

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.