

La pizarra de los deseos Hoy le toca a Juan David Hernández, bronce en el Nacional por clubes

► El joven nadador del Club Natación Galaico Pontevedra presume de podio nacional y gallego. Su especialidad es la braza, en la que quiere ser un consumado especialista. Su reto en 2016 se sumará más medallas

«La motivación es fundamental, a mí siempre me divierte competir»

TEXTO: HÉRI

EN LA GENERACIÓN junior de nadadores del Club Natación Galaico Pontevedra es uno de los que más está destacando. El joven competidor de la especialidad de braza y estilos nació en Colombia, concretamente en Bucaramanga, pero con menos de un año se trasladó con sus padres a vivir a Galicia, y en concreto en Pontevedra. De pequeño ya le llegó su afición por la natación. En el pasado año fue medalla de bronce en los 100 braza del Campeonato de España por clubes, celebrado en Cádiz, y en el Campeonato Gallego de verano consiguió el mismo metal pero en el doble hectómetro de braza.

¿Cómo comenzó su afición por la natación?

Me inicié en la natación con siete u ocho años porque mis padres querían que practicara alguna modalidad deportiva y empecé haciendo varios deportes. Poco a poco fui descartando y quedándome con el atletismo y con la natación. Sería a partir de los 13 años cuando ya me centré en la natación.

¿Por qué se ha centrado en la especialidad de la braza?

Está claro que mi especialidad favorita es la braza, además de los estilos y, de manera secundaria, la mariposa. La braza es un estilo muy completo y siempre destaqué a medida que pasaban los años, con lo que ya me fui amoldando

más y más a esta especialidad y además es una de las más exigentes.

¿Qué valor le da a la medalla conseguida en el Nacional por clubes del pasado año?

Guardo con mucho cariño la medalla que obtuve en Cádiz con motivo del Campeonato de España por clubes. Era un objetivo que estaba buscando con ahínco y, por fin, la conseguí. Fue una final de 100 braza intensa. Hice una gran marca de 1 minuto, 8 segundos y 36 centésimas. Evidentemente, siempre quieres un mejor resultado, pero fue una gran satisfacción subir al podio del Campeonato de España. Soy más nadador de fondo que de velocidad, pero en este caso, la final de 100 braza fue en la jornada final y ahí lo das todo, estás más a tono y porque además tenía una marca acreditada para hacer medalla. Entonces no fallé.

¿Cuáles son las metas que se marca en 2016 ya en la etapa de categoría junior?

Los objetivos que me marco son, primero, en el Campeonato de España de invierno, clasificar-

Tengo claro que el día de mañana quiero ser un gran nadador. Deseo ser un competidor de élite

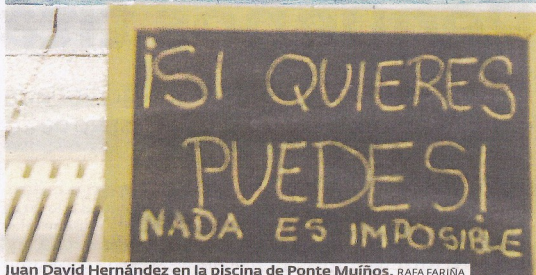
me para una final, teniendo en cuenta que afrontó la temporada de la categoría junior y aún soy nadador de primer año. La cita va a ser en Tarrasa. En la temporada de verano ya se hacen clasificaciones por edades, y entonces ahí si tengo opciones de poder llevarme medallas. No es imposible y quiero acercarme lo máximo posible a la mejor marca que tengo. Seguiré afrontando los 100 y los 200 braza, además de 200 estilos.

¿Cómo define la generación de nadadores de su edad en el club?

La generación del Club Natación Galaico de nadadores nacidos de 1998 a 2000 está siendo muy buena, está ofreciendo buenos resultados. Ahí está el ejemplo de Águeda Cons, pero también está Cibrán Leal, que es otro especialista en braza.

¿Que factor considera fundamental para seguir enganchado a este deporte?

Tengo claro que el día de mañana quiero ser un gran nadador. Deseo ser un competidor de élite. Es complicado porque debes exigirte mucho a nivel de entrenamientos y también contar con mucha suerte, pero no es imposible. Lo que más me llama la atención de la natación es disfrutar en el agua y yo siempre lo hago. La motivación es fundamental. A mí siempre me divierte competir. Ver que eres capaz de superarte prueba a prueba es lo más satisfactorio.



Juan David Hernández en la piscina de Ponte Muíños. RAFA FARÍÑA

MUY PERSONAL

- **¿Plato favorito?** Cualquier comida italiana.
- **¿Bebida favorita?** Nestea o zumo de plátano.
- **¿Serie o programa de televisión?** La que se avecina.
- **¿Película preferida?** X-Men.
- **¿Actor preferido?** Johnny Depp.
- **¿Actriz preferida?** Angelina Jolie.
- **¿Alguna manía antes de lanzarse al agua?** Rezar.
- **¿A quién retarías en una**

prueba de natación? A mi madre.

► **¿En tu habitación hay un póster de algún deportista?** Ninguno.

► **¿Qué nadadores son tus ídolos?** Michael Phelps, Jéssica Vall, Bea Gómez Cortés y Chano Rodríguez.

► **Si no practicaras natación ¿te hubiera gustado practicar?** Atletismo.

► **El día de mañana ¿me gustaría ser?** Fisioterapeuta.