

Conoce a los socios del Club Maratón Badajoz, este mes:

“El objetivo final no es la competitividad, sino disfrutar las carreras en compañía sin mirar el reloj.”

Hoy entrevistamos a Molina, entrañable socio, corredor sereno y constante. Dice estar agradecido a los veteranos, de los que ha aprendido mucho.

En nuestra charla, con una sonrisa en la cara, a menudo aparecen las palabras disfrutar, amigos, cervezas. Paco reúne muchas de las virtudes que identifican a nuestro Club Maratón Badajoz. Pajares es una referencia, sentencia.



MUY PERSONAL

Nombre: Francisco José Fernández Molina

Fecha de nacimiento: 23-10-1968

Lugar: Madrid

Profesión: Maestro

En el CMB desde: 2.000

FICHA TÉCNICA

Debut en maratón: Badajoz, XII edición (2.002). Dorsal 64

Maratones nº: 18

Mejor marca Maratón: 3:29:58, Sevilla (2005)

1/2 Maratones nº: 85

Mejor marca 1/2: 1:35:53, "XXII Elvas-Badajoz". (2.009)

Palmarés y otras carreras: 5 ediciones de la "Ruta del pestorejo", 7 "Baluartes", 1 Doñana Trail-Maratón, Carrera de los Castillos "Alandroal-Jurumenha", Olivenza-Elvas, unas cuantas "Carreras del Monroy" y otras carreras...

En la infancia eras buen deportista, regular... -Mucha calle y poco deporte hice de niño, algo de fútbol hasta que fallaron las notas y se acabó.

¿Cuándo empiezas correr? -Haciendo magisterio, para relajarme empecé a correr. Ha sido siempre una terapia, es básico para mi estabilidad emocional.

¿Cómo llegas al CMB? -Hice la Media Maratón Elvas-Badajoz, en los primeros kms. me llamaron la atención unos de rojo que venían charlando y riendo. Eran Paredes, Pepe "el Viejino", Manolo Fernández y Eduardo Subirán, llegué con ellos. Al poco tiempo después Tino me convence, vamos donde trabajaba Eduardo y allí me inscribe en el club.

¿Por qué corres? -Para mi es equilibrio emocional, la semana que no lo hago, estoy rabioso. Los tiempos son secundarios, aunque si le puedo ganar a Kiko, Padilla o Alejandro... les gano, aunque me suelen ganar ellos. (se parte de risa)

¿Cuál es tu máxima ilusión en este deporte? -Seguir corriendo, que dure todo lo que pueda, sin alardes. He aprendido de los mayores a conocerse a uno mismo, se donde puedo llegar sin locuras. Lo que no hayamos hecho en el deporte de joven, no lo vamos hacer ahora. Acabar las carreras a gusto y contento, la cerveza nos espera igual.

¿Te diviertes corriendo? -Como dice uno que yo me sé: "Correr es la cosa más importante, de las cosas secundarias", risas.

Próximo objetivo deportivo. -Hacer la próxima media maratón Elvas-Badajoz.

...lo que se habla en los caminos, queda en los caminos.

¿Cuál es tu mejor momento entrenando? -Lo mejor de entrenar con los amigos del club es la charla del entreno, (lo que se habla en los caminos, queda en los caminos) Eso es impagable.



¿Qué beneficio de salud te aporta correr?

-Equilibrio de peso y equilibrio mental.

¿Cómo entrenas, qué haces?-Rodajes, solo rodajes de 10 a 15 km. Las únicas series que hice fue para preparar las oposiciones.

¿Eres muy exigente con el material? -Con las zapatillas lo intento, pero poco más. Nunca me he comprado una camiseta para correr, ya nos regalan muchas en las carreras.

¿Alimentación?-Intento que sea equilibrada, pero no me corto.

¿Tienes una distancia favorita? -No la tengo. Los 10 kms o menos no me gustan, hay que correr muy deprisa, mi ritmo es más suave, de charla, tengo que ir hablando.

Destácanos algunas carreras que hayas hecho. -Maratón de Madrid, Doñana Trail por la experiencia de grupo. El Maratón de Sevilla 2005 por el diluvio que nos cayó y la épica de terminarla. Y todas las de Badajoz, con su Maratón y los buenos ratos de la "Del Monroy".

Cuéntanos alguna anécdota simpática. -En una de las maratones de Badajoz, que íbamos Adela y yo corriendo juntos, a mitad de carrera nos pasan Mariano Casado y Joaquín Hormeño, nos dicen: "¡¡todavía por aquí!!"... al llegar al km 35 esta vez los

pasamos nosotros y antes de llegar a su altura les soltamos el mismo saludo: "¡¡todavía por aquí!!"... jajaja.

¿Que es para Tí el CMB? - Forma parte de mi existencia desde hace 16 años, es mi día a día, es mi círculo después de mi familia. Para mi, nuestro club tiene un matiz diferencial, para la gran mayoría de sus integrantes el objetivo final no es la competitividad, sino disfrutar las carreras en compañía sin mirar el reloj.



Sugerencias para el Club. Los animo a seguir trabajando, estoy satisfecho con lo que le doy y con lo que me da.

EN 1 MINUTO

- **Tres cosas que te gusten en la vida:** Familia, amigos y disfrutar.
- **Tres que no te gusten:** Envidia, egoísmo y el engaño.
- **Te hubiera gustado ser:** Arqueólogo o Profesor de Historia, pero me quedé en maestro, que no está nada mal.
- **Una bebida:** Cerveza o buen vino.
- **Un plato para comer:** "Boletus al Roquefort, reducidas al Pedro Ximénez".
- **Un músico o cantante:** AC/DC, Led Zeppelin, Mozart, Los Secretos, Raphael...
- **Un deportista o atleta:** Chema Martínez.
- **Una película:** Blade Runner
- **Admiras a:** Todo aquel que se esfuerza y lucha por lo que sueña.
- **Un deseo:** Trasmirir espíritu de esfuerzo y sacrificio, para no dejar de luchar.
- **Un sueño:** Salud para disfrutar de lo que tengo, familia, amigos...
- **Una virtud:** Disfrutar y ser feliz con todo lo que hago
- **Un defecto:** Muchos, a ti te lo voy a decir... jijiji
- **Tienes miedo a:** La falta de felicidad de los que me rodean.
- **Mar o montaña:** Ambas, depende con quien estoy.
- **Vaquero o etiqueta:** Vaquero. Nunca me he puesto esmoquin.
- **Otras aficiones:** Lectura, bicicleta, pádel y si puedo con mis hijos.
- **Una característica al competir:** Constancia y cabeza
- **Rodajes o series:** Rodajes, solo hice series para las oposiciones.
- **Un socio del CMB:** Manolo Fernández Delgado.