

POLIDEPORTIVO ÉXITOS QUE LLEGAN CON SACRIFICIO

Ragna Debats, la reina de la montaña insaciable

Tras ganar el Mundial de raquetas de nieve, la del CEM La Cameta Coixa de Miravet afrontará varios retos internacionales

E.ALGUERÓ

Mejor no podía empezar la temporada para Ragna Debats, miembro del CEM La Cameta Coixa de Miravet que está a punto de cumplir 38 años. En Saranac Lake (Nueva York) se proclamó campeona del mundo de raquetas de nieve, superando la segunda posición lograda la pasada edición en Italia. En aquella ocasión representó, como lo ha hecho en otras competiciones a la Selección Catalana, pero en Estados Unidos, tras el veto al combinado catalán, optó por tomar parte en la cita con la Selección Holandesa: «quería disputar el Mundial, por eso representé a Holanda y mis sponsors, pero no me olvidé de Catalunya y corrí con el pañuelo de la estelada».

Ahora, Ragna terminará de planificar su calendario pensando ya en las carreras de montaña, donde tiene algunos objetivos muy concretos: «mis aspiraciones están depositadas sobre todo en el Mundial de Trail que se disputará el 10 de junio en Badia Prataglia (Italia), y además me gustaría ganar la Copa del Mundo absoluta, por lo que tendría

que puntuar en una prueba de Ultra, una de Xtrem y tres de Skyrunning. Además, me encantaría ganar la general de Ultra Trail o de Skyrunning. Aún no tengo definida del todo la temporada, que dependerá de los calendarios y de la distancia en la que me sienta más cómoda».

En principio, Ragna pensaba iniciar la temporada de trail running en mayo, pero finalmente la ha empezado en marzo para poder participar en la Ultra Fiord en la Patagonia chilena, prueba que se celebrará del 5 al 8 de abril, y que le hace especial ilusión a Ragna, por lo que la preparará antes en la Vall del Congost, el 19 de marzo. Posteriormente, Ragna se trasladará a Quito con su pareja y su hija para entrenar en



En la imagen Ragna Debats disputando una competición sobre nieve. FOTO: AGUSTÍ PENA

altura y preparar la Skyrunning de China a 4.600 metros, primera prueba de la Copa del Mundo prevista para el 2 de mayo. A la vuelta, aún con la duda de su participación en Zegama, afrontará la Transvulcania en la isla canaria de La Palma el 13 de mayo, prueba ultra de 73 kilómetros.

Una nueva vida

En este ambiente de la competición de las carreras por montaña, Ragna conoció a Pere Aurell, su actual pareja, y destacado es-

pecialista de esta modalidad deportiva, con quien tuvo una hija hace dos años y medio. Esta relación propició un cambio de residencia, primero durante unos meses en el Pirineo y en la actualidad en Terrassa, cambiando también la AE Xerta, el equipo con que empezó en la competición, por el CEM La Cameta Coixa de Miravet, al que pertenece. Tras el nacimiento de su hija en 2014, continuó con la competición, compaginando deporte y maternidad: «Pere y yo nos combina-

mos con la niña, aunque cuando entrenamos o competimos juntos, nos ayudan los abuelos».

Ragna sigue fiel a su técnico Rafa Flores, que realiza su programación y sistemas de entrenamiento, aunque reconoce que es muy importante en su preparación el estilo de vida: «entreno seis días a la semana y descanso el jueves cuando tengo competición, aunque también está en función de las características, dureza y kilómetros de la prueba. Además realizo un entrenamiento intenso y específico, y también cuido mucho el tema relacionado con la alimentación». Una actividad que no resulta ningún impedimento para su ocupación laboral: «trabajo para una empresa inglesa con un horario y dedicación que se pueden ajustar muy bien a mi actividad deportiva».

Aunque ya no reside en las Terres de l'Ebre sigue perteneciendo la Cameta Coixa de Miravet, y no pierde la oportunidad de desplazarse a una zona con la que se siente muy identificada «nos sentimos muy a gusto en estas comarcas y seguro que cuando podamos vendremos a cubrir alguna prueba».

■ ■ ■
esports@diaridetarragona.com

EL APUNTE

Entusiasta del deporte

■ La primeras experiencias de Ragna Debats con el deporte tuvieron relación con los caballos, pues la corredora holandesa se dedicó desde los ocho años a la equitación en su país de origen. Con 19 años se desplazó a Alemania para convertirse en entrenadora profesional de doma clásica y salto, y entrenó durante seis años a clientes y caballos para competir en doma clásica. Despues marchó a Inglaterra para cursar estudios de filología, mientras seguía entrenando caballos de élite para poder costear

los gastos de los estudios. El viaje a Valencia para participar en un intercambio de Erasmus cambió su vida: «empecé una relación con un chico cuyos padres tenían una casa en Xerta, nos desplazamos allí y empecé una nueva vida, además de iniciar mi afición por las carreras por montaña». A partir del 2009, Ragna comenzó una carrera llena de éxitos. Los primeros resultados destacados llegaron con las victorias en el Circuit Terres de l'Ebre durante este primer año, en el que se impuso en las pruebas del Duextrem Amposta

Lo Coll Llarg, Vila de Falset y Pujada al Montsià. Las victorias fueron sucediéndose a nivel estatal e internacional, y se ampliaron a partir del 2014, cuando también empezo con las carreras de raquetas de nieve: «el periodo sin carreras de montaña es largo, y no quiero estar tanto tiempo inactiva en la competición, por eso probé la modalidad de raquetas, me gustó y se me daba bastante bien». Sin duda, conociendo a Ragna, es seguro que llegarán muchos más resultados destacados.