



## Entrevista a Rocío Alvite



//ABANCA



Gonzacar, S.L.



Ribeiro



Rocío Alvite Ferreiro (Mazaricos, 1980) é outro das gratas sorpresas que as probas populares está a dar o noso atletismo durante estes últimos anos.

No seu currículo do presente ano destaca o Campionato de España de Milla en Ruta veterana (W-35), o trunfo no III Circuito Correndo pola Costa da Morte, así como no IV Cicuito de Carreiras Populares Deputación da Coruña (por citar algunhas).

Autodidacta, comprometida, reivindicativa e sempre cun sorriso alá por onde pasa, esta “corredora” (como lle gusta ser chamada) encarna a determinación de moitas mulleres do rural galego que piden e esixen máis protagonismo e notoriedade no noso deporte.

Descolgando o teléfono e escoitandoa falar, xa se pode intuir que estamos ante un carácter moi afable pero o mesmo tempo firme e claro en canto a propósitos

“Levo moi poucos anos participando en carreiras, **-diríanos ante a pregunta sobre como foron os seus comezos-** incluso cando me preguntan se practico atletismo, respondo que non me considero unha atleta, xa que eso vexoo como algo máis “profesional”. Síntome máis ben unha corredora popular a que non se lle da de todo mal”

**Continúa lembrando que...** “Comezaría de pequena xa que se me daba moi ben nas clases de educación física... de feito era o único que se me daba ben (risos) pero para min correr era ir cara a igrexa da aldea ou cara algún punto preto, pero nada máis lonxano de dous ou tres quilómetros”

...”co paso do tempo e logo de rematar os meus estudos, apenas facía nada agás algunha pequena escapiñada, comezando a botalo de menos sobre todo cando empezei xustamente a traballar. Tiven que agardar ata o ano 2008 na que coñocín a miña actual parexa a quen tamén afortunadamente lle gustaba sair a correr...” **Con ela atoparía tanto estabilidade emocional como unha boa excusa para adestrar...** “ ...eu xa traballaba en Santiago e él na Coruña así que tomamos por costume cada mércores irnos visitar para que ou ben pola Alameda ou ben polo paseo Marítimo da Coruña, retomar a rutina de sair a correr xuntos convertíndose nun punto e motivo de unión entre nós.”



## Entrevista a Rocío Alvite



//ABANCA



Gonzacar, S.L.



Ribeiro



www.anpeba.com

**Pouco a pouco os adestramentos darían paso a primeira competición** “Certo día el propuxome tomar parte nunha carreira, en concreto a Pedestre de Santiago do ano 2009 pero en canto vin a distancia que era asusteime un pouco...seguramente ese fose o motivo polo cal ma tomei moi en serio e decidira preparala moi ben. O resultado non poido ser millor xa que remataría encantada e...enganchada completamente” **e como proba delo contaríanos esta anécdota** “...acordo que pasara un ano enteiro, e na lista de propósitos do fin de ano do 2010 na que te plantexas os típicos obxectivos para o ano seguinte, aparecínlle na casa cun listado de carreiras nos que quería participar... el miroume cos ollos abertos e me dixo ”pero ti toleaches” (risas) ... a verdade e que non sei se me tomaría moi en serio pero o que si é certo e que nese ano tomei parte nunhas dez carreiras ou así. Eses pódense dicir que foron os meus puntos de partida...ata hoxe”

**Segundo ca conversa que se nos fai moi agradable, preguntámoslle por como planifica os seus adestramentos**

“Estou a seguir unha rutina de traballo na que tanto os luns coma os mércores un monitor do ximnasio ó que acudo amigo meu, dame

certas pautas, malia que son eu mesma quen determina os niveles e as intensidades...son bastante esixente conmigo mesma”

“Estou nun clube de atletismo (C.A.Sar Petroni) **-continúa dicindo-** dende fai un ano, aínda que era algo reacia a meterme, pero ó final convencéronme e estou encantada. O clube está formado por xente de Padrón, de Rois de todas partes... pero eu sigo a adestrar na Coruña ca miña rutina”

**Sobre a súa valoración da pasada tempada, esto sería o que nos contaría...** “A nivel xeral teño que dicir que estou moi satisfeita polo ano tan bo que tiven, aínda que creo que se me foi un pouco das mans xa que levo participado en máis de 45 carreiras este ano. Certamente preciso xa descansar, máis a nivel mental que físico”





## Entrevista a Rocío Alvite



//ABANCA



Gonzacar, S.L.



Ribeiro



www.anpeba.com

**Sobre os motivos polas cales competiría tanto diríanos que** “Comezei por querer tomar parte nas probas do Circuito da Costa da Morte, pero logo tamén quedei enganchada as probas do IV Circuito da Deputación da Coruña. A maiores tamén tomaría parte en Campionatos que nunca fixera... fun ós de España, o Campionato de Europa... e metínme en demasiado. Con todo elo, teño que dicir que foi moi positivo xa que non tiveron ningunha lesión e os resultados foron para moi bos tanto no físico coma no anímico durante todo o ano.

Como resumo podo dicir que se cumpriron con creces as expectativas que me marcara a comezos da tempada”



**Logo do resultado tan positivo e dos bos rexistros acadados na pasada tempada, preguntáramoslle polos desta que ben de comezar...**

“A nivel de competicións de pista querenme “liar” os do meu clube pero...(fai un pequeno parentese sempre cun sorriso polo medio) non o teño moi claro xa que tería que cambiar a miña

rutina e penso que, polo menos de momento, non estou moi predisposta a facelo.

En xaneiro e febreiro virán os Campionatos de Galicia de Campo a Través nos cales si penso tomar parte. Por suposto penso correr de novo no Circuito de Costa da Morte, intentando facer todas aquelas probas que poida. A maiores o Campionato de Galicia de 10 km así como a Media Maratón de Coruña, aínda que procurarei non ir a tantas carreiras coma este ano...” **e flexiona sinalando que** “...un dos aspectos que menos me gusta é o de ir a competir soa as fins de semana (...). Si vas con alguén aínda podes aproveitar e quedar por aí para facer algo de turismo e ocio, pero si vou soa non me presta. Ese tal vez sexa o único negativo que lle vexo”

**Sobre cal é a proba na que se sente máis cómoda, non dubida en responder que...**“A proba que mellor se me da e mellor me sinto é a dos 10 km.” **responde sen dubidar, ó que engade que** “...medias maratóns este ano fixen cinco malia que non fago tantas habitualmente xa que eso me obriga a cambiar os plans de adestramento. Cas distancias máis curtas fáltame ese chisco de velocidade que se require”





## Entrevista a Rocío Alvite



//ABANCA



Gonzacar, S.L.



Ribeiro



www.anpeba.com

A pesares diso proclamaríase campiona de España de Milla en ruta na categoría W-35 no pasada edición desenvolta en Marón o pasado o 24 de setembro

Seguindo ca entrevista, os que coñecen a Rocío saben do seu compromiso cas súas orixes e as súas xentes sendo habitual vela competir ca camiseta de Mazaricos, o seu concello. Sobre esa importancia preguntáramoslle ...

Mazaricos representa moito para min. É un orgullo decir que son de Mazaricos, de feito sempre digo de broma que cando teña fillos, vou nos rexistrar aquí para que figuren no censo ...(risas)



Para nós, que vivimos nas aldeas, o ter a oportunidade de contar agora con probas que ata fai ben pouco eran reservadas a xente da cidade **e pon os exemplos do atletismo en pista e as clásicas das provincias da Coruña e Ourense**- representa unha maneira de decir que nos tamén podemos...entón en certo modo estar na saída ca miña camiseta de Mazaricos representa un motivo de reivindicación e de orgullo. **Fai una pequena pausa para continuar engadindo** " ...cada ano nas carreiras do circuito de Costa da Morte hai máis

inscritos e sobre todo máis presenza feminina que fai que me veña arriba, xa non son mulleres que veñen a acompañar ós mozos cos tacóns postos que era o típico, se non que veñen cas zapatillas postas a colocarse na línea de saída igual ca min, dándolles igual o tempo e os postos que fagan"

**e remata por confesarnos que...**"...sempre miro a participación feminina nas carreiras éndome de satisfacción comprobar como cada ano hai máis xente inscrita... encántame que estean ahí e que sexan quen de rachar barreiras do tipo de *"..e que eso non é para min"* ... de súpeto ves que se atreven e que o fan... son cousas que me emocionan e estimulan",

---

**"... sempre miro a participación feminina (...) encántame que estean ahí e que sexan quen de rachar barreiras ..."**

---



## Entrevista a Rocío Alvite



//ABANCA



Gonzacar, S.L.



Ribeiro



**Notáse a maneira especial cas que vive estas carreiras** “...nestas probas gústame chegar cedo e marchar tarde xa que é formidable estar saudando a xente, falando, enredando con ela, estar de leria... ” **e lembra a evolución deportiva que se daría na zona...**”Durante moitos anos o único deporte existente na zona era o fútbol, sendo unha actividade básicamente adicado os homes. Con este tipo de eventos, diversificase a actividade deportiva e acentúase o protagonismo feminino”

**Sobre a valoración a nivel xeral que fai do Circuito da Costa da Morte apunta que...** “A verdade é que foi un circuito moi completo, moi ben organizado e que tería un pouco de todo. A nivel xeral foi bastante



esixente, sendo para min unha das máis duras a proba de Dumbría, por esa zona de terra que teñen no medio das árbores que se me fixo algo difícil. A de Corcubión é fermosísima pero ten unhas costas tremendas,... Carnota que tamén se fai dura porque corres todo pola zona da area pero é tan fermosa que non o notas... logo está Fisterra que subes unha tremenda subida ata o faro pero unha vez ahí...é unha autentica pasada”

**Ainda que sinala loxicamente que...** “para min a de Mazaricos tivo unhas connotacións especiais pero xa non por ser a proba do meu concello, senon porque viñeron verme toda a familia, amigos, veciños (...) todo o mundo saudándoche fai que sintas unha presión de querer quedar ben con eles... Indudablemente está claro que correr na casa sempre é o máis emotivo para un corredor...”

**Xa para rematar animaría a todos e todas a inscribirse na próxima edición...** “Este circuito enganxa dende o primeiro momento polo especial e diferente que é. Ademáis este ano xunto á oficial de 10 km. organizarían outra de 3 km. **(o ano pasado era de cinco)** para precisamente animar a xente a que tomara parte”

”Agradezo a todos os organizadores e participantes **-conclúe-** as súas mostras de ánimo e cariño. A verdade é que sempre me sentín moi arroupada agardando e desexando que se siga a facer durante moitísimos anos”

\*Mazaricos é un concello coruñés da Costa da Morte cunha densidade de 4720 habitantes (2011) e unda superficie de 187,30 km2