

ENTREVISTA A ANTONIO LORA, EL MEJOR LANZADOR DE PESO ALICANTINO DE TODOS LOS TIEMPOS

Por Marco Antonio Plaza (4º Eso)

Antonio Lora, el mejor lanzador de peso alicantino de todos los tiempos, ha sido muchas veces internacional con la selección española de Atletismo y subcampeón de España (siempre por detrás de su amigo y compañero –como él mismo aclara– Manuel Martínez, campeón de Europa y del mundo). Practicar este deporte –nos confiesa– le ha supuesto, entre otras muchas cosas, visitar casi todo el mundo y conocer a mucha gente. Se trata de un hombre “grande” y de gran inteligencia y sesibilidad como nos demuestra en las respuestas a las preguntas que le hicimos en la Ciudad Deportiva de Alicante, donde él entrena y “hace entrenar” a chicos y chicas enamorados de este deporte.

¿Cómo te iniciaste en este deporte?

Comencé a practicar el atletismo siguiendo los pasos de mi hermana, o más bien podría decir "enganchado" a los éxitos que ella consiguió dentro de este deporte. Mi hermana Ana, un año mayor que yo, fue en mi familia la que tuvo el primer contacto con este mundo y lo hizo de forma bastante destacada, llegando a poseer el récord de España cadete y siendo varias veces medallista en campeonatos de España; la enorme satisfacción de verla lograr todos estos triunfos me motivaron a mí a practicarlo.

¿Qué es lo que más te gusta de él?

A estas alturas, para mí el lanzamiento de peso y todo lo que el entrenamiento de esta disciplina deportiva conlleva no es sólo una actividad que me gusta o me entretiene, es además una forma de expresión, un sentido; son muchos los factores individuales que con el tiempo han ido forjando este sentimiento

Haz un recorrido por tu historia deportiva

Puedo decir que tanto mis hermanas como yo hemos tenido la suerte de tener una madre que aparte de otras muchísimas cosas, también se ha preocupado de que desarrollemos una adecuada cultura física; así pues, hasta llegar a practicar el atletismo pasé previamente por otros deportes, como kárate y balonmano. Me centré exclusivamente, deportivamente hablando, en los lanzamientos a la edad de catorce años de la mano de José Vázquez, entrenador alicantino descubridor de mi hermana. De su mano logré representar a España en un campeonato de Europa júnior y conseguí varias medallas a nivel nacional. A los veinte años dejé Alicante, pasé un año en Castellón preparándome en un internado para deportistas y de ahí me trasladé a León para formar parte del Centro de Alto

Rendimiento de León, lugar donde se preparan grandes estrellas de este deporte. Hace tres años volví a Alicante, instalándome de nuevo a vivir en mi tierra, dedicándome al deporte de forma más relajada.

Si algún compañero quiere hincarse en este deporte, ¿qué consejo le das? ¿A dónde debe dirigirse?

Recomiendo dirigirse a las oficinas de la Delegación Alicantina de Atletismo, sita en la pista de atletismo del Monte Tossal.

¿A cuántos deportistas entrenas actualmente?

Aunque aún me considero deportista en activo, cierto es que desde hace dos años también he comenzado a compatibilizar esta labor con la de entrenador. Actualmente entreno de forma excepcional y completamente altruista a dos personas, y si bien mi empeño con estos dos atletas es grande, de momento no deseo ni puedo dedicarme a entrenar a nadie más.

Cuéntanos en qué consiste el entrenamiento de un lanzador de peso.

Los lanzadores y lanzadoras de peso dedican gran parte de su preparación a perfeccionar y trabajar la técnica de lanzamiento. Esto conlleva un constante trabajo de imitaciones, ejercicios especiales aplicados, y un sinfín de repeticiones del gesto

técnico, con o sin artefactos. En el plano físico, el desarrollo de la fuerza explosiva y la velocidad son fundamentales, por lo que el entrenamiento con pesas en el gimnasio es muy importante, tanto que en su etapa madura un lanzador de peso muy frecuentemente llega a ser además un excelente levantador de pesas y un aceptable velocista.

¿Qué más te gustaría conseguir?

Como todo deportista que se precie también sigo el sueño olímpico. Ser olímpico es, sin duda, mi gran meta en este deporte.

¿Qué competición preparas ahora?

Después de un año de 'floja' actividad atlética por mi parte por motivos laborales, en estos momentos estoy trabajando en preparar la temporada 2006/2007 y volver a competir de forma exigente.

Haz una invitación para conocer este desconocido deporte.

Los lanzamientos, junto a los saltos y las carreras, son las tres modalidades atléticas que constituyen el Atletismo. Que el atletismo, deporte olímpico por excelencia, rey a nivel universal y uno de los más antiguos que se conocen, sea supuestamente "desconocido" en un país, deja mucho que desear sobre la cultura deportiva de sus gentes. Estoy convencido de que el atletismo no sólo forma a nivel deportivo. Al menos en mi caso me ha dotado de disciplina física, conocimiento de mí mismo y una especial sensibilidad para apreciar el placer del esfuerzo, por no hablar de las recompensas a nivel social...

