



PREMIADOS. Torrent, Castano, Escobar y Maeztu (de izqda. a dcha.), posan con sus medallas. / EFE

Torrent, Maeztu y Castaño. El estribillo de un éxito. Una vuelta para cada uno. El cálido aliento del velódromo les frena. Los alemanes (Bartko, Flust, Lademann y Lampater) despliegan hasta el último de sus resuellos. Saben que España les ganó las dos primeras series y dan las primeras vueltas al ritmo de sus enemigos. Mejor incluso. En el primer kilómetro la duda dura un segundo, el que favorece a los germanos. La carrera parece declinar hacia ellos. Miente.

Escobar, un ciclista asomado a su rueda delantera, que besa con la perilla su tubular de algodón, nivela la pugna mediada la carrera. Las dos selecciones viajan en la misma milésima. Al unísono. Alemania lucha por no empeorar; España, por mejorar. Pura lumbre en la grada, emocionada. El seleccionador, Más, situado en una curva, echa una mirada instintiva al cronómetro y aguijonea a sus solistas. Ahora. A Alemania se le parten las tibias.

El ciclista casual

A partir del tercer kilómetro el aplauso ya sólo cosquillea la piel de los españoles: de Escobar, el doble medallista, el ciclista casual –compró una bicicleta porque no le daba para una moto– que se metió por primera vez en el velódromo de Lérida con 23 años. La ciudad catalana tiene pista, como San Sebastián de los Reyes, el coto de Carlos Castaño. También San Sebastián, la cuna de Asier Maeztu, dispone de un anillo. Sólo Torrent, de Olot, tiene que desplazarse 160 kilómetros hasta las instalaciones de Horta, en Barcelona. A España le salen especialistas en pista allí donde las hay. Y hay pocos y pocas.

Pero buenos. Y con memoria. En el día de bronce, contando aún los latidos del esfuerzo y la emoción, Torrent hizo recuento de su pasado y lanzó la medalla al cielo, al padre que le falta. Y Maeztu, el gigante, le dedicó una lágrima a Braulio, al abuelo que ya no está. Ayer fue el día de la pista, de tantas biografías dedicadas a un deporte invisible, encerrado, marginal, pobre en todo y rico en bronce.

Cogió hace tres años a un equipo desahuciado y lo ha llevado al podio

El secreto de Más

J. GÓMEZ PEÑA ATENAS

Jaume Más, el seleccionador de pista tiene un secreto: «Entrenar con un desarrollo menor; pero a la misma cadencia de pedaleo que en la competición». A 16 segundos por vuelta, mientras que en los campeonatos, con la adrenalina de combustible, bajan de quince. A unas 126 pedaladas por minuto. «Yo lo veo fácil: un diente menos en el piñón y ya está».

No da el porte de un especialista en la prueba del kilómetro, pero lo fue: subcampeón de España. A medida que Jaume Más perdía músculo, aguzaba la vista y el oído. Los tenía bien entrenados de tanto ver y escuchar a su padre, Gabriel Más, un técnico adelantado a su época. «El mejor que ha habido nunca», defiende el hijo. Cuando hace tres años a

Jaume Más le propusieron dirigir la selección, se topó con un campo en barbecho, sin más abono que el oro de Llaneras en Sidney.

De su padre había heredado el método: horas y más horas de trabajo, compañerismo y técnica. Al llegar, lo cambió todo. Unió los equipos de persecución y velocidad, hasta entonces separados y viviendo de distintos presupuestos. Levantó un grupo de colaboradores, Eloy Izquierdo, encargado de la preparación física de los fondistas; Jordi Porta, de los velocistas; más el médico Juan Aliaga. Construyó un equipo de persecución, «la prueba más bonita, más plástica», y lo mandó al gimnasio. «Al principio eran reticentes, porque eso podía repercutir en su carrera como ciclistas de ruta». Para nada. Las pesas sólo edificaron músculos para la mezcla per-

fecta: fuerza y resistencia. Con ese buril están esculpidos Escobar, Torrent, Maeztu, Castaño y Ferrer, el reserva.

Maeztu y Castaño son ciclistas amateurs, del equipo vizcaíno Alfus Tedes. Como Escobar, del F. C. Barcelona. El único profesional es Torrent, del Paternina, ganador de la Vuelta a La Rioja 2002. Jaume Más adaptó los calendarios del cuarteto: quería cimentar la simbiosis entre los cuatro. Crear esa ola de la que hablan los especialistas.

Al gimnasio

Estructuró un plan: «Al inicio del año hicieron un 90 por ciento de los kilómetros en carretera y sólo el diez por ciento en la pista. Luego el porcentaje se niveló». Eso, más el gimnasio y el ‘secreto’ de Más, aceleró al grupo. En Sidney 2000, la selección había cubierto los cuatro kilómetros en 4 minutos y 16 segundos. El pasado domingo dejaron el récord de España 14 segundos por debajo de aquella marca. Es un salto de gigante. Un viaje a la Luna de la pista. «Estamos a cuatro segundos del récord del mundo. Ya no nos dobla nadie». Y sólo les ganan dos: la cada vez más cercana Gran Bretaña y la inalcanzable Australia.

Tras reunir a los fondistas y los velocistas, colocó un nuevo andamiaje y en los pasados mundiales de Melbourne, en mayo, comenzó la colecta de éxitos: oro para Escobar en persecución, plata para Escudero en keirin, plata para el equipo de velocidad –bajó tres veces en una tarde de 45 segundos– y bronce para el de persecución. Los técnicos de Australia, Gran Bretaña y Francia pusieron la lupa sobre España. Sobre el modelo de la nueva potencia, la emergente. «Es un orgullo que esos entrenadores vengan a interesarse por nuestros métodos de trabajo. Nos valoran más fuera que en casa». Y todo, con el dos por ciento del presupuesto de sus rivales. Sin casi velódromos. «A veces tenemos que esperar a que termine un partido de baloncesto para poder entrenarnos».

Dice Más que el futuro es hoy, que hay que iniciar planes olímpicos basados en ciclos de ocho años; que hacen falta más velódromos, que en eso España es la última de la pista.

ANÁLISIS



A. MAEZTU
CICLISTA DEL
ALFUS TEDES

A CINCO CENTÍMETROS

La persecución es como un prólogo de 4 kilómetros. Cada uno de los cuatro corredores del equipo tira durante una vuelta, se sube al peralte y se incorpora al final del grupo. En el primer giro, el más fuerte del equipo se pone delante. La arrancada es desde cero y hay que tener mucha fuerza para lanzar la bicicleta. Por eso, se encarga Sergi (Escobar) de esos primeros 250 metros. Tiene mucha potencia.

La velocidad la pone Torrent. Tiene chispa. Nos lanza. A Castaño y a mí nos toca mantener esa marcha. Es difícil porque hay que ir a tope pero sin cambios de ritmo que puedan desestabilizar al grupo. Hay que afinar mucho. La velocidad no tiene que variar más de una o dos décimas entre vuelta y vuelta.

La técnica es básica. Ir pegado a la rueda del anterior y hacer bien el relevo son cosas vitales. Si no has depurado la técnica, gastas fuerzas en esos detalles. Y se nota sobre todo en las vueltas finales. A veces, por ejemplo, llegamos a tocarnos las ruedas de ir tan pegados. No es muy conveniente porque hay riesgo de caída o de obligar a frenar un poco al que va atrás. Lo ideal es ir a cinco o diez centímetros del anterior. Y estático.

Las dos últimas vueltas se hacen duras. Si vas bien ni miras el cuentavueeltas. Pero si vas pasando fatiga, enseguida echas un vistazo. En esos momentos te concentras en la rueda del que va delante y en hacer todo lo que has entrenado. Por ejemplo, es importante abrirse un poco en la última curva para que te pasen o se acerquen los compañeros. Eso vale unas centésimas. Y en esos pequeños márgenes está muchas veces la medalla.

ENTREVISTA

Sergi Escobar | Doble medallista de bronce

«Ojalá esto llene los velódromos»

J. G. P. ATENAS

Como Arantxa Sánchez Vicario en Barcelona’92 y el piragüista Herminio Díaz Menéndez en Moscú’80, Sergi Escobar (Lérida, 29 años) contará siempre que en unos Juegos Olímpicos ganó dos medallas, en persecución individual y por equipos. Tachado por el ciclismo profesional y sin tiempo que perder –comenzó con 20 años a competir–, el corredor catalán se eleva desde la pista de Atenas para divisar ya Pekín, los Juegos que le aguardan.

–Tras las eliminatorias, el bronce parecía al alcance, pero se ha resistido hasta el final.

–Ha sido una prueba dura, porque entraba viento y eso lo complicaba. Hemos demostrado que estamos entre los tres mejores. Los alemanes han salido a ver si podían aguantar y no han podido.

–España, en cambio, se ha mantenido.

–Hemos salido sin fijarnos en ellos. A hacer el mismo tiempo en la primera y en la última vuelta. Si vas muy fuerte al inicio, lo pagas. El secreto es un ritmo constante.



Escobar ya tiene dos metales. / EFE

–Han confirmado que son un valor seguro en la pista.

–Al venir, sabíamos que Alemania, Holanda y Ucrania podían complicarnos el bronce, pero creo que hemos estado una gran altura. Igual que en el Mundial de Melbourne, donde también fuimos ter-

ceros. Esto es la confirmación de la pista.

–¿Dónde está la clave?

–En trabajar todos juntos. Los cinco –no se olvida del reserva, Guillermo Ferrer–. Hace no tanto estábamos doce segundos por encima del tiempo que hemos hecho aquí. Hemos demostrado que valemos.

–Tiene ya dos medallas, es casi un excepción.

–Es una satisfacción. Y me alegra más ésta porque la he conseguido con el equipo, con mis amigos.

–¿Reflotará esto la pista?

–Espero que esto anime a los chavales. Que estos triunfos llenen los velódromos y que se creen nuevas escuelas.

–Tantas como hay en Australia.

–Australia está muy lejos. Tienen una cantera impresionante. Aquí han traído seis corredores, pero tienen muchos más. No podemos competir contra ellos.