

Sara del Mar Pérez Peñalva

L'alfafarenca del mes

Sara del Mar Pérez Peñalva es una joven atleta de Alfajar. Sólo tiene 14 años y ya conoce lo que es participar en competiciones nacionales y encuentros internacionales. Empezó a correr desde bien pequeña, "ella no echó a andar, directamente echó a correr", confiesa entre risas su madre. Y claro, era la que más corría de la clase, una cosa llevó a la otra, y se apuntó a clases de atletismo con nueve años. Le gusta la velocidad esa es su especialidad. Aunque con sólo dos semanas de entrenamiento de martillo consiguió una medalla en esa disciplina, en la que ahora sigue trabajando.

Pero eso no es todo, además esta chica es buena en los estudios y toca el saxo. Combina los entrenamientos de atletismo, con la música y los estudios y ¡lo hace todo bien! Vamos a conocerla un poco mejor:

-¿Cómo puedes hacer tantas cosas a la vez?

(Se ríe) Intento llevarlo lo mejor que puedo y ordenar los tiempos. Entreno todos los días menos el viernes y los fines de semana compito. Ensayo la música con las horas que me quedan entre las clases y el deporte. Me concentro en lo que hago, cuando corro me olvido de estudiar y así con todo. Pero sobretodo, trato de ser responsable con mis estudios, me gustaría estudiar Medicina.

-¿Tienes que renunciar a muchas cosas?

Bueno, a veces no tengo tiempo de salir, pero tampoco es que me quede con las ganas siempre, también salgo con mis amigas. Y es que a mi correr me da felicidad, me siento feliz y me siento muy bien entrenando.

-¿Cuál crees que es tu mayor logro deportivo hasta el momento?

Pues la carrera de 60 metros que quedé tercera a nivel autonómico y medalla de oro en martillo a nivel autonómico, con tan sólo ¡dos semanas de entrenamiento! Me decían que tenía aptitudes, y probé, por probar y me llevé una medalla.

-¿Cuál es tu sueño?

Competir en unas Olimpiadas, el sueño de cualquier deportista



-¿A quién te gustaría parecerte?

A Usain Bolt

-¿Qué les dices a los que empiezan ahora a entrenar?

Que lo más importantes es que te guste. Ese es el secreto. Si te gusta lo que haces, puedes conseguir lo que quieras. Y animo a practicar deporte y a llevar una vida sana.