

Atletismo

Un título tras dos años en paro

La viguesa Eva, un portento competitivo, regresa ganando el nacional promesa en peso

x. r. castro vigo / la voz 12 de febrero de 2013 04:00

Eva Costas Eva Costas espera pasar a la mejora en el absoluto. FLOR CURRÁS



(Vigo, 1991) está de vuelta. La lanzadora regresa con una medalla de oro en el nacional promesa y acercándose a su mejor marca pese a estar dos años parada y acumular casi un lustro bajo mínimos. Pero es tanta la calidad y el gen competitivo de la viguesa que todo apunta a que puede recuperar el tiempo perdido. De entrada, el próximo fin de semana acudirá al campeonato de España.

Costa siempre fue un portento, pero su mala cabeza le sacó de la pista. «Tiene unas condiciones innatas para los lanzamientos, pero es una atleta que lleva entrenado muy poco. En otro momento se dejó... y yo he intentado recuperarla. Traté de acercarla, pasar página del pasado y ponerla arriba otra vez», comenta José Manuel Hermida, el gurú de los lanzamientos con quien Eva ha vuelto a entrenar. «Estoy más motivada que nunca, creo que me vino bien el parón porque vuelvo como si empezara de cero».

Hermida tiene claro el camino para recuperarla. El primero, llevarla por la vía rápida al punto donde lo dejó. «Había tenido un cierto nivel en las categorías menores [con récord cadete incluido] y era necesario ponerla arriba rápido porque sino resulta muy difícil mantener la motivación». Pero no con sobreentrenamiento, sino regulando. Escuchando el cuerpo de Eva. «Hay que dosificarle los entrenamientos, porque si le das mucha caña romper. Es necesario ver cómo va respondiendo la atleta».

Y de momento la nueva campeona de España promesa bajo techo lo hace de maravilla. «Estoy entrenando normal, todos los días y muy animada», comenta la céltica.

Con menos de tres meses encima (comenzó a trabajar de nuevo el 12 de noviembre), acudió a la cita de San Sebastián sin la presión del podio. «No esperaba conseguir medalla», desvela. Tampoco se lo puso fácil el concurso, ya que después de dominar toda la prueba, la adelantaron en el último lanzamiento. Ahí volvió a sacar a pasear su gen competitivo: «Es muy competitiva, algo fundamental en este deporte. Nunca se arruga ante la adversidad», proclama el entrenador. «En el último intento fui capaz de hacer marca justo cuando me acababan de pasar. Es una buena manera de volver», comenta ella.

Al gen competitivo le une Eva Costas todo lo necesario para triunfar en la disciplina. «Es muy fuerte y muy explosiva y responde de maravilla al trabajo. Asimila todos los conceptos».

Solo le queda recuperar el tiempo perdido y por primera vez en su vida deportiva parece dispuesta a hacerlo. «Lo voy a recuperar. Cuando estaba recuperándome de la lesión pensé en volver y aquí estoy, con más ganas que nunca». Hermida está igual de ilusionado recuperando a una de sus joyas. «Está más centrada y motivada, para para mí es una motivación extra, un reto bonito, pero ya se sabe que los chavales cambian...».

El siguiente objetivo es codearse con la élite española en el nacional absoluto del próximo fin de semana en Sabadell.

EVA COSTAS CAMPEONA DE ESPAÑA PROMESA EN LANZAMIENTO DE PESO

«Tiene una condiciones innatas», apunta Hermida, su técnico

«Estoy más motivada que nunca, me vino bien el parón», dice la campeona