

Noviembre
2014

Perfil del mes

**J
I
M
E
N
A** **P
E
R
R
E
N
Z**



Nombre y Apellidos: Jimena Pérez Blanco

Fecha de nacimiento: 22/08/1997

Lugar de nacimiento: Santander, Cantabria.

Lugar de residencia: Actualmente, Centro de Alto Rendimiento de Sant Cugat

Altura: 1.67

Peso: 60 kg.

Entrenadores que has tenido a lo largo de tu carrera deportiva: Todos los entrenadores de mi club: David Ramiro, Isidro, María Jesus (Chus), David , Antoni Bravo, Albert Tubella en las concentraciones, Frederic Vergnoux (actualmente)

¿Qué aspectos positivos en lo que eres ahora como deportista te ha aportado cada uno de ellos?

Tanto mi forma de ser como mi deportividad me viene de cada uno de ellos. Tengo mas confianza en mi misma y cada uno de ellos me aporoto diferentes técnicas de diferentes estilos. Además de ayudarme con las salidas y los volteos.

Club: Club Natación Gredos San Diego

Lugar de entrenamiento: Actualmente, Centro de Alto Rendimiento de Sant Cugat

Mejores marcas:

PRUEBA	P25	P50
1500 L	16.36.37	16:28,31
800 L	8.31.26	8.36.95
400 Ei	4.43.90	4.46.19
200 M	2.15.31	2.14.40

¿Por qué empezaste a nadar y a que edad?

Básicamente, empecé a nadar por mi hermana. Toda hermana pequeña siempre desea ser igual a su hermana mayor, o al menos, parecerse a ella. Supongo que ese pensamiento fue el que me empujo al agua, aunque ya de mas pequeña nadaba por problemas de espalda, pero nada serio. También mi familia me animo a ello. Empecé, como ya he dicho, de muy pequeña, pero no estuve federada hasta los 7 años. Aunque realmente no me lo empecé a tomar enserio hasta los 12 o 13 años.

Mejor Recuerdo de tu carrera Deportiva: Ahora mismo no soy capaz de decir cual es mi mejor recuerdo en mi carrera deportiva, tengo demasiados, pero diría que cada medalla guarda un recuerdo bastante bueno, la primera mínima para ir al Campeonato de Europa Junior en el Open de Palma (400 estilos) y su respectiva medalla en Poznan, la medalla de los Juegos Olímpicos de la Juventud e incluso mi primera medalla de España, son los mejores recuerdos que puedo tener por el hecho de que todo el sufrimiento pasado en cada entreno se vio reflejado en esos resultados.

El secreto de tu éxito: No creo que haya un secreto para ello, pero coincido con todos los entrenadores y otros deportistas en que para lograr un éxito hace falta esfuerzo, dedicación, y sobretodo muchas ganas, y disfrutar de lo que haces a cada momento, e incluso cuando las cosas no van bien, esforzarse más porque esos son los momentos que demuestran quien eres, y superarlos te harán sentir una satisfacción que te dará mas ganas de seguir luchando.

Tres palabras que te describan: Indecisa, tenaz, y perseverante.

Explica un entreno que hayas hecho muy bien (o del que te sientas orgulloso): uno de ellos podría ser 32x(150 crol aeróbico + 50 a tope) en el que hice todas las de 50m a mariposa con unos tiempos bastante buenos.

Cuál es el tipo de entreno que más te gusta: series de 100 progresivas, o entrenos aeróbicos de crol y estilos. También las series de 150 aeróbico 50 a tope.

Deporte favorito al margen de la natación: esgrima, o tiro con arco. Tenis, bádminton, en general todos los deportes.

Deportistas a los que admiras: todos aquellos que lo dan todo por lograr sus sueños.

Mascota: Actualmente, ninguna, he tenido peces, pájaros, gatos...

Personas que más han influido en tu carrera: amigos, compañeros de equipo, entrenadores y familiares. Todos me han enseñado algo, ya sea técnica deportiva, o ayuda psicológica que también me ha ayudado en mi carrera deportiva.

Rival más duro: yo misma.

Aficiones: Escuchar música y tocar el piano, leer, inventar historias y nadar.

Peor recuerdo de tu carrera deportiva: he tenido varios, pero creo que el peor que he tenido ha sido en el europeo junior, cuando quede dos veces consecutivas cuarta por menos de 1 segundo en 400 estilos y en 800 libres, ambas con apenas media hora de diferencia entre ellas.

Piscina favorita y por qué: Picornell. Porque allí fui a ver los mundiales de BCN, y nade el ultimo campeonato de España de verano. Me sentí muy bien en esa piscina, y me gustaron las sensaciones. No podría decir que es mi piscina favorita, pero si me gusta bastante.

Próximo objetivo: en principio, bajar mis marcas para poder intentar llegar a Rio. Si ello implica ir al mundial..

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

Yo creo que no, si bien no ha sido todo perfecto, y he tenido malos momentos, yo creo que esos son los que me han hecho ser como soy ahora. No cambiaria nada, o igual, haberme dado cuenta antes de lo que se disfruta nadando aunque sea sufriendo un poco.

Qué crees que estarás haciendo dentro de 10 años: no tengo ni idea, no pienso en lo que pueda pasar a tan largo plazo, pero espero poder seguir disfrutando de esto tanto como lo disfruto ahora.