

Juan Miguel anda paso a paso midiendo la longitud



La Habana, 14Ene (JIT) Transitar por una etapa con compromisos en salas techadas y defender su cetro en el Campeonato Mundial de Nanjing, a mediados de marzo, es el primer momento del 2020 para el saltador de longitud cubano Juan Miguel Echevarría.

Luego de consumir 16 semanas de preparación general, el veinteañero camagüeyano sigue soñando en grande junto a su entrenador Daniel Osorio.

«Juan Miguel terminó una etapa de preparación física general muy buena, le dimos cumplimiento a todos los objetivos tanto físicos como técnicos, pues esta vez tuvimos la oportunidad de contar con pista desde el principio de la preparación y eso nos ha favorecido, comparando con el año anterior», comentó al recordar que hace un año no contaron con la pista auxiliar en funcionamiento.

«Está muy bien, enfocado en las competencias que vamos a tener en esta primera estructura y que nos tributarán a los Juegos Olímpicos, es decir nosotros vamos a ir al Mundial Bajo Techo con la seriedad que lleva, pero no es la competencia que tenemos como foco del año», dejó claro desde ahora porque sabe que será Tokio el momento cumbre.

De cualquier forma el objetivo es también ganar en la urbe china, donde la acción se prevé entre el 13 y el 15 de marzo, pero antes de eso enfrentará par de competiciones: el 21 de febrero en Madrid y el 28 en

Noruega.

Previamente, cumplirán desde finales de enero una estancia de preparación en Stuttgart, Alemania, con óptimas condiciones para continuar el trabajo iniciado en La Habana.

Acerca de lo que los ocupa en estos momentos mencionó temas como el ritmo de la carrera de impulso –que es el parámetro que primero se pierde luego de varios meses sin competir–, además de otros elementos técnicos en los que ya comienzan a enfatizar y adelantó que el propósito en cuanto a marcas es estar en el entorno de 8,40-8,50 metros.

Juan Miguel exhibe registro personal de 8,68 metros desde el 2018 y lo mejor del 2019 fue el 8,65 con que ganó en la final de la Liga del Diamante, en Zúrich. El cetro panamericano de Lima lo consiguió con 8,27 y el bronce mundial de Doha con 8,34.

Con la Copa Cuba, anunciada del 18 al 22 de marzo, pondrá final al primer macrociclo de la preparación y de ahí comenzará la planificación del resto de la temporada con la brújula dirigida a Tokio.

<https://www.radiohc.cu/index.php/noticias/deportes/211902-juan-miguel-anda-paso-a-paso-midiendo-la-longitud>



Radio Habana Cuba