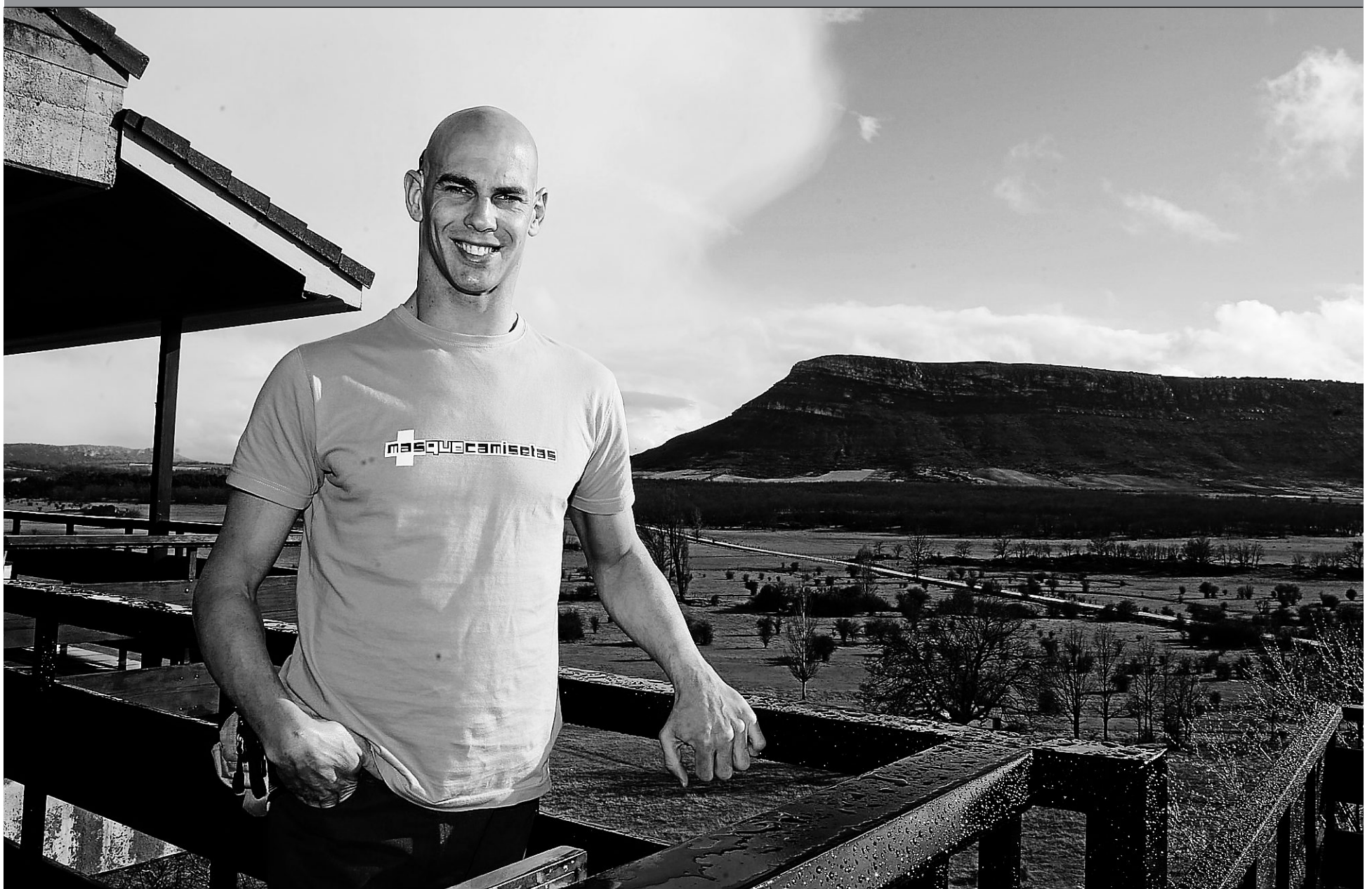


## DEPORTE PARALÍMPICO | NATACIÓN



Richard Oribe, ayer en el Hotel Valonsadero, donde descansa de sus entrenamientos y disfruta de su estancia en la provincia de Soria. CONCHA ORTEGA

# DISFRUTAR NADANDO

El parolímpico donostiarra Richard Oribe ha visitado Soria durante una semana con la intención de compaginar su entrenamiento en la piscina Ángel Tejedor con actividades más lúdicas en la provincia

SORIA. Una de las palabras que más repite Richard Oribe Lumbreras (San Sebastián, 1974) mientras habla de su actividad deportiva, la natación, es la de disfrutar. Si no fuera de esta manera, el nadador parolímpico, que visita Soria durante esta semana, no acumularía el mejor palmarés del mundo en su categoría, la S-4 dentro de la parálisis cerebral. Richard es un referente dentro del deporte parolímpico. Un faro que guía con su ejemplo de tesón y lucha a un grupo de nadadores discapacitados en la piscina donostiarra de Anoeta. La natación le ha ofrecido la oportunidad de progresar como deportista desde que se acercó a una piscina como terapia para su lesión de parálisis cerebral. Con el tiempo, le ha dado mucho, éxitos deportivos y reconocimiento social, y le sigue motivando para afrontar nuevos retos, pero siempre repite que le gusta disfrutar de lo que hace: entrenar y competir para ser mejor nadador.

El camino no ha sido fácil. Javier de Aymerich, el entrenador de Richard que le acompaña durante estos días en Soria, describe la trayectoria de su pupilo como la del tesón, la lucha y la renuncia a muchas cosas para poder realizar su trabajo. Durante su

estancia en Soria, Richard Oribe se ha tomado una semana más relajada. Con la mirada puesta en el Campeonato de Europa de Irlanda en octubre, el nadador parolímpico necesita romper la dinámica de entrenamientos habituales con alguna 'escapada' como esta a Soria. El Europeo dicta la agenda de entrenamientos de Richard y en esta no se han marcado las vacaciones. Después de dos años sin casi descanso por los Juegos de Pekín, el pasado verano, y con el reto del Campeonato de Europa el próximo mes de octubre, Javier de Aymerich ha programado una semana diferente. "Queríamos cambiar de ambiente, combinar el entrenamiento con excursiones, reducir las sesiones y romper la dinámica. Venir a Soria se debe a la altitud, buscamos los beneficios de entrenar en altura, y de motivación, un cambio de escenario. Además, queríamos aprovechar para realizar alguna ruta gastronómica, excursiones y salir de la rutina diaria", explicó el entrenador en el vestíbulo del Hotel Valonsadero donde han situado su cuartel general.

No son unas vacaciones en el estricto sentido del término. Richard no ha dejado sus entrenamientos. Mantiene una sesión por la mañana en la piscina Ángel Te-

jedor. Un entrenamiento que le lleva casi dos horas para trabajar la técnica dentro del agua y otra para los estiramientos. Donde se nota que es una semana diferente es en que se ha dejado de lado el trabajo en el gimnasio y la segunda sesión de piscina. Pronto retomará la jornada completa porque sus próximos compromisos así lo requieren. El próximo 16 de mayo se celebrará la quinta edición del Trofeo Richard Oribe, una prueba que reúne a nadadores parolímpicos y convencionales. Este trofeo es ya un referente para los nada-

dores guipuzcoanos. Un aperitivo para lo que le viene una semana después, la Copa del Mundo Paralímpica en Manchester. Una competición a la que solo se llega por invitación. Entre los españoles, dos, Richard y el canario Enhamed Enhamed, que con cuatro oros en Pekín alcanzó un enorme reconocimiento. Posteriormente llegarán una prueba en Berlín y una concentración en Tenerife. El objetivo, a corto plazo, es el Europeo, pero en la distancia ya se observa Londres 2012.

Richard compete en cuatro

pruebas, los 50, 100 y 200 metros libres, y en uno de los relevos del 4x50 libres. De Pekín se trajo cuatro medallas, tres platas y un oro, que se suman a los tres metales de Atenas'04, a los cuatro de Sydney'00 (cuatro oros y cuatro récords del mundo) y a los cuatro de Atlanta'96. Un currículum impresionante, que se amplía con una ingente cantidad de metales en Europeos, Mundiales y demás torneos y pruebas. Desde 1995 no ha dejado de cosechar triunfos lo que le ha llevado a ser un deportista reconocido y, quizás, exigido por su éxito. Esa presión la notó antes de los últimos Juegos. Las medallas no se ganan con facilidad pese a la cantidad que se ha colgado y a la costumbre con la que las ha conquistado. Richard ha mejorado cada año sus registros, pero el resto, también. La competencia ha aumentado por lo que sus entrenamientos están dirigidos a seguir mejorando su técnica de cara a adaptarla a su capacidad y a su fuerza. "Creo que tiene todavía un margen alto de mejora y de progresión", reconoce su entrenador, que, además, se inclina hacia el estudio de la biomecánica para mejorar más, si cabe, sus prestaciones. Mientras disfrute, su techo aún no se conoce.

LUIS HDEZ. CASADO

## La Real Orden del Mérito deportivo

El palmarés de Richard Oribe es tan extenso y de tal calidad que sus méritos no han pasado desapercibidos pese a que el deporte parolímpico no encuentre a veces el eco a sus destacadísimas gestas. Richard se ha colgado 15 metales en cuatro Juegos (Atlanta, Sydney, Atenas y Pekín), aunque ha participado en cinco ya que debutó en Barcelona'92. Desde esa cita, el nadador ha crecido y ha progresado acumulando metales en la mayoría de las pruebas y

campeonatos a los que se ha presentado. Su objetivo es seguir disfrutando de esta actividad deportiva que le ha reportado reconocimiento social, amigos, un modo de vida pese a las incontables renuncias que acarrea la carga de entrenamientos y, ahora, la Real Orden del Mérito Deportivo con distinción de oro, otorgada por el Ministerio de Cultura y Deporte, y que recibirá el miércoles en Madrid. Otro reconocimiento al tesón y la lucha de Richard. **L. H. C.**