

## NOTA INFORMATIVA

Valencia / 11 de julio de 2022

# Miguel Baidal, campeón tres años después

## Los atletas de la Comunitat regresan de Santander con dos oros, cinco platas y ocho bronce

A Miguel Baidal (Cárnicas Serrano) nadie iba y le decía que ya no confiaba en él, pero el atleta de Alicante llevaba meses notándolo. Él sentía que ya no era aquel chaval de 17 años que sorprendió a todo el mundo ganando un Campeonato de España de cross que, aunque su prioridad era el triatlón, le convertía en una promesa del atletismo. Y, además de sentirse un tanto orillado, vinieron meses muy difíciles porque enganchó dos lesiones seguidas y encima compaginaba los entrenamientos con los estudios de una ingeniería. Por eso, el sábado, cuando cruzó primero la meta de la final de 5.000 metros del Campeonato de España sub23, en Santander, rompió a llorar de emoción y felicidad. Baidal, al fin, tres años y cuatro meses después de aquel triunfo en Cáceres, volvía a ser campeón de España.

Baidal ya está en Alicante de vuelta y acaba de terminar una videollamada con un profesor porque va a aprovechar el verano para quitarse una asignatura del año que viene. Este alicantino de veinte años -cumplirá 21 en unos días- estudia Ingeniería Biomédica y va a curso por año. En septiembre empezará cuarto y confía en haber acabado la carrera el próximo verano.

La victoria en Santander, en la pista de atletismo Ruth Beitia, no solo fue contra pronóstico sino que se produjo gracias a una remontada extraordinaria en la recta final, en el mismo lugar



donde sus rivales acostumbraban a someterle cuando, fruto de entrenar tres deportes, él flaqueaba. Pero esta vez fue al revés y Baidal, que aspiraba al podio pero que pensaba que el oro era para Adam Maijó -entró tercero-, sorprendió a todos sus rivales para adjudicarse el título.

Baidal, que aún tiene un año de sub23 por delante, recuerda su historia en el deporte. “Hace cuatro años me apunté al Club Atletisme Crevillent para poder optar a ser deportista de alto rendimiento y tener ayuda para entrar en la universidad. Acabamos siendo subcampeones de España por clubes y lo conseguí. Al año siguiente fui campeón de España sub20 de cross. No me hizo cambiar, pero sí ver que, además del triatlón, tenía otra opción. En 2020 empezó la pandemia y durante el primer mes, a mitad de temporada, decidí cambiar, dejar el triatlón. Tuve tiempo de reflexionar, entender que la carrera también es una prioridad para mí y que el triatlón me quitaba muchas más horas. Así que opté por centrarme en el atletismo”. Muchos días, Baidal estaba a las diez de la noche haciendo series en la piscina. Hasta que un día entendió que eso no era lo mejor para un chico tan joven. Algunos prefieren dejar los estudios y hacerse profesionales del triatlón, pero él quería ser ingeniero tanto como colgarse una medalla de oro. “El triatlón me obligaba a echarle unas horas que no tenía. Y además es un deporte en el que un día puedes ser primero y en el siguiente acabar vigésimo. Por muy en forma que estés, hay muchas transiciones y mil factores que no puedes controlar. Y, al final, dedicas demasiadas horas para la repercusión que tiene y el dinero que percibes”.

También influyó que la natación le costaba mucho. Y que su deporte favorito es el ciclismo -ha ido varios años en coche a Pirineos para ver algunas etapas del Tour-, pero lo que mejor se le da es correr. Aunque luego llegaba a la pista y se veía, por la inexperiencia, torpe tácticamente y más lento que los demás en la vuelta final.

La suerte tampoco le sonrió. Tomó la decisión de centrarse en el atletismo y se lesionó. El cambio tuvo un precio y en cuanto



subió los kilómetros que corría cada semana, lo acabó pagando. En verano de 2021 sufrió un edema óseo en el pie. Le costó recuperarse y, en cuanto lo hizo, volvió a caer. “En enero y febrero sufrí una inflamación en la zona del aductor y el cuádriceps. Se me inflamaba mucho cuando corría”.

Pero el atleta del Cárnicas Serrano logró dejar atrás todos los obstáculos y en marzo pudo comenzar a entrenar en condiciones. Una semana antes del Campeonato de España, el 3 de julio, se proclamó en Gandia campeón autonómico de la Comunitat Valenciana en 1.500 (3:47.06). Se veía rápido y por la tarde, en lugar de descansar, se metió unas series de 200. Dos momentos que le hicieron recuperar la fe en sí mismo.

Siete días después viajó a Santander y descubrió que sí, que ya era un fondista con mucho mejor final. “He cambiado la mentalidad y en la final ya hice el último 400 en 57 o 58 segundos. Cuando vi que entraba primero, me emocioné. Me acordé de todo lo que había pasado, de las lesiones, de la pérdida de confianza, de las dificultades para que te cojan en una carrera... Y salió toda la emoción”.

Aunque, en realidad, fue campeón por los pelos. A la vuelta de Santander empezó a notar la garganta seca y cierto malestar. Se hizo un test y dio positivo por covid. “No lo pasé en la pandemia y lo he cogido ahora. Solo espero no acusarlo mucho porque he visto cómo han sufrido atletas como Andreu Blanes y es terrible”.

Este resultado, este triunfo en el Campeonato de España sub23, le devuelve toda la confianza y la motivación. A él y a su entrenador, Adrián Peris. “Me ha ayudado mucho. Yo no tengo un grupo grande para entrenar. Yo he sido de sus primeros atletas y solo coincido con Moha Reda y mis antiguos compañeros de triatlón, con quienes, por cierto, salgo en bici el día que no entreno atletismo. Los entrenadores jóvenes también merecen tener sus oportunidades o nunca podrán hacerse un nombre. Adrián está al día de lo último en innovaciones y nuevas metodologías de entrenamiento y creo que es muy bueno. El año que viene volveré a ser sub23 y al fin habrá un Europeo en el



que pienso ir a por todo”, advierte el representante del Cárnicas Serrano, el club que tampoco perdió la confianza en él.

## Quince medallas

Miguel Baidal logró una de las dos medallas de oro que obtuvo el atletismo valenciano en Santander. La otra llegó gracias al relevo de 4x100 de mujeres del Playas de Castellón, que se impuso con un nuevo récord de los campeonatos. La Comunitat consiguió quince medallas en el Campeonato de España sub23: dos de oro, cinco de plata y ocho de bronce.

Los segundos puestos vinieron de la mano de Emma García Palencia (Playas de Castellón), con 4.929 puntos en el heptatlón; Miguel Izquierdo (Capex) en el 100 (10.60), Francisco Manrique (Playas de Castellón), que saltó 14,76 en triple; Víctor Faus (Safor Teika), que lanzó 48,87 en disco, y Andreu Boix (Playas de Castellón), que logró una gran marca de 7.550 puntos en el decatión.

Las medallas de bronce las consiguieron María González (Valencia CA), que saltó 12,65 en triple; Gema Martí (FC Barcelona), que lanzó 58,34 en martillo); Pablo Drees (Gandia Alpesa), que corrió los 400 metros vallas en 51.80; Ferran Ramírez (Playas de Castellón), que saltó 7,41 en longitud; Carlos Cano (Juventud Atlética Elche), que tiró 16,70 en peso, y Jorge Dávila (Playas de Castellón), que llegó a los 7.483 puntos en el decatión y Angel Navarro en Disco (playas de Castellón) que lanzó 46,18.

Para más información:

Fernando Miñana

Prensa FACV

667 59 63 67

fernaminana@gmail.com