
Laina Pérez y Jorge Grau: Ruta olímpica de compenetración y disparos

25/12/2019



Indiscutiblemente, los Juegos Panamericanos de Lima marcaron un antes y un después en la carrera deportiva de los pistoleros Laina Pérez y Jorge Grau.

Sus respectivos dos cetros, además de conseguir la clasificación olímpica a Tokio 2020, les merecieron un reconocimiento especial entre los mejores deportistas de Cuba en el año que prácticamente se despide.

Tienen tanta humildad como precisión en sus miras, y mantienen enfoque total respecto a su proceso de preparación, con el incentivo adicional de que incursionarán por vez primera en la modalidad mixta bajo los cinco aros.

A propósito de estos 12 meses de éxito y sus proyecciones olímpicas, dialogaron en exclusiva con **CubaSi**:

Laina: Sus ubicaciones en los puestos 128 en la pistola a 25 metros, y 110 en la de aire a diez, no reflejan la real valía de la atleta que, desde que irrumpió plateada en Río 2007 en la modalidad neumática, se codea con la élite continental.

«Los resultados de Lima, en buena medida, se derivaron de una buena preparación previa. Necesitamos entrenar en condiciones que no poseemos en Cuba, con municiones y sistema competitivo real, y en ese sentido, la realización de bases de entrenamiento en El Salvador, con una acogida muy positiva y el apoyo del Inder, devinieron cruciales.

«Si a eso le sumamos la experiencia de haber competido en la Copa del Mundo de Munich, la de mayor aval, y modelar cuán lejos o cerca estamos de esa élite con un rango de puntuación determinado, constituyó una variable de peso, para ajustar técnicamente algunas cuestiones y por el simple hecho de competir y entrenar a ese nivel cualitativo».

—Años de experiencia y maestría deportiva: ¿Qué te define como pistolera y qué ha cambiado con el tiempo en Laina?

—El apoyo del entrenador es muy importante. Me siento muy cómoda y me inspira mucha confianza, al igual que al equipo completo, nuestro actual timonel Dariel Suárez. Tener a alguien que te respalde cuando estás en la línea de tiro es determinante. Además de la longevidad y la maestría técnica, el componente psicológico ha crecido, se ha fortalecido.

—¿Cómo se establece la química entre tú y Grau para encarar el certamen mixto?

—En todas las oportunidades que tengo, digo que Grau es la mejor pareja que cualquier tirador pudiese desear. Es cierto que me transmite esa seguridad y tranquilidad que, en ocasiones, me falta.

«Saber que tan buen tirador está ahí; que si tengo una caída, siempre está dispuesto para atenuarla o suplirla, eso es de un valor incalculable. Es total la confianza mutua que tenemos».

—En materia de equipamiento, ¿a la par de la élite?

—Recientemente, pasé a tener la pistola Pardini de Leuris Pupo (bala), que es mecánica y muy superior respecto a la que yo tenía. Estamos trabajando en la adaptación; de hecho, en la base de entrenamiento que tuvimos recientemente en El Salvador me sentí bastante cómoda. Siempre se le hace alguna modificación, el disparador es diferente, se trata de realizar muchas repeticiones hasta alcanzar la adaptación y ganar en precisión.

Laina culminó en la final del aire con récord panamericano de 237.1 unidades, mientras en el mixto, aunando esfuerzos con Grau, totalizaron 475.0 y otra primacía continental.

A propósito, **Grau**, anclado en el escaño 116 del escalafón, expresó:

«Iniciamos la preparación con algo más de rigor. Estamos enfocados en buscar estabilidad de resultados por encima de 579, que es mi registro personal, y eso me garantizaría aproximarme a la élite. Buscar aprovechar al máximo cada competencia y oportunidad, así como poner todo el enfoque en las bases de entrenamiento que se nos han venido presentando, fundamentalmente por la posibilidad de disparar con municiones, y no hacer secuencias técnicas de disparo en seco».

—¿Vuelcas ese temperamento pausado sobre tu secuencia de disparo a la hora de ejecutar tu mecánica?

—En realidad, me es bastante difícil concentrarme. Me muestro ecuánime, pero mi carácter es bastante diferente. Apuesto al autocontrol a la hora de disparar. Considero esta herramienta vital en los entrenamientos y cualquier escenario competitivo.

«Creo que aprovechar la racha de buenos disparos es muy importante en nuestro deporte. Ligado a esto, tratar de mantener el mayor tiempo posible la concentración.

«El 2019 lo despido, hasta cierto punto, satisfecho con lo que me dejó. Hay algunas cosas que se quedaron inconclusas, sin superar, pero el crecimiento es de a poco. Pienso que se trata de elevar tus rendimientos internacionales, aun cuando eso no signifique lograr una medalla, algo sumamente complicado. Mostrarme sólido respecto a un rango de puntuación que considero el siguiente paso.

«La presencia de Laina ayuda mucho. Partimos de una segunda oportunidad competitiva para ambos, y el hecho de tener a una compañera de carrera y prestigio es algo muy positivo», sentenció el guantanamero, con su tono parsimonioso.

En tierras del Cuzco, su autocontrol lo vio imponerse con 237.3 en la definición del aire y plusmarca de América incluida.

Laina y Grau no dejan de apuntar con un mismo objetivo: llegar a Tokio en la mejor forma posible. Para ello, están conscientes de que les urge aprovechar cada segundo, cada disparo...

