

Claudia vuelve a escena

Evaluará cambios en su plan de entrenamientos

ELISEO QUESADA C.
equesada@nacion.com

Hace tres meses y medio que su nombre no suena en ninguna reunión internacional. Pero Claudia Poll regresará a los torneos internacionales con una intensa gira que la llevará, a partir de hoy, por tres continentes.

La temporada 2001-2002 empezará en un destino tradicional para Poll y su entrenador Francisco Rivas: el Gran Prix de Italia, competencia que tocará las ciudades de Viareggio, Génova y Florencia (*véase recuadro*).

La gira italiana servirá para estirar piernas y ponerse a punto, antes de debutar en la Copa Mundial FINA.

Poll ingresará a esta Copa de piscina corta en el torneo de Nueva York, tercero de las ocho etapas que la componen. Luego viajará a Shangai (China), sede de la cuarta parada de la Copa.

Rivas adelantó ayer, durante una conferencia de prensa, que buscarán los primeros lugares en una o varias de las cinco categorías en que se han inscrito.

Los nadadores que aspiren a ganar alguno de los títulos deben competir en un mínimo de cuatro torneos y visitar las tres zonas en que la Federación Internacional de Natación (FINA) dividió las sedes.

En enero, Claudia completará la cuota con los certámenes de Imperia (Italia) y París.

Poll y Rivas confesaron ayer que tras los atentados del pasado 11 de setiembre, en Nueva York y Washington, se cuestionaron la conveniencia de ir a *La Gran Manzana*, pero al final optaron por continuar con el programa trazado desde el mes de julio.

No más gimnasios

Para este año, Rivas y Poll han realizado una serie de variantes en los entrenamientos, cuyos resultados serán evaluados en la temporada de piscina



JORGE CASTILLO / LA NACIÓN

LARGO VIAJE. Francisco Rivas (izquierda) y Claudia Poll ofrecieron ayer a la prensa detalles de una gira de tres semanas que comenzará hoy y que marcará el punto de partida para la temporada 2001-2002.

corta (que finaliza en Imperia).

La principal novedad es que, por primera vez en su vida, Poll no hace trabajo de pesas.

En cambio, Rivas incorporó en el plan de preparación una rutina de subir gradas (tres sesiones a la semana, de 25 minutos cada una) y un ejercicio para brazos, que consiste en estirar unas ligas (sesiones de 40 minutos, tres veces a la semana).

El entrenador explicó que esto forma parte de su filosofía de experimentar con cosas nuevas y darle un mayor atractivo a los entrenamientos.

Además, las sesiones de trabajo en el agua se incrementaron, como parte de un plan para aumentar el trabajo de piernas.

“Los resultados habrá que valorarlos en los torneos”, advirtió Poll, quien por ahora se muestra entusiasmada.

LA TEMPORADA 2001-2002

Programa de los torneos que nadará Claudia Poll.

Piscina corta

17 de noviembre: Torneo de Viareggio, Gran Prix de Italia. Nadará 200 libre y 200 combinado individual.

19 de noviembre: Torneo de Génova, Gran Prix de Italia. 400 libre y 400 combinado.

21 de noviembre: Torneo de Florencia, Gran Prix de Italia. 200 libre y 200 combinado.

27 y 28 de noviembre: Tercera etapa de la Copa FINA, en Nueva York (100, 200, 400 y 800 libre, 100 combinado).

2 y 3 de diciembre: Cuarta etapa de la Copa Fin a en Shangai, China (100, 200, 400 y 800 libre, 100 combinado).

14 y 15 de enero del 2002: Sexta fecha de la Copa FINA en

Imperia, Italia.

18 y 19 de enero: Séptima fecha de la Copa FINA en París.

Piscina larga

12 al 16 de marzo: Campeonato Canadiense de Primavera en Winnipeg, Canadá.

1 y 2 de junio: Torneo en Mónaco, Mare Nostrum Tour.

4 y 5 de junio: Torneo Siete Colinas en Roma, Mare Nostrum Tour.

7 al 9 de junio: Torneo en Canet-en-Rousillon, Francia. Mare Nostrum Tour.

11 al 13 de junio: Torneo en Barcelona, Mare Nostrum Tour.

24 al 29 de agosto: Campeonato Pan Pacífico en Yokohama, Japón.