

Laura Orgué: “Em sentia presonera”

Curses de muntanya. La igualadina ha explicat els motius de la seva retirada quan estava al màxim nivell



Laura Orgué en l'Olla de Núria el 2017 MANEL RUAIX.

BORJA SÁNCHEZ - BARCELONA

Laura Orgué (Igualada, 1986), l'esportista catalana de muntanya amb més títols mundials i tres Jocs Olímpics, ha mantingut una conversa amb Marc Pinsach en l'*Instagram* de la FEEC, en la que reconeix haver perdut to físic en les intensitats altes però que en resistència els anys que duu de bagatge li permetrien tornar a competir a un bon nivell. “Depèn de com et plantegis la jubilació. Jo em plantejava seguir fent esport” ha dit. Pel que fa l'esquí de fons, que va practicar molts anys, diu que la tècnica li permetria estar a un bon nivell a diferència del que passaria si es tractés de córrer.

El confinament

Pinsach (Cassà de la Selva, 1990) ha contextualitzat els testimonis de ciclistes com Alberto Contador i Joan Antoni Flecha, ja retirats però que mantenen la força com han demostrat darrerament. “Si no notessis això sempre estaries a un nivell constant i és impossible mantenir sempre el cent per cent” hi ha afegit Orgué sobre el desgast que tindria l'endemà de fer un gran esforç físic. “Tancats a casa tots, pot anar bé pensar que és un moment de calma i que després el cos ho notarà en una sobrecompensació” ha dit la igualadina sobre el confinament dels esportistes que hauran de competir quan s'aixequi l'estat d'alarma.

Quatre mesos a fons

Pinsi ha demanat a Laura Orgué sobre com preparava les temporades d'esquí de fons, que tenien una durada de quatre mesos. "Ha estat el meu principal esport" ha recordat sobre la disciplina que va fer abans de donar-se a conèixer pel gran públic en curses de muntanya. "Començàvem el novembre a escandinàvia i fins el març. La resta de l'any és d'emolta preparació i molt intens.

Els mesos importants eren juny, juliol i agost amb grans volums d'entrenament" explica, sobre unes curses curtes que duraven mitja hora "a un ritme bastant elevat. Eren com *fartleks*. Per les característiques dels circuits" i per les quals s'afinava les setmanes prèvies.

"T'acostumes a mirar les classificacions per darrere" és la frase d'Orgué que Pinsach, sobre l'esquí de fons, ha demanat que posés en context. "És un esport molt exigent, requereix contacte amb la neu i et fa desplaçar a llocs molt diferents i necessites un entrenament mínim abans" explica, recordant que qui competeix a nivell mundial, europeu i estatal ho fa de manera prioritària i exclusiva. "Si tothom és professional el nivell i les diferències són molt ajustades. En el meu cas a la copa d'Europa tothom s'hi dedica i la majoria des de petits. I llavors veus on ets i com has d'entrenar-te a partir d'allà" explica, recorrent a la metàfora del pas de formiga per poder millorar.

"Hi ha moltes variables que poden influir i fer que els resultats siguin inesperats. "És una cura d'humilitat brutal i un missatge de creure en la constància i poder fer un bon resultat com tu en els Jocs de Sotxi" és la conclusió de Marc Pinsach, que Orgué ha volgut mostrar com un valor positiu per a la formació. El seu desè lloc en els 30 quilòmetres és el millor resultat d'una esportista catalana en tota la història dels Jocs Olímpics d'hivern.

El motiu

"Les motivacions són diferents. En l'esquí de fons era millorar per mi mateixa i si m'hagués hagut de valdre per les classificacions psicològicament no hagués estat sostenible. Sense comparar-me, em feia sentir realitzada i quan el vaig deixar va ser perquè no millorava" ha dit sobre per quin motiu es va retirar de la competició. Primer de l'esquí de fons i després de l'esquí de muntanya. "Vaig entrar molt a sac en un esport que tècnicament no estava preparada. Un accident en una baixada i altres coses em van fer veure que no corresponia tornar a posar-hi la banya".

"No m'aportava suficient que la meua vida seguís girant en torn de l'esport. No puc fer esport al cinquanta per cent, veia que podia deslliurar-me de la quadrícula de ser esportista d'alt nivell. Em sentia presonera" ha dit sobre el seu adéu de la competició.

La diferència

“Estàvem en un programa olímpic i teníem ajudes” és una de les diferències que Orgué ha convingut a apuntar entre l'esquí de fons i les altres disciplines que ha practicat, després que Pinsach n'ha destacat l'estructura federativa i tradició d'exèrcit que té al darrere.

“A Noruega els esportistes surten a les natilles” diu la igualadina. “Al primer moment em vaig sentir lliure, no he d'estar dins l'estructura. Però ho vaig trobar a faltar” recorda sobre la diferència que va trobar en la seva primera transició a un esport més individual i sense aquest paraigua. “Si un estat aposta per un esport no ho fa per motius consumistes. No portarà només el millor als llocs i la promoció de l'esport forma part dels valors federatius” exposa Laura sobre la diferència respecte haver-se de *vendre* després, quan es va dedicar a l'esquí i les curses de muntanya.

L'equilibri

“Trobar l'equilibri entre la teva marca i poder entrenar, descansar i fer la vida esportista, ara mateix no existeix” ha dit Laura Orgué. *Pinsi* ha posat de manifest la figura del cap de premsa en la planificació de la temporada, en contrast amb la figura del preparador físic. “Depèn de l'esportista, de com tingui organitzat el *coco*” és la conclusió que ha apuntat la igualadina.

Muntanya

“M'agraden les de Pirineu, Comapedrosa, Olla de Núria... Estem al poble, busquem el cim el pugem i baixem, així de simple” explica Marc Pinsach sobre les curses que més li agraden. Laura Orgué ha apuntat la de les Dolomites. “Donar-li el sentit d'anar a fer un cim” exposa el cassanenc.

“Ser un motivat” és el primer requisit per dedicar-se a això que ha dit *Pinsi*. “Els arguments per deixar-ho són molts” hi afegia ell. Ella hi ha incidit: “Tots els esportistes d'alt nivell o professionals o son. Ha de ser específica, que sigui interna per a tu mateixa”. “Gaudir el camí, que és molt solitari” és el requisit que ha posat Orgué sobre la taula.

El moment

“De quinze anys, si em quedo només amb un moment, n'o hauria valgut la pena. N'hi ha molts i són diferents, han provocat emocions diferents” ha respost a la pregunta de Clàudia Galicia Laura Orgué sobre els seus millors moments esportius. Ha recordat, per exemple, una marxa nòrdica que va guanyar a Tuixent i que van celebrar amb el seu pare amb un cafè amb llet i un entrepà de llom.

“Guanyar és els teus ídols” és el que ha dit Pinsach. “El millor és una jove promesa i el pitjor una trista realitat” ha argumentat el cassanenc en el final de la conversa.

LES REFLEXIONS

No m'aportava que la meua vida seguís girant en torn de l'esport. Veia que podia deslliurar-me de la quadrícula de ser esportista d'alt nivell

Trobar l'equilibri entre la teua marca i poder entrenar, descansar i fer la vida esportista, ara mateix no existeix

Publicat a: L'Esportiu, 5 d'abril de 2020

Font del document: [https://www.lesportiudecatalunya.cat/mes-esport/article/1770144-laura-
orgue-em-sentia-presonera.html](https://www.lesportiudecatalunya.cat/mes-esport/article/1770144-laura-orgue-em-sentia-presonera.html)