

Marzo
2014

Perfil del mes

JESSICA

VALL



Nombre y Apellidos: Jèssica Vall Montero

Fecha de nacimiento: 22 de noviembre de 1988

Lugar de nacimiento: Barcelona

Lugar de residencia: Barcelona

Altura: 1,65 m

Peso: 51 Kg

Entrenadores que has tenido a lo largo de tu carrera deportiva: Pilar Plaja, Pili Melero, Juan Giralt, Toni Andurell, Eugeni Ballarín, Carlos Carnero y Jordi Jou.

¿Qué aspectos positivos en lo que eres ahora como deportista te ha aportado cada uno de ellos? Ilusión (Pilar y Pili), constancia (Eugeni, Juan y Toni), competitividad (Carlos), dedicación, sacrificio y confianza (Jordi Jou).

Club: Club Natació Sant Andreu

Lugar de entrenamiento: Club Natació Sant Andreu

Mejores marcas:

PRUEBA	P25	P50
50 braza	31.15	31.77
100 braza	1.07.05	1.08.80
200 braza	2.23.21	2.26.62
200 estilos	2.20.0	2.19.20

¿Por qué empezaste a nadar y a que edad? Con 6 años. Una monitora de natación del colegio (Sagrada Família) pensó que se me podría dar bien este deporte y nos aconsejó (a mis padres y a mi) ir al club natación Cataluña. Allí me hicieron una prueba de nivel y me becaron.

Mejor Recuerdo de tu carrera Deportiva: El momento en que salí a nadar las semifinales del Mundial de Barcelona.

El secreto de tu éxito: Trabajo.

Tres palabras que te describan: Tozuda, alegre y constante.

Explica un entreno que hayas hecho muy bien (o del que te sientas orgulloso): No suelo acordarme de los entrenamientos que he hecho. Intento irme siempre de ellos con algo positivo.

Cuál es el tipo de entreno que más te gusta: Extensivo y sin intensidad.

Deporte favorito al margen de la natación: Fútbol.

Deportistas a los que admiras: Rafa Nadal y Michael Phelps.

Mascota: Perro

Personas que más han influido en tu carrera: Mi familia más cercana (padres y hermanos), mi abuelo, mi pareja y mi entrenador.

Rival más duro: El crono.

Aficiones: Correr, leer e ir al cine

Peor recuerdo de tu carrera deportiva: Cuando dejé el club Natació Catalunya por falta de medios para entrenar.

Piscina favorita y por qué: Mundial de Barcelona, porque ha sido mi primer mundial y porque fue en Barcelona.

Próximo objetivo: Campeonato de Europa (Berlín 2014) pero para ello antes se tiene que pasar por el Campeonato de España Open.

Si pudieras cambiar algo de tu formación y/o trayectoria como nadador, ¿Cambiarías algo del pasado?

Confiar más en mí y en mis posibilidades desde bien pequeña.

Qué crees que estarás haciendo dentro de 10 años: Trabajando (espero que en algo relacionado con la biomedicina o el deporte), con familia e hijos.