

“ANTES ESPECTADOR, AGORA PROTAGONISTA”

1ª Experiência na modalidade triatlo (super sprint); 10/06/2012; XXV Triatlo do Ambiente de Oeiras

Na área do desporto, nestes últimos 4 anos, fiz coisas que no passado achava perentoriamente impossíveis de atingir e perfeitas loucuras, não experimentava e não via o que de bom têm.

Hoje, vejo as coisas de uma maneira muito diferente!

Como é habitual, há sempre um Amigo que nos lança nestas coisas, neste caso, o Manuel Rodrigues, "queres experimentar fazer um triatlo?".

Resposta imediata "QUERO!".

Depois, fiz eu as perguntas: como era a parte da natação, as transições, roupa, bicicleta, regras, distâncias, enfim, um cem número de perguntas que tiveram, na sua maioria, a melhor resposta durante a prova.

E assim foi, no dia da prova ainda houve tempo para trocar as rodas da minha *bike*, emprestadas pelo Manuel Rodrigues, por umas rodas com metade da espessura e metade do peso. A minha *bike* BTT de aço parecia uma BTT de fórmula 1, ganhou mais vida!

Depois deste *up-grade*, estava na hora de ir para o ponto de encontro onde rapidamente percebi que o meu equipamento estava a “anos-luz” dos outros, exceto um, o Bernardo P. Torres, também estreante que levou uma *bike* composta por 20% de ferrugem! Um perigo para a saúde pública! Mas que mesmo assim obteve um resultado melhor do que o meu.



Formalidades cumpridas, alertas finais quanto às regras, e lá fomos para a praia.

NATAÇÃO



Tiro de partida! Corri para a água e tive a primeira surpresa, não conseguia nadar *crawl*, a temperatura da água no rosto impedia-me instintivamente de mergulhar para nadar, já para não falar do efeito "máquina de lavar roupa", um turbilhão de água à minha volta; nadei bruços com a cara de fora e comecei, literalmente, a rir pelo caricato da situação. Contornei as boias, dando sempre passagem aos outros e só a 80 metros do fim consegui nadar *crawl*.

Primeiras lições: nadar nestas condições é muito diferente da natação na piscina interior e devia ter aceite a sugestão dos outros atletas para mergulhar e nadar um pouco na praia nos minutos antes da partida.

BICICLETA



A chegada junto da *bike* foi tranquila, segui a dica da localização e lá estava ela. Tirei a touca, capacete na cabeça, meias e ténis calçados e lá vamos de *bike* pela mão até à zona de lançamento, sem apitos dos juízes. Comecei a pedalar e depressa percebi que aquelas rodas eram de uma diferença substancial, mas com um desafio acrescido, não curvam e não cortam o vento da mesma maneira, mas lá fui, sempre a ultrapassar atletas e a recuperar o tempo perdido na natação. Sensivelmente a meio, na curva dos Pinheiros, descobri que tinha as mudanças encravadas na mudança da roda traseira na mais alta: mais risos; apliquei uns murros no selecionador de velocidade e consegui baixar uma velocidade, pedalando até à meta "picado" com outro atleta, mais "pro", que me ia ultrapassando - de vez em quando - e eu a ele; mas, no final, dei umas pedaladas mais convictas e deixei-o para trás na subida do *McDonald's*, saltou aquela veia da competição!

Primeiras lições: preparar a bicicleta com antecedência e melhorar um pouco o equipamento.

ATLETISMO



Deixei a bicicleta e nos primeiros metros senti as pernas um pouco confusas, mas depressa ganhei ritmo e não foi difícil, pois das três modalidades a corrida é aquela para a qual estou mais preparado e melhor conheço, pelo que corri até à meta e atingi o objetivo.

Posso dizer-vos que sempre gostei de nadar, andar de bicicleta e, recentemente, correr, pelo que gostei muito desta experiência!

Cada modalidade, atletismo de estrada, trilhos e o triatlo têm um ambiente muito particular que é do meu gosto.

Estou seguro que vou preparar-me melhor e voltar a participar numa prova de triatlo.

Uma palavra de agradecimento à minha família e a todos os Colegas presentes no evento, em especial ao Manuel Rodrigues pela disponibilidade, ajuda e incentivo.

Até ao próximo triatlo!

Miguel Cruz