

Mónica Rugoso: “Se vivió un día a pleno, fue una verdadera fiesta del deporte”

02/03/2026



Como había adelantado el diario de los sanrafaelinos, el domingo se disputó la **17ª edición del Pentatuel**. Entre los ganadores estuvo **Mónica Rugoso, ganadora por segunda vez consecutiva de la categoría Damas Individuales**. Al respecto, dialogó con **Diario San Rafael** y con **FM Vos (94.5)**.

Un triunfo con esfuerzo físico y mental

Rugoso se quedó con la victoria tras completar el recorrido en 4 horas, 59 minutos y 55 segundos. “Estoy muy satisfecha. Se vivió un día a pleno, fue una verdadera fiesta del deporte; el Pentatuel realmente es una locura de carrera, un gran desafío para todos los corredores que se lo proponen, así que estoy

feliz de nuevamente poder estar presente y lograr este gran resultado”, señaló. Además, agregó que en jornadas como esa “se pone el cuerpo y la mente al 100 % y se lo lleva un poco más”. Ya este lunes, transcurridas varias horas desde el cruce de la meta, la deportista empezó a sentir los dolores lógicos. “Es normal que hoy uno, cuando se relaja, empiece a sentir dolencias”, afirmó.

La natación como pilar fundamental

Si bien el Pentatuel implica cinco disciplinas deportivas, la natación es en la que Rugoso se destaca especialmente y se siente mejor. “Es el fuerte mío, es con lo que una comenzó desde chiquita; la natación me encanta, me fascina y es uno de los deportes a los que hoy me dedico como profesora, a enseñarlo; entonces, es mi fuerte”, sostuvo.

El regreso del río y los desafíos técnicos

En cuanto a lo que más le cuesta, asumió que son el motocross y el kayak, pues son las disciplinas a las que menos tiempo se les puede dedicar durante el año. “Creo que el kayak de río es muy especial de esta prueba. Que el Pentatuel este año haya vuelto a tener el río hacía que en este último mes uno tuviera que ponerse a punto; quizás era la disciplina que uno traía más débil”, recordó. Añadió que el río en sí mismo posee “adrenalina”, lo cual hace que el desafío esté a otros niveles.

La entrevistada fue quien, al hacer natación, salió primera del agua y con la moto logró hacer una diferencia que le permitió estar al frente en toda la competencia. Al igual que con el kayak, considera que la moto es crucial para sostener el tiempo, ya que volcar en el bote o caerse puede implicar varios minutos perdidos. “Afortunadamente, pudimos en las cinco disciplinas mantenernos adelante”, aseveró.