

Cruce a nado internacional Ríos Orinoco-Caroní
Edición 17 - 22/04/2007
Por F. Xabier Leizaola

A continuación les envío mi reporte de esta competencia, el mismo intenta combinar todos los aspectos que para mi son clave y van más allá de la propia competencia. Lo he dividido en secciones de manera que pueden saltar aquellas que no les llamen la atención; sin embargo pienso que la historia completa es más interesante y divertida.

Esta es la historia resumida del trayecto realizado para completar el primer cruce a nado en aguas abiertas en el que participe el pasado 22 de Abril de 2007 en Ciudad Guayana. 17 edición del cruce a nado de los ríos Orinoco y Caroní. Espero que disfruten el relato y estoy a la orden para cualquier contacto.

IDEA

Después de las experiencias del Hombre de hierro y Maratón de Nueva York en 2006 y animado por los compañeros de natación del Loyola-master mediodía (los bronceados) nos propusimos un grupo de nosotros entrenar para el realizar el cruce. De nuestro grupo sólo Julio Castro había participado en esta competencia en un par de ocasiones. Los demás compañeros de aventura además de Julio son Luis Jose Iturriaga, Andres Anzola y Alfredo Araya.

EL CRUCE

Esta competencia consiste en cruzar a nado sin ningún tipo de apoyo (chapaletas, flotadores, wet suit, agua) los ríos Orinoco y Caroní partiendo desde la margen norte del Orinoco en el estado Monagas (donde salen las chalanas que cruzan el río) hasta la alcaldía de Caroní en San Félix ubicada en la margen sur al norte de la llegada de las chalanas. El recorrido nominal es de 3100 metros y varia de un año a otro tanto en distancia como en la velocidad de la corriente razón por la cual cada año la competencia es siempre distinta a las ediciones anteriores. Otros factores muy importantes a considerar son la visibilidad nula en la mayor parte del trayecto por la turbidez de las aguas, los remolinos y el calor reinante en la zona. Personalmente me llamaba mucho la atención lograr la concentración necesaria para nadar durante una distancia larga sin tocar fondo y sin ver el piso.

ENTRENAMIENTO

A partir del tercer o cuarto trimestre del 2006 comenzamos a entrenar en serio para el cruce, nuestro entrenador es el famoso "Chicho" bien conocido en el medio de la natación. Los entrenamientos fueron súper variados y muchas veces no entendíamos lo que hacíamos, en general el grupo hacía los mismos ejercicios, y en algunos entrenamientos los ejercicios eran particularizados para mejorar el aspecto débil de cada uno de nosotros. Como siempre el tiempo fue nuestro enemigo ya que nuestro horario del mediodía era restringido y afectado por nuestros respectivos trabajos y trancas de tráfico típicas de Caracas. Teníamos pensado hacer un cruce de práctica en Enero o Febrero pero no tuvimos la oportunidad de hacerlo.

A principios de año me mi esposa Sandra (soporte de todas mis aventuras) y yo nos enteramos del regalo que Dios nos mandó y es nuestro cuarto hijo (un varón después de cerrada la fabrica de 3 niñas) que Dios mediante nacerá a finales de Septiembre. En esta ocasión Sandra comentaba que para que cruzar el río nadando ya que había chalana y hasta un moderno puente nuevo. Para ella era divertido verme nadando y como otros lo hacían más rápido que yo en una primera parte.

En Diciembre acompañé a los muchachos de quinto año del colegio a Pico Humboldt en Mérida y al regresar de Mérida comencé la tarea de no perder los entrenamientos obligatorios de lunes, miércoles y viernes con Chicho. No fue nada fácil pero logre un cumplimiento bastante aceptable, cuando llegaba tarde a la piscina tomaba nota de la tarea para hacerla el día siguiente aunque fuese un sábado. Como siempre busqué ayuda de mis amigos en este caso nadadores con experiencia en esa competencia como Rafael Tineo, Carolina Lairer y Ricardo Archiva. Todos me dieron ideas de cómo guiarme en el cruce que es la clave para llegar a la otra orilla. Ya para este momento estaba claro que no sabía nadar y que el plan debía ser conservador para completar la competencia. En Semana Santa debía nadar y lo hice como pude en Puerto Azul en un par de ocasiones. Para mantener fuerza seguía rodando los sábados largo más de 100 Km. y corría en la semana dos o tres veces.

VIAJE Caracas-Puerto Ordaz

Mi plan original prácticamente desde el principio fue viajar sin la familia a Puerto Ordaz puesto que la competencia y el calor no nos parecieron adecuados a Sandra y a mí para su embarazo. A mis hijas las veía con frecuencia al salir de la piscina y Valentina siempre me recordaba los viernes que nos estaríamos viendo al mismo tiempo en clase de natación. Era muy divertido chocar los 5 con ella los viernes y un tremendo aliciente para ambos. Ainara imitaba muy bien fuera del agua como se nada en estilo libre e Isabella no estaba muy convencida de mi velocidad.

El viaje los hicimos en mi carro Luis Jose, Alfredo y Julio Navarro (entrenador bien conocido del colegio) quien nos guió de manera impecable en la nutrición y otros tips los dos días previos a la competencia.

Sábado 21/04/2007

Ese día me levanté temprano y trote hora 30 minutos suave con Julio a eso de las 6am, sude muchísimo y pensé en lo que me esperaba el domingo a pesar de estar en el agua. El día fue muy agitado y estresante, ya lo imaginaba, en esta ocasión nos afectó enormemente las casi 4 horas dedicadas el chequeo medico obligatorio. Desayunamos todo el equipo junto. Nos hidratamos bien. Almorzamos bien aunque tarde a partir de este momento Chico nos acompañó y orientó también. A eso de los 6 PM asistimos a la charla donde nos llevamos la desagradable noticia que la FINA (federación internacional de natación) quien avala el evento en el calendario internacional no permite el uso de relojes (imaginamos que por razones de seguridad), el reloj formaba parte de nuestro plan y desde ese momento lo que pensábamos era llevarlo en el traje de baño, total al fin y al

cabo nosotros no creíamos tener chance de podio sino simplemente en llegar a la otra orilla. La charla fue productiva para nosotros. Otro dato es que había un buque encallado e informaron que si a las 23 horas seguía ahí no lo moverían hasta después de la competencia.

MAÑANA DE LA COMPETENCIA:

En la mañana hice mi rutina de siempre, me paré hacia las 4:30 AM. Me comí unos flips con agua ya que no conseguí leche larga duración y toda la rutina de higiene. En ese momento decidimos dejar los relojes (gracias a Dios). De allí rumbo a la partida. Llegamos a la alcaldía hacia las 5:30 AM y escogimos el mejor puesto de estacionamiento, unos minutos mas tarde se llenó todo. El barco seguía encallado pero vimos unos remolcadores que lo sacaron hacia las 6am.

El río se veía tranquilo y más bien parecía una piscina de turbia (no sabíamos lo que nos esperaba). Los organizadores colocaron 4 boyas en la fase final y yo pensaba nadar conservador hasta la segunda y darme bien duro de ahí al final (no tenía ni idea de lo que me venía).

Fotos, líquido, marcaje, protector solar, vaselina en axilas y tetillas, rezos, etc. De ahí al edificio de la alcaldía para las palabras de alcalde (cortas y entusiastas) y la bendición del padre. Un grupo de autobuses nos llevó al puerto y nos montamos en los buques T-71 y 72 casi todos ya que a por lo menos uno se le olvidó el chip y sin él no te montas en el buque. En el buque muchas caras conocidas de nadadores, triatletas y amigos, en nuestro buque el monstruo poseedor del record de 32 minutos fue anunciado por el capitán. Nos pasearon por la ruta y nosotros nos mantuvimos en el centro conversando y evitando ver lo que nos esperaba, menos mal, unos cuantos no empezaron la competencia del susto. Nadamos unos metros hasta la orilla y los pies que estaban bien sucios se nos limpiaron en la orilla solitos.

LA COMPETENCIA:

Suena la pistola y esperamos unos segundos hasta que terminara la pelea de los que pensaban ganar. Nosotros salimos más o menos unos 30 segundos después. La primera sección de unos 1000 metros termina al acercarse a la isla de Fajardo y es la zona con menos corriente. En este tramo no logré alcanzar el ritmo de natación que quería y nadé tramos en estilo pecho y waterpolo también. Las mujeres salieron 10 minutos después las primeras nadaban como toninas y me pasaron antes de Fajardo, le chupé rueda unos segundos a alguna. Al nadar protegido por la isla comencé a lograr mi ritmo. Por las explicaciones que me dieron pensaba que este tramo era corto mas no fue así. Al final seguí bordeando la isla para tener un poco de margen para cuando me llevara la corriente llegar mejor a la meta. Un nadador delante de mi subió mucho porque decía que en el 2006 el río se lo llevó, yo me lancé al tercer y último tramo con buen ritmo. Nadé un buen rato guiándome por el estadium de fútbol que está en lo alto del cerro, hasta que coincidí con Andrea una muchacha del colegio y un kayak de apoyo, nade con ellos hasta ver la primera de las 4 boyas finales, en algún momento aceleró y no la pude seguir. Se suponía que debía pasarle a las boyas por la derecha, el no hacerlo implicaba que el río

que estaba llevando pero no pude hacerlo nunca. El resto de la prueba lo nadé completamente solo hasta casi final donde un kayak me dijo que nadara directo que estaba casi en la meta. Los últimos metros los nadé full maquina y escuchaba los gritos y aplausos de la gente. Al ver el reloj de meta vi 1 hora 43 minutos y me desanimé un poco, al pisar tierra sentí el cansancio, pero el suero frío me ayudo a llegar a la comida y bebida con la cual me recuperé. Todo mi grupo estaba en la meta bien contento de haber completado la ruta. Sólo uno no llegó por un par de calambres. En ese momento me enteré que la corriente estuvo muy fuerte y que mucha gente no completó el recorrido. En la meta Evelyn que trabaja con Luis José nos recibió con unas franelas y gorras que nos salvaron del inclemente sol.

EL REGRESO

Después de un tiempo compartiendo con los amigos partimos a Caracas llegando a nuestras hacia las 11 PM.

Como conclusión pienso como siempre que este tipo de competencia más personal es de equipo y se parece en algo a la montaña. Tu equipo es tu familia y amigos que viven/comparten contigo los entrenamientos a lo largo de 3-5 días por semana en los varios meses de entrenamiento previo a la competencia y que van a verte bien mojado el día de la competencia. Otra conclusión a la cual llegamos todos es que sin el entrenamiento específico que hicimos con Chicho es muy probable que no hubiéramos completado la competencia.

Saludos a todos.

Xabier Leizaola



Foto superior de Izquierda a derecha. Julio Navarro, Alfredo Araya, Luis José Iturriaga y Xabier Leizaola

Foto inferior de Izquierda a derecha. Luis José Iturriaga, Xabier Leizaola y Alfredo Araya



En esta foto estamos de izquierda a derecha Alfredo, Chicho, Evelyn, Luis Jose, Ivania y su servidor(Xabier Leizaola).



En esta foto están Chilo y Martin Echeverria



En esta foto está Julio Navarro a la izquierda.



Foto del segundo puente sobre el Orinoco