

MANUEL GREZ

Doctor curicano obtuvo cuatro medallas en los últimos dos nacionales de natación

• Recomienda cien por ciento el deporte, pues lo mantienen bien física y mentalmente.



Junto a su equipo obtuvo medalla de plata en la Nuñoa Máster.

CURICÓ. En la Segunda Copa Nuñoa Máster, que congregó a cerca de 800 nadadores, y que se realizó el sábado pasado en el Estadio Nacional, el médico obtuvo dos medallas de plata en

200 metros combinado y en la posta 4x50 metros combinado. Además, salió quinto en los 100 metros mariposa, una prueba muy exigente y agotadora según el mismo relata.

De igual forma, en el Primer Torneo Iron Swin Máster, "Copa Saval", disputado hace algunos días en el Centro Acuático Kristel Köbrich, también en el Parque Estadio Nacional de Santiago, el equipo curicano Club Tiburones, al cual pertenece, obtuvo el octavo lugar de 32 elencos que llegaron de distintas comunas del país.

En la categoría hombre de 70 a 74 años, obtuvo medalla de bronce en los 50 metros mariposa, y plata en los 100 metros estilo pecho. "A mi edad son pocos los que nadan, pero yo les pude ganar a otros incluso más jóvenes que yo", indicó Manuel Grez. Importante señalar que la posición del Club Tiburones fue destacada por diversos factores, en parte por el ingreso de una can-

tidad significativa de miembros, doce, lo que es bastante para un equipo pequeño de provincia, considerando que antes eran cinco. Pero, sobre todo, se suma el esmero de sus integrantes.

"Había dos postas, de seis mujeres, y seis hombres, pudimos competir y ganar, a parte de los otros títulos individuales, por ello obtuvimos un octavo puesto, el mejor de la Región del Maule", enfatizó el doctor.

Un punto a considerar es que todos estos logros se obtuvieron pese a que en Curicó no están dadas las condiciones para practicar este deporte, precisó Manuel Grez. "No tenemos donde entrenar, no tenemos piscina temperada que es lo que se necesita, entrenamos en piscinas al aire libre, y tenemos que usar traje de triatlón, que no es lo mismo. Cuando queremos entrenar en una piscina temperada tenemos que ir a Talca, y arrendar una o dos pistas, es decir, es muy sacrificado".



Medallas obtenidas en el Primer Torneo Iron Swin Máster, "Copa Saval".

SUS INICIOS

Comenzó en una pequeña piscina temperada en un lugar cercano a los Niches, con el objetivo de hacer un poco de movilidad dos veces por semana porque estaba totalmente sedentario, no sabía ni siquiera nadar, pero de a poco agarró el ritmo y hoy a sus 72 años ha ganado varias competencias a nivel nacional.

"Desde mi experiencia puedo decir que la natación es una magnífica forma de mantenerse

física y mentalmente, yo me siento más joven que cuando tenía 40 años, y eso me permite seguir trabajando. En la parte mental uno anda más despierto, más reactivo. En lo físico uno es más fuerte, tiene más movilidad y yo no me siento viejo, es decir, es realmente buena la natación, y además es terapéutico, uno bota mucho estrés. Recomendable para cualquier persona", finalizó Manuel Grez, integrante del Colegio Médico del Maule.