

Irati Beorlegi Goñi

OZTOPOZ GAINDI



EKINEZ EGINA

“Goi-mailako ziklo bat egin nuen eta lanean hasi nintzen. Ordura arte ikas-teko gogo handirik ez nuen izan. Ez nintzen ikasle fina eskolan. Baina sarkondu egin nahi nuen, kirol irakasle izateko helburua nuen. Neuk ikasi nuen ziklo hartan irakasle jardun nahi nuen. Unibertsitatean *IVEF* [Soin Hezkuntzako Euskal Erakundea] eta irakasle-ikasketak egin nituen, eta CAP masterra ondoren. Kirola eta lana uztartuz egin ditut beti ikasketak. Hamaika kirol praktitatu dut ume nintzenetik, baina oztopo lasterketa probatu nuenean, gainontzeko kirol denak alboratu nituen. Buru-belarri hasi nintzen. 2017. urtea zen, eta gaur egun arte”.

“Ez dut lehiarako premiari-rik sentitzen orain, egia esan ez dakit itzuliko ote naizen”

Baleta, hipika, atletismoa... Denetarik probatzeko aukera izan du Irati Beorlegi Goñi bidasotarrak txikia zenetik. 21 urte zituela ordea, telebistako *El Conquistador del Mundo* saioan parte hartu zuela ezagutu zuen oztopo lasterketa. Txapelketaz txapelketa igaro ditu azken bost urteak, Europan zein munduan. Lehen bost onenetan sailkatu da beti, aurten Europako bigarren izatera heldu den arte. Goian dagoela, gelditzeko eskatu dio gorputzak. Eta Iratik gorputza entzutea erabaki du, osasun fisiko eta mentalaren izenean.

 **AITZIBER ZAPIRAIN ETXANIZ**  **DANI BLANCO / CC BY-SA**

Nahi zenuen hartan lan egitea lortu duzunean, goi mailako kirola alboratzea erabaki duzu.

Ez da erabaki erraza izan. Baina gorputzak eskatu egin dit eta entzutea erabaki dut. Gasteizera entrenatze-
ra etortzen nintzen eta halako batean, Egokitze Fisikoko goi-mailako ziklo bat irekiko zutela esan zidan kide batek. Lanerako curriculum berehala aurkeztu nuen, bi aldiz pentsatu gabe. Aurkeztu eta bihar-munean bertan deitu ninduten. Lehen promozioa da aurtengoa eta atzetik asko etorriko direla espero dut. Unibertsitatean sartu aurretik, ziklo hori bera ikasi nuen nik Donostian, eta horren bueltan irakasle izatea nuen amets. Momentu egokian, leku egokian suertatu nintzela iruditzen zait, urtez urte bidea urratu dudan arren. Honaino heltzeko oinarri handia behar da eta nik hori lantzen jardun dut. Ez zait zerutik erori. Aurten, momentuz gorputz jarri-
reren kontrola lantzen dut ikaslee-

kin, yoga modalitatea ematen dut, baita anatomia ere. Kirola egiteko gorputza ongi ezagutzea ezinbesteko da.

Lehian ala ez, ez duzu bizitza kirolik gabe irudikatzen, ezta?

Kirola bera baino gehiago, ariketa fisikoa egitea da garrantzitsua. Egunerokoan horretarako joera ukatea, bai praktikatzeko denbora hartuta, baina baita bizitza estilo bezala ere. Ahalaz, oinez edota bizikletaz ibiltzea, adibidez. Ongizate orokorrerako bost kontu dira ezinbestekoak. Jarduera fisikoa egitea, elikadura osasuntsua, atsedena, osasun mentala eta bizitza soziala. Nik ez dut egunerokoa, nire bizitza, ariketa fisikorik egin gabe irudikatzen. Esan bezala, bizitza estilo bat da.

Nola heldu zinen oztopo lasterketan lehiatzera?

Txikia nintzela, ez genuen telebista-rik etxean, eta izan genuenean, ikus-



"Beti ukan dut argi osasun mentalaren aldeko apustua egin behar nuela, presioak ezin ninduela harrapatu. Hasieran nire kabuz moldatzen nintzen: lasaitzeko ariketak, yoga... Baina joan den urtean laguntza profesionala eskatzea erabaki nuen, eta ez naiz batere damutzen".

ten nuen gauza bakarra *El Conquistador del Mundo* zen. Irrikaz ikusten nuen eta parte hartzeko gogoz nengoan, nire ametsa zen. 2017. urtean, 21 urte nituela, aurkeztera ausartu nintzen eta lehenengoan onartu ninduten. Garai batean, gimnasia erritmikoa egiten nuen, ez besterik. *El Conquistador del Mundo*-n, lagun artean, deskubritu nuen hainbeste eman didan oztopo lasterketa diziplina. Entrenatzen hasi nintzen eta aski ongi moldatzen nintzela ohartu nintzen. Neure emaitzak hobetzen nituen denborak aurrera egin ahala. 2018. urtean egin nuen lehen lasterketa eta 2019. urtean Espainiako txapelduna izan nintzen. Geroztik, hiru aldiz irabazi dut Espainiako liga, lehen postuetan sailkatu naiz munduko txapelketan, eta aurten, Europako bigarren sailkatu naiz. Sekulako esperientzia izan da. Ez nuen inoiz pentsatuko honaino helduko nintzenik.

Nola eutsi zenien txapelketei, entrenamenduei eta lan erritmoari?

Burua ongi orekatua ukan behar dugu lehian gabiltzanean. Ezinbesteko zutabea da. Presioa, urduritasuna, entrenamenduak, lana, lagunak, familia... Goian

egonik, jaisten zarenean, zer gertatzen den hasten direnean galdezka, horri denari aurre egitea oso nekeza da. Beti ukan dut argi osasun mentalaren aldeko apustua egin behar nuela, presioak ezin ninduela harrapatu. Hasieran nire kabuz moldatzen nintzen: lasaitzeko ariketak, yoga... Baina joan den urtean laguntza profesionala eskatzea erabaki nuen, eta ez naiz batere damutzen.

Zergatik hartu duzu uzteko erabakia?

Gehiegi sartu naizela uste dut. Zirkulu itxia da eta besterik ere badago bizitzan. Orain, gustuko lana dut, nire ametsetakoa lana! Kirolaz beste modu batean gozatu nahi dut, presiorik gabe. Hara eta hona ibili naiz bost urtez, hain ongi arituko nintzela susmatu ere egin gabe. Ia oharkabean etorri zait dena. Ni neu ere, asko harritu naiz nire maila eta emaitzekin. Nik urtez urte hobetu dudanez bezala, besteek ere gora egin dute, eta horrekin batera presioak, neure buruari jarritakoak eta ingurukoengandik sentitu dudanak. Burbuila batean egon naiz. Beti lehen postuetan, horretarako sakrifizio handiak eginez. Une egokian utzi dudala

uste dut. Ez dut lehiarako premiarik sentitzen orain, egia esan ez dakit itzuliko ote naizen.

Zerk eskatu dizu gelditzeko, gorputzak ala buruak?

Bereziki gorputzak, eta nik onartu egin diot. Oztopo lasterketa Espainian oraindik arautu gabe dago. Munduan eta European egoera bestelakoa den arren, gurean oraindik egituraketa fasean gaudete. Ezinezkoa da hortik bizitzea. Beraz, nire ametsetakoa lana lortu dudanean, lehentasuna eman nahi izan diot, parentesi bat zabaldu. Orain, kirola beste gisaz bizi nahi dut, presiorik gabe, ilusioz eta askatasunez.

Bi amets dituzu lortuak, eta jomugan baduzu beste bat, Australia...

Hango pertsona bat ezagutu nuen azken munduko txapelketan eta ekipamendua aldatu genuen txantxa gisa. Nik ordea, aitzakia bezala erabili nahi dut bidaiatzen hasteko. Orain, denbora eta diru pittin bat gehiago dudanez, ilusio horrekin nabil. Datarik ez dut oraindik, baina polita litzateke Australia izatea lehen geltokia. ●