

ENTREVISTA MANU QUIJERA

De una día para otro, hubo que cambiar la pista por el pasillo de casa, ¿de qué manera estás haciendo más llevadero el confinamiento?

Por suerte, tenemos bastante material para poder hacer distintas cosas aquí en casa. Pero sí que es verdad que no es lo mismo entrenar en casa que en una pista de atletismo y a veces se hace algo pesado entrenar. Pero en general lo estamos llevando bien.

Aunque en condiciones más limitadas, ¿continúas con tu planificación deportiva?

Pues aún no sabemos el calendario de competiciones de este año, por lo que lo que estamos haciendo ahora es entrenar para mantener la forma y no perder mucho, pero como he dicho, al estar la temporada competitiva sin concretar no hay una planificación concreta.

¿Qué tipos de ejercicios puedes hacer en casa?

Tenemos distintos materiales en casa, barras, pesas, balones medicinales... por lo que podemos hacer gran variedad de ejercicios como por ejemplo: movimientos olímpicos (sentadilla, arrancada, pectoral), lanzamientos de balón medicinal, ya que tenemos jardín, saltos, etc.

¿En algún momento has sentido enfado, frustración o desconcierto?

No, por ahora no, lo estamos llevando bastante bien. Somos conscientes de la situación y sabemos que no hay que perder la cabeza, así que estamos tranquilos.

¿Sueles grabarte entrenando? ¿Te ayuda a mantener la rutina, motivarte o motivar al resto de compañeros?

Si, a veces sí, tanto para mi entrenadora Idoia, como para verme como he ejecutado la acción. Pero no es algo que me ayude especialmente en mi motivación y demás.

¿A qué competiciones, de momento, no vas a poder acudir próximamente?

Teníamos que haber asistido a la Copa de Europa de Lanzamientos largos que iba a ser en Leiria (Portugal) y más adelante, ya de cara a la temporada de verano todas las competiciones en los primeros meses se han cancelado y estamos a la espera con qué sucede con las competiciones de los últimos meses.

¿Qué te parece el aplazamiento de los Juegos Olímpicos?

Me parece que es lo correcto, ya que primero es la salud de todos y creo que con la situación que se está viviendo ahora, en unos meses no creo que se vaya a arreglar por completo. Por otro lado creo que es un acierto, ya que no todo el mundo habría tenido las mismas posibilidades de prepararse en las mismas condiciones, ya que hay países que están más afectados que otros.

¿Qué mensaje lanzarías desde aquí al resto de compañeros y deportistas?

Que se mantenga la calma, ya que no podemos hacer nada salvo quedarnos en nuestra casa y esperar que esto se pase lo más rápido que se pueda. Que traten de mantenerse en forma como puedan

A nivel más personal, ¿Cómo estáis viviendo esta situación en casa?

Bien, pensaba que me iba a costar más esta situación, pero al ser consciente de lo que estamos viviendo estoy tranquilo, además porque estamos manteniendo los entrenamientos bastante bien

¿Qué es lo que más echáis de menos?

Sobre todo ir a cenar por ahí con mis amigos o tomar una algo por lo viejo. También ir a entrenar a Larrabide y ver a mis compañeros de entrenamiento.

¿Has encontrado alguna cosa de la que ya no te acordabas?

No, la verdad es que no.

¿Cómo pasáis el rato? ¿Has rescatado algún juego que tuvieras olvidado?

Ahora juego más a la PS4, también me gusta jugar bastante al Póker y estos últimos días hemos empezado a hacer entre toda la familia puzzles de 1000 piezas.

¿Cuál es vuestro pasatiempo favorito?

No creo que tenga uno preferido, sino que disfruto con bastantes cosas como las mencionadas en la pregunta anterior.

¿Cuál es tu opinión acerca de todo lo que está pasando en el mundo con esta enfermedad?

Creo que es una situación excepcional y que creo que se está actuando de la mejor manera posible para poder solucionar este problema cuanto antes. Aunque esto va a acarrear muchos problemas económicos por las medidas adoptadas, pero bueno, veremos que sucede.

¿Ves una salida cercana?

Pues no sé, diría que aún nos queda más tiempo del que pensamos, sí que es cierto que nos estamos acercando al pico de la curva y que cada vez va a ir a mejor.

¿Nos cambiará la forma de ver la vida después de esta situación?

Yo creo que sí, creo que vamos a tener una forma muy distinta de ver la vida después de este tiempo de cuarentena, pienso que vamos a tener que reflexionar acerca de lo que está ocurriendo y cómo se está desarrollando. Creo que en general vamos a ser más solidarios y vamos a tener en cuenta más a la sociedad en la que vivimos a la hora de actuar.

¿Qué es lo primero que vas a hacer cuando se levanten todas las restricciones y hayamos vencido al virus?

Salir de casa, no sé adónde, pero salir de casa.