

El Repliegue Jaume Vallès



GENTE EN LA SOMBRA

AMALIA GARCÍA Y ANTONI RIUTORT

LUCHADORES DE MUAY THAI QUE ACABAN DE OBTENER PLATA Y BRONCE EN EL MUNDIAL DE TAILANDIA



Antoni Riutort y Amalia García ayer sobre el tatami del gimnasio Sensei de Palma. J.V.

“El muay thai tiene la etiqueta de violento, pero no lo es”

“Cualquier persona lo puede practicar. Es más, lo recomiendo ya que tiene muchos beneficios: te relaja y te quita el estrés”

■ Acaban de regresar de Tailandia donde han competido en el Mundial de muay thai. Ella ha sido subcampeona y él tercero. Ambos aseguran que luchan para ser los mejores del planeta y destacan los “grandes valores” que aporta este arte marcial a quienes lo practican. Son Amalia García (Palma, 1981) y Antoni Riutort (Ariany, 1979).

–Se han quedado a las puertas de ser los mejores del mundo.

–Sí. Nuestro objetivo tiene que ser ahora la medalla de oro. Pero en general queremos evolucionar dentro del muay thai para llegar al máximo de conocimientos. No queremos dejar nunca de aprender.

–¿Qué sintieron en la capital del muay thai, Tailandia, al estar en el podio?

–Que ha salido el trabajo que tanto cuesta. Llegar a una final es impresionante. Además –dice Amalia– en la clasificación gané a la anfitriona y favorita, que era la representante de Tailandia. El público me trató como una heroína. Fue algo casi mejor que la plata al tener el apoyo de un público experto.

–¿Qué pasa por la cabeza cuando están en juego las medallas de un Mundial?

–Una alegría y una felicidad inmensa por estar allí. A la hora de luchar fue como un combate más, pero es algo especial. No sé como explicarlo. Disfruté tanto y tenía una alegría interior tal que, claro que quieres ganar al rival, pero sólo el hecho de llegar a la final era ya un gran premio –apunta Amalia–.

–La mente, ¿el rival a batir?

–Los nervios siempre están allí. Impresiona estar en una alta competición. Puedes estar



Riutort y García lucharán por el oro.

muy bien físicamente, pero si no tienes la cabeza donde debes, no harás nada. Un despiste te puede dejar ko en segundos.

–¿Cómo atacan a un rival?

–Cada adversario es diferente y aquí es donde juega un gran papel el entrenador.

–¿Cualquiera puede subir al cuadrilátero?

–No. La presión puede, y mucho. No todos están preparados para competir.

–¿Por qué eligieron el muay thai?

–(Amalia) Empecé en la gimnasia rítmica y también practicaba un poco de natación. De repente un día una amiga que hacía muay thai me invitó a practicarlo. No sabía ni lo que era. Desde que empecé no lo he dejado. Te engancha.

–(Antoni) Corría en bicicleta. Un día, ya con 24 años, decidí probarlo y desde entonces no faltó ni un día.

–¿Tanto te engancha?

–Hay muchas maneras de dar las clases y es lo que te anima a seguirlo o dejarlo. Por lo pequeña que es la isla hay muchos practicantes en comparación con otras ciudades de la Península.

–¿Es un deporte violento?

–No. Tiene la etiqueta de violento, pero no lo es más que otros deportes.

–¿A qué edad es recomendable empezar?

–Todo depende de la manera de enseñar. Yo –señala Antoni– tengo niños de siete años. Obviamente, tienes que adecuar los ejercicios para que no sean de contacto. Se potencian los juegos, la flexibilidad y la coordinación.

–¿Tiene edad el muay thai?

–Por suerte es una disciplina que puedes alargar bastante.

–Si tuviera un hijo, ¿dejaría que practicara el muay thai?

–Sí, sin ningún problema –responde Amalia–. Es un deporte que te da mucho, psicomotricidad, flexibilidad, rapidez, elasticidad. Se aprende a coordinar movimientos y es muy completo.

–¿Es peligroso?

–Como cualquier otro deporte en el día a día. Está claro que en la competición puede llevar unos riesgos o si hay una diferencia notable de preparación en un combate. Los golpes están controlados y las lesiones igual que en otras modalidades.

–¿Cómo lo definiría?

–Como un deporte muy completo que potencia la coordinación y la condición física. Sirve para quitar el estrés.

–Es decir, ¿cualquier ciudadano puede practicarlo?

–Sí. Es más, lo recomiendo. Te relaja después de haber hecho el trabajo. Te descargas mucho y sientes un gran bienestar cuando acabas los entrenamientos. Hay mucha gente que escoge este deporte, no ya para competir sino para perfilar su figura, adelgazar o simplemente para hacer una actividad física.

En breve



SQUASH Jaume Ramis se proclama campeón de España sub'17

► El mallorquín Jaume Ramis se proclamó campeón de España sub'17 en el torneo celebrado el pasado fin de semana en Pontevedra (Galicia). También participaron en el campeonato los mallorquines Marc Soberat y Martí Munar. **B. VICH PALMA**



BALONMANO El Mata de Junc, campeón en cadete e infantil

► El club Mata de Junc certificó su dominio en el Campeonato de Mallorca de balonmano al adjudicarse el título tanto en infantil como en cadete masculino, categorías en las que ha ganado todos los encuentros disputados. Estos dos equipos ya han empezado su preparación para el Autonómico, que se disputará del 15 al 17 de abril en Eivissa. El Santa María será el representante mallorquín en cadete femenino. **REDACCIÓN PALMA**



RUGBY Balears es tercera en el Nacional B sub'18 de Zaragoza

► La selección balear fue tercera en el Campeonato de España B de Comunidades Autónomas sub'20 de rugby, celebrado esta pasado fin de semana en Zaragoza. Balears venció a Extremadura, a la que ya había ganado en la primera fase, por 19-5 y a Navarra por 19-0. Su única derrota fue en la fase de grupos ante Aragón (0-8). **REDACCIÓN PALMA**



HÍPICA Mayol gana el concurso de saltos júnior disputado en Madrid

► El jinete mallorquín Bartolomé Mayol, con Maccaco, se llevó la victoria en las dos pruebas del concurso de saltos internacional junior RACE, disputado en Madrid. Mayol disputa dentro de tres semanas el Campeonato de España juvenil. **REDACCIÓN PALMA**

TENIS DE MESA Marta de la Vega, tercera en el Estatal juvenil

► La mallorquina Marta De la Vega se clasificó en la tercera posición de la categoría juvenil en el Torneo Estatal de tenis de mesa, que se disputó este pasado fin de semana en Valladolid. **REDACCIÓN PALMA**