

# Brenda Muñoz: la sanrafaelina que conquistó las cumbres bolivianas y alcanzó el sueño de la selección

25/04/2026



El trail running argentino tiene una nueva protagonista que

pisa fuerte en los senderos internacionales. **Brenda Muñoz, subcampeona sudamericana de trail**, oriunda de Cuadro Benegas, acaba de escribir una de las páginas más emocionantes de su carrera deportiva al consagrarse en Samaipata, Bolivia. Al respecto, habló con **FM Vos (94.5)** y con el **Diario San Rafael**.

Con 28 años y una trayectoria que sorprende por su ascenso, la atleta sanrafaelina logró cumplir el anhelo que perseguía hace tiempo: vestir la celeste y blanca. «Iba por la experiencia y vestir la camiseta, que era lo que más soñaba hace muchos años, y se dio así durante la carrera, así que estoy súper feliz», confesó.

La carrera presentó desafíos particulares por la altimetría, que osciló entre los 1.400 y los 2.200 metros sobre el nivel del mar. Brenda sintió el impacto del entorno. «**Lo que más me molestó era la humedad que había al principio; cuando largamos se sentía mucho y por ahí costaba un poco el respirar**», dijo. A diferencia de los suelos técnicos de Mendoza, la joven se encontró con un terreno de tierra y barro mucho más blando, lo que permitió un desarrollo de carrera veloz.

Su estrategia fue clave para el éxito. Consciente de sus fortalezas, la deportista cuidó el ritmo durante los primeros 23 kilómetros de subida para explotar su velocidad en el descenso. «**Yo me caracterizo por ir más rápido en las bajadas. Traté de llegar a ese punto con el cuerpo bien para recuperar puestos y ahí empezar mi propia carrera**», explicó. Al inicio estaba décima, pero su tenacidad la llevó a superar competidoras hasta el podio. «En el kilómetro 34 me dijeron que venía tercera, pero no me lo creí hasta que llegué a la meta y me confirmaron el segundo lugar», recordó.



Brenda Muñoz, oriunda de Cuadro Benegas, acaba de escribir una de las páginas más emocionantes de su carrera deportiva

### **Recuperación y próximos objetivos**

Lo asombroso de su logro radica además en su capacidad de recuperación, ya que solo un mes antes había corrido 42 kilómetros en Bariloche. Bajo la guía de su entrenadora Olexandra Penici, Muñoz demostró que su techo aún está lejos. «Creo que se puede mejorar mucho más todavía», concluyó la subcampeona, quien ya tiene la mirada puesta en el K42 de Villa La Angostura a desarrollarse en noviembre.