Gimnasia rítmica cubana no ha estado en pausa

Por: Eyleen Ríos López / JIT
14/06/2020

La Habana.- Pese a la pausa impuesta por la pandemia de la COVID-19, la gimnasia rítmica cubana ha logrado mantenerse en actividad y a la expectativa de cuando se concrete el retorno a la normalidad para poder retomar temas pendientes de una preparación que mira en varias direcciones.

En conversación telefónica con JIT la jefa de las entrenadoras del equipo nacional, Nely Ochoa, confirmó que las muchachas nunca han dejado de hacer ejercicios, siempre adaptadas a las condiciones de cada hogar y con la supervisión de sus preparadoras.

«Con algunas hablamos por teléfono, a otras las vemos en videos que se graban y los envían por las redes sociales… incluso crearon un grupo de WhatsApp y casi todas comparten por esa vía», explicó Ochoa y aclaró que lo principal en esta etapa de confinamiento ha sido mantener la flexibilidad.

«Ellas llevaron para las casas sus ligas y otros implementos que les ayudan a cumplir con los ejercicios», añade, aunque sabe que de todas maneras el trabajo al regreso será arduo porque este deporte depende de muchas capacidades que se pierden muy rápido cuando el adiestramiento no es en el gimnasio.

Retomar niveles de fuerza, controlar el peso corporal e insistir en la flexibilidad serán prioridades a partir del día del retorno, pues son la base del trabajo que harán luego con lo específico en el montaje de los programas.

Respecto a estos últimos la experimentada preparadora adelantó que es una suerte que no sufrirán cambios para el año próximo, es decir el conjunto seguirá trabajando con cinco pelotas en una de sus selecciones y con tres aros y dos pares de mazas en la otra.

«Para el 2021 tocaba cambiar porque siempre es así con un comienzo de ciclo, pero todo se retrasó y como todavía no se han celebrado los Juegos Olímpicos pues se mantendrán los mismos programas», aclara sobre una

modalidad que fue medallista en los Juegos Panamericanos de Lima y que tras esa cita elevó sus notas de partida.

Desde diciembre último, cuando se trabajó aquí con la entrenadora rusa Alla Jaritonova, las selecciones fueron actualizadas y subió la nota de partida para acercarla a lo que se hace en el mundo.

Respecto a los Juegos Olímpicos se sabe que participarán 14 conjuntos y ya se definieron algunos clasificados en los campeonatos mundiales de 2018 y 2019. Rusia, Bulgaria, Italia, Japón, Azerbaiyán, Israel, Bielorrusia y China son los asegurados por esa vía.

Los restantes cupos se iban a repartir en las copas continentales que debieron ocurrir en el primer semestre del actual año y que con la suspensión de todas las competiciones están ahora a la espera de nuevas fechas.

La mayoría de los comentarios apuntan a que será a principios del 2021 cuando se vuelvan a fijar fechas, pero aún la Federación Internacional no se pronuncia al respecto.

Cuba no ha tenido la opción de buscar una de esas clasificaciones, pues no asistió a los mencionados mundiales. La posibilidad está todavía en el panorama, pero por lo pronto para las muchachas dirigidas por Nely Ochoa la atención se enfoca en regresar a su gimnasio y volver a la rutina diaria.