

# Etiopía, tierra de grandes campeones

La AE Mitja Marató presentó la película "Town of runners" donde se explica la fiebre atlética de este país

► El acto se completó con una mesa redonda sobre el mundo atlético

Josep Cadalso

Bekoji es una ciudad del centro de Etiopía donde el atletismo no es únicamente una pasión, sino un modo de escapar de la pobreza a través del deporte. Cuna de grandes campeones, el documental "Town of runners" describe cómo los jóvenes de este enclave africano se inician y se desarrollan en una práctica deportiva en la que su país es una potencia mundial. A través de la experiencia de dos chicas, el espectador conoce los métodos y el universo de este ciclo iniciático carente de recursos y donde el atletismo se practica en pistas de tierra y con los pies descalzos.

La AE Mitja Marató organizó el viernes pasado un acto con el que dio inicio a las actividades de esta edición de la prueba. Proyectó un resumen de la película y a continuación se celebró una mesa redonda con diferentes expertos del mundo atlético. La recaudación de la venta de los DVD del documental estaban destinados a AFNE (Associació de Families de Nens i Nenes d'Etiòpia).

## LAS RAZONES DE UNA REALIDAD

Ricard Domingo, presidente de AFNE, habló de algunas de las claves del éxito del atletismo etíope. Citó facultades genéticas y orgullo colectivo como algunas de las razones que explican esos resultados. Y habló del puente



Los participantes en la mesa redonda que se celebró tras la proyección de la película. CRISTÓBAL CASTRO

creamos en 2003 las familias que adoptaron los primeros niños de Etiopía. Nuestros hijos son catalanes, pero no hemos dejado que dejen de ser etíopes."

El periodista de TV3 Santi Padró fue el moderador del acto, en el que se abordaron diferentes temas relacionados con el atletismo y la Mitja Marató. Emili Asín, jefe de Relaciones Externas de la AE Mitja Marató, habló de los valores de esta entidad. "Defende-

personal, y tenemos un espíritu social. Actos como este permiten transmitir valores que van más allá del espíritu deportivo."

Josep Salvador, médico especialista en deporte y colaborador de la AE Mitja Marató, destacó la importancia de que los atletas pasen controles y se preparen para participar en una prueba de esta distancia. Maria Antonia Lizarra, doctora en nutrición y dietética, destacó los contrastes entre los

re de hambre y corre para salir de esa pobreza y la otra mitad hace ejercicio para adelgazar", señaló al respecto.

Otra de las personas que participó en el acto fue el ex atleta olímpico Alfons Abellán. En su intervención, destacó las condiciones de trabajo de los corredores etíopes que se habían observado en el documental. "Tenemos mucha suerte de contar con las condiciones que tenemos y debemos ser conscientes de ello. Tenemos facilitada-

Miquel Àngel Cos, fisioterapeuta del CAR y de la Federación Española de Atletismo, habló de la fiebre por el atletismo popular que lleva a muchas personas a abordar pruebas de larga distancia sin una trayectoria deportiva significativa. "Caminar es la actividad más saludable, Pero hay personas que pasan del sedentarismo a correr carreras de larga distancia sin una preparación coherente. En tres meses pasan de no hacer nada a pensar en la maratón de Nueva York. Hay que tener coherencia."

## RECUPERACIONES

Emili Ricart, fisioterapeuta del FC Barcelona, se refirió a la importancia de los métodos de recuperación en espacios libres, una modalidad que él ha adoptado con jugadores del FC Barcelona con lesiones de larga duración. La Mola, el Montseny o la Vall d'Aran han sido los escenarios en los que han discurrido algunos de esos trabajos. "Romper la monotonía es fundamental en esas lesiones de larga duración. El beneficio psicológico es indudable, además de la recuperación propia de la lesión."

Uno de los temas abordados en las preguntas del público asistente al acto celebrado en el Centre Cultural fue el referido al mal momento del atletismo español de elite. El ex olímpico Alfons Abellán dijo que una de las claves de esa realidad había que buscarla en la "pérdida de la capacidad de sufrimiento y de esfuerzo". Miquel Àngel Cos recordó que esa línea descendente también se produce en otros países. "Fallamos en el fomento de la actividad deportiva. Existe una tendencia a hacer menos actividad física