gestas del año.

Para mí, esto es la barbaridad.

Lo máximo nivel atlético que podemos,

yo creo que se ha podido conseguir,

pues ha rebajado una pluma marca mundial en dos minutos

para que os hagáis una idea, a 3.08 por kilómetro,

una mujer de 26 años,

como lo hizo, con la manera que lo ha hecho,

con esa autosuficiencia, con su leve personal,

dominando la distancia.

Y también con el puntito de las nuevas zapatillas,

estas de los 500 euros,

las que ha sacado a las Aicero Pro Evo 1,

que parece que también funcionan,

porque ha conseguido esa marca.

Pero vamos, algo exagerado.

Los 138 gramos de las zapatillas y los 500 euros bien pagados,

porque es una marca grandiosa.

Grandiosa, o sea, me parece algo.

Fuera alcance, por supuesto,

estamos hablando de un récord del mundo, dos minutos,

pero yo creo que estamos ante una de las grandes gestas de este año,

y hago que...

Bueno, yo creo inimaginable.

Esto es como bajar de las dos horas en hombres, para mí.

Lo que hablábamos de que Quichóque bajara de las dos horas,

pues para mí es algo parecido.

Este récord, 2.11, 53.

O sea, es que es una auténtica barbaridad.

O sea, un hombre es difícil ganarla.

Yosef, las zapatillas de las que habla Chemita,

cuando hay un récord del mundo, ¿qué sucede con él?

Claro, es que se ha divulgado que estas zapatillas

son de un solo uso, costando 500 euros.

Y no es así la cosa.

Tú puedes usarlas mucho más.

Lo que pasa es que cuando tú bates un récord,

World Athletics, la Federación Internacional,

te requisan las zapatillas y las abre para ver que está todo en orden,

que no tienes ningún elemento que te pueda ayudar a hacer mejores tiempos.

Las abre en canal, quieres decir.

Las abre en canal, sí, y las parte para ver que dentro no hay ningún...

Adiós, zapatillas.

Adiós, zapatillas.

Eso solo cuando consigues un récord del mundo.

Si no, no consigues el récord del mundo, no.

De todas maneras, estamos hablando de unas zapatillas

que cuestan 500 euros,

estamos hablando de una zapatilla que pesa 138 gramos,

con lo cual no te iban a durar tampoco.

Yo se va mucho más de una manatón, o sea, que están en el límite.

No quiere decir tampoco adidas la durabilidad,

pero es una zapatilla que va en el límite.

Estamos hablando de 39 milímetros.

La parte trasera, 33 en la parte delantera,

o sea, que va con unos pocos tancos.

Lleva las suelas estas que se llaman energy routes,

que es la placa de carbono que tiene adidas y lleva poco más.

Es muy minimalista, pero desde luego funciona.
Y lo que han hecho también ha sido el efecto balancín.
Está el 60% de la zapatilla.
Justo en el 60, es donde comienza a hiber de la inclusión
y desde luego vamos, que yo que dure, lo que dure.
Con una vez, como si se las cagan y todo,
yo creo que tiene que estar contenta y la darán más seguro,
a pesar de que solo hay 521 pares en todo el mundo.
O sea, que ha afortunado el que puede hacerse con unas.
¿Y tú tienes unas o no?
No las tengo, las tengo, las he pedido,
pero de momento me han dicho que no.
Bueno, es que tú con lo que corres te duran una mañana.
¿Para qué las quieres?
O sea, si es que tú las vas a desgraciar en una mañana.
Es como cuando eramos pequeños que teníamos ropa de tacuerdas,
y yo se va para los domingos.
Para los domingos.
Eso es la camisa, no, que es la de los domingos.
Pues, claro, estas zapatías son las de los domingos,
pero las de los domingos de una tiradita muy pequeña.
Oye, hay cierta controversia con esta marca,
porque en todo momento la atleta ASEFA fue guiada
o tuvo libres masculinas,
prácticamente hasta los últimos 100 metros.
Entonces, eso ha provocado cierta controversia,
pero la realidad es que ella corrió los 42 kilómetros,
190 y tantos metros, en 2 horas 11,53.
A tres ocho, eso es la verdad.
A tres 08 por kilómetro, y bueno, en estas maratones,
en Los Mayor, hay carreras que sí es cierto,
que saben nombres con mujeres, salvo en Londres,
que salen las mujeres en salidas diferentes,
para que no se puedan aprovechar y no reconoces ese récord,
pero vamos, en cualquier caso, ya sea una mujer,
un hombre, estamos hablando de igualdad,
igual que en Tire delante, el caso es que ha sido capaz de correr
a esos ritmos y ha hecho ese récord que es una auténtica pasada.
Yo, a mí, en eso ya, un poco como que me da igual.
O sea, da igual que te tire una mujer,
y te digo que iba pasando atletas a olímpicos americanos.
O sea, una auténtica barbaridad, lo que ha hecho esta mujer.
Vamos a preguntarle a un atleta que le parece esta circunstancia.
Que, precisamente...

A un atleta que le ha pasado muy mal este fin de semana.

Eso es.

Porque vamos a recordar que era la última prueba del Mundial de Triatlón en Pontevedra, se ha disputado de diferentes categorías y entre ellas la Paralímpica y ella estaba a Susana Rodríguez cuatro veces campeona del mundo.

Solo cuatro, ¿eh?

Solo cuatro, además de campeona olímpica, como vimos en los últimos juegos.

¿Qué le pasó a Susana?

Bueno, pues que tuvieron que una pequeña maniobra y, al parecer, obstaculizaron a un tan de masculino, ella y su guía, y les obligaron a parar para cumplir una sanción.

Y cuando fueron al punto donde tenían que cumplir una sanción, ¿qué sucedió?

Pues que la oficial que tenía que cronometrar la sanción no estaba.

Con lo cual el tiempo fue corriendo, corriendo, corriendo.

Y, al final, Susana se quedó de esta guisa.

Es muy triste que haya oficiales controlando las carreras que no saben qué es lo que tienen que hacer.

Y, luego, pues, también es muy triste que la aceración internacional de Triatlón, que tanto presume de igualdad y de que el deporte femenino se trate igual que el masculino, es una vergüenza que nos ponga una sanción por bloquear a unos chicos que tenían por dónde pasar.

O sea, es increíble.

Vamos, estaba la pobre desconsola, ¿eh?

Es que estaba en su casa, la pobre.

Claro, estaba en Pontevedra y ella es de Vigo.

Susana.

Hola. ¿Qué tal? ¿Estás mejor?

Sí, sí, obviamente, que va pasando el tiempo y, bueno, empiezas a ver las cosas de otra manera.

Al momento no vuelven y va a volver nunca, pero, bueno, ya hay que mirar hacia adelante y, bueno, parte de la historia, ya.

Pero me parece muy bien la reivindicación y la fuerza de tu reivindicación, ¿de verdad?

Bueno, la verdad que yo no esperaba que esto pudiera ocurrir en un campeón a todo el mundo.

Son carreras que, bueno, cuando tienes una sanción, la tienes que cumplir en el mismo segmento donde la cometes, con lo cual en bici la tienes que cumplir en bici.

Y que llegues allí y que la persona que debe estar preparada

no tenga ni un cronómetro, esté, pues, mirando el móvil,
que le digas el número que tienes y la sanción que tienes
que cumplir y que te diga no, la puedes cumplir en la carrera pies.
Es, en ese momento, una confusión muy grande,
porque yo tuve la oportunidad de hablar con ella.
Ella me dijo que conocía el reglamento,
que lleva 15 años trabajando como oficial
y que, bueno, pues que se disculpaba, que se había confundido.
Pero bueno, al final, sí, es un error humano,
pero creo que nunca en todo el mundo, pues, no sé,
tendrá que haber dos personas haciendo el mismo trabajo
para que entre una y otra se minimice en este tipo de errores.
Pero bueno, es que no me lo puedo ni creer.
En 13 años nunca había tenido una sanción.
Mi guía en 20, que lleva haciendo triatlón,
en Pontevedra se echaron muchísimas y aún encima, pues,
con este problema, cambió todo lo que vino después,
porque te saca de carrera y, la verdad,
que en ningún momento fui capaz de volver
y hice lo que hice gracias a la gente que estaba, bueno,
pues, animando en Pontevedra que nunca fallan en eso.
Ehh, estábamos hablando de...
Está chémita de los dolomitas, chémita.
Es que para nosotros, Susana sigue siendo, para Juan,
para mí sigue siendo la campeona del mundo,
a pesar de este error, para Chema, ¿no?
Porque ya sabes que le caes mal y entonces,
como no quiere entrenar consigo, pues pasa lo que pasa.
Chema, ¿di?
No, yo la quiero decir que se venga arriba,
que se anime, porque para nosotros sigue siendo lo que decías,
tú y yo, la que es la campeona, para nosotros,
como si hubiera ganado, y que ya se puede poner las pilas,
porque yo ya estoy como una moto
y ya que en el próximo 10.000 se hagamos juntos,
ya puede correr, porque eso 40 minutos lo vamos a pulverizar,
que yo estoy corriendo mucho más rápido
y que se tiene que venir arriba, porque, va, se nos tiene a todos,
y es una máquina y de estas situaciones vas a ir reforzada,
como siempre, y seguro que hubo la conquista,
ha conquistado otra medida de oro, vamos,
segurísimo, y para nosotros sigue siendo la campeona, suena.
Bueno, está claro que de estas experiencias se aprende, ¿no?
Y que pasan los días y lo ves con otra perspectiva,

y yo lo que quiero ahora es, bueno,
pues, un poco reivindicar lo que ha ocurrido
y proponer algunas soluciones que puedan hacer
que esto no vuelva a ocurrir, ¿no?
Porque, a raíz de este comentario mío,
me escribió una compañera de Gran Bretaña,
que, bueno, es de otra categoría, pero que algo parecido,
le ocurrió en los juegos de Tokio, ganó un bronce,
pero podía haber sido una plata con oro,
y la verdad que iban los juegos con lo que ellos suponen,
la preparación que supone, tú bien lo sabes,
y llegar allí, ¿no?, y que por algo que no depende de tu físico,
pues, las cosas cambian así, bueno, es muy frustrante,
pero, bueno, estoy segura que, según pase el tiempo,
voy a salir fortalecida de esto.
Susana, te preguntaba, Juan,
antes por el récord de Tiguisse Azefa,
¿tú eres muy experta en todo esto?
¿Cómo ves este tipo de marcas?
Bueno, me parece estratosférico,
es una marca que, bueno, pues, como estaba en el comentario,
incluso a nivel global,
incluyendo masculino y femenino, es de locos.
Bueno, a ver si algún día tenemos la oportunidad
de probar las zapatillas, que se deben ser increíbles.
Sí.
Pero, bueno, no todas las zapatillas, ¿sí? Hay que correr y...
Claro, claro.
Y me parece increíble.
La verdad que el fin de semana, con toda la competición,
estuve un poco... bueno, a otras cosas.
Pero, cuando me enteré, pues, me pareció de locos, ¿no?
Y seguramente pueda optar a mejorarlo
o volver a poner los límites todavía más lejos.
Susana, que tuviera de liebres chicos,
que lo estábamos comentando antes,
para ti, algo normal.
¿Lo hubieras preferido que no fuera así, o cómo lo ves?
Bueno, yo creo que, independientemente de que las liebes sean chicos,
que la marca hay que correr para hacerla.
Y bueno, creo que...
Para mí no le quitan ni le restan ningún valor.
Y me parece que es increíble.
Y bueno, al final, si ella hace el record del mundo femenino,

sería complicado, ¿no? Que tuviera liebres mujeres.

Tendrían que, supongo, hacer unas distancias mucho más cortas.

Claro.

Bueno, la verdad que la felicito

y también adidas por dar un paso adelante en la tendología,
y hacer, pues, llevar los límites siempre un poquito más allá.

Un abrazo, Susana, un beso enorme.

Muchas gracias a vosotros.

Un beso, un súper beso, Susana. Un súper beso y nos vemos prontito, ¿eh?

Nos vemos más pronto que tarde, Chema.

Ahí, ahí, ahí. Muy bien.

Adiós, hasta luego.

Antes de las preguntas, solo déjame decir que se ha disputado en Madrid
la primera carrera solidaria de Chris contra el cáncer.

Se han corrido niños y niñas enfermos.

¿Sabes que yo lo demás te he eché? Lo cedí.

Sí, por eso quería decirlo, sí, enfermos, médicos, investigadores
y un tal... Chema Martínez, hasta de esa carrera.

Qué grande, sí, señor.

Chemiita, ¿se hace entramiento de fuerza en semanas de descarga?

No, entiendo que esas semanas, para descansar un poquito
y saber que sea una fuerza un poco residual, no habría que hacer.

Corriendo 40, 50 km a las semanas,

¿necesaria la serie de descargas cada tres o cuatro semanas?

Me imagino que habla de masaje, recuperación.

Yo la seguiría incorporando para seguirlo teniendo nuestras rutinas,

para no olvidarse, porque muchas veces cuando descansamos

hay veces que aparecen las lesiones, las contraturas,

así que yo sí la seguiría recomendando.

Para hacer 1.45 en medio maratón,

¿cuántos kilómetros son aconsejables semanalmente?

1.45, me voy a responder yo.

1.45, semanalmente...

unos 25 kilómetros, ¿semanales?

¿Alguno más? No, más, más.

Sí, alguno más, sí, un poquito más.

Por lo menos llegar a 40, entre 40 y 70 kilómetros en esa horquilla,
yo creo que estaría... ¿1.45 en medio maratón?

¿Mucho? Siempre.

Para 1.45. ¿Para ahí mejor preparado, Juanma?

Para ahí mejor preparado. 1.52 y... no sé.

Pero es que tú tienes una genética de...

Bueno, bueno, bueno, bueno.

Eso es una barbaridad, eso entre 70 kilómetros para una maratón,

no para una media maratón, por favor.
He hecho una horquilla, una horquilla en esa distancia.
O sea, bueno, con 40 kilómetros podría valer.
Lo admitimos 40, yo creo que estaría bien.
¿Y la última? ¿Puedo en popular correr un maratón
con zapatillas ilegales? ¿Tendría problemas?
A ver, estamos hablando de que utilicen una sola de más de 4 centímetros.
Yo creo que ni siquiera se lo van a mirar.
Los profesionales sí que es cierto que lo miran todo, pero vamos.
De hecho, hay gente que corre con las zapatillas y no pasa absolutamente nada.
Si tú quieres darle la amarga a una de esas zapatillas, las he hecho.
¿Te sientes bien? ¿Por qué no?
Traen unas gafas, Chemita.
Vamos, preparado. El lunes que viene las tenéis, llevo las gafas.
Un abrazo, hasta luego. Un beso, chao, chao.
Hasta mañana, chao.
Subtítulos por la comunidad de Amara.org