

# Entrevista a Juan Peralta

***“Indurain es un ejemplo como corredor porque ha ganado y ha dejado ganar”.***

***“El ciclismo navarro lo veo un poco tocado. Los constantes cambios en la federación no hacen bien a nadie”.***

***“Merece la pena el sacrificio porque cuando obtienes un buen resultado la satisfacción personal que experimentas puede y te hacer seguir sacrificándote”***

## **1. ¿Cuándo decides dedicarte a la pista? ¿Por qué?**

Cuando terminaron el velódromo de Tafalla hacíamos carreras y se me daba bien. Me motivó mucho ganar el Campeonato de Euskadi siendo cadete y, ya en juveniles, vencer en el de España me hizo centrarme del todo.

## **2. ¿Qué diferencia ha entre una bici de pista y una de carretera?**

La principal diferencia es que las de pista son de piñón fijo y que no tienen ni cambios ni frenos.

## **3. ¿Cuáles son las cualidades que deben tener un buen “pistard”?**

En la disciplina de velocidad que es la que practico yo, las principales características deben ser explosividad, potencia y velocidad.

## **4. ¿Cómo es Juan Peralta como “pistard”?**

Juan Peralta es un corredor de sprint largo que mantiene la velocidad alta y que puede competir por igual en las cuatro pruebas de velocidad que existen.

## **5. ¿Tienes alguna manía a la hora de competir?**

No.

## **6. Has recorrido muchos lugares compitiendo ¿Cuál es el que más te ha impactado? ¿Por qué?**

Pekín, por la diferencia de cultura y de gente, pero también Cali (Colombia); por la felicidad con que vive la gente pese a la pobreza que se ve.

**7. ¿Alguna anécdota curiosa que os haya sucedido?**

Ahora se me ocurre una del pasado Mundial de Melbourne: Tenía que salir del velódromo para coger la bicicleta y estaba justo al otro lado de la puerta principal. Por no dar toda la vuelta, salí por una puerta diferente con la intención de atajar, pero me encontré una tapia con alambre de espino arriba con el agravante de que no podía volver a entrar porque la puerta no se podía abrir desde fuera. Encima no aparecía nadie para ayudarme y tuve que ingeniármelas para saltarla por arriba y descalzo para no patinar con las zapatillas de bici.

A lo lejos me vio mi mecánico saltando por aquella tapia de pinchos con el consiguiente *cachondeito* que después, como no, fue el *temita* del día.

**8. Tú estás becado por la Fundación Miguel Induráin. ¿La ayuda de estas instituciones es fundamental en este tipo de deportes no tan “populares”?**

Para mi es muy importante la ayuda de la Fundación, ya que en mi deporte cuesta mucho conseguir becas grandes ya que hace falta obtener muy buenos puestos a nivel internacional.

**9. Hablando de Induráin, ¿Cuáles son o han sido tus referentes en el mundo de la bici?**

Indurain es un ejemplo como corredor porque ha ganado y ha dejado ganar. Como persona, su nobleza y su humildad le han convertido en un caballero del deporte. Sin embargo a mi me ha tocado vivir más la época de Armstrong. Por lo que se refiere a la pista mi referente siempre ha sido el holandés Theo Bos.

**10. ¿Cómo ves el ciclismo navarro en general? ¿Y el de pista en particular?**

El ciclismo navarro lo veo un poco tocado. Los constantes cambios en la federación no hacen bien a nadie. El de pista en particular creo que si no fuera por la ayuda, el esfuerzo y el trabajo que durante tantos años ha hecho Héctor Rondan en Navarra no habría nivel ni corredores.

**11. ¿Qué crees que se podría mejorar para evolucionar más rápido?**

Lo que hace falta es dinero. Dinero para ir a competiciones; dinero para que haya técnicos que se dediquen a preparar a los corredores y puedan disfrutar de buen material y que exista motivación para progresar.

**12. Este deporte con demasiada frecuencia está de actualidad por el tema del dopaje. ¿Cuál es tu opinión sobre el tema?**

Creo que el ciclismo es uno de los deportes más limpios que existen por la cantidad de controles que se realizan. Si alguno se salta las reglas al final lo acaban pillando.

Controles tiene que haber, pero lo que no veo justo es que se persiga de manera abusiva a ciertos corredores.

**13. Y más concretamente ¿cuál es tu opinión sobre el “caso Contador”?**

Contador ha dado positivo y esta cumpliendo con su sanción, no hay que darle más vueltas. Lo que no veo normal es que le hayan quitado por ejemplo el triunfo en el Giro, donde pasó todos los controles de manera satisfactoria.

**14. ¿La “presión de los vampiros” es tan dura como la que sufren los ciclistas en ruta?**

No es tan abusiva, pero si que pasamos controles: antes del Mundial, en los campeonatos de España...etc.

**15. Actualmente vives en Mallorca donde entrenas en el Centro de Alto Rendimiento de Ciclismo que se encuentra en el “famoso” Palma Arena. ¿Cómo es un día en la vida de Juan Peralta?**

Me levanto a las 8:00 de la mañana, desayuno y a las 9:30 voy en bici hacia el velódromo para entrenar, de donde salgo a eso de las 12:30, hora en la que regreso a la residencia para comer.

Dos días a la semana también tenemos entrenamiento por la tarde (sobre las 16:00 horas); Los que no, acudo al instituto (está estudiando un grado superior: mantenimiento de instalaciones técnicas y fluidos). A las 21:00 ceno, me voy un rato a ver la televisión y a las 12, más o menos, a dormir.

**16. ¿Merece la pena tanto sacrificio?**

Si, porque cuando obtienes un buen resultado la satisfacción personal que experimentas puede y te hacer seguir sacrificándote.

**17. Parece ser que si pues el sueño olímpico está más cercano al haber conseguido personalmente la plaza olímpica para España en**

**dos disciplinas (velocidad y keirin). Esto no garantiza que tú seas uno de elegidos pero te da muchas papeletas ¿no?**

Eso es, tengo todas las papeletas para al menos competir en una de las dos pruebas clasificadas, pero la lista del seleccionador aun no ha salido.

**18. Sobre este aspecto ¿no te parece un poco raro que quien consigue las plazas pueda no ser el que las disfrute?**

Si para mi sería muy duro que ocurriera, pero tal y como se han ido desarrollando las cosas es muy difícil que suceda.

**19. Contando que tú eres fijo para Londres ¿Quién crees que será tu acompañante?**

Yo creo que el acompañante será Hodei Mazkarian, por que ha competido todas las Copas del Mundo y es el otro velocista que estuvo en el pasado Mundial. Pero también Sergio Aliaga con la progresión que está llevando puede ser otra opción.

**20. ¿De quién te vas a acordar en el momento del desfile?**

De toda la gente que desde pequeño me ha apoyado, me ha seguido y me ha dado cariño.

**21. En la competición de ciclismo en pista ¿Quiénes serán los máximos favoritos para el pódium?**

Los ingleses, porque corren en casa y ya arrasaron en las pasadas Olimpiadas, aunque Australia se esta poniendo también a su nivel.

**22. ¿Cuál crees que pueden ser tus opciones?**

Para mi sería un logro en cualquier de las dos pruebas quedar entre los 10 primeros.

**23. Después de los juegos, ¿Cuáles serán los próximos objetivos de Juan Peralta?**

Seguir trabajando para mejorar e intentar estar lo más arriba posible.

**24. ¿Río de Janeiro está entre uno de ellos?**

Río, por edad y tiempo de trabajo, serán mis Juegos. Además, el objetivo del Centro de Palma está encaminado a 2016.

**25. Joan Llaneras, Director del CAR de Palma, es un caso peculiar por su longevidad en este deporte, ¿Te ves tú compitiendo como él?**

A los 40 no me veo, aunque creo que aguantaré bastante porque no empecé desde muy joven a entrenar duro como lo hacen en otros países.

**26. ¿Sigues las grandes citas del ciclismo en ruta?**

Sí. Procuro hacerlo.

**27. ¿En cuál de ellas te gustaría participar?**

Mi disciplina no es muy conciliable con el ciclismo en ruta, lo único que podría hacer sería un prólogo corto de 1 o 2 kilómetros; de esos que sirven para empezar las grandes vueltas. Esto sería lo que más se podría parecer a lo que yo hago.

**28. Danos tu pronóstico sobre el vencedor de las tres grandes vueltas por etapas.**

- Giro: Alejandro Valverde
- Tour: Andy schleck
- Vuelta: Alberto Contador

**29. Ahora te vamos a solicitar que nos “fabriques el ciclista perfecto”:**

**El “Ciclista perfecto”, debería:**

- Rodar como...**Cancellara**
- Escalar como...**Contador**
- Esprintar como...**Freire**
- Ir contra el crono como...**Indurain.**

Salvo extraña conjunción negativa de astros, Juan Peralta comprobará “in situ” cómo suena el *Big Ben*, o si los británicos son tan puntillosos con el “Tea Time”.

Mientras tanto, la “Juanada”, bailecillo que imita el sprint de un ciclista y que los figarolenses idearon para animar a su paisano; calentará motores en toda

Navarra para intentar convertirse en el éxito del verano, del mismo modo que el *Txiki- Txiki*, *La Macarena* o el “*Ai si eu te pego*”.

### **TEST PERSONAL**

Una ciudad para vivir:	Palma de Mallorca
Un lugar de vacaciones:	Formentera
Un lugar de Navarra.	Figarol
Un color:	Azul
Una bebida:	Acuarius
Una comida:	Spaguetis de mi yaya
Un grupo de música:	El Canto del Loco
Una Canción:	Titanium
Un deporte que no sea el tuyo:	Tenis
Un deportista:	Rafa Nadal
Una virtud:	No tengo envidia a nadie
Un defecto:	Soy muy cabezón
Un nombre de chica:	Yolanda
Un nombre de chico:	Álvaro
Un sueño deportivo:	Lograr un metal en unos Juegos
Un sueño personal:	Salud para mi familia y “cercanos”

### **TEST “FORAL”**

• Espárragos	Cogollos
• Alcachofas	Cardo
• <b>Borraja</b>	Pimientos del Piquillo
• Txistorra	<b>Relleno</b>
• Ajoarriero	<b>Trucha a la Navarra</b>
• Gorrín	<b>Cordero Asado</b>
• Chuletón	<b>Solomillo</b>
• Cuajada	<b>Arroz con Leche</b>
• Idiazábal	<b>Roncal</b>
• <b>Pastas de Layana</b>	Pastas Beatriz
• <b>Tinto</b>	Clarete
• <b>Pacharán</b>	Moscatel