

# la Triatló Vila de les Coves

Dissabte 10 d'agost a les 17.30 hores es celebrà la Ia Triatló Vila de les Coves. L'esdeveniment — compost per tres modalitats— tingué lloc al poliesportiu El Temple, ja que una de les proves era la natació. La triatló, com hem dit abans, és una modalitat que n'aglutina tres i per aquest ordre de competició: natació, bicicleta de carretera i cursa a peu.

Encara que les distàncies no foren molt grans, la dificultat de la triatló recau en l'encadenament de les activitats, ja que cadascuna sol·licita diferents músculs o els mateixos músculs de diferent manera. Nadar desplaça la sang als braços, pit i esquena, el qual combinat amb la fredor de l'aigua pot fer que al passar a la següent activitat (bicicleta) les cames no responguen. De la mateixa manera, córrer després de fer bicicleta (a intensitat forta, evidentment) et deixa les cames molt pesants, sobre tot els quàdriceps i bessons.

Les distàncies que es van establir foren: 500 metres de natació, que corresponen a 20 piscines, 26 kilòmetres de bicicleta de carretera des del poliesportiu fins a la Salzadella i tornar. L'última prova fou una cursa a peu de 6 kilòmetres, des del poliesportiu a les Fontanelles i tornar.

Per a les transicions (és a dir, el canvi d'una activitat a l'altra) s'acondicionà una zona anomenada boxes a l'aparcament de les piscines on el triatleta es canvia de roba per fer el següent esport.

Per fer la triatló més participativa es van permetre en la competició els equips formats per 3 esportistes; un que nadava, l'altre que corria amb

bicicleta i l'altre que corria a peu. D'equips n'hi havia 5, formats per:

**Equip 1:** Oscar Villalonga, Jesús Ferrer i Joan Lahoz.

**Equip 2:** Gloria Climent, Jacobo Salvador i Grègorie Simon.

**Equip 3:** Fabián Barreda, César Gascó i José V. Baixamà.

**Equip 4:** Maribel Ferrando, Vicent Tena i Paco Moliner.

**Equip 5:** Fernando Sánchez, Daniel Baixamà i Carlos Valls

D'individuals (els que feien les tres proves seguides) s'apuntaren:

Paco Cuevas, Gabriel Ferreres, Juan Manuel Ferreres, Tico Villaplana i Gustau Viol.

L'eixida es donà conjuntament (equips i individuals) a la piscina i fou una de les proves amb més expectació, ja que aquesta és la més fotuda



Jesús Ferrer al seu pas per la Salzadella (equip 1).



Daniel Baixamà (equip 5).



Els triatletes esperant que els jutges donen l'eixida de la primera prova, els 500 metres de natació a estil lliure. D'esquerra a dreta: Gustau, Tico, Juanma, Gabriel, Paco, Maribel, Fabián, Fernando, Gloria i Oscar.