

## **VIRIGINIA VILLAR** MEDALLA DE BRONCE NO NACIONAL DE PISTA CUBERTA

A vallista expone un ano de adestramentos para despegar no 2012

### Fun ao campionato por ir, non preparaba a pista a pista cuberta



Virginia onte nas pistas de Balaídos, non sabe o que é adestrar a cuberto.  
ÓSCAR VÁZQUEZ

x. r. castro  
VIGO / LA VOZ  
22/2/2011

Virginia Villar demostrou o seu talento en Valencia. Non preparou en nacional baixo teito nun ano de transición para ela tras unha tempada lastrada polas lesións, pero o bronce significa un impulso para incidir nunha preparación que lle debe chegar a ensinar a súa mellor versión no 2012.

**-A súa segunda medalla absoluta baixo teito, ¿Como valora o bronce de Valencia?**

-Fun ao campionato por ir, porque non estaba a preparar a pista cuberta, estaba un pouco lesionada. As sensacións non son boas porque non estou rápida, pero o resultado se que foi bo.

**-¿Tómase un ano de transición para coller impulso?**

-O meu adestrador expúxome un ano para coller unha posta a punto para volver ter a forma, porque o ano pasado foi un duro e perdín moito adestramento, e entón quere recuperar ese adestramento para o ano que vén volver correr.

**-¿Pasouno mal o curso pasado con tantos paróns?**

-O ano pasado foi moi difícil, ata pensei en deixalo, pero agora quero recuperar eses adestramentos fortes para volver competir ben. Agora atópome moi forte pero moi lenta, pero o máis importante é que estou con moitas ganas de recuperarme.

**-Dálle tregua Virgilio González nesta posta a punto.**

- Virgilio sabe que son como un pano que a nada que se molle rompe, e entón tráeme sempre en palmitas. Non son unha moza que adestre moito. Coñéceme de moitos anos e sabe perfectamente o que me fai falta e o que teño que tocar.

**-Ademais de falta de preparación, competeu sen pisar a pista cuberta?**

-Fun a este campionato competindo tan só unha vez na pista cuberta. Na proba sentínme un pouco perdida, tranquila, pero perdida coma se fose un adestro máis, pero con moitas ganas de competir que é o importante.

**-De adestramentos baixo teito nin falamos.**

-Eu non adestro en pista cuberta. En Galicia os adestramentos do inverno son moi complicados polo frío e a choiva, e as lesións están todo o día aí. É moi difícil adestrar aquí con este tempo. A xente que compite ben no inverno é a xente do sur e a que adestra en módulos ou na pista cuberta.

**-¿Recuperará o bo ton para a tempada estival?**

- Tampouco imos preparar o verán a conciencia, pero toca cargar moitas peses, moito adestro, pero no verán se que espero estar ben.

VIRGINIA VILLAR MEDALLA DE BRONCE NO NACIONAL DE PISTA CUBERTA