

## ENTREVISTA ADRIÁN GARCÍA

*3er clasificado en el Campeonato del Mundo de Snowboard Paralímpico de Boardercross*

Adrián García nació en L'Hospitalet de Llobregat el 21 de Diciembre de 1983. Es licenciado en ciencias de la actividad física y el deporte y ha llevado una vida marcada por el deporte desde el mismo momento que vino al mundo, ya que sus padres, cinturones negros de Kárate y formados y entrenados por un familiar japonés, maestro de las artes marciales, han estado siempre a su lado enseñándole una forma de vida con la que ha crecido y con la que sigue creciendo. A día de hoy, su familia regenta un gimnasio de Kárate, en el que Adrián ha crecido practicando todo tipo de actividades como el Moai Thai, KickBoxing,.. además del atletismo y el fútbol, donde llegó a jugar en 3ª división. A día de hoy, Adrián García es el tercer mejor deportista del mundo de Snowboard en la modalidad de Boardercross Paralímpico.



**P: ¿Cuándo empezaste en el mundo del snowboard?**

R: Comencé a practicarlo hace 17 años cuando tan sólo tenía 13. Era un deporte totalmente nuevo en nuestro país y mi padre me animó a probarlo ya que desde siempre habíamos esquiado. Un monitor fue quien nos enseñó las nociones básicas y fue a raíz de entonces cuando comenzó mi andadura en el mundo del snowboard. Desde el primer momento se me dio realmente bien y ya quisieron patrocinarme con tan solo 13 años. También decir que a pesar de haber comenzado tan pronto, hubo un parón importante a partir de los 18 años, hasta que en una asignatura de INEFC, relacionada con el Snowboard, retomé el deporte pero a un nivel muy bajo.

**P: Desde tu entrada en INEFC y de la mano de Josep María Padullés, dedicaste muchos años al mundo del atletismo. ¿Cómo y por qué decidiste abandonar el Atletismo para volcarte de nuevo en el Snowboard?**

R: Mi sueño desde siempre ha sido ser olímpico y todos mis años en INEFC, mientras compaginaba estudios, los dediqué al atletismo ya que tuve altas posibilidades de ir como olímpico a las Paraolimpiadas, donde luché mucho para poder conseguir mi objetivo. Concretamente desde los 22 que comencé INEF hasta prácticamente los 29 que tengo ahora, los dediqué única y exclusivamente al atletismo. Fue a raíz de hablar con una compañera y amiga de clase, la cual tenía un hermano al que le gustaría empezar a entrenar a gente discapacitada para el Snowboard cuando surgió la idea por primera vez, pero lo que tenía claro, era que mientras el deporte no fuera olímpico, no le dedicaría el tiempo suficiente como para entrenar de verdad. No sólo por el hecho de no ser deporte olímpico, sino porque suponía un gasto muy importante el hecho de ir a la montaña prácticamente cada día, pagar un forfait, volver a Barcelona, etc. No lo veía claro. Y por fin, cuando decidí dejar el atletismo y sin haber conseguido mi objetivo, éste chico se puso en contacto de nuevo conmigo para decirme que ya existía este deporte como paralímpico. Yo en ese momento había dejado todo y terminado la carrera para irme a aprender inglés a USA y le dije que cuando volviese, si todavía estaba esta posibilidad que contase conmigo. Y en efecto... volví, estuve entrenando en Baqueira y aquí estoy.

**P: Subes a la cima de una montaña y ante toda esa inmensidad, silencio,... ¿qué es lo que sientes y en qué piensas?**

R: Como bien dices, escucho el silencio, siento la flotabilidad en el momento del descenso, sobretodo cuando hablamos de nieve virgen, escucho el roce que produce la tabla sobre la nieve que es una sensación muy parecida a cuando coges una ola con una tabla de surf, por eso que te comento de la flotabilidad. Realmente siento que estoy en el cielo y que voy a tirarme encima de una nube, eso es lo que yo siento.

**P: ¿Cómo has llegado a adquirir tanto nivel en tan poco espacio de tiempo?**

R: En verdad te digo que es como si hubiera empezado de cero, a pesar de mis conocimientos y experiencias previas. Los últimos 5 años había subido una vez por año a la montaña y el nivel, como comprenderás, era muy bajo. A pesar de ésto, lo que más me ha ayudado es mi bagaje deportivo, motriz,... el cual es muy amplio, a pesar de que me he visto en niveles muy bajos de motricidad básica de esta disciplina, sobre todo al principio. Y también, según me dice mi entrenador Albert, lo "loco" que estoy, entendiéndolo como "loco" el hecho de no tenerle miedo a nada y que cuando sufro una caída, me levanto enseguida con pulgar en alto, señalando que me encuentro en perfecto estado y con el deseo de seguir avanzando. Esto tiene que ver mucho con mi actitud y mis ganas por hacer, por crecer, por mejorar. Pero la realidad es que en algo más de dos meses, que es el tiempo que estuve dedicándole al entrenamiento de forma seria y continuada, es lo que me ha dado las alas para llegar a conseguir lo que he conseguido.



**P: Como todos habrás tenido algún momento duro como “rider”. ¿Cuál fue tu peor momento?**

R: Prácticamente desde los 13 años no he visto un “pipe” y en Baqueira no hay “boardercross” y aunque sí “snowpark”, éste estaba un poco abandonado por la cantidad de nieve que había caído, con lo cual no había “pipe” por ningún lado. Entonces el día que subía a la pista para la competición vi una pared muy vertical la cual era un “pipe” del circuito. En el reconocimiento de pista cogí el “pipe” y perdí el control por completo, lo veía como algo imposible de realizar y superar. Me vine abajo y fueron momentos muy duros ya que no era aquella cosa que dices....lo intento otra vez y ya me saldrá... no. Era algo que nunca antes había hecho y por supuesto nunca antes había practicado. Fue una lucha constante entre mi cuerpo y mi mente por creer que podía hacerlo, que podía superarlo. Fue en esos duros momentos cuando vi que volvía mi espíritu y afán de superación para conseguir una meta y en efecto, lo pasé y quedé tercero.

**P: A partir de ahora habrá gente que te verá como alguien en quien reflejarse, ¿Quién ha sido para ti el espejo en que te has reflejado?**

R: Yo siempre me he reflejado en mi padre. Para mi es un luchador desde siempre y es la persona en la que me reflejo. Y como deportista había sido Oscar, pero desde esa tragedia que ocurrió... ya no es lo mismo para mi, independientemente de lo que pasara. Solo se que él está ahí, en el medio de todo el problema.

**P: Bajo tu punto de vista, ¿Con qué lugar de todos en los que has estado te quedas para la práctica del snowboard de tu modalidad?**

R: Sin duda Eslovenia, en donde todo salió genial, a pesar de esa pared tan complicada, la cual se estaba deshelando. Pero el circuito en general era muy bonito.

**P: ¿Qué le dirías a toda la gente que está empezando y sueña con estar algún día en el punto en el que tú ahora estás?**

R: Les diría que tienen que dedicarle mucho mucho tiempo, tienen que realmente quererlo, no dejar nunca de luchar y superar todo tipo de adversidades. Y no como una persona "normal", sino, que debe luchar por dos. Y todavía mucho más cuando una persona ha perdido un miembro por cualquier motivo... Mi caso es diferente ya que yo nunca perdí nada.

**P: ¿Qué nuevos retos te has propuesto después de este logro?**

R: Intentar conseguir el primer puesto en 2018 y aunque falta mucho, cuento con una ventaja y es que soy el competidor más joven del circuito dentro de mi categoría y discapacidad.

**P: ¿En qué has basado tus entrenamientos previos a la competición?**

R: Mi problema es que no tenía la rodilla al 100% y sobre todo hicimos mucho trabajo propioceptivo buscando el fortalecimiento de la misma y cuando realizaba trabajo más específico en la montaña y con la tabla se me cargaba muy rápidamente con lo que los entrenos no fueron los adecuados. A pesar de ello y estando bastante lejos del 100% de mi nivel físico, la cosa salió genial. Pero el trabajo específico que realicé en montaña era el propio de la competición (giros forzados, saltos,...) Y en el entrenamiento en seco trabajé sobre todo trabajos excéntricos con la versa-pulley.

**P: En cuanto al tema “Sponsors” y promoción de tu persona, ¿qué es lo que sabemos?**

R: Ahora mismo estoy creando una página web con un compañero con la que quiero buscar este tipo de entrevistas, que la gente me conozca, etc. y en donde publicaré entrenamientos míos relacionados con la preparación del snowboard (boardercross), en donde la gente interactúe creando clima en el que se den opiniones sobre entrenamientos que hago, nuevas ideas,... En lo referente a “sponsors”, estoy abierto a todo tipo de ofertas donde sobre todo busco colaboraciones con material deportivo para poder desarrollar mi trabajo y mis entrenamientos en las mejores condiciones posibles para seguir consiguiendo grandes títulos y resultados.



---

*Reportaje-Entrevista por:*

*David Rodríguez Magallón - Licenciado en Motricidad Humana*