

ESPORTS



Jaume Pueyo s'ha estat entrenant als Alps italians en la prèvia del viatge a Pequín per prendre part en els Jocs Olímpics d'Hivern

«El meu objectiu als Jocs és superar la classificatòria i entrar als quarts de final, és a dir, fer un top 30»

«M'he entrenat amb l'equip austríac, això em permet no fer-ho sol i poder competir amb els companys»

TONI MATA I RIU. MANRESA

■ Els entrenaments de qualitat a Livigno, als Alps italians, i les mesures per protegir-se del virus són les principals ocupacions de Jaume Pueyo (Badalona, 2001) abans de volar dissabte cap a Pequín per participar en els seus primers Jocs Olímpics d'Hivern. L'esportista de la Seu d'Urgell, la ciutat on viu des de petit, competirà el dimarts 8 de febrer en la modalitat d'esprint d'esquí de fons.

Vostè és molt jove: ser a Pequín formava part dels plans quan va començar la temporada?

A mesura que anaven passant els mesos, jo sabia que anava ben encaminat perquè estava fent una bona temporada. I quan em van confirmar que aniria als Jocs vaig pensar «uau!», em vaig posar super content.

Ja ho té a tocar.

Sí, dissabte agafem el vol. Ja portem dues setmanes l'entrenador i jo cuidant-nos per no tenir el risc d'agafar la covid, perquè si l'agafem ara sí que s'hauran acabat els Jocs Olímpics. Abans d'instal·lar-nos ja haurem fet tres proves PCR, però no ens requereixen cap període d'aïllament previ quan arribem a la Xina.

Només fa vuit mesos es van celebrar els Jocs d'estiu al Japó, on precisament també s'havien de dur a terme els Mundials de natació al maig i s'han suspès, i els esportistes comentaven que estarien en tot moment en bombolles. Serà el seu cas, també?

Pel que sé, no hi haurà públic, nosaltres no podem sortir de la Vila Olímpica... realment és tot

Jaume Pueyo

Esquiador. La trajectòria olímpica de l'esportista de la Seu, membre del Club d'Esquí de Fons Urgellet Cerdanya, començarà d'aquí a dues setmanes a Pequín. Tot i que només té 20 anys, ja és un dels grans especialistes de l'Estat i ha fet mèrits per viatjar a la Xina i competir en la prova individual d'esprint d'esquí de fons

«Els esprints d'esquí de fons són proves de tres minuts en circuits durs, pura explosivitat»

► L'atleta de la Seu d'Urgell, de 20 anys, s'estrenarà com a olímpic en els Jocs d'Hivern de Pequín, que se celebraran del 4 al 20 de febrer

un entrenou, però és el que hi ha, encara bo que es puguin celebrar els Jocs Olímpics.

A vostè l'ha afectat la covid?

La vaig passar a l'abril, vaig estar en quarantena uns dies, però pel que fa a la preparació em va agafar en un període d'unes tres setmanes de vacances que fem cada any. Després, vaig poder tornar a fer uns bons entrenaments.

Vostès, però, viatgen molt. No va tenir més entrebancs?

A l'estiu, per sort, la covid va baixar i vaig poder fer la pretemporada amb l'equip austríac d'esquí de fons. Darrerament, en pujar

els casos, no hi he pogut anar, ja fa un mes que no ens veiem.

És habitual fer la preparació amb atletes d'altres països?

Ja hi havia entrenat algun altre cop fa dos anys, però de manera més esporàdica.

Què li aporta?

M'aporta molt. Sinó fos amb ells hauria d'entrenar sol. Busco estar amb un grup del meu nivell per poder fer entrenaments junts, i així t'esforces més, i t'adaptes al ritme de la carrera perquè competeixes amb els companys.

La ruptura de fibres del quàdriceps de la cama dreta ja està

oblidada del tot?

Sí, malgrat que vaig necessitar un mes per recuperar-me. Tenia una ruptura de tres centímetres, i la primera setmana no podia ni caminar. Però ja està superat.

Com afronta els Jocs? Quin és el seu objectiu?

Hi vaig amb la màxima motivació, i amb l'objectiu de fer un top-30 en la prova d'esprint individual. És a dir, intentaré entrar en els quarts de final.

Per tant, superar la primera cursa classificatòria?

Sí, exacte. Començarem amb una ronda de classificació i els trenta

primers passaran als quarts de final. Aleshores, els classificats es posaran en cinc bateries de sis esquiadors cadascuna i els dos primers entraran a les semifinals, on es produirà el mateix mecanisme per arribar a la final.

Es marca els quarts com a objectiu. Es veu, però, més amunt?

Tant de bo! Però cal anar pas a pas i primer he d'entrar als quarts. A partir d'aquí, aniria a per totes. **Assocïem l'esquí de fons a un esport de llargues distàncies. La modalitat d'esprint quines característiques té?**

Les curses són d'1,6 km, uns tres minuts de durada, pura explosivitat. Els circuits acostumen a ser bastant durs, i pel que sabem del de Pequín, el traçat comença en baixada, després puja durant un minut, torna a anar avall i acaba fent pujada de nou. Haurem d'esperar a arribar allí per fer un reconeixement sobre el terreny.

Pel que explica, l'esprint obliga a fer esforços curts però molt intensos.

Sí, no és una modalitat de molta fatiga muscular, el patiment és anaeròbic, de l'augment de l'àcid làctic, com en una cursa de 400 o 800 metres d'atletisme.

Sempre va voler fer aquesta disciplina?

De júnior vaig fer també altres distàncies, però quan fas el salt a senior, t'has de centrar i jo ho he focalitzat tot en l'esprint.

La temporada s'acaba a Pequín?

No, un altre gran objectiu són els Mundials sub-23, que es faran a finals de mes a Noruega. El meu objectiu és treure medalla.

Com a habitant del Pirineu, quina opinió té sobre la possibilitat que s'hi facin els Jocs del 2030?

Obviament, sempre fa il·lusió poder competir a casa, i més uns Jocs Olímpics, però hi ha temes com la contaminació que s'han de vetllar. No m'hi vull posar massa en aquest tema, però sí es fan i es construeixen grans infraestructures, després s'ha de treballar per evitar que s'abandonin i perquè siguin rentables.