

TEMAS BEISBOLEROS

Pitcheo: velocidad, divino tesoro

SIGFREDO BARROS

No hay dudas. Cuando usted le pregunta a un especialista cuál es el lanzamiento más importante del béisbol, invariablemente la respuesta es una sola: la recta. Una bola rápida, a 90 millas o más, tirada a los codos del bateador será siempre extraordinariamente difícil de conectar, sea quien sea el que esté parado en el *home*.

Un *pitcher* que posea buena velocidad tiene la gran ventaja de poder quitarle o ponerle a sus envíos; el que no supera las 84-85 millas ha de buscar más recursos pues no puede “pasar” a sus rivales con una recta.

Por todas estas razones, llama poderosamente la atención ver en nuestras últimas Series Nacionales a muy pocos monticulistas con el extra suficiente en sus envíos. Resulta difícil ver a un serpentinerero de cualquier equipo topar las 90 millas, que es la medida aceptada universalmente para comenzar a hablar de velocidad en el béisbol, a pesar de que entre los 16 elencos de nuestro clásico se agrupan más de 200.

Pero, ¿de qué depende el tirar duro? Según varios entrenadores de nivel, el 70 % del éxito a la hora de tratar de lanzar una pelota a 90 millas o más está en el trabajo de las piernas y la cintura, otro 25 % en la técnica y solo un 5 % en la fuerza del brazo, que no necesita ser voluminoso sino más bien flexible.

No poseo elementos para conocer a ciencia cierta si nuestros lanzadores ejercitan sus piernas como debe de ser, habría que dedicar tiempo a observar cada entrenamiento. Pero la técnica —ese importante 25 %, la cuarta parte del éxito—, presenta serias dificultades, especialmente cuando se trata de tiradores inexpertos, acabados de salir de las filas juveniles y enfrentados al duro reto de una Serie Nacional.

La gran mayoría no saben sacarle partido al peso corporal puesto en función del envío de la pelota, partiendo de un inicial problema: la mayoría están por debajo en la relación talla-peso. Y resulta muy difícil lanzar sistemáticamente por encima de las 90 millas si no se tienen las libras necesarias. El promedio de peso de los lanzadores en los equi-



Vladimir García, uno de los lanzadores más veloces del béisbol cubano. FOTO: RICARDO LÓPEZ HEVIA

pos de nivel profesional es el más alto en relación con el resto de las áreas. Un reputado técnico cubano ya desaparecido, Juan Ealo de la Herrán, recomendaba: “una estatura de 1,83 y un aproximado de 86 kilogramos, con brazos largos y manos grandes para facilitar el agarre de la pelota, condiciones adicionales que favorecen al *pitcher*.”

Soy de la opinión de que, a la hora de escoger prospectos, nuestros técnicos deben afinar la puntería, observar detenidamente el físico de los futuros lanzadores. Baja estatura, insuficiente peso corporal, extremidades cortas, son características que se observan en muchos de nuestros serpentinereros. Muy pocos salen airoso, lo que recuerda aquello de que “las excepciones confirman la regla”.

No solo tirar duro es la clave del éxito a la hora de pararse en un montículo. Sin embargo, no hay dudas de que es un arma poderosa, un elemento imprescindible en el arsenal de cualquier monticulista.

Bruzón varado entre trebejos

Tropiezos, sin encontrarse con su mejor juego. Así anda el GM cubano Lázaro Bruzón (2 685) por el Magistral entre Faros de Ajedrez, con sede en Galicia, mientras en Bogotá varios de sus compañeros comenzaron impecables el Abierto Universidad Central, una verdadera tempestad entre trebejos con la presencia de 175 concursantes de España, México, Venezuela, Cuba y los anfitriones.

El segundo hombre de la Isla acumula solo 1,5 unidades en seis presentaciones en un singular certamen a doble vuelta liderado por el peruano Julio Granda (2 665), quien exhibe 3,5 y es seguido por el húngaro Richard Rapport (2 676), dueño de tres. El búlgaro Iván Cheparinov (2,5-2 672) y el anfitrión Iván Salgado (1,5-2 624) son los otros protagonistas de la lid. Bruzón, en poder de figuras blancas, buscaba desquite ante Granda al cierre de esta edición, quien lo doblegó en el primer segmento de la justa.

Entretanto, desde Colombia se conoció que son cinco los cubanos incluidos entre los 21 ganadores en las dos fechas iniciales y por desempate ocupan la cima los GM Lelys Martínez (2 473) y Omar Almeida (2 472), en ese orden. El amplio grupo tiene en el escaño cuarto al MI Orlen Ruiz (2 420), decimosexta la MF Yuleikis Fleites (2 181) y un puesto después al campeón nacional el GM Isam Ortiz (2 601).

Fruto de una división y un triunfo aparecen con 1,5 los también representantes de Cuba, el GM Yuri González (lugar 28- 2 523), los MI Carlos Hevia (39-2 512), Juan Carlos Obregón (44-2 526) y Diasmany Otero (45-2 519). El GM Aramis Álvarez (46-2 490) y el MI Roberto Gómez (47-2 426) completan el colectivo de caribeños con esa cifra, mientras la GM Yaniet Marrero (2 274) quedó en una raya que le ubica en el puesto 61, pues cayó en la primera salida ante su compañero Lelys. (SE)

Lima, sede de los PANAM 2019

Lima, la capital peruana, conquistó la sede de los Juegos Panamericanos del 2019, al ganar 31 votos de 57 posibles en la primera elección de la asamblea general de la Organización Deportiva Panamericana (ODEPA), en Toronto, Canadá.

La urbe sudamericana, que superó en el escrutinio a La Punta (Argentina), Santiago (Chile) y Ciudad Bolívar (Venezuela), tiene un proyecto basado en la experiencia de la nación para organizar citas de magnitud mundial.

Tienen previsto realizar la justa continental del 26 de julio al 11 de agosto del 2019, a un año exacto de los

Juegos Olímpicos de Tokio, por lo que pueden participar los mejores deportistas del continente cuando el clima es el ideal para los atletas.

La candidatura peruana ha indicado que modernizará los escenarios deportivos, como el estadio Miguel Grau, que pasará de tener una capacidad para 18 mil personas, a 50 mil, y se construirá un coliseo nuevo para 10 mil aficionados. También se ha mejorado la piscina olímpica, ubicada en el Campo de Marte, una de las mayores áreas verdes de la ciudad, donde se realizó el Mundial Juvenil de Natación en el 2011. (PL)

La ruta del taekwondo

Aliet Arzola Lima

Recientemente abordamos algunos rasgos y singularidades que han permitido al taekwondo cubano un ascenso meteórico, al cual pretenden dar continuidad una vez establecidos en la elite universal de la disciplina con su segundo escaño en el Campeonato Mundial de Puebla, México.

Para ello, el colectivo de preparadores ha desarrollado un sistema de entrenamiento, a raíz del que puede, incluso, hablarse del surgimiento de una escuela cubana de taekwondo, sin los lujos ni la experiencia de las principales potencias, pues el deporte solo se practica en el archipiélago hace 26 años.

“En otros lugares del mundo existen *pat chagui* electrónicas, elementos con los que se pueden modelar en la preparación la forma de patear el peto en la competencia, pero nosotros no contamos con todos estos adelantos, y tampoco podemos abusar de los petos que tenemos, porque son muy sensibles y si se dañan es muy complicado recuperarlos. Planificamos utilizarlos solo en controles internos, test pedagógicos y alguna competencia, de manera racional y eficiente”, explica Ramón Arias, guía de la escuadra femenina.

Lo cierto es que ninguna de estas limitaciones constituye una excusa para todo el colectivo de la disciplina, que ha buscado variantes a fin de contrarrestar el déficit de sesiones preparatorias con los implementos electrónicos.

“Hay que encontrar alternativas, por ejemplo, elevar la motivación de los atletas en los entrenamientos, mejorar la calidad de los contenidos, hacer más eficiente la preparación física, seguir trabajando, esforzarnos a pesar del calor y la confluencia de los dos equipos en el mismo gimnasio, hasta que logremos el nivel técnico y el pensamiento táctico que pretendemos, pues a fin de cuentas en este deporte la condición determinante es la capacidad táctica”, afirma Arias.

“En este sentido, hemos aumentado el trabajo a la cabeza, lo mismo al ataque que al contraataque, tienen que crearse el hábito de patear arriba. Para



El ascenso de Rafael Alba hasta campeón del mundo se debe a un riguroso trabajo de seguimiento desde las categorías inferiores.

no ir muy lejos, en el Mundial de Puebla, la única que tuvo dificultades con esta táctica fue la que se quedó sin medallas, las que basaron sus maniobras en las técnicas con giro y el golpeo arriba garantizaron un puesto en el podio. Glenhis Hernández, por ejemplo, siempre obtuvo los puntos decisivos de esa forma”, reseña.

Precisamente, además de las dinámicas en los entrenamientos, la técnica y la táctica de los representantes cubanos también se distingue del resto del mundo, así como la forma de ejecutar la *tuit chagui*, patada que reducida a un solo movimiento da la posibilidad de la anticipación en los contraataques.

“Si consolidamos y estabilizamos los resultados aumentaría el prestigio y el respeto hacia nuestros preceptos, aunque para lograr eso debemos alcanzar la perfección en cada estrategia, algo que solo será posible si trabajamos e inculcamos correctamente los conocimientos desde la base, pasando por la reserva hasta el equipo nacional”, señala René García, uno de los encargados del plantel masculino.

Con estas ideas bien claras, la ilusión del taekwondo es ponerse a la altura de la lucha, el judo o el boxeo. “Pretendemos que la gente tenga confianza en que no haremos quedar mal a los deportes de combate. Ojalá algún día nos vean con la misma admiración que a Alcides Sagarra, Pedro Val o Ronaldo Veitía, ellos abrieron el camino y demostraron que se puede”, concluye García.