

Joan Lluís Pons Ramon | Nadador y estudiante

«Compaginar la competición y los estudios conlleva sacrificios»

El joven Joan Lluís Pons (1996) fue elegido el pasado diciembre como el mejor deportista individual de Sóller del año 2012. Su especialidad es la natación en la que ha conseguido ya numerosos premios nacionales en su categoría.

—¿Qué supone para un joven estudiante dedicarse a la alta competición deportiva?

—Sin duda sacrificios ya que compaginar los entrenamientos en un centro de tecnificación con los estudios de Bachillerato supone tener que renunciar a otras cosas como salir o divertirme con los amigos. Pero pienso que lo que se obtiene a cambio vale la pena y compensa el esfuerzo.

—¿De cuántas horas de dedicación al día estamos hablando?

—Son 12 horas diarias en el centro de tecnificación de Palma. Y el resto del tiempo hay que preparar exámenes y dormir.

—¿Debe seguir una dieta muy rigurosa?

—Cuando estoy con la selección puedo comer de todo, especial-

mente pasta, carne, pescado y verduras. Cuando realizamos entrenamientos explosivos, pasta o arroz. Aunque me gusta comer hamburguesas, cuido mucho la dieta, aunque si algún día me paso sé que luego

quemaré entrenando. Mi debilidad son las comidas que prepara mi abuela.

—Recientemente en Sóller se han estrenado dos piscinas cubiertas. ¿Qué opinión le merece este nuevo equipamiento municipal?

—Yo ya he entrenado dos veces allí y creo que esta instalación es mejor que muchas otras que he visto. Creo que para la gente de Sóller está muy bien. Es una suerte ya que en otras ciudades, como en Palma, se habla de cerrar piscinas. No descarto poder entrenar allí en alguna ocasión, pienso que puede ser una motivación para que más gente se anime a practicar deporte acuático.

—¿Piensa que su deporte es conocido por la mayoría de la gente?

—Creo sinceramente que mucha gente no se imagina el esfuerzo que conlleva dedicarse plenamente a un deporte como la natación.

