

# Alcaraz y Jódar entrenan juntos en la Rod Laver Arena antes del Open de Australia

## TENIS

El murciano completa su primera sesión de trabajo nada más aterrizar en Melbourne, junto al jugador madrileño que va a jugar la fase previa

## LA VERDAD

MURCIA. Carlos Alcaraz aterrizó ayer en Melbourne con la energía y la ambición de quien encara el primer gran objetivo del año: el Abierto de Australia, programado para comenzar el 18 de enero. Su llegada marca el cierre de una intensa pretemporada en su casa, el Club de Campo de El Palmar, y el inicio de una semana clave para ajustar sensaciones sobre la superficie de Melbourne Park, antes de que arranque el torneo. También tendrá que cumplir con diferentes compromisos comerciales.

A pesar de aterrizar a primera hora de la mañana, tras el vuelo privado que compartió con Jannik Sinner tras su exhibición del sábado en Corea del Sur, Alcaraz no perdió el tiempo y se marchó a entrenar por la tarde en el mismo escenario donde se disputará el Abierto de Australia. Ese entrenamiento tuvo además un componente emocional y simbólico especial: Alcaraz compartió pista con Rafa Jódar, jugador madrileño de 19 años que esta semana disputará la fase previa del primer grande del año para intentar colarse en el cuadro prin-



Rafa Jódar y Carlos Alcaraz, antes de su entrenamiento de ayer en la Rod Laver Arena. RAFA JÓDAR

cipal de un Grand Slam por primera vez en su carrera.

Llegar a Melbourne y entrenar en la Rod Laver Arena no es un trámite: es una forma de aclimatarse a las condiciones concretas de la superficie, la velocidad de la pista y el ambiente del Grand Slam que inaugura el calendario. Alcaraz ha estructurado su pretemporada desde finales de diciembre para que esta semana sea progresiva: primero el trabajo físico y técnico en Murcia y ahora

**Alcaraz y Sinner llegaron en el mismo avión tras la exhibición del sábado en Corea, demostrando de nuevo su gran relación**

ra el contacto directo con las pistas y el clima australiano.

Además del entrenamiento de este domingo con Jódar, Alcaraz

tiene previsto seguir afinando detalles con sesiones específicas esta semana, incluidos trabajos con otros jugadores de alto nivel, como el que está programado este mismo lunes con Felix Auger-Aliassime, para ajustar el ritmo competitivo antes de dar el salto al cuadro principal.

## Buscando un hito

Este Abierto de Australia representa para Alcaraz varias cosas a la vez. No es solo el primer

Grand Slam de la temporada; es la oportunidad de completar los cuatro grandes, un hito que lo colocaría como el más joven de siempre en hacerlo. Un récord increíble para un tenista que de una precocidad increíble.

Además, llegar a Melbourne en plena preparación y con un plan estructurado y de inmediato entrenar en la Rod Laver Arena, evidencia que Alcaraz no deja nada al azar. Quiere ritmo, sensaciones, adaptaciones reales al juego y continuidad competitiva antes de afrontar un torneo que exige mucha precisión desde la primera ronda.

La llegada a Melbourne, el entrenamiento con Jódar y el plan de trabajo para esta semana conforman un inicio de temporada que no es casualidad: es la manifestación de un objetivo ambicioso y bien estructurado. Alcaraz ha colocado su 2026 alrededor del Abierto de Australia, y desde el primer día en tierra australiana ha demostrado que su enfoque está en competir, calibrar sensaciones y llegar al arranque del torneo con ritmo, confianza y claridad táctica.

## El salto de Jódar

En cuanto a Rafa Jódar, hasta hace unas semanas, el tenista madrileño era estudiante de la Universidad en Virginia, Estados Unidos, y en 2025, solo jugando Challengers desde mayo hasta octubre, ganó tres y subió más de 700 puestos en la clasificación. Disputó la Next Gen ATP Finals, y ganó dos partidos, uno de ellos al después campeón, Tien, aunque se quedó fuera de semifinales por una carambola. En 2026 ha comenzado haciendo final en otro Challenger, en Canberra, y desde este lunes va a disputar la previa del Open de Australia. Tiene un gran futuro por delante.

# Óscar de Francisco y Lorena Ríos ganan el trail de Sierra Gorda

## CARRERAS POPULARES

La prueba de 21 y 12 kilómetros reúne a más de 700 personas que disfrutaron de una soleada mañana en Cartagena

## GASPAR ZAMORA

CARTAGENA. La primera gran carrera del 2026 en Cartagena, la Sierra Gorda Trail, dejó ayer la participación de setecientos corredores en una de las pruebas de montaña marcadas en rojo en el calendario regional. El recorrido de 21 kilómetros lo completaron en primera posición Óscar

de Francisco en un tiempo de 01.30.02 y Lorena Ríos, en dos horas.

La prueba organizada por el club Vista Alegre Trail completó el cuadro de los mejores con Juan Antonio Rodríguez Marchante, del Cartagena Ciudad de Tesoros (1:31.28); y Juan Miguel Conesa (1:31.37). Gloria Alcaraz, del Cartago Atletismo (2:03.10); y Cristina Albaladejo (2:04.30) también acompañaron a Lorena Ríos en lo más alto.

En la distancia Promo de 12 kilómetros quedó primero Agustín Hernández, del Roller Máster (49:56); segundo Angel Castillejo, del Mandarache Cartagena (51.07); y tercero Hassan



Juanan Rodríguez, Óscar de Francisco y Juanmi Conesa, ayer. G. ZAMORA

Mehraz, del Black Panzers (53.30). El pódium absoluto femenino lo conformaron Isabel Pelegrin, del Runtriton (57.33); Marta Sánchez, del Alma Fit &

Healthy (1:02.53); y Sonia Vasquez (1:07.04). Por equipos fueron primeros Vista Alegre Trail y las chicas del Alma Fit & Healthy. Hubo además un reconoci-

**La Ruta de las Fortalezas da el miércoles el primer pistoletazo de salida con la presentación de todos los detalles del evento**

miento para el equipo J. J. Running Team, proyecto que intenta concienciar, poner de manifiesto, dar visibilidad y buscar soluciones a los problemas de muchas familias con hijos con discapacidad. También hubo reconocimiento a la diversidad funcional para Carlos Javier Lucas, Francisco Javier Fernández y Julia Susmozas. Un roscón de reyes puso el broche de oro a una jornada que acompañó también con el cielo despejado y una buena temperatura.

Esta semana, concretamente el miércoles 14, se empezará la cuenta atrás de la Ruta de las Fortalezas con la presentación de todos los detalles. La carrera es el 18 de abril.