

Carolina Marín

Quizás más de uno lea su nombre dos veces, o se acerque a la pantalla del ordenador para mirar su foto con atención, sin poderse creer. Y es que, sí, esta vez nos hemos animado a entrevistarla a ella, a Carolina Marín, a nuestra Carolina, ya que en el bádminton español, la sentimos un poco de todos. Y ella, como siempre tan simpática, cariñosa y amable, no has dedicado parte de su apretado tiempo para responder a nuestras preguntas.

Aunque se considera una chica normal y huye de presentaciones ostentosas, vale la pena destacar que tiene tan sólo 17 años y cuenta en su haber los mayores logros de bádminton en nuestro país, al haber conseguido la medalla de plata en el Campeonato de Europa sub-19 (Milán, 2009), cuando sólo tenía 15



años; la medalla de oro en el Campeonato de Europa sub-17, disputado este año en Eslovenia. Viene siendo la Campeona de España absoluta también desde los 15 años. Ha participado en torneos internacionales, donde suele conseguir siempre los primeros puestos. Fue nombrada Jugadora Revelación del Deporte en los premios Andalucía de los Deportes. Ha sido la única representante española en los Juegos Olímpicos de la Juventud (Singapur, 2010). Aún y así, para ella todo eso hay que ponerlo en su sitio. “No está mal, pero hay que seguir trabajando. Mi meta es participar en unos Juegos Olímpicos absolutos y medirme cara a cara con las mejores jugadoras del mundo”. Y para ello está dispuesta a enfrentarse a todos los sacrificios necesarios. Con tan sólo 14 años, le ofrecieron la posibilidad de dejar su Huelva natal e ir a estudiar y entrenar en el Centro de Alto Rendimiento de Madrid. “Era todo un desafío, pero yo entonces ya tenía un sueño por cumplir, así

que se lo planteé a mis padres. No fue nada fácil. Al ser hija única, mis padres tuvieron que tomar una decisión que les costó mucho”.

Para muchos eres un referente en el bádminton. ¿Desde cuándo estás vinculada a este deporte?

Empecé a jugar a los 8 años. El primer año lo compaginaba con baile flamenco, pero después tuve que decidirme por una de las dos cosas, y elegí el bádminton. Desde entonces no he tenido ningún descanso, ni lo he querido dejar. Cuando algo te gusta tanto, no te planteas dejarlo.

Imagino que no siempre habrá sido fácil.

Tal y como ya os he comentado, la decisión de irme a Madrid fue difícil tanto para mí como para mis padres. No puedo negar, además, que la vida del deportista de alto nivel es bastante dura e ingrata, porque tienes que hacer muchos sacrificios, cada día, no puedes rendirte. Si te rindes, te atrapan los demás, y todo el esfuerzo hecho no sirve para nada. Además, a mi edad, está el tema de los estudios. Compaginarlo todo no es nada fácil.

¿Y entonces? ¿Qué es lo que te mueve, lo que te impulsa a seguir adelante?

Cada deportista se marca un objetivo en su vida, y el mío es muy ambicioso. Sé lo que quiero y pensar cada día en ello, querer llegar hasta allí hace que madures como deportista. Por ejemplo: después de la medalla de plata en el Campeonato de Europa sub-19 (que nunca imaginé que iba a ganarlo, para nada), mi siguiente objetivo era el Campeonato de Europa sub-17. Quería ganarlo, así que no había tiempo que perder. Mi objetivo estaba claro, fui a por él, y lo conseguí. Y es así, no hay más. Trabajo, trabajo y más trabajo.

Pero no siempre tendrás metas tan palpables, es decir, una competición a corto plazo. ¿Qué te marca el ritmo del día a día?

Mi objetivo de ahora es entrenar duro, tal y como dices, día a día. Aprendes a no guiarte sólo por lo inmediato. No hace falta tener una competición cada fin de semana. Cuando llega un torneo, está claro que es más fácil, pero ahora mismo sólo puedo pensar en querer entrenar más fuerte.

Por suerte las cosas te han ido bien pero, ¿qué pasó por tu cabeza cuando a los 14 años te ofrecieron dejarlo todo e irte a entrenar a la capital?

Mis padres me dieron un voto de confianza dejándome marchar tan joven. Nadie pensaba en aquel momento que yo podía llegar a donde he llegado. Ahora se dan cuenta de que la decisión que tomaron fue la correcta. ¿En cuanto a mí? La verdad es que yo apenas decidí nada en aquel momento. Eran ellos los que tenían que hacerlo. A esa edad, son los padres los que intentan mirar por el bien de los hijos. Ellos querían lo mejor para mí y sin duda venirme a Madrid para seguir con mi formación parecía lo adecuado. Tendrías que verlos ahora lo orgullosos que se sienten.

¿Sigues pensando que ha valido la pena?

¡Y tanto que la ha merecido! ¿Cómo no?

Explícanos cómo suelen ser tus días...

Bien, me suelo levantar a las 7, desayuno y hago un poco de ejercicio. Después, clases hasta las 11, en que empiezo el entrenamiento. Comer, un pequeño descanso, y vuelta a los entrenamientos hasta la cena. Después de cenar, estudio, hago los deberes, hablo con mis padres, y, si tengo tiempo, estoy un rato en el ordenador...

En Cataluña llevamos adelante un proyecto que se llama “Millor Bàdminton”, dirigido a los más pequeños. Se está trabajando mucho con ellos, y hay algunos, menores de 10 años, que entrenan y casi cada día. ¿Cómo lo ves? ¿Qué les dirías a niños de estas características? Al fin y al cabo, te van a leer...

Bien, a mi me alegra mucho saber que en ciertas comunidades existen campañas para promocionar y desarrollar el bádminton, ya que sabemos que es un deporte minoritario. Yo a esos niños les diría que trabajen duro. Cuando yo era pequeña no sabía dónde iba a llegar y mira ahora dónde estoy. Nunca se sabe lo que puedes llegar a conseguir, pero con mucho trabajo seguro que se llega lejos. Y a los entrenadores les diría que les atiendan con atención y les dediquen el tiempo que necesiten. Son muy jóvenes. Es importante que aun trabajando, no se les agobie con prisas o inquietudes.



¿Y qué les dirías a los de 14-18 años que sí entrenan duro en tecnificación y tienen que combinarlo con los estudios?

Sobre todo que mucho ánimo. No va a ser fácil, por qué les voy a engañar. Compaginarlo todo tiene su gracia. Pero ya que han decidido entrenar, que piensen en hacerlo cada día más duro, que seguro que en cada entrenamiento uno puede dar mucho más de sí. Si entrenas “a tope” todos los días, seguro que llegarás muy lejos. Hay que apuntar alto e ir a por ello. Para ello hay que mantener siempre el deseo de aprender. Nunca lo sabemos todo.

Parece fácil, cuanto menos obvio: entrenas fuerte y tienes éxito. Pero seguro que debe haber algo más. En tu caso, ¿hay algún secreto en tu evidente éxito? ¿Cuáles han sido y son tus puntos fuertes como jugadora de bádminton?

No creo que haya ningún secreto. Insisto en que se trata de la dedicación que aportas en cada entrenamiento. ¿Mis puntos fuertes? Soy una persona muy competitiva. No me gusta perder, a nada, ni al parchís. Además, soy rápida, tengo bastante fuerza. Por lo demás, no me cuesta entusiasarme con las cosas y creer en mi capacidad.

Paco Ojeda fue tu entrenador en Huelva. ¿Qué vio en ti? ¿Cómo era el trabajo con él? ¿Hacíais entrenos extras, horas extras...?

Cuando empecé a ganar los campeonatos de Andalucía en benjamín, se fijó en mí y quiso que entrenara en el club (porque yo empecé en una escuela). Ahí empezó todo. Estuve entrenando con él y con otros entrenadores hasta que fui obteniendo resultados a nivel estatal. Yo entrenaba como todos los de mi club, las mismas horas. Nunca hice entrenamientos extras. Ahora, sí.

Gracias, Carolina. Estamos seguros que tu ejemplo será un referente para muchos de nuestros jugadores.