

Facundo Clemente ganador del Pentatlón: “En lo personal la victoria tiene un condimento especial”

06/02/2023



El año deportivo para el sanrafaelino Facundo Clemente comenzó con grandes logros deportivos y tras imponerse en el Tetratlón en enero, este domingo brilló en la 3ª edición del Pentatlón Nihuil 2023 quedándose con el triunfo en una estupenda carrera del deportista local.

Facundo en los 750 metros de natación, 6 km de kayak, 33km de enduro, 20km de mountain bike, y el cross country de pedestrisimo de 8.5 km estableció el mejor tiempo tras 3 horas, 16 minutos y 44 segundos de competencia, en una pelea palo a palo con Matías Pérez quien quedó segundo (3 h, 19m y 53s), Mariano Prelli completó el podio (3 h, 55m y 34s).

Dialogando con Diario San Rafael y FM Vos (94.5), Facundo

brindó detalles de lo vivido, resaltando: “La particularidad fue que las cinco disciplinas llegaron al mismo lugar que es en la costa enfrente del hotel, en la parte de natación me hicieron una gran diferencia de 2 o 3 minutos, en el remo remonté bastante pero no alcancé y salí tercero en la moto. Allí fue un circuito bastante rápido y era consciente que Matías Pérez me iba a hacer mucha diferencia porque es su fuerte, pero realicé un desgaste bastante grande que en la parte de bici lo hice muy bien remontando 6 minutos, no conocía el circuito y había una parte de arena durísima pero me ayudó para alcanzar a Mati y en el trote contaba con resto físico, no me volví loco y llegué tranquilo al final de la carrera”.

“Fue una carrera que en otros años ha sido más explosiva y ahora más larga, pero de hecho al haber tenido mucho fondo creo que fue la clave y lo mental fue otro factor. En cuanto a Mati es un genio al participar, estoy totalmente convencido para apoyar la carrera y demás porque se inscribió en las últimas horas, en lo personal la victoria tiene un condimento especial porque esté como esté en cuanto a la preparación siempre será un rival muy duro y este triunfo es ratificar lo que había hecho en el Tetratlón”, agregó quien se desempeña como Contador Público.



Fue el mejor en Individual marcando 3 horas, 16 minutos y 44 segundos en las cinco disciplinas

Respecto a las disciplinas y cuál es la que más le dificulta, acotó: "La natación es la última que comencé a entrenar para este tipo de pruebas combinadas,, sorprendentemente el domingo anduve muy bien en el kayak donde me llevé los mejores tiempos de esa disciplina, ciclismo y pedestre que fueron mi fuerte, pero en bici y trote es lo que más me destaco".

Mencionando de los factores importantes que hay que tener para esta clase de eventos, añadió: "Hay tres pilares fundamentales en todo esto, en entrenamiento, alimentación y descanso, no hay otra vuelta que darle. En cuanto a esa alimentación es un proceso pero se requiere un cuidado específico en los días previos a la carrera, con carga de hidratos y demás, sumando el entrenamiento que para esta clase de carreras debes entrenar dos semanas antes muy específico porque son muchas transiciones ya que no es lo mismo hacer una sola disciplina a realizar una seguida con la carga de otra actividad previa algo que planificamos durante todo el año con mi entrenador Tebi Scalice ".



No se olvidó de las dedicatorias de la relevante victoria que consiguió, y declaró: “Este triunfo va dedicado a toda mi familia y principalmente a mi mamá que hoy no está pero siempre le dedicó todas las competencias a ella porque es mi motivación, mi ejemplo. Párrafo aparte para mi hermano que siempre está al pie del cañón levantándose a las 6 de la

mañana conmigo, a mi esposa y mis dos hijas, tengo una familia impresionante que me apoya en todas las cuestiones y contexto que conlleva la competición”