

Nací en Valencia, en la barriada de Orriols, en 1983. Mi padre fue futbolista y jamás conocí ningún otro deporte hasta que con 8-9 años comencé a practicar baloncesto. Llegué a probar con las categorías inferiores del entonces PAMESA Valencia, pero una lesión en la córnea del ojo producida por un manotazo fortuito me hizo pasar un tiempo desagradablemente parado.

A los 15 años empecé a correr fondo por mi cuenta, y a darme cuenta de que mi verdadera pasión era la teoría del entrenamiento. Leí cuanto libro sobre fisiología, historia, táctica del deporte hubiera a mi alcance, y apliqué durante años sobre mí mismo lo que iba aprendiendo. En aquellos años, hasta los 20, compaginé atletismo, natación y boxeo, aunque también salía en bici por las carreteras de Valencia por afición.

A los 21 entré en la Academia Militar de Oficiales del Ejército, y allí, durante los 5 años en Zaragoza, fui disfrutando de los distintos equipos y competiciones militares que nos ofrecía la institución: mi primer triatlón fue en Salou en 2008, sobre distancia olímpica, y también participamos en pruebas de cross y mediofondo en pista.

En 2010, al egresar como Teniente, completé el periodo de mayor felicidad de mi vida, los 10 meses del curso de Boinas Verdes, en la ciudad pirenaica de Jaca, en los cuales aprendí a hierro valores como el compañerismo, la voluntad, la capacidad de sufrir o la fe en uno mismo. Profesionalmente fue lo más grande que he hecho jamás.

La vida en un equipo de comandos solo da para una dedicación absoluta a la instrucción para la guerra, de modo que desde 2010 a 2016 el deporte se vio aparcado, aunque aquel periodo lo invertí en seguir formándome en teoría del entrenamiento, y fui el responsable de preparación física diaria de mi unidad de comandos. La mejor escuela sin duda.

En 2016 dejé las unidades de Operaciones Especiales, y empecé mi formación como Analista en Geoestrategia, que es a lo que me he dedicado hasta el día de hoy. A la vez que completaba mi proceso educativo con un grado universitario en Filología Inglesa, un máster universitario en Cooperación Internacional al Desarrollo, el curso Avanzado Militar de Inteligencia o el dominio de los idiomas inglés y portugués, empecé mi preparación formal como entrenador de deportes de resistencia, que es mi segundo trabajo y mi vocación.

Desde 2016 a 2020 practiqué triatlón a nivel aficionado, aunque lo viví intensamente y compartí extraordinarias experiencias. Fui convocado al mundial militar de Alemania en 2017, gané la liga Mediterránea de Triatlón en 2018 (con triunfos en Valencia, Castellón y Alicante), el triatlón de Anna (2017, 2018) y algunos podios en pruebas autonómicas de Valencia (Ontinyent, Cullera, Alcácer etc.). Siempre en las filas de mi club, el CEA Bétera, o con la selección española militar.

Fiel a mi voluntad por una educación cada vez más sólida, completé el curso de Masaje Deportivo en Quirosoma en mis vacaciones de 2019.

Por desgracia, en la Nochevieja de 2020, tuve un accidente doméstico con un pino, que me cayó encima del tobillo y me mandó a ver al cirujano. En marzo del 21 ya estaba curado y empezando la recuperación, pero cada vez mi faceta como entrenador cobraba más fuerza y me apasionaba más, y además me notaba ya más que satisfecho con lo logrado (pues soy un simple triatleta popular), así que decidí retirarme de la competición y volcar me con mis deportistas (aunque sigo enamorado del deporte y todos los días, sin excepción, me entreno en algo).

En 2015 empecé mi preparación para el curso superior militar de Educación Física (aunque no lo terminé hasta 2020!!!), durante 12 meses en la Escuela Central de Educación Física de Toledo, y tuve mi primer atleta: un fondista demasiado “rápido” al que conseguí convencer para pasarse al 800. A partir de ahí he estado entrenando deportistas y formándome ininterrumpidamente.

Obtuve el título de entrenador federado de triatlón, cursando mis prácticas con el equipo alevín del club de triatlón de Bétera (Valencia), donde resido desde hace 25 años, y al que nunca le estaré lo suficientemente agradecido por la labor educativa que hace con nuestros jóvenes. En 2024 realicé el máster universitario en Alto Rendimiento en Deportes Cíclicos en la Universidad de Murcia, dirigido por el doctor Pallarés, diplomándome con una tesina sobre la preparación para los 800 metros.

Durante estos 10 años he entrenado a casi 100 deportistas, desde el equipo de fondo *Som Moratalla* (2017-2021) con casi 40 miembros, a triatletas de larga distancia, triatletas de corta, atletas de mediofondo, maratonianos, corredores de trail, opositores a pruebas selectivas a FCSE, y también personas que deseaban crecer con el deporte, transformando su vida, ganando salud, optimismo y tomando parte en competiciones sin la presión del resultado. He vivido como entrenador la felicidad de triunfos en la Liga de Trail de la Serranía, medallas en los nacionales de atletismo máster en los 800, top20 del nacional de duatlón MD etc. pero mi satisfacción nunca

ha sido menor cuando mis deportistas han conseguido, por ejemplo, pasar unas oposiciones, aprender a nadar para la prueba selectiva de los 50 estilo libre, o completar un maratón sin dolor en la rodilla. Mi última gran alegría es un compañero que ha perdido 23kg en 4 meses siguiendo nuestra preparación.

Ahora, junto a Daisuramis, empezamos un camino lleno de ilusión, sin apartarnos un ápice del lema de Hispánica *“Ni siquiera el máximo logro deportivo vale más que tú mismo. El deporte es el camino. Tú la meta”*