

infocostaTropical.com
El Diario Digital de la Costa Tropical



03/07/2013

Redacción

La nadadora Mireia Belmonte, doble medallista olímpica, prepara el Mundial de Barcelona en Granada

Ha entrenado en las instalaciones del Centro de Alto Rendimiento (CAR) de Sierra Nevada para entrenar en altitud moderada (2.320 metros), en combinación con la piscina de Fuentenueva de la Universidad de Granada, para entrenar el ritmo de competición cerca del nivel del mar

Tres nadadores de la Selección Española de Natación han ultimado esta semana en Granada su preparación para el próximo Mundial de Natación, que se celebrará en Barcelona a finales de julio. Entre ellos, destaca la presencia de la doble medallista olímpica Mireia Belmonte, acompañada de Mark Sánchez y Judit Ignacio, clasificados también para el Mundial.

Su entrenador, Fred Vergnaud, ha utilizado con frecuencia las instalaciones del Centro de Alto Rendimiento (CAR) de Sierra Nevada para entrenar en altitud moderada (2.320 metros), en combinación con la piscina de Fuentenueva de la Universidad de Granada (para entrenar el ritmo de competición cerca del nivel del mar).

Este tipo de entrenamiento combinado sólo se puede realizar en Granada, por la cercanía de las instalaciones y hace de la instalación universitaria un complemento perfecto al entrenamiento en altitud. Además se da la circunstancia de que el biomecánico de la Selección Española, Raúl Arellano, es profesor de la Universidad de Granada, y facilita el apoyo técnico a estos nadadores. Arellano participará también en los campeonatos mundiales, proporcionando el apoyo biomecánico a todos los nadadores durante la concentración previa y el propio desarrollo del Mundial.

El grupo practicó ayer su último entrenamiento en la piscina de Fuentenueva, junto con una evaluación de la potencia de brazada, en uno de los Laboratorios de la Facultad de las Ciencias del Deporte, para volver a Sierra Nevada y finalizar el

próximo viernes su "stage" en altura y comenzar así su ciclo final antes de participar en el Mundial.

Este programa fue llevado a cabo de manera similar antes de los JJOO de Londres con el éxito ya conocido de las medallas de plata de Mireia Belmonte en 200 Mariposa y 800 Libres. Se espera que en próximas ocasiones su programa se pueda completar en la futura piscina de la Facultad de las Ciencias del Deporte, dotada con instalaciones y laboratorios del más alto nivel.

2013 © INFOCOSTATROPICAL.COM Todos los derechos reservados.

Prohibida la reproducción total o parcial del material gráfico, informativo y publicitario contenido en este Periódico Digital