

EL ENTRENADOR

MIA Ibañez



Capítulo 1

EL ENTRENADOR

Fuensanta siempre había querido ser madre y lo había conseguido hacía un año. Una preciosa joya llamada María, la alegría de toda la familia. La satisfacción y la felicidad habían llamado a su puerta y por nada del mundo cambiaría nada, ni el parto.

Pero, su cuerpo había cambiado, sus pechos, sus caderas, los muslos y sobre todo el peso; no conseguía adelgazar y ella había sido mujer de quitar el hipo. Había probado dietas, ejercicios en casa y pastillas para adelgazar, pero nada, incluso había cogido peso y volumen. Ya le estaba preocupando, aparte no se sentía sexy con su marido, le daba vergüenza que la viera desnuda, no era la misma. Su marido y su familia le repetían que estaba preciosa pero su espejo le preguntaba. "¿Dónde está el tipazo, sexy y femenino que eras hace nada?" Decidió empezar a nadar

Fran, no tuvo la culpa, sencillamente en un triatlón se le cruzó una piedra cuando iba en bicicleta y salió volando rompiéndose la clavícula. No le operaron por indicación médica y estuvo dos meses inmovilizado, la recuperación fue lenta y ya al cabo de seis meses estaba como nuevo. Bueno, como nuevo no, los músculos por el tiempo transcurrido estaban deteriorados y lo peor, la mente de Fran había cambiado, su médico le aseguraba que su cuerpo estaba preparado para volver al ejercicio poco a poco; él creía a pie juntillas que era imposible. Donde antes había fuerza y vigor ahora solo un recuerdo de lo que fue. Decidió que al menos nadaría para activar los músculos.

Candelaria había pasado un infierno, un verdadero infierno y había sobrevivido. No tenía hijos, pero sí un marido que desde la boda le regaló una pesadilla y un miedo que casi la mata. Sobrevivió. Sí, lo había hecho, con ayuda de su familia, de los vecinos e incluso de los médicos y de la ley. Todos la felicitaban, ya había pasado y todos decían que tenía que coger las riendas de su vida y vivir. Genial. ¿Y eso cómo se hace? Decidió empezar a nadar.

¿Qué pasa a los sesenta? ¿Ya no servimos para nada? Reflexiones que se hacía Salvador, su empresa le había prejubilado y llevaba cinco años divorciado, sus hijos ya eran mayores y ni vivían en la misma ciudad. Pues él se sentía muy bien y sus amigos le intentaban convencer que ahora empezaba una etapa de resignación y aceptación. ¿Aceptación? ¿Resignación? ¿De qué carajo hablaban? Él siempre había luchado, trabajado... Decidió empezar a nadar.

La piscina era de cincuenta metros y se acababa de estrenar en el barrio. Todo el equipo era nuevo, incluso el entrenador. Eduardo. Un metro

ochenta y cinco muy bien proporcionados en altura y músculos, rubio, ojos azules y unos hoyuelos que eran su carta de presentación al reír. Se presentó y presentó el curso al que se habían apuntado, personas que sabían nadar y que querían mejorar técnica y velocidad. Les indicó que como en el agua era difícil hacerse oír por los gorros y por la gente de las otras calles les enseñaría señas tanto para ellos como para indicarle a él, muy fáciles: parar, volver, ir más deprisa, ir más despacio, mejoras, mal, perfecto, ayuda, quiero preguntar, no me siento bien. Los miró, les preguntó sus nombres y su objetivo. Sus hoyuelos, su sonrisa y su gesto de simpatía esperaban respuesta. Fuensanta maldijo estar en bañador delante de ese cuerpazo, pero fue capaz de decir su nombre y lo que quería conseguir. Fran no parecía muy optimista, pero dijo que lo que le importaba era activar los músculos y que ya con eso estaba conforme, aunque no hubiera terminado el curso. Candelaria ni siquiera levantó la mirada, susurró que por ella estaba todo bien, hacer el curso. Salvador fue el más explícito, quería sentirse fuerte, quería demostrar a los tontos de la sociedad que después de los sesenta hay vida y que se ponía en sus manos.

Eduardo no sabía si alegrarse o preocuparse. Allí estaba su grupo y él era su entrenador, las cartas estaban echadas y el juego acababa de empezar.

El primer día les dio las pautas del entrenamiento, en fila de uno irían nadando y les iría marcando quién iría tirando de la calle y los cambios de estilo. No nadaban mal. Sus formas de nadar decían mucho de ellos. Los fue presionando a ver qué tal reaccionaban; Fuensanta respiraba agitadamente pero seguía, se lo había tomado como un reto; Fran estaba acostumbrado a sufrir y ni se inmutó pero vio cómo se preocupaba por sus compañeros, cuando tiraba de la calle (nadar el primero, marcar el ritmo) iba despacio para que pudieran reponerse; Candelaria no podía, cuando paraba para descansar se quejaba y decía de dejarlo, curiosamente Fran y Fuensanta la animaron, era el primer día, normal que no pudiera pero había que conseguirlo, y la pobre se dejaba llevar por ese ánimo que no comprendía; Salvador disimulaba que estaba agotado, pero sufría hasta en las pestañas, sonreía como si no pasara nada...

Cada día antes y después de entrenar mientras estiraban comentaban los entrenos; alguno comentó que Eduardo, el entrenador, era despistado porque se concentraba tanto en la clase que no oía cuando lo llamaban si alguien entraba en la piscina, rieron al comprobar que pensaban todos igual. Comentaban sus dificultades por aprender ciertas técnicas o qué es lo que no entendían de los juegos que les enseñaban. Fran les ayudaba sobre todo en eso y se sentía como pez en el agua, necesitaba ayudar. Las clases eran muy divertidas. Siempre llegaba Eduardo con una pregunta desconcertante, como "¿qué sentían al ir a clase ese día?" por ejemplo, las chicas eran más expresivas y detallaban la ilusión con la que hacían la mochila, costaba pensar en cambiarse de ropa e irse al agua fría

pero cada día la ilusión crecía y el momento se convertía en alegría. Candelaria casi dibujo una sonrisa, pero inmediatamente la reprimió, le dio miedo esa sensación olvidada, no fuera a ser...

Uno de los días puso un ejercicio en parejas, nadar a espaldas, uno utilizaría los brazos y en sus piernas agarrado su compañero nadaría con las piernas como si fueran una sola persona nadando a espalda. Y añadió. Se hará una carrera.

Fuensanta con Salvador. Candelaria con Fran. Se pusieron en parejas y mientras se preparaban Fran le comentaba a Cande. Tú no te preocupes, tú preocúpate de los brazos que yo empujo batiendo los pies. Ya verás que rápido iremos. Y Candelaria toda preocupada le contestó. Fran, yo no tengo resistencia y la verdad es que no voy a aguantar, que es todo un largo de piscina, lo digo en serio. Fran, le sonrió. Yo tampoco tengo resistencia ya, pero por mi compañera, lucho hasta el último aliento, así que me debes lo mismo y no se hable más. Las dos parejas salieron nadando y curiosamente hasta los últimos metros no hubo una pequeña diferencia que se la llevó Candelaria y Fran.

Eduardo se acercó a chocar las manos y felicitar a todos. Habían respondido como buenos deportistas, dieron todo en la carrera y ahora se abrazaban. Candelaria no hacía nada más que votar de alegría y reír; Fran diciendo: Te lo dije, cogiendo aire del esfuerzo. Fuensanta doblada respiraba mientras decía: Esto no queda así, Salvador y yo os retamos a otra, ya veréis...y guiñó un ojo a su compañero que contestó. Claro que sí, no habéis visto que habéis ganado por suerte y además nos vamos a aplicar más en técnica. A eso Fuensanta reaccionó pidiendo a Eduardo que le enseñara mejorar su técnica, llevaba varios días que se daba cuenta que algo fallaba, no deslizaba bien y eso que practicaba en casa las brazadas y la coordinación.

Vale, los diez últimos minutos de la clase van a ser técnica para Fuensanta y también para Candelaria. Fran y Salvador harán velocidad, quiero que se piquen uno con el otro. Chicos me gusta vuestro avance. Os voy a hacer unos *súper* héroes

A Salvador esto le ilusionó, que él se tenía que picar con el joven triatleta Fran, sonaba muy bien. Los demás se quedaron perplejos de verlo haciendo flexiones después de la clase. Aunque a los cinco minutos ya se le unieron. Salvador gritó: Así me gusta grupo, uno para todos y todos para uno. Fuensanta no se quedó callada. ¿Qué te habías pensado? ¿Ser el más fuerte? Ni lo sueñes... A Eduardo le estaba gustando lo que estaba haciendo.

Cada semana había mejoras, las chicas habían cogido técnica, a Fuensanta se le había olvidado su objetivo de adelgazar, le preocupaba mejorar. A Candelaria entrar en la piscina y jugar le sacaba la sonrisa de

lado a lado y ni se daba cuenta, solo al terminar se le oía decir, "¿ya está? pero si no ha dado tiempo..." A Fran le gustaba enseñar y en los tiempos antes y después de la clase hacía de profesor con lo que cada vez quedaban antes y se iban más tarde, era un acuerdo tácito entre todos. Y a Salvador le iban notando un cambio radical en vestimenta, vaqueros juveniles, camisetas de marca con dibujos y zapatillas de deporte, eso fue el principio porque como luego comentaron se iba tuneando en el corte de pelo, barba y complementos, se sentía vivo.

Llegó un día que Eduardo los puso en círculo, como siempre, para dar las pautas de clase y les soltó que los había inscrito en los próximos juegos municipales, en los que nadarían cada uno cien metros a los distintos estilos, pero la gracia era que competirían en relevos con otro grupo de sus características que llevaban más tiempo que ellos nadando. Lo soltó y se calló. Aquello sonó como si tuvieran que ir a las olimpiadas y no se sabría si volverían...

Pero, ¿Nosotros damos la talla? No llevamos tanto tiempo. ¿Y no te vamos a dejar en mal lugar?

Dentro de nosotros siempre existe un pequeño héroe en espera de salir. Saldrá siempre que surjan en nosotros los valores de éstos. Nobleza, superación, compañerismo... Y esa es mi función, a eso quiero llegar con este curso, no es ganar, es encontrar ese espíritu que os garantizará afrontar los problemas de la vida, el entrenador no dijo más ni hizo falta.

El entrenador empezó a quedarse unos minutos más cada día; les enseñaba salidas en los relevos; a saltar sólo cuando el compañero tocaba la pared para no ser descalificados; a medir los tiempos de cada uno; se metía dentro de la piscina y observaba el agarre y desplazamiento del agua que cada uno hacía por debajo de ésta. Cuatro nadadores que se hacían relevo cada 50 metros a estilo libre, crol.

Y todos los días de clase les ponía juegos en los que olvidaran la competición, unas veces era un partido de waterpolo; otras les tiraba unos aros y tenían que bucear y recogerlos en parejas. No quería que se estresaran y lo principal, que se comunicaran y divirtieran. Sin darse cuenta, aquél objetivo que en su origen anhelaba Fuensanta iba apareciendo, sus cuerpos se iban estilizando, cogían musculatura y fuerza. Muchas veces les hablaba que cada uno por dentro llevaba un superhéroe

Y llegó el gran día. Desde primera hora la piscina era un bullicio de gente y el micrófono no paraba de decir la prueba que iba a empezar, desayunaron juntos.

Chicos, lo habéis conseguido, habéis sacado al superhéroe que lleváis dentro. Candelaria tu eres *Jesse Quick*, eres rápida y veloz, serás la primera en relevos. Fuensanta tu eres *Wonder Woman*, dominas la técnica

y te dará el relevo *Jesse Quick*. Salvador tu eres *Aquaman*, dominas el agua y quiero verte haciéndolo, serás el tercero y le darás el relevo a nuestro Fran, *Capitán América*. Ya sabes que eres el último porque nos darás la victoria. Quiero a estos *Super Héroes* que salgan cuando entren en la piscina, ¿Me oís? Yo ya he demostrado que puedo entrenar siendo sordo.

Sí, soy sordo, hace unos años por una meningitis me quedé completamente sordo y creí que tenía que abandonar mi profesión, en el club que estaba me dieron unas palmaditas y un cheque. Toda la vida he sido un deportista y eso significa que estás preparado para superar pruebas por mucho dolor y sacrificio que signifiquen. Me apliqué y leo los labios. Utilizo los signos que os enseñé para las distancias y aquí me tenéis. Sorprendidos ¿Verdad? Pero es lo mejor para demostraros que todo se puede, ahora es vuestro turno.

Se anunció por los altavoces el comienzo de la competición de relevos.

En cada extremo de la piscina dos nadadores, cada equipo en una calle, el primer nadador ya subido en la plataforma y colocado para salir en espera del pistoletazo.

Jesse Quick, se ajustó el gorro y las gafas, tuvo mucho cuidado que quedaran bien ajustadas para que al entrar en el agua no salieran volando. Sonó el disparo y salieron. *Jesse* supo que su fuerte era la velocidad, se sentía fuerte y empezó a nadar como la *superhéroe* que era. Sacó ventaja a su contrincante. *Wonder Woman* subió y se preparó a que llegara su compañera. Voló por encima de *Jesse* cuando ésta tocó la pared. Y la técnica salió en estado puro, deslizaba y agarraba el agua como el héroe en que se había transformado. *Aquaman*, que estaba preparado, no le gustó ver el papel que le tocó jugar. Dominó el agua, pero no pudo crear distancia y en los últimos metros... *Capitán América* se preparó y supo que lo tenían muy difícil. *Aquaman* le paso el relevo y empezó a nadar y a atravesar el agua como si no hubiera agua, hubo un momento en que consiguió una pequeña diferencia, pero en los últimos metros algo le detuvo y tocó la pared dos segundos tarde. Dos segundos.

En el periódico del día siguiente se publicó una foto y un comentario sobre el comportamiento del equipo perdedor de relevos, que celebró que habían perdido como si hubieran ganado, cogieron a su entrenador y lo subieron a hombros; le aplaudieron e incluso cogieron el micrófono y dieron las gracias al mejor entrenador del mundo. Que estaban allí y habían conseguido ser lo que eran, gracias a él. El juez tuvo que acercarse y dejarles claro que el equipo ganador era otro, aunque fuera por dos segundos. Pero lo siguieron celebrando e incluso se tiraron al agua con entrenador y todo. Era una locura, una bendita locura... **Eso es el**

deporte.