Luis Manuel Lauret: El desafío de kilogramos lo vistió de plata

31/07/2019

El halterista Luis Manuel Lauret es hiperquinético por naturaleza. No hace falta atestiguar una de sus sesiones de entrenamiento en el Cerro Pelado para constatarlo. En batalla de kilogramos y estrategias se vistió de plata en los +109 kilogramos de la halterofilia panamericana en Lima.

Baste con volver la mirada a su niñez y comprobar que en su camino practicó judo, pelota, fútbol y taekwondo, antes de que a los 14 años su padre lo influenciara para intentar con discos y kilogramos. “Era en extremo intranquilo, las pesas llegaron con la adolescencia y parece que para quedarse. Nunca es tarde si la dicha es buena”, le comentó en una ocasión a este reportero.

Lo cierto es que esa intranquilidad se tradujo en explosividad a la hora de ejecutar los movimientos de arranque y envión que componen el levantamiento de pesas.

Ahora, en su estreno en Juegos Panamericanos, el joven capitalino de 22 años, 1.80 metros de estatura y 120 kg de peso se ciñó la presea de plata en la categoría súper completa (+109 kg) con 399 kg (181-218), a la escolta del recordista de América, el brasileño Fernando Reis Saravia 420 (190-230).

Visiblemente emocionado, el muchacho, siempre ambicioso, como reflejo de su temperamento, dialogó con **CubaSí:**

“Me siento súper. Es una de mis mayores satisfacciones personales hasta ahora. No superé mi total de 400 kg (183-217) en el Campeonato Panamericano, pero una medalla de plata tiene gran importancia”.

Físicamente te vimos muy bien, ¿Qué estrategia siguieron?

“Lo primero era asegurar la medalla. Luego salir a buscar al brasileño. Por eso la intención de levantar 190-230, pesos que si bien no he levantado en competencias oficiales, consideramos realizables por el nivel de preparación y la forma en que me hallaba”.

¿Qué falló en cada uno de esos movimientos? En el componente físico te vi entero.

Sobre los 190 kg de arranque se me resbaló el pie en la plataforma, y luego con 230 de envión salí con la espalda y no con las piernas. En ambos casos pequeños errores técnicos que me impidieron culminar con éxito dichos intentos”.

A propósito de intentos, Luis Manuel culminó con efectividad cuatro de sus seis alzadas, demostrando seguridad pese a enfrentarse al cuarto escaño del último Mundial y del ranking 2018, el auriverde Reis 436 (201-235).

¿Cuál de los dos ejercicios prefieres o se te da mejor?

El arranque. Tengo bastante buena la segunda fase, la parte del despegue del halón final. Se me da fácil ese movimiento, mejor que el envión”.

¿Qué ejercicios consideras fundamentales para incrementar el rendimiento, específicamente en el envión?

“El envión es un ejercicio de fuerza. Son fundamentales las cuclillas, muchos halones, y otros ejercicios de desarrollo del volumen y musculatura, asociados a la espalda, las piernas, y el pecho fundamentalmente”.

¿Satisfacción plena con el resultado?

Estoy contento, pero no totalmente porque me da pena que mis compañeros de equipo no se hayan podido tener una mejor actuación o agenciarse una medalla. Este es un deporte individual pero como compañeros de equipo siempre nos apoyamos y pensamos el uno en el otro. Por eso mi felicidad no es completa”.

¿Mente y fuerza puestos en la posible clasificación a los olímpicos de Tokio?

Sí, ahora toca reforzar la preparación, para participar dentro de poco más de un mes en el Campeonato Mundial. Allí debo levantar estos pesos que no pude ahora si de clasificar a la Olimpiada se trata.

Quiero despedirme agradeciendo a las personas que de una forma u otra han tenido que ver con este resultado: mi familia, en especial mi padre, quien fue mi primer entrenador; a Ernesto Quiroga, subcampeón universal y mi profe de la EIDE Mártires de Barbados; y a Félix Machín, quien me recibió desde que puse un pie en el gimnasio del Cerro Pelado”.

La lid de pesas de estos XVIII Juegos Panamericanos fue dominada por Colombia (5-4-0). Le secundaron Estados Unidos y Venezuela (2-1-2), y República Dominicana (1-3-2).

Seguro en sus respuestas, como cuando sale del túnel a subirse en la plataforma, Luis Manuel Lauret se olvida del mundo cuando sostiene la barra. Desde hoy, un nuevo horizonte colma su mente. Uno de cinco aros entrelazados.