
Geandry Garzón: “Este regreso tiene como meta una presea olímpica

11/01/2019



Por eso en este regreso a la preselección nacional, como primera figura de los 74 kg, tiene un único objetivo: acceder al podio olímpico en Tokio 2020.

Luego de su victoria inobjetable en la Gala de Campeones de la lucha, la copa Cerro Pelado y con poco más de cuatro meses de entrenamiento oficial sobre sus espaldas, este santiaguero considerado uno de los mejores luchadores de los 65-66 kg en los cuatrienios 2004-2008 y 2008-2012 en los cuales se adueñó de dos platas y otros tantos bronces Mundiales, accedió a dialogar con CubaSi:

Después de años fuera del entorno competitivo, ¿qué experimenta Geandry Garzón en este regreso con 35 años?

“Este regreso está marcado por esfuerzo y complejidades. La primera ha sido adaptarme a una división superior a la que solía luchar, ahora eso exige mayores volúmenes de fuerza. Estoy trabajando sobre todos mis músculos pues se requiere combinar fortaleza con mi rapidez y explosividad naturales. Esos parámetros, al igual que la técnica, por suerte los mantengo. Tengo que enfocarme un poco más en el indicador de la fuerza”.

¿Sobre qué peso estás entrenando en este minuto?

“En estos momentos estoy oscilando entre 75-76 kg. Es lo que me piden mis entrenadores ya que no puedo aumentar mucho de peso. Eso implicaría disminuir velocidad debido a que no soy un luchador de una estatura elevada para soportar tanto volumen por encima de los 74 kg. Además, el reglamento nuevo de pesaje y competencias dos días si avanzas en el organigrama se debe estar frizando ese margen para lograr una mejor recuperación respecto a rivales de mayor talla. Hablamos de cuatro combates en un Mundial el primer día en esta categoría que es de las más pobladas. Por lo tanto hay que estar bien preparado y controlar el peso bien”.

Hay intenciones de llevarte a uno de los dos memoriales que se desarrollarán en Rusia ahora a finales de enero.

¿Consideras que con el tiempo que llevas de vuelta en los colchones estás listo para enfrentar la calidad de los gladiadores europeos y asiáticos?

“Antes de salir de la lucha por diferentes razones, mi nivel subió precisamente en los eventos de Rusia. Este sería el primer medidor mío de rigor. Hay que ir a la mata para evaluar verdaderamente en qué condiciones me encuentro”.

Hablamos de la edad y los parámetros físicos. Con 35 años, ¿no has mermado en materia de capacidades físicas? ¿Cómo has asimilado los sparrings?

“Mis compañeros de entrenamiento y sparrings dicen que parezco un niño de 15 años. Será por esas ansias de demostrar que sigo estando al nivel de la élite. Eso sí, tengo que cuidarme de las lesiones. Si no presento problemas de lesión, que nunca antes he tenido severas, pienso que sí, que llegaré a Tokio con buenos niveles de preparación y el resultado necesariamente saldrá. Mi regreso se corresponde principalmente con ese anhelo de todo deportista de conquistar una medalla olímpica”.

Sabemos que uno de tus hijos sigue tus pasos en la lucha. ¿Cómo se comporta esa relación viendo que nuevamente estás en activo en los colchones?

“Otra de las motivaciones que me hizo retornar precisamente fue demostrarle a mi niño que puede mirarse en mi espejo. En estos momentos tiene 15 años y es doble campeón nacional, superando escalonadamente las metas que debe superar todo atleta, (campeón nacional, juvenil, preselección de mayores...). Espero que sí considere que su padre fue un buen ejemplo en lo deportivo, e incluso supere mis resultados”.

Hablando de recursos técnicos, si te pidiera una caracterización, ¿cuáles serían tus principales recursos?

“En estos momentos el entrenador Julio Mendieta y yo estamos trabajando para perfeccionar el tackle lateral y el desbalance abajo, un plato fuerte que siempre he poseído. Es una buena combinación, pues una vez que llevas a tu oponente abajo, el desbalance es un movimiento fundamental. Se trata de buscar efectividad, economía de fuerzas y uno o dos movimientos efectivos, a tono con la edad también”.

Lucha libre, modalidad que aupó por su palmarés en la cita del orbe de Budapest a esa disciplina a erigirse como mejor deporte individual de Cuba en 2018. Resulta grato iniciar el 2019 a ritmo de tackles y ambiciones. Máxime si se trata de un gladiador del calibre de Geandry Garzón. Confiemos en que pueda sacarse con creces su espinita

olímpica a la vuelta de Tokio, para festejar por todo lo alto su cumpleaños 37.

Sería, al igual que el as del orbe Yowlys Bonne (titular de los 61 kg en la capital húngara y puntero del ranking divisional con 60 unidades), otro gladiador capaz de acariciar la gloria de manera “tardía”, cuando pocos pensaron que lo podría conseguir.
