

**desde
dentro
patxi
vila
gracias**





Retratos. Foto: CMG.

Gracias a la bici. Gracias por hacer que un juego de niños se convierta en mi trabajo, por hacerme soñar como un niño a pesar de mis 30 años, por darme toda la ilusión necesaria para salir a pasear y a disfrutar de mi entorno. Gracias por aguantar mis cabreos y malos humos, por ayudarme a superar todos mis complejos a base de esfuerzo y sacrificio, por enseñarme la cara y la cruz de la vida, por darme la oportunidad de conocer sitios que de otro modo no conocería, por hacerme conocer tanta gente. Gracias de todo corazón por presentarme a mi mujer. Gracias por hacer que tanta gente confíe en mí, por brindarme en el momento justo la oportunidad de contar tantas pequeñas cosas que todo corredor lleva dentro esperando que lleguen a alguien. Gracias.

¡Ah! Perdón si no me he presentado antes. Soy Patxi Vila, corredor profesional del equipo Lampre-Fondital. Gracias también a ti, lector, por dedicar un ratito del hoy en día tan preciado tiempo a leer las vivencias de un enamorado de su trabajo. Gracias.

Bueno, una vez hechas las presentaciones, pasemos al contenido propio de esta primera colaboración, en la que os hablaré sobre la importancia del invierno desde mi punto de vista.

Una vez acabada la temporada, llega el invierno, momento de relax que parece largo pero, sin embargo, pasa sin darnos cuenta. Es un momento que yo personalmente dedico al repaso de mi "vida". Intento aprove-

des... y, seguramente, algún dulce momento. Personalmente, ésta es una de las etapas de la temporada que más me gusta, instante en el que se ponen todos los marcadores a cero y en el que de poco vale ya lo mucho o lo poco que hayas conseguido antes. Intento ser lo más frío posible para no caer en la euforia de plantear objetivos inalcanzables que con el tiempo se tornarían en mi contra y también para evitar que sean demasiado asequibles y me hagan relajarme. Es muy difícil encontrar la tensión justa que debe tener la cuerda...

Una vez decididos los objetivos llega el momento de plantear nuestra estrategia, el patrón de trabajo que seguiremos para llegar al 100% al objetivo prioritario que nos hemos marcado. Sin duda alguna, es tan importante como los dos anteriores puntos, ya que una estrategia errónea o mal planteada nos hará fracasar y de nada servirá todo el trabajo realizado si nuestro "plan de ataque" no es correcto. Tenemos que crear un plan de trabajo en el que confiemos ciegamente, un plan del cual estemos seguros al 110% y con ello evitaremos tener dudas y conseguiremos ser mucho más fuertes en los momentos difíciles ya que sabremos que lo que *debemos hacer es lo mejor* para nosotros.

Yo, personalmente, intento rodearme de la mejor gente posible. Es básico formar un grupo de trabajo que crea en mí tanto como yo y que se involucre en su ámbito al máximo. Director, preparador, médico, fisio y dietista me aconsejan y me ayudan, me guían por el mejor ca-



char estos meses invernales para poner en orden todas aquellas cosas de mi vida que, por falta de tiempo o por dejadez, han podido ir degenerando. Tanto a nivel personal como a nivel profesional.

A nivel personal, intento aprovechar estos meses del año, en los cuales dispongo de más tiempo, para fortalecer aquellas relaciones que durante todo el año he tenido un poco descuidadas. Es para mí indispensable tener todos esos lazos de unión en un excelente estado de salud y no entiendo mi vida y mi profesión sin toda esa gente, la necesito.

A nivel profesional sin embargo, me dedico principalmente a dos quehaceres. Por un lado, balance de la temporada anterior y, en segundo lugar, planificación de la próxima.

En el *balance de la temporada* anterior, analizo cuáles eran mis objetivos y hasta que punto los he cumplido. Si los he cumplido, intento observar cuáles han sido mis puntos fuertes y si, por el contrario, no he llegado a lo que me marqué como meta, busco donde he fallado y que puedo hacer para mejorarlo.

Una vez realizado el balance y sabiendo cuáles han sido mis puntos fuertes y cuáles mis ejes de progreso, llega el momento de planificar la próxima temporada. Momento de introspección, de planteamiento de nuevos retos, de soñar, de sentar las bases para un montón de horas de entrenamiento, de soledad, de adversida-

mino posible hacia el máximo rendimiento. Por supuesto, yo soy de la idea de que la relación con toda esa gente tiene que ser bidireccional y que no debo ser una esponja que se lo chupa todo y no da nada, no. Intento hacer mejorar con mi experiencia a cada uno de ellos en su especialidad, al fin y al cabo mi mayor suerte es poder experimentar hasta el fondo todo lo que ellos han aprendido en años estudio.

Resumiendo, el invierno es para mí el momento de ORDENAR mi vida, el momento de intentar hacer todo del modo más ordenado posible, de tirar todo lo que no sirve y quedarme con lo que realmente me ayudará a estar mejor conmigo y por consecuencia con mi entorno.

Seguramente a algún lector todo esto le sonará (eso espero al menos...) porque no es más que un patrón de vida, un ciclo que se repite una y otra vez en nuestro paso por el mundo: Me planteo un reto, voy a por él y lo consigo... Y si no, vuelvo a intentarlo. No sé cuántos años me quedan como ciclista profesional (como cicloturista un montón, espero), pero me gustaría que, cuando cuelgue la bici, la vida me brinde la oportunidad de luchar del mismo modo que lo hago ahora con la bici, con la misma ilusión y la misma fe, que me dé los mismos momentos de ilusión y de rabia, de agitación y de paz... ¡que me haga sentir VIVO! ■

Abajo: Giro 05. Centro: Tirando de Simoni en el Stelvio, Giro 05. Derecha: Con su "aita". Fotos: Archivo Patxi Vila.

