

Atleta Lucas Nervi cuenta cómo compatibiliza el deporte y la universidad

"Llegué a un pacto de no urgirme si me quedo un poco atrás en los estudios"

El lanzador lleva seis años sacando la carrera de ingeniería civil. "El único lugar donde me tengo que frustrar si no soy prolijo es el deporte", dice.

SAMUEL FERREIRO

"Entrenar, psicólogo, estudiar, grabar un podcast, entrenar de nuevo, estudiar de nuevo. Todo lo que es compatibilizar la universidad con el deporte". Lucas Nervi (23), destacado lanzador de disco chileno, compartió su rutina de este martes en redes sociales, incluyendo su habitual toque de humor e irreverencia.

El deportista está estudiando ingeniería civil en la Universidad Católica, pero no sabe bien en qué curso va. "La respuesta puede ser sexto, tercero o primero, jajajá. Es mi sexto año de universidad, pero en el avance curricular llevo poco menos de tres años y tengo un ramo de primer año que se me quedó atrás. He seguido avanzando nomás. Mi intención es mezclar software con civil industrial, uno sería el título grande y el otro el chico, aunque no tengo claro cuál", explica.

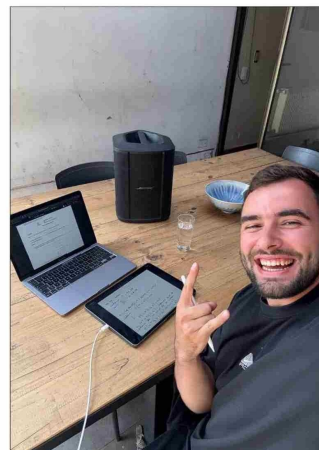
¿Qué es lo más difícil de compatibilizar estudios y deporte, Lucas?

"Lo más difícil es ordenarme para estar pidiendo los permisos cuando tengo que viajar. La universidad le ha puesto todas las ganas de que siga sacando la carrera, creo que yo he sido más limitante que la ayuda que me han dado, jajajá. Tengo que mejorar eso, el tema de la anticipación y el orden".

¿Y cada cuánto va a la universidad?

"La verdad es que no estoy yendo muy seguido porque los horarios de entrena-

Modelos discretos. Los apuntes de Lucas Nervi en ingeniería industrial. ¿Alguien quiere echarle una manito?



Nervi avanza lento pero seguro en la universidad.

miento son en la mañana. Estoy con dos ramos actualmente, los mismos del semestre pasado, así que tengo experiencia, jajajá. Me siento bien preparándolos en la casa, al final toda la información está en internet. Voy más que nada a las evaluaciones o a estudiar antes de una. Debo haber ido unas siete veces este año".

Nervi prefiere ir lento pero seguro en

el tema de los estudios, con el foco puesto en el deporte. Hace seis meses decidió empezar a trabajar con un preparador físico, además de un entrenador técnico, y estableció su rutina de entrenamiento los lunes, martes, jueves y viernes.

"Los lanzamientos son de 10.00 a 12.00 y los de pesas son de 15.00 a 18.00. Son como cinco horas, pero no me mato tra-

tando de sacar el entrenamiento apurado. Con el resto no soy tan ordenado. Funciono preparándome para las evaluaciones más que estudiando todos los días sistemáticamente. Es algo mejorable, pero lo he podido llevar. Con la música me pasa lo mismo: tengo bajos y guitarras colgados en la pieza y si estoy acostado me pongo a tocar. Pero no lo hago todos los días. Llegué a un pacto conmigo de no urgirme si es que me quedo un poco atrás, ya sea con la música o los estudios. Lo único donde me tengo que frustrar si no estoy haciendo las cosas ordenadas y prolijas es en el deporte".

¿Cómo llegó a ese pacto?

"La primera vez que me junté con Andrés Venegas, mi coach ontológico, le dije que no me sentía disciplinado porque sentía que se me pasaban las cosas. Me preguntó cómo me iba y le dije que en el deporte me iba bien, en la universidad y la música también. Entonces me dijo que algo no cuadraba, que era contradictorio: yo decía que no era disciplinado ni ordenado, pero me iba bien en las cosas. Al final me hizo entender que no veía los esfuerzos que hacía por mantener mis cosas ordenadas. Funcionaba como reloj suizo, donde cada acción tiene un porqué muy detallado. No era consciente de la disciplina interna que ya tenía".