

NOTA
INFORMATIVA

Valencia / 3 de abril de 2022

Júlia Font arrasa en el Campeonato de España de trail running

-La atleta de Fondegulla se asegura una plaza en el Europeo de El Paso, en la isla de La Palma, del próximo verano

Júlia Font ha arrasado en el Campeonato de España de trail running que se ha celebrado sobre un circuito de 40,8 kilómetros en Zahara de la Sierra (Cádiz). La atleta castellonense del Metaesport se ha impuesto con un tiempo de 4h17:55, con casi 17 minutos de ventaja sobre la segunda clasificada, Virginia Pérez.

Aunque sus rivales la sorprendieron escapándose en el kilómetro tres, Font, que sabía que era superior, no se puso nerviosa y unos pocos kilómetros después las había alcanzado. “En ese momento he decidido marcharme en solitario y hacer mi carrera, y la verdad es que me he encontrado súper bien. Llegaba muy bien físicamente. A mí me gusta correr el 10K en ruta y las pruebas cortas de trail, pero por los objetivos que tenía este año había decidido cambiar mi preparación y meter más kilómetros”.

Font, que ha echado en falta a algunas de sus mejores rivales en la montaña, sabía que tenía una gran oportunidad de proclamarse campeona de España -el año pasado fue segunda- en Cádiz y por este motivo decidió irse una semana antes a Zahara de la Sierra con los corredores valencianos



Guillermo Albert (ha terminado sexto) y Ricardo Cherta (séptimo) para poder entrenar y aprenderse bien el circuito. “Eso ha sido determinante porque ni miraba por qué kilómetro iba sino que llegaba a una subida o a un punto determinado del circuito que ya conocía y sabía lo que quedaba”, explicó la atleta de Fondegulla, quien cree que su principal mejoría en estos últimos meses ha venido en el plano mental gracias a su trabajo con la psicóloga deportiva Miriam Costa, una mediofondista que entrena en Valencia con José Antonio Redolat. “Ahora puedo tener nervios y dudas en carrera pero es diferente, ahora sé gestionarlo todo mucho mejor para tomar decisiones acertadas”.

Júlia Font, que entrena con Toni Montoya desde hace años, tiene claros sus próximos objetivos: el Campeonato de España por federaciones, que se celebrará en Berga (Barcelona) el 7 de mayo; el mítico maratón de montaña de Zegama-Aizkorri (29 de mayo), y el Europeo, que se celebrará en El Paso, del 1 al 3 de julio, después de que la isla de La Palma haya sufrido la erupción del volcán durante semanas. Al acabar primera en el Campeonato de España, Font se asegura una plaza en el equipo nacional.

La castellonense tiene muy calculado el paso al maratón de montaña y durante los cuarenta kilómetros ingiere hidratos y geles con y sin cafeína, todo bebido, porque tiene estudiado que puede superar esas cuatro horas de carrera sin nada sólido. Este triunfo, unido al cosechado en Tres Valles hace un mes, refuerzan la moral de Font en un año que ha comenzado muy bien para ella.

Su equipo, el Metaesport de Riba-roja del Túria, subió el podio por equipos al acabar tercero en la prueba masculina.

Para más información:
 Fernando Miñana
 Prensa FACV
 667 59 63 67
 fernanminana@gmail.com



Federación de **A**tletismo de la **C**omunidad **V**alenciana

NIF: G-46367462