

Fecha: 04-03-2026
Medio: La Tribuna
Supl.: La Tribuna
Tipo: Noticia general
Título: Hijo, padre y abuelo: el deporte que une a tres generaciones en Los Angeles

Pág.: 10
Cm2: 441,9
VPE: \$ 745.960

Tiraje: 3.600
Lectoría: 14.800
Favorabilidad: ☐ No Definida

Hijo, padre y abuelo: el deporte que une a tres generaciones en Los Ángeles

En las familias Ponce y Valenzuela, el deporte no fue una moda ni una etapa pasajera. Fue una forma de vivir, un legado que comenzó en la tierra húmeda de antiguas canchas y que hoy sigue latiendo con la misma fuerza en las nuevas generaciones.

Norman Matus
prensa@latribuna.cl

La genética suele determinar el color de ojos o la estatura, pero hay herencias que no se explican en los libros de biología. Ejemplo de ello, es lo que sucede en la familia Ponce y en la familia Valenzuela, el verdadero legado ha sido el deporte: una posta invisible que ha pasado de mano en mano durante tres generaciones, transformando la actividad física en un eje innegociable de vida.

Lo cierto es que el angelino Fernando Ponce en la pasada segunda versión del Triatlón de Temuco, obtuvo el tercer lugar en la categoría 39 años y su hijo de ocho años se hizo notar en la serie kids, convirtiéndose en el representante más pequeño del

“Santa María Running” y reflejando que la pasión por el deporte también se hereda.

EL ABUELO, EL INICIADOR DEL AMOR POR EL DEPORTE EN LA FAMILIA

Todo comenzó con el abuelo materno, José Valenzuela, un hombre que entendió el deporte como escuela y carácter. Fue futbolista en tiempos donde las condiciones eran precarias: canchas de tierra, iluminación inexistente y balones de cuero que, bajo la lluvia, se convertían en pesados proyectiles imposibles de dominar. Hoy el desgaste físico de las lesiones y la exigencia de los años limitan su movilidad, pero su impronta permanece intacta.

Con sacrificio y compromiso, forjó no solo su propio camino, sino también el de quienes lo mirarán con admiración

años más tarde.

Su mayor trofeo no fueron las victorias ni los aplausos, sino la transmisión silenciosa de valores: la responsabilidad ante el equipo, la sana competencia y una disciplina inquebrantable.

EL RELEVO: LAS MADRUGADAS DE FERNANDO Y MAGDALENA

Esa posta fue recogida con convicción por Fernando Ponce (ex deportista) y Magdalena Valenzuela. Los padres comprendieron que el talento de su hijo requería un soporte incondicional. Bajo esa premisa, las madrugadas se transformaron en un ritual familiar de viajes y entrenamientos, enfrentando tanto la lluvia torrencial como el sol abrasador en competencias de básquetbol y atletismo. “Mi padre siempre supo que me podía ir bien corriendo”, recuerda el protagonista de esta cronología. Ese compromiso parental fue el puente definitivo entre la recreación y la vocación profesional, impulsándolo a titularse como Profesor de Educación Física en la Universidad de la Frontera (UFRO).

LA NUEVA SEMILLA: RAFAEL Y RAIMUNDO

Hoy, el ciclo se repite con una naturalidad asombrosa.



FERNANDO PONCE Y SU PEQUEÑO hijo, la nueva generación siguiendo la huella del abuelo en el deporte.

En el hogar de la familia Ponce Domínguez, compuesta por Rocío Domínguez y Fernando Ponce, dos profesores de educación física y formadores escolares, el ejemplo es el único maestro necesario. Fernando, quien además lidera el equipo de adultos Santa María Running, ha hecho del entrenamiento al alba una postal cotidiana para sus hijos.

Rafael de ocho años, ya ha competido en triatlón, running, mountain bike y básquetbol. Raimundo de un año y medio,

sigue los pasos de su hermano de manera lúdica e inicial.

No existe imposición, sino un “contagio” saludable: ver a sus padres preparar la indumentaria, cuidar su alimentación, priorizar el descanso sobre la trasnochada y elegir vacaciones activas ha hecho que los niños se “empapen” de bienestar. Según explica la pareja de docentes a La Tribuna, sus tiempos libres son espacios diseñados específicamente para cultivar una vida activa en sus hijos.

CLAVES DE UNA HERENCIA ACTIVA

- **La Pedagogía del Ejemplo:** Los niños no replican lo que se les dice, sino lo que observan en sus padres cada mañana.
- **Disciplina Integral:** El orden diario, el respeto por el sueño y la nutrición se integran como pilares del rendimiento y la salud.
- **Ocio con Propósito:** El tiempo libre familiar se vive en movimiento, transformando el descanso en una extensión del estilo de vida saludable.



FERNANDO PONCE POSA ORGULLOSO con su mamá Magdalena Valenzuela y su papá Fernando.