

Claudia sin dudas

● *Ayer ganó en Italia los 400 metros libre*

ELISEO QUESADA CAMPOS
Redactor de La Nación

Con su brazada poderosa, Claudia Poll confirmó en Italia que el camino al Mundial de Perth, Australia, está libre de dudas.

La nadadora costarricense sumó a su generosa cosecha de títulos la medalla de oro de los 400 metros libre en el torneo Nico Sapio, que se realizó ayer en la ciudad de Lavagna.

Claudia agregó un sorprendente quinto lugar en los 100 libre, competencia que no es su especialidad, pero en la cual entregó todo su esfuerzo a cambio de un sitio en la final.

El triunfo en el 400 era de esperar, aunque no su tiempo de 4:09.93, porque representa un excelente comienzo de la temporada de piscina corta (25 metros), si se considera que ella entrena en distancia olímpica (50 metros) y además su fase actual de preparación está dirigida a desarrollar fuerza y resistencia, en vez de velocidad.

Aún así, Poll humilló ayer a sus rivales, pues la medallista de plata, la italiana Catherina Borgatto, apenas entró a la meta con 4:18.60, mientras que la eslovaca Alessa Bourova registró 4:18.87.

"Fue una prueba así como la ve en los resultados, muy



Claudia Poll viajará el 3 de enero a Australia para participar en el Campeonato Mundial de Piscina Larga.

Carlos Borbón/LA NACION

tranquila, sin presión", destacó el entrenador Francisco Rivas a *La Nación* desde el hotel Alba de Génova, y alabó la capacidad de su pupila para mantener un buen ritmo de competencia a pesar de que no fue exigida.

En cuanto al 100 libre, el entrenador recordó que Claudia ganó la segunda largada eliminatoria con 57.84, pero debió esperar cuatro hits más para estar segura de que estaría entre las ocho mejores.

"Antes de que comenzara el último hit y iba de sétima, no iba a entrar, pero sucedió un milagro y solo se clasificó una más. Fue muy emocionante", recordó Francisco.

Ya en la final Claudia consiguió mejorar el tiempo de la eliminatoria, pues hizo 57.15 y con ello avanzó hasta

la quinta posición. La medalla de oro fue para la alemana Sandra Volker, con 54.03.

BUENA NOTA

Al evaluar el último torneo preparativo que tuvo Claudia antes del Mundial en Perth el mes próximo, Rivas aseguró que todo fue muy positivo, especialmente la actitud que mostró ella.

"Lo que nos deja esta participación aquí es absoluta tranquilidad y seguridad de que vamos por buen camino; una de las cosas que más me agradó fue la actitud", explicó.

Rivas dijo que Poll no solo mejoró los tiempos de inscripción, que corresponden al último torneo de piscina corta que nadó, en Brasil, a mediados de año, sino que ade-

más la participación en el Gran Prix D'Autunno la devolvió a las competencias tras cuatro meses de estarse preparando en el país para el Mundial.

"Como le dije hoy (ayer) a Claudia, ya todo está escrito, los planes de entrenamiento están listos y nos iremos para Perth el 3 de enero".

Poll, por su parte, afirmó que la gira a Italia le permitió recuperarse del cansancio mental que le provocó el trajín de entrenamiento y estudio en el país durante los últimos cuatro meses.

"Esta competencia fue muy cansada y las condiciones no fueron fáciles, pero pude salir de la rutina y regresar al ambiente competitivo. Me siento muy tranquila para el Mundial", concluyó.