ANDREA RICA TABOADA

CURRÍCULUM MÁIS DESTACADO

Campionato de Europa júnior 2001 - Ouro
Universiada 2005 – Prata
Campionato de Europa sénior 2006 - Bronce
Campionato do Mundo sénior 2007 - Bronce
Campionato do Mundo sénior 2009 - Bronce
Campionato de Europa sénior 2012 - Bronce

Photo: Peter Bolz (2010)

ANDREA RICA, CONSTANTE E COMPETITIVA A PARTES IGUAIS

Andrea Rica (Vigo, 1984) é unha desas taekwondistas que tiñan o taekwondo dentro antes incluso de practicalo por primeira vez. O que comezou como un xogo co seu curmán, pasou ser o máis importante da súa vida durante máis de vinte anos. A constancia, a tenacidade e o espírito competitivo son as súas armas, tanto antes no tapiz, como agora na súa vida. Hoxe imos coñecer un pouco máis a esta competidora nata que fala do seu deporte con amor e respecto máximo, porque o taekwondo está presente en todo o que é, o que quere, o que lle gusta e o que a rodea.

Como chegaches ao taekwondo?

O meu curmán David Paz Taboada, co que tiña unha estreita relación na miña infancia, iniciouse no taekwondo un pouco por casualidade. Abriran un ximnasio de taekwondo na zona onde viviamos (o Ximnasio Tao) e el empezou. Eu era aínda moi pequena, David é 7 anos maior que eu. Se que lembro que nos intres que pasabamos xuntos, el ensinábame os poomsae e algunhas técnicas de patada e eu tentaba copiarlle. Cando tiña 7 anos levoume a miña nai ao Tao a "probar" e eu creo que entre a maxia que ten o Tao e o divertido que é o taekwondo... Unha cousa foi levando á outra e ata os 30 anos estiven "a dar patadas" ata que me retirei da alta competición.

Que foi o que che atraeu deste deporte?

O primeiro, e creo que fundamental, foi o ambiente que había no ximnasio. Os compañeiros, os adestradores, a metodoloxía de ensino, o respecto... O Tao converteuse na miña segunda casa, e moitos dos amigos que fixen alí, son os que conservo a día de hoxe.

O segundo, a enorme variedade de tipos de adestramento que che brinda o taekwondo. É un deporte que require que adestres diferentes calidades como a velocidade, a coordinación, a flexibilidade, a forza, o equilibrio... sumado a que ao haber diferentes modalidades na súa práctica (poomsae, exhibición e combate) precisa que o abano de técnicas e habilidades que se adestran sexa enorme. Isto levado á práctica implica que cada día, fas un adestramento diferente, polo que a min pareceume sempre divertidísimo.

ANDREA RICA TABOADA

Cal é o teu primeiro recordo nun tapiz

O meu primeiro campionato galego! Foi de poomsae e exhibición. Era a primeira vez que competía, tería 9 ó 10 anos creo. Foi nun campionato galego que se fixo en Narón (Ferrol), aínda me acordo! A primeira vez que tiña que madrugar tanto! Competiamos en trío en poomsae e en exhibición. Estabamos moi verdes! Quedamos prata nas dúas modalidades. Estaba contenta coa medalla pero aí houbo algo que se moveu dentro do min que me dixo… hai que seguir adestrando para conseguir o ouro. Non mo dixo con esas palabras, era moi nova e non creo que o pensase así, pero dalgunha forma souben que quería máis.

Deportista do Tao… por que combate?

En realidade o camiño ás veces márcano casualidades da vida. Aquí quizais podería usar a frase de "cando unhas portas se pechan, outras se abren". Eu de pequena inicieime como todos na modalidade de poomsae e exhibición. O Tao tiña, e aínda segue tendo, un equipo de exhibición moi punteiro, que era firme candidato a medalla no Campionato de España. E logo tiña un ´segundo equipo de exhibición, non tan punteiro, onde estabamos os máis xovenciños, por dicilo dalgunha maneira. Houbo un ano no que había unha vacante nese primeiro equipo e ao principio de tempada avisounos o meu adestrador de que o que estivese mellor, pasaría a ocupar a praza. Iso para min era o máis grande que me podía imaxinar na vida por aquel entón. Quedei fóra, e tiven que esperar ao ano seguinte para poder entrar. Pero iso quizais me fixo centrarme máis no combate nesa tempada e foi cando conseguín a miña primeira medalla no Campionato de España.

É verdade que o Tao tivo moitos éxitos na modalidade de técnica, pero non hai que esquecer que o Tao foi o equipo de combate de referencia en Galicia durante moitísimos anos. Non recordo con exactitude pero o Tao proclamouse campión galego absoluto na clasificación xeral, feminina e masculina en moitas ocasións. Do Tao saíron grandes competidores de combate por exemplo Salvador Fontán, que tamén foi o meu adestrador e Belén Fernández Valtuille, outro dos meus referentes. Ela, Belén, foi o meu modelo a seguir cando eu empezaba a competir na modalidade de combate. Paréceme que coincidimos o meu primeiro ano como competidora no Tao. Ao ano seguinte ela foise como bolseira ao Centro de Alto Rendemento de Sant Cugat, e fomos coincidindo en competicións e cando ela viña adestrar ao Tao nas épocas de vacacións. Unha delicia de compañeira. Uns anos máis tarde, creo que catro, volvemos ser compañeiras de adestramento, xa en Sant Cugat, onde me acolleu e axudou coma se fose a súa irmá pequena.

Recordas o teu primeiro campionato de España?

Aquí lembro dous campionatos. O primeiro de España foi en Madrid onde competiamos en poomsae i exhibición cando eu tiña 11 ou 12 anos. O recordo que teño é que o fixemos bastante ben, eramos un trío novo e para ser o primeiro ano no que competiamos xuntos metémonos na final conseguindo o bronce. En exhibición fallei moitos rompementos, recordo que estabamos moi nerviosos e non nos saíu ben. Paréceme que quedamos de últimos!

O meu primeiro campionato de España de combate foi en Cidade Real, eu tiña 13 anos. Campionato de España Xuvenil chamábase por aquel entón. Eu competía na categoría de -42 kg. O que fixo peculiar a miña participación nese campionato foi que eu era a única competidora en Galicia nesa categoría, polo que gañei a medalla de ouro sen competir. Tampouco me tiven que enfrontar a ningunha competidora despois en ningunha preselección, polo que fun convocada polo seleccionador galego para ir ao campionato de España sen competir nunca en ningún outro campionato de combate. Antes non había campionatos promesas nin fases provinciais como hai agora… O meu adestrador Miguel Meilán non me quería deixar ir… E ao final volvinme de Cidade Real cun bronce quedándome a un paso da final contra a que quedara campioa de Europa júnior o ano anterior. Non mo podía crer, e Miguel tampouco cando o chamei por teléfono!

ANDREA RICA TABOADA

Na competición sempre hai grandes momentos. Se tiveras que quedarte con un?

Mellores momentos… non che podería dicir. Claro que gardo con especial agarimo os triunfos das medallas en Campionatos do Mundo e Europa. Cada un foi especial. Aquí diríache quizais que os mellores momentos foron todos. Creo que fun unha privilexiada de poder crecer desde moi abaixo e pouquiño a pouquiño ir subindo e aprendendo de excelentes competidores cos que adestraba. Competidores aos que admiraba ao principio e aos que ao cabo do tempo xa lles podía plantar cara nun adestramento ou nunha competición. Aquí se que me vén á mente un momento especial que foi cando fun seleccionada para participar no Campionato Clasificatorio Preolímpico Mundial no 2007. Foi especial porque a categoría de -57 quilogramos na que eu competía era unha categoría historicamente de máximo nivel en España, categoría pola que pasaran deportistas da talla de Elisabeth Delgado (campioa do mundo), Sonia Reyes ou Gemma Magriá (medallistas mundiais e europeas). Era tamén unha das categorías con maior número de participantes por regra xeral en campionatos do Mundo ou Europa polo que o nivel de esixencia era altísimo. Eu naquela tempada disputábame a praza do Clasificatorio preolímpico contra outras dúas competidoras Muriel Bujalance e Sara Barbero, as dúas foran campioas de Europa en anos anteriores. Eu era a máis nova das tres e a que menos rodaxe internacional tiña por aquel entón. Estivemos toda a tempada participando en campionatos en pesos olímpicos, fíxose unha clasificación nacional para decidir quen sería o clasificado, e tivémonos que enfrontar en varias competicións. Eu fun finalmente a elixida despois de conseguir a medalla de bronce no campionato do mundo. A pena foi que despois non conseguín a praza para participar nos Xogos Olímpicos.

E os peores...

O que sen ningunha dúbida cortou de raíz o meu goce neste deporte foi a implantación, por desgraza, do sistema electrónico de puntuación (os petos electrónicos). Pensa que os primeiros sistemas utilizados foron feitos a base de ensaio/erro, e o peor de todo era que os ensaios se facían en competicións internacionais oficiais onde te xogabas o todo polo todo. Aí podía pasar de todo… desde que ti mesma, accidentalmente, te meteras un punto por un mal contacto co teu peto, ata que o teu adversario marcase un punto empuxándote coa man… Ou o que me pasou a min... Déronme uns patucos cos que competín unha tempada enteira cos que non conseguía puntuar nin de broma. A medida que transcorría a tempada e os adestramentos, a sombra da dúbida xerada tamén polos comentarios dalgúns adestradores de "Andrea non puntúa" facía que o nivel de presión e inseguridade que eu tiña fose enorme. A última competición desa tempada foi unha Copa do Mundo por equipos onde se fixo por primeira vez un recoñecemento dos patucos cun sensor na zona de revisión. Aí é onde comprobamo que os meus patucos non tiñan ningún sensor que funcionase, e eu non era a única competidora do noso equipo á que lle pasaba isto. Falamos co director técnico por aquel entón para pedirlle que nos conseguise uns patucos novos… a súa resposta foi, non vou comprar patucos novos, busca máis accións á cabeza… non foi fácil adaptarse. A pesar de todo, aínda co sistema electrónico, conseguín nos anos posteriores unha medalla de bronce no Campionato do Mundo no 2009 e outra no Europeo no 2012, pero xa non foi nunca o mesmo…

Houbo algunha rival que se te atascara?

Por sorte non tiven ningunha besta negra. Perdín, gañei… Aquí debo de nomear a unha grandísima competidora italiana: Verónica Calabresse. Medallista Olímpica e subcampioa do Mundo coa que tiven 4 enfrontamentos. Ela foi a que me gañou no clasificatorio preolímpico e na semifinal do campionato do mundo de 2009 no punto de ouro. Faciamos uns combates de infarto porque as dúas tiñámonos moito respecto e sabiamos que un erro decantábao todo, e así era!

Que dirías de Andrea Rica como competidora?

Eu creo que as miñas maiores calidades foron a constancia, a tenacidade e o espírito competitivo. Isto é o que me define como competidora e como persoa. Teño un enorme convencemento de que co esforzo e a dedicación pódese puír un cristal e convertelo case nun diamante.

Que significou o taekwondo na vida de Andrea Rica?

Foino practicamente todo: Os meus amigos da infancia que aínda conservo; os meus 13 anos vivindo en Barcelona lonxe da miña familia e cheos de experiencias; os vínculos de amizade que fixen con algunhas persoas no CAR que se converteron en parte da miña familia; a madurez e as táboas que adquirín ao independizarme aos 16 anos nunha época na que non tiñamos nin teléfono móbil nin internet; as viaxes por todo o mundo; a miña carreira universitaria como fisioterapeuta e osteópata, moi posiblemente decanteime por aí por mor da estreita relación que tiñamos co persoal médico no CAR; a miña parella coa que teño dous fillos que me trouxo ata Noruega foi

tamén subcampioa nos JJOO de Pekín 2008 en taekwondo; todos os valores e coñecementos adquiridos que puiden extrapolar á miña carreira profesional e que me axudaron enormemente como son por exemplo a constancia, o sacrificio, a elección e persecución dos obxectivos, a tenacidade, o autocontrol, o compañeirismo…

Agora vénme á cabeza unha frase que me dixo a miña adestradora Elena Benítez cando lle dixen entre bágoas que me retiraba que foi "o taekwondo deuche moito, Andrea" e vaia que si!

Tes algunha medalla ou unha foto nun lugar destacado de casa?

Cada unha foi especial, non che podería poñer ningunha por riba doutra. Todas custaron o seu esforzo. As primeiras foron especiais quizais porque chegaron e fixéronme consciente de "ti podes" e as últimas foron un pouco un premio á perseveranza. Quizais a máis buscada e desexada foi a primeira medalla de ouro no Campionato de España absoluto que significaba abrirche a porta para formar parte da selección nacional e que me custou moitos anos conseguir (aos 21).

Photo: Peter Bolz (2010)

ANDREA RICA TABOADA

Agora estás desligada do taekwondo?

A verdade é que me retirei e aos dous meses vin vivir para Noruega. Sigo mantendo o contacto con amigos, adestradores en España, etc. Aquí en Noruega colaboraba ao principio cun club e varios competidores pero por cuestións de traballo e tempo tampouco o prioricei. Desde Galicia tampouco recibín ningún tipo de invitación para participar en ningún tipo de evento, concentración... Eu informei de que me retiraba e recibín a contestación de que xa falariamos, diso pasaron 7 anos. Gustaríame manter o contacto co taekwondo dunha maneira máis activa, pero quizais agora non é o momento.

Animarías á xente a practicar taekwondo?

Sen ningunha dúbida! Calquera deporte, como deporte en si é esencial para o desenvolvemento da motricidade. Á súa vez ten efectos beneficiosos para o sistema cardiovascular, metabólico ou neurolóxico. Se a isto súmaslle todos os valores que inculca a práctica de taekwondo como o respecto, o autocontrol, a educación, a disciplina... o convirte nun deporte especial.

Texto: Mila Alonso

Fotografía: Peter Bolz / Tao

Edición e deseño: Odhra Di Martino