



Marcos García Soto, nadador del C. N. Ferrol y becado en el CGTD, representará a España en los XVIII Juegos Mediterráneos de Tarragona 2018. Cumplidos los 30 años llegó su primera convocatoria con la Selección Española, a pesar de su larga trayectoria destacando mucho a nivel nacional absoluto, con una larga colección de medallas y Récords Gallegos.

Finalmente, podremos disfrutar de su presencia en unos juegos olímpicos del Mediterráneo; será del 22 de junio al 1 de julio, formando parte de esos 4 000 deportistas de 26 nacionalidades diferentes que competirán en 33 disciplinas deportivas.

Antes de empezar, enhorabuena por la convocatoria. ¿Cómo fue el momento en que te enteras que estarás en los Juegos Olímpicos del Mediterráneo? ¿Contabas o intuías que por fin llegaría tu momento?

Muchísimas gracias, la verdad es que ya al acabar el campeonato clasificatorio para los juegos ya intuía que podía ser convocado pero nunca se sabe, y la verdad es que ese mes de espera fue un poco estresante porque quería entrenar ya pensando en los Juegos. El momento en que fue oficial me llevé una alegría enorme, ya podía estar tranquilo, era mi sueño poder competir con la selección española absoluta.

¿Representar a España en unos Juegos del Mediterráneo entraba en tus objetivos o con el paso de los años fuiste abandonando esa idea? ¿O nunca fue tu objetivo desde que empezaste a hacer deporte?

Desde que empecé a destacar a nivel nacional absoluto mi gran sueño siempre fue ser internacional (antes de eso mi objetivo desde pequeño era nadar una final A de campeonato de España absoluto.) Durante muchos años lo intenté, quedándome muchas veces cerca; la que más, a 2 centésimas de la mínima del campeonato de Europa en los 100 mariposa en el año 2009. Después con el paso de los años esa idea se fue diluyendo poco a poco, hasta que me vi con opciones de ir a los Juegos de Río en 2016, donde recuperé la ilusión, y tras eso, casi ya en el ocaso de mi vida deportiva, he tenido la "fortuna" de conseguirlo, en la última oportunidad que tenía ya.

¿Por qué crees que ahora llegó tu momento y no antes?

No sabría decirlo, como dije antes, en otras ocasiones estuve cerca e incluso tuve mejores

resultados a pesar de luego no ser seleccionado...quizás la experiencia de tantos intentos, o la tranquilidad y distinta mentalidad con la que afronté este Open, viéndolo más como una casi despedida.

¿A que edad empiezas a competir? ¿Cuándo ganas tu primera medalla?

Empecé a nadar a los 5 años creo recordar, y a competir imagino que en cuanto por normativa se pueda, que no cuantos años son...mi primera medalla en un campeonato gallego fue en el año 2000 o 2001 en 400 estilos.

¿Siempre fuiste feliz con la natación y tuviste claro que seguirías compitiendo mientras pudieses o alguna vez tuviste tentaciones de dejarlo? ¿Cómo se superan los malos momentos?

Pocas veces no he sido feliz nadando, pasé momentos de dudar de querer seguir, pero siempre seguía adelante, es un mundo que me apasiona y al que me gustaría dedicarme profesionalmente en un futuro cercano.

¿Consigues recordar todos os tus méritos? ¿Cuántas medallas, marcas o competiciones abarcas en tu trayectoria?

Buf...son 25 años ya nadando, un día me dio por contar las medallas que tenía guardadas en una caja, eran sobre 450 más o menos. Las más especiales obviamente las de campeonato de España absoluto, que son más de 20. En cuanto a marcas creo que he batido 68 veces un récord gallego absoluto, y no tengo ni idea de cuántas competiciones llevo en mi carrera, si sabría mejor decir cuántas me quedan.

¿Cuántos años llevas en el CGTD? ¿Cómo conseguiste compaginar estudios y deporte?

Llevo 4 años en el CGTD, sinceramente nunca pensé

que entrenaría aquí, nunca fue mi idea de joven, siempre rechacé esa idea. Pero cuándo asumen Luisa y Fernando el mando cambio de idea, creo que es un binomio muy bueno. Creo que con un poco de esfuerzo extra y sobre todo ilusión por lo que haces, se puede compaginar...pero también es cierto que en España es muy complicado seguir entrenando a alto nivel y estudiar una carrera universitaria, no hay ni las ayudas ni las facilidades suficientes, por eso muchos deportistas optan por irse a Estados Unidos, dónde en ese tema están a años luz de nosotros.

Siendo el nadador de más experiencia y edad del grupo de entrenamiento en el CGTD, ¿en qué crees que puedes o debes influir o ayudar en los compañeros más jóvenes?

Creo que es bueno para la gente joven ver que se puede seguir entrenando y obtener buenos resultados a una edad "elevada" y además estudiando. Y creo que en eso puedo influirles. No sé si he influido en algo más, espero que sí y que haya sido en cosas positivas, hay un gran grupo de entrenamiento, a veces me dan envidia, ya que hubo años en los que competí a muy buen nivel pero entrenaba prácticamente sólo. Siempre les digo que deben aprovechar eso, y que lo disfruten, que todo pasa muy rápido.

¿Cuáles son tus objetivos ahora? ¿A dónde te gustaría llegar?

Con 30 años no puedo pensar en otra cosa que no sea a muy corto plazo, por lo que en mi mente solo está el realizar un gran papel en los Juegos del Mediterráneo dentro de un mes y un par de

semanas después (14-15 julio) competiré en la Copa de Europa en de salvamento en Roma. A partir de ahí ya se verá.

¿Qué expectativas llevas a los Juegos Olímpicos del Mediterráneo?

Intentaré bajar mi marca en las dos pruebas en las que participaré, y que eso me lleve a donde me tenga que llevar.

¿Cuál es la modalidad en la que te sientes más cómodo? ¿Qué tipo de trabajo es el que más te gusta y cuál menos, del proceso de preparación/entrenamiento?

A lo largo de mi carrera deportiva he entrenado diferentes pruebas, desde fondo, medio fondo hasta acabar en la velocidad. No sabría decir que prueba se me da mejor, a día de hoy obviamente la velocidad, pero creo que mi mejor prueba realmente es la de 200 mariposa y en la que más he disfrutado competir. Mental y físicamente es muy duro entrenar para fondo, pero creo que es mucho más difícil entrenar bien y de verdad la velocidad...o eso me ha dicho la experiencia.

¿Tienes algún ídolo o referente?

Desde los JJOO de Atenas 2004 me hice fan del sudafricano Roland Schoeman, un gran velocista a nivel mundial. Me encantaba su forma de afrontar las pruebas, sin ningún miedo, tanto yo como mis amigos y compañeros de equipo de toda la vida somos grandes fans. Además, tuve la fortuna de competir en la misma serie que él en un Mare Nostrum en 50 mariposa, nunca lo olvidaré.