

Começando pelo princípio...

A decisão da participação nesta prova (IbericMan – LD – 2017) foi tomada há um ano, e foi precisamente esse o meu tempo de treino.

Digo isto porque é muito importante ter-se noção de que o difícil não é a prova, é fazer os TPC's durante uma eternidade. Antes de tomar esta decisão, fui avisado de que sem o acordo/colaboração lá de casa seria impossível chegar ao dia da prova, tal a dedicação e tempo despendidos a treinar.

Chego ao GRANDE DIA, sem NUNCA ter feito isoladamente a distância da natação nem da bicicleta, e mesmo na maratona já não me lembro quando foi a última, mas com a moral em alta, mesmo muito em alta, motivei-me durante dias de que tudo SÓ poderia correr bem, que tinha de estar muito atento a todos os pormenores, para que nada falhasse, para que não houvesse qualquer stress, para que naquele dia fosse só “a sorrir e a acenar”!!!

» Acordo às 04:30 para o pequeno-almoço, passo pelo parque fechado ainda de noite para os últimos pormenores e chego à praia. Ao contrário do que normalmente costumo sentir, as boias até parecia que estavam mais juntas umas das outras, tudo estava alinhado para dar certo!!! Saio da água **01:29'** depois da partida, contrariando as minhas mais otimistas expectativas (contava com 01:45 a 01:50)... podia começar a sorrir!!!

» Parque de transição, mudança TOTAL de roupa (sim que com 51 anos já sou mais de conforto) e partida para a secção de bicicleta, algum vento, temperatura ideal, paragem em Mértola para beber uma “jola” deixada paga de véspera e rumo a Ayamonte. Aqui queimo por um minuto o tempo dado para este segmento – **07:01'**.

» Parque de transição, nova mudança total de roupa e o único atleta que lá estava era o Miguel Cruz (como é que é possível vir a encontrar esta alma no meio da prova??); partimos juntos para o último setor, tento manter durante o máximo tempo possível o ritmo de 6'/K, passamos a ponte do Guadiana, aí o Miguel diz-me para me ir embora, estava com andamento mais rápido. Depois? Depois foi rumo à meta para registar **05:01'** com a Pipoca (Minha Filha), pela mão a correr a meu lado (com um período mais “pesado” que foram as voltas entre Vilamoura e Monte Gordo), mas nunca, nunca deixei de “sorrir e acenar” 😊😊.

P.S.: Deixo mais uma vez o meu agradecimento a quem me desafiou, a quem aceitou treinar-me, à minha mulher que muito me ajudou e ao CMBCP que me permitiu cumprir este sonho!

Hélder Baptista