

RAGNA DEBATS ■ CORREDORA DE CARRERAS POR MONTAÑA DEL CENTRE EXCURSIONISTA DE XERTA

‘Empecé a correr por casualidad’

VICKY MAIGÍ

-¿Cómo empezó en el mundo de las carreras por montaña?
-Fue por casualidad. Yo vengo del mundo de la hípica, pero lo dejé porque era un ámbito muy duro y competitivo. Viví 6 años en Alemania y cuando me aparté del mundo de los caballos, me marché a estudiar a Birmingham Filología Hispánica y Alemana, e hice un erasmus en Valencia. Durante mi estancia allí conocí a mi pareja, y coincidió que él tenía una casa en Xerta, y aquí estoy desde hace cuatro años. Aquí fue donde empecé a correr como afición.

-Y desde entonces, ha cosechado varios éxitos...

-Sí, entre otras cosas, hace algunas semanas gané el Campionat de Catalunya, y esta temporada también fui cuarta en el Campeonato de España, pero luego me lesioné (fisura pequeña en el femur) y eso me condicionó el año. Antes del Campionat de Catalunya también participé en la Marató de Muntanya de Catalunya, en Sant Llorenç Savall, donde también gané, quedando sexta de la general.

-Ahora usted ya se encuentra en Montellà, en el Pirineo de Lleida, para prepararse con intensidad...

-Sí, estaré tres meses aquí, donde tengo la oportunidad de entrenar en altura, algo que me hará más fuerte en la próxima Copa del Mundo que disputaré con la Selecció Catalana. Serán cinco maratones por montaña y la primera de ellas se disputará en mayo, la mítica Marató de Zegama. Será la primera vez

PERFIL

Ragna Debats, de 33 años (Centre Excursionista de Xerta), se proclamó hace unas semanas campeona de Catalunya de carreras por montaña. Ahora, esta holandesa afincada en el Baix Ebre desde hace cuatro años, ya se encuentra en Montellà, en el Pirineo de Lleida, para preparar con ganas e intensidad la próxima temporada, en la que tomará parte en la Copa del Mundo



Ragna Debats, del CE Xerta, durante la disputa de una prueba. FOTO: RAGNA DEBATS

que cubro todas las pruebas del Mundial.

-¿En qué otras citas estará?

-También tomaré parte en el Campeonato de España y en el

de Catalunya y me gustaría correr algunas pruebas del ‘Circuit de les Terres de l’Ebre’.

Además, quizás corra alguna prueba de la Copa de España y quizás el Campeonato de Europa. Dentro de mi preparación, tampoco descarto ir algunas semanas a Italia para poder correr algunas citas.

-¿Qué objetivos tendrá esta próxima temporada?

-Hacerlo lo mejor posible e ir mejorando. Evitar lesiones también, cosa que sería muy importante, y que me permitiría competir normalmente.

-¿Es muy sacrificado este deporte?

-Sí, entrenas mucho. Es un estilo de vida en el que es importante cuidar también otros aspectos como la alimentación, el descanso, etc. Pero toda esta dedicación merece la pena cuando se ve reflejada en los resultados y esto da mucha satisfacción, aunque lo que me da este deporte va mucho más allá del triunfo. Me da la oportunidad de conectar con la montaña, de sentirla íntegramente y disfrutar de lo que ofrece. Correr por la montaña me abre y me hace sentir feliz, y es genial compartir esto con los demás.

-En las Terres de l’Ebre hay una gran afición a las carreras de montaña...

-El circuito ebreño los últimos años ha crecido mucho. Es un deporte que hace feliz a la gente. Lo puedes practicar a distintos niveles, tanto en competición, con las carreras, como a nivel no competitivo, con las marchas.

-Sin duda, el referente en el mundo de las carreras de montaña es Kilian Jornet...

-Realmente pienso que Kilian Jornet es un ejemplo para todos. Tenemos la suerte de tener un deportista como él, una persona tan honesta y pura. Es un hombre con mucho sentimiento y un excelente espejo para todos los aficionados a este bonito deporte.



Estaré tres meses en Montellà, en el Pirineo de Lleida, para entrenar en altura y preparar la Copa del Mundo de esta especialidad