

‘Tecnificación y participación’ en la IV Copa de Aragón del CPA Móstoles

Fecha de publicación: 23/11/2016 00:00

Descripción:



El Club de Patinaje Artístico Móstoles (CPA), organizó en Villaverde una tecnificación con Albert Palau, uno de los referentes para todos los patinadores y entrenadores a nivel nacional. Su metodología está en auge. Albert imparte seminarios a entrenadores para que optimicen el rendimiento de los alumnos; se trata de tecnificaciones, donde grupos reducidos de patinadores mejoran su técnica de saltos, piruetas y otros conceptos técnicos.

A la finalización del evento, Albert respondió a unas preguntas: ¿Cuáles son algunas de las características que debe reunir un buen patinador? "Algunas físicas, debe de tener una buena fuerza explosiva ya que ayuda en los saltos de forma determinante. También una buena coordinación motriz y tener bastante #exibilidad. Pero también me gustaría destacar dos características para mí muy importantes: la constancia en el entrenamiento y la pasión por este deporte. Los patinadores que viven el patinaje artístico, que desean que llegue el siguiente entrenamiento para practicar ese salto nuevo, que quieren hacer su programa de competición para poder patinar con esa música que les hace disfrutar, ese patinador que intenta una y otra vez una pirueta y que cuando le dices que ha terminado el entrenamiento te piden hacer un salto más. Este es el tipo de patinador que cualquier entrenador desea tener como alumno independientemente de su nivel. Para mí ese es un buen patinador".

¿Qué consejos les darías a las futuras patinadoras que participen por primera vez en un campeonato oficial? "El debut siempre es complicado porque no saben exactamente con lo que se van a encontrar y en qué nivel van a estar. Personalmente siempre que llegan a debutar en una competición les intento hacer ver que lo deben afrontar como un premio por el trabajo realizado. Tienen que darse cuenta que haber llegado hasta este punto ya es un éxito.

¿Tres consejos? El primero: disfrutar en la pista. Han trabajado mucho para llegar hasta aquí y tienen que disfrutar ese momento. El segundo: olvidarse del resto de patinadores y luchar al máximo su programa independientemente de que puedan quedar más arriba o más abajo en la clasi#ación. El tercero: que disfruten de lo que

rodea la competición, de la experiencia de estar con sus compañeras, de conocer a patinadoras de otros clubs que también viven este deporte con máxima intensidad y de todas las experiencias que van a vivir".

¿Cómo te has encontrado con el grupo que has trabajado hoy? "Muy cómodo. Se puede trabajar con ellos".

El próximo fin de semana el CPA MOSTOLES estará representado en la Copa de Aragón, que se organiza en Zaragoza, en categoría junior por Alba Guzmán Pérez, que ha sido convocada por la Federación Madrileña de Patinaje, junto con dos patinadoras de UP Rivas, por contar con los mejores resultados en los campeonatos de la Comunidad de Madrid. Esta será la última competición oficial en la que participara Alba, antes de pasar a categoría Sénior en 2017".