

Atletismo Campeonatos del Mundo

El gran verano del discóbolo

Mario Pestano disputa hoy su primera gran final con aspiraciones a medalla

C. A., Osaka

A Mario Pestano se le veía venir desde hace tiempo, y no sólo por su inmensidad corporal (1,95 metros, 120 kilos, brazos como jamones, puños como martillos pilones), pero tardaba en llegar. Primer error: a este reproche siempre responde: "Jo, que sólo tengo 29 años; que los lanzadores, hasta los 39, tenemos carrera". Le vio llegar Charly Burón, ojo clínico, que se lo llevó a León a entrenarlo junto a Manolo Martínez. Segundo error: en León, ciudad pequeña, el guanche se asfixió. Encontró aire en Barcelona. Junto a Luis Lizaso, Pestano tuvo el oxígeno para dejar respirar a su sensibilidad, para que todo lo aprendido en la ciudad del Bernesga sobre el disco, sobre las manos, sobre la inercia, el *feeling* y el *swing*, floreciera.



Mario Pestano.

Junio, julio y agosto han visto al tinerfeño instalarse en la élite de la elite mundial: ocho lanzamientos por encima de los 65 metros y, sobre todo, presencia continua en las reuniones codiciadas, a cierta distancia, con los *intocables*: el gigante lituano Virgilius Alejna (2 metros, 130 kilos, dos oros olímpicos, dos mundiales) y el estonio Gerd Kanter (1,96 metros, 121 kilos, el segundo de Alejna).

Hoy, en la final, estará con ellos, pero no entre ellos —"no, aún no; ellos son capaces de responder con un lanzamiento de 71 metros a uno de 70; son otro mundo"—, pese a que el 2 de julio, en Atenas, el día en que dejó el récord de España en 68,26 metros, Pestano superó por primera vez a Kanter. "A ver, a ver", dijo el domingo tras lograr la clasificación, "después de lo hecho este verano, ahora toca hacerlo bien de verdad".

Aliados del aire

XAVIER AGUADO JÓDAR

¿Quién no se ha fijado en los aparentemente caprichosos vuelos de discos y jabalinas? A pesar de que los explica bien la aerodinámica, que cada vez conocemos mejor, nos seguimos quedando atónitos durante sus vuelos sin saber muy bien dónde y en qué posición caerán. Los buenos lanzadores son capaces de ganar distancia en el lanzamiento gracias a la fuerza de sustentación, que puede prolongar el vuelo del disco en su último tramo. Se ha calculado que pueden lanzar por encima del 10% más lejos en la atmósfera real, en la que juega en contra la fuerza de resistencia, que en un hipotético vacío.

Sorprendentemente, también son capaces de apoyarse en el viento en contra del lanzamiento y jugar con él logrando mayor distancia que si no hubiera viento. Y todo esto, porque la sección o rodaja del disco no es más que un perfil que, cuando se enfrenta con pequeños ángulos de ataque al viento, produce sustentación, como el ala de un avión. Eso es lo que parece tener Pestano esta temporada: alas, que le impulsaron su lanzamiento hace menos de dos meses en Atenas hasta los 68,26 metros.

El reglamento fija el peso mínimo que ha de tener el disco, que se comporta como los típicos cilindros de un museo de la ciencia que se dejan rodar a la vez por una pendiente para ver que, aunque ambos tienen idéntica masa y tamaño, el que la tiene distribuida más lejos del eje de giro es más perezoso en ponerse a rodar y en ganar velocidad. Esa inercia tiene una relación estrecha con el rendimiento en el lanzamiento de disco.

Los mejores discóbolos eligen artefactos de mayor inercia, con el 80-92% del peso situado en el anillo o llanta exterior.

Los lanzamientos de Mario pertenecen ya al club de los discos soltados a 25 metros por segundo (90 kilómetros a la hora). Los miembros de ese club se caracterizan también por usar discos perezosos y por dejarlos en el aire con trayectorias relativamente bajas (en torno a los 35 grados) para que, de esa manera, la negociación con la aerodinámica pueda dar sus frutos y conseguir esos pequeños ángulos de ataque que tan bien le sientan al lanzamiento. Pestano y otros atletas han sido varias veces

La rodaja del disco es un perfil que, ante pequeños ángulos de ataque al viento, produce sustentación

estudiados en su biomecánica por los equipos de los profesores García Fojeda y Ferro. Los resultados eran transferidos al responsable nacional de lanzamientos, Carlos Burón, quien supervisó los estudios para que pudieran ser utilizados en la mejora de las marcas, que en alguna medida habrán contribuido. Es gratificante observar que España continúa, además de en peso, considerada en los lanzamientos.

Xavier Aguado Jódar es biomecánico de la Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Castilla-La Mancha (xavier.aguado@uclm.es).

RESULTADOS

Hombres. 10.000 m. Final: 1. Kenenisa Bekele (Eti.), 27m 5,90s. 2. Sileshi Sihine (Eti.), 27m 9,03s. 3. Martin Mathathi (Ken.), 27m 12,17s.

Martillo. Final: 1. Ivan Tikhon (Bie.), 83,63 m. 2. Primoz Kozmus (Esl.), 82,29. 3. Libor Charfreitag (Eslq.), 81,60.

Triple salto. Final: 1. Nelson Évora (Por.), 17,74 m. 2. Jadel Gregório (Bra.), 17,59. 3. Walter Davis (EE UU), 17,33.

1.500 m (5 primeros y 2 tiempos a la final). Primera semifinal: 1. Bernard Lagat (EE UU), 3m 42,39s. 2. Tarek Boukensa (Arg.), 3m 42,88s. 3. Asbel Kiprop (Ken.), 3m 42,99s. 4. Andrew Baddeley (GB), 3m 43,03s. 5. Nicholas Willis (NZ), 3m 43,34s. **8. Juan Carlos Higuero**, 3m 44,15s (alegó que le obstruyeron de forma antirreglamentaria y fue recalificado tras la eliminación de Baala, que terminó cuarto). **11. Youssef Baba (Mar.)**, 4m 16,23s (clasificado por la misma razón). **Segunda semifinal:** 1. Rashid Ramzi (Bah.), 3m 40,53s. 2. Antar Zerguelaine (Arg.), 3m 40,79s. 3. **Arturo Casado**, 3m 40,83s. 4. Belal Mansur Alí (Bah.), 3m 41,01s. 5. Alan Webb (EE UU), 3m 41,08s. 6. **Sergio Gallardo**, 3m 41,14s. 7. Shadrack Kibet Korir (Ken.), 3m 41,15s.

Mujeres. 100 m. Final: 1. Veronica Campbell (Jam.), 11,01s. 2. Lauryn Williams (EE UU), 11,01s. 3. Carmelita Jeter (EE UU), 11,02s.

3.000 m. obstáculos. Final: 1. Yekaterina Volkova (Rus.), 9m 6,57s. 2. Tatyana Petrova (Rus.), 9m 9,19s. 3. Eunice Jepkorir (Ken.), 9m 20,09s. **8. R. Morató**, 9m 36,84s.

400 m (2 primeras y 2 por tiempos a la final). Primera semifinal: 1. Novlene Williams (Jam.), 49,66s. 2. Ana Guevara (Mex.), 50,19s. 3. Ilona Usovich (Bie.), 50,31s. **Segunda semifinal:** 1. Nicola Sanders (GB), 49,77s. 2. Natalya Antyukh (Rus.), 49,93s. 3. DeeDee Trotter (EE UU), 50,31s. **Tercera semifinal:** 1. Christine Ohuruogu (GB), 50,16s. 2. Mary Wineberg (EE UU), 50,27s.

MEDALLERO

	Oro	Plata	Bronce	Total
1. EE UU	2	2	3	7
2. Etiopía	2	1	0	3
3. Bielorrusia	1	1	1	3
4. Rusia	1	1	0	2
5. Kenia	1	0	2	3
6. Jamaica	1	0	1	2
7. Ecuador	1	0	0	1
- N. Zelanda	1	0	0	1
- Portugal	1	0	0	1
- Suecia	1	0	0	1
11. Bahamas	0	1	0	1
- Brasil	0	1	0	1
- Eslovenia	0	1	0	1
- España	0	1	0	1
- Qatar	0	1	0	1
- Turquía	0	1	0	1
- Ucrania	0	1	0	1
18. Alemania	0	0	1	1
- Eslovaquia	0	0	1	1
- Gran Bretaña	0	0	1	1
- Suiza	0	0	1	1
- Túnez	0	1	0	1

EL PROGRAMA

- **HOY**
- 12.30: Pértiga: final (M)
- 12.30: Disco: final (H) (M. Pestano)
- 12.35: 100 m. v.: semifinales (M)
- 13.10: 200 m.: eliminatorias (H)
- 13.50: Longitud: final (M)
- 13.55: 3.000 m. obstáculos: final (H) (E. Martín y J. L. Blanco)
- 14.20: 800 m.: final (M) (M. Martínez)
- 14.40: 400 m. v.: semifinales (M)
- 15.20: 400 m. v.: final (H)
- **ESTA NOCHE**
- 03.00: 1.500 m.: eliminatorias (M) (Iris Fuentes-Pila y Dolores Checa)
- 03.00: Jabalina: calificación (M) (M. Chilla)
- 03.20: Longitud: calificación (H)
- 03.40: 200 m.: eliminatorias (M)
- 04.40: 110 m.v.: eliminatorias (H) (J. Quiñónez y F. Vivancos)
- **MAÑANA**
- 12.30: Triple: calificación (M) (C. Castrejana y P. Sarrapio)
- 12.35: Altura: final (H)
- 12.40: 200 m.: eliminatorias (M)
- 12.45: Disco: final (M)
- 13.05: 5.000 m.: eliminatorias (M)
- 14.05: 100 m.v.: final (M)
- 14.25: 400 m.: semifinales (H)
- 14.50: 400 m.: final (M)
- 15.05: 1.500 m.: final (H)
- 15.20: 200 m.: semifinales (H)
- **La 2 y Eurosport**

Vivir

| en un oasis de lujo

Mar Azul, uno de los residenciales más exquisitos del Mediterráneo

Exclusivas residencias y Apartahotel de 1, 2 y 3 dormitorios construidos con la máxima calidad y dotados de la última tecnología domótica, en un atractivo estilo mediterráneo, con vistas al mar, jardines, spa y grandes terrazas.

Un enclave único, situado entre Marbella y Estepona, donde disfrutar del placer de practicar el golf y relajarse en las doradas playas de la costa del sol. Aquí Mar Azul se transforma en sinónimo de exclusividad y estilo de vida.

palmag@grupovemusa.com

(+34) 687 75 09 73

CN 340 - KM 159 | 29680 Estepona | Málaga | Spain