



Tita Torró (23) durante un entrenamiento esta temporada en el Mutua Madrid Open.

“No soy la nueva Garbiñe”

TITA TORRÓ Cambia Villena por Barcelona, Equelite por el CAR, Wilson por Head y a Fábregas por Alejo

David Menayo • Madrid

María Teresa Torró se proclamó recientemente Campeona de España, el aperitivo de una temporada en la que la alicantina espera resurgir. Tita, como se la conoce en el circuito, ha querido romper con su pasado y ha dejado atrás su Villena natal para mudarse a Barcelona y ponerse a disposición de Alejo Mancisidor, el técnico que llevó a Garbiñe Muguruza a la final de Wimbledon.

“Somos jugadoras diferentes. Garbiñe es Garbiñe y yo soy yo. ¡Ojalá me vaya tan bien como le está yendo a ella! No pretendo ser la nueva Garbiñe”, asegura Tita, que ayer cogió un vuelo a Shenzhen donde comenzará una temporada que tendrá como primeras paradas Sidney, Hobart y la previa del Open de Australia.

“No voy a ponerme objetivos de ranking. Quiero mejorar mi nivel de tenis. Llevaba dos años estancada y creí que era el momento de cambiar”, asegura. No fue una decisión fácil. Dejó Villena y la Academia Equelite de Juan Carlos Ferrero donde llevaba desde los 11 años y se mudó a Barcelona. “Para conseguir tus sueños a veces es necesario sacrificar y mi pasión por el tenis ha hecho que de este paso tan importante. Cuando llamé a Alejo y le pregunté por

“

Tita Torró
Número 128 de la WTA
“Llevaba dos años estancada y quería un cambio a nivel deportivo y personal”

“Garbiñe es Garbiñe y yo soy yo; ojalá llegue a ganar todo lo que ella ha ganado”

36

victorias seguidas
Tita tiene el récord de triunfos seguidos en tierra batida

su disponibilidad convenimos que nos vendría bien entrenar en Barcelona”, apunta Tita, que fijará su residencia en el CAR de San Cugat gracias a la ayuda de la RFET.

Después de las primeras semanas trabajando juntos, Tita tiene claro lo que le puede aportar Alejo. “A nivel perso-

nal, tranquilidad, que es algo que me ha faltado en los últimos años. Tenísticamente intentaré ser más fuerte, agresiva y tan competitiva en pista dura como en tierra batida, en el fondo de pista como en la red”, analiza.

Huir de las lesiones

Tita llegó a ser número 47 del mundo, pero actualmente ocupa el puesto 128. La culpa la tienen tres lesiones (pectoral, isquiotibiales y costilla) que apenas le han dejado jugar 38 partidos esta temporada. “Solo quiero pensar en el día a día y dar lo máximo en cada entrenamiento. Estoy segura de que con paciencia y trabajo los resultados acabarán llegando y con eso la mejora en el ranking”, sostiene.

Además de su hoja de ruta individual, Tita quiere sacar también partido a la disciplina de dobles donde seguirá formando pareja con Silvia Soler, con la que el año pasado alcanzó los cuartos de final en Roland Garros.

Entre sus anhelos para el nuevo año, Tita también piensa en colectivo: “Jugar por España siempre es una motivación extra. Regresar al equipo de Fed Cup [no juega desde 2014] significaría que todo me está yendo bien, pero es decisión de Conchita Martínez”. ■

Noticias del mundo

ESQUÍ

Gut reafirma su liderato en la Copa del Mundo

Lara Gut reforzó su liderato en la general de la Copa del Mundo de esquí alpino tras imponerse en el eslalon gigante de Linz (Austria). Aventajó en 12 centésimas a Tina Weirather y en 30 a Viktoria Rebensburg. Lindsey Vonn no pudo acabar la primera manga.

Fallece el campeón olímpico Stein Eriksen

Stein Eriksen, considerado como la primera figura mundial del esquí, falleció a los 88 años en la estación invernal de Deer Valley (EEUU). El noruego fue oro en gigante y plata en eslalon en los Juegos de 1952, y ganó en eslalon, gigante y combinada en los Mundiales de Are (Suecia) 1954. Después se estableció en los Estados Unidos como director de escuelas de esquí.

HALTEROFILIA

Rusia pide otra investigación para Lovtchev

La Federación Rusa de halterofilia pidió al organismo internacional un contraanálisis independiente al campeón mundial de 105 kilos Aleksei Lovtchev, suspendido provisionalmente por sospechas de dopaje. El deportista señala que la acusación es una conspiración contra su país.

SALTOS DE ESQUÍ

Prevc, el mejor en la clasificación de Oberstdorf

El esloveno Peter Prevc, líder de la Copa del Mundo de saltos, en la que ha ganado las últimas tres pruebas, lideró la clasificación para la prueba de Oberstdorf (Austria), que abre el Torneo de los Cuatro Trampolines 2015-16

HOCKEY HIERBA

Primera concentración de las 'Red Sticks' de cara a Río

La selección española femenina preparará su participación para los Juegos de Río a partir del 13 de enero concentrándose en Valencia. Allí, las 25 jugadoras convocadas disputarán cuatro partidos amistosos contra Irlanda.

MARCADOR

ESQUÍ

Copa del Mundo (Lienz, AUS)

Gigante femenino: 1. Gut (SUI), 2:06.00; 2. Weirather (LIE), 2:06.12; 3. Rebensburg (ALE), 2:06.30; 4. Brem (AUT), 2:06.36. General Gigante: 1. Gut (SUI), 350 puntos; 2. Brem (AUT), 342; 3. Brignone (ITA), 265; 4. Weirather (LIE), 210. General Copa del Mundo: 1. Gut (SUI), 658; 2. Vonn (USA), 500; 3. Hansdotter (SUE), 376; 4. Brem (AUT), 367.

SALTOS DE ESQUÍ

Cuatro Trampolines (Oberstdorf, SUI)

Ronda clasificatoria: 1. Prevc (ESL), 159,2; 2. Freund (ALE), 153; 3. Forfang (NOR), 151,8; 4. Kraft (AUT), 151; 5. Gangnes (NOR), 150; 6. Hayboeck (AUT), 141,6; 7. Kasai (JPN), 140,4.

ENTRÉNATE PARA LA VIDA

Patricia Ramírez



Un 2015 lleno de valores y deportistas de valor

Se acaba el año y nos quedamos con lo bueno del deporte. Porque los buenos recuerdos son los que mantienen la motivación, nos dan seguridad y aúnan. El deporte español sigue cosechando éxitos: Carolina Marín, la selección española de baloncesto con un Gasol enorme, Gómez-Noya, Jorge Lorenzo, Garbiñe Muguruza y un largo etcétera consiguen que todos nos sintamos orgullosos, no de sus resultados, sino de su entrega, su capacidad de sacrificio, trabajo, constancia, etc. En definitiva, que nos sintamos orgullosos de la esencia del deporte: sus valores.

Me gustaría destacar dos frases de los dos deportistas más votados por los españoles. Dice Pau en una entrevista “que no soporta las quejas ni las excusas”. Yo tampoco. **Porque las quejas y las excusas te alejan de dos valores muy importantes: el sacrificio y la responsabilidad.** La falta de sacrificio traducida en los ‘es ques...’, ‘es que me duele...’, ‘es que hoy hace un frío tremendo...’, ‘es que esto es muy duro’, nos hacen débiles y alejan la atención de nuestras fortalezas, la centran en las debilidades impidiendo así dar lo mejor y cumplir con los objetivos. **No se puede llegar arriba a través de la queja. Mientras unos se quejan, otros trabajan y se esfuerzan.** Transforman el motivo de la queja en un valor “si esto me cuesta puede ser bueno para mi objetivo” y siguen en ello.

Las excusas se expresan a través de los balones fuera, propios de quien no busca en qué medida el fracaso depende de él. Y cuando atribuyes tu fracaso a factores externos no puedes responsabilizarte del futuro. Quien no ges-



Carolina Marín celebra un punto.

tiona sus fracasos, difícilmente alcanzará éxitos. El que se excusa busca el fracaso fuera, no sabe qué corregir, ni qué entrenar, ni a qué dedicar el tiempo para superarse. El fracaso sigue siendo algo negativo que muchos rechazan asumir. Interpretan que fracasar en negativo, un motivo para ser criticados y con ello lo rehúyen. **Hagamos del fracaso una fuente de aprendizaje y tendremos entrenadores y deportistas más responsables y comprometidos.** Aprender a tolerar y gestionar el fracaso es abrir la puerta a la responsabilidad.

La segunda frases es de Carolina Marín, “puedo porque creo que puedo”. Es el resumen perfecto de quien se siente con confianza, de quien cree en sí misma y quien sabe que **a través del esfuerzo, el trabajo y la perseverancia, se alcanzan los sueños.** ¿Te imaginas repitiéndote esta frase antes de un examen, de tu competición, de tu reunión de trabajo? ¿No crees que mejoraría tu nivel de motivación, tu compromiso y tu atención? Yo creo que sí.

Enhorabuena a todos los que honráis el deporte y gracias por las enseñanzas que nos dejáis.

@Patri_Psicologa

DOS HERMANAS EL PRONÓSTICO DE CARLOS MOYANO • 3-1-2016

PREMIO LOTOTURF • 5.000€ • 1.300 Metros • 14.05 H. • PRONÓSTICO: 3-2-1

CABALLO	KG	JINETE	CUADRA	VALORACIÓN	PTS M
1 Prince Alay	60	M. Gomes	Tres Malagueñas	Peso severo	5
2 Wedge	60	B. Fayos	San Acacio	Buenas referencias	6
3 Force Awakens	57,5	V. Janacek	Tinerfe	Baza sólida	6
4 Kayak	54	J. Gelabert	Sevilla	No para ganar	4
5 Miss Moneypenny	56,5	J.L. Martínez	R. Cochetoux	Correrá bien	5
6 Celestial Lad	55	I. Melgarejo	Albero	Puede figurar	4
7 Mr. Celtus	56	I. Borrego	Jolam	No nos gusta	3
8 Fast Cat	54,5	R. Sousa	Nossa S. do Vale	No nos convence	3
9 Kiri Sunrise	54,5	A. Gómez	Soñador	No creemos	3
10 Tara's Quest	54,5	E. J. Arguinzones	Sara Fervenza	No nos gusta	3
11 Mapuche	54	A. J. Graterol	Las Águilas	No parece	3
12 Lady Shaana	53	N. de Julián	Altamira	Buenos galopes	4