

Marta Güemes, regatista

Aficionada a la vela desde pequeña, luego hubo un parón y ahora has vuelto a navegar, ¿Qué te hizo volver?



La regatista contó su proyecto en Radio Marca Lanzarote.

La idea de volver a navegar surgió sin duda en Nueva Zelanda, donde la vela es prácticamente el deporte nacional. Estuve viviendo allí durante un año mientras hacía mis prácticas de final de carrera y gracias a unos amigos tuve la oportunidad de volver a subirme durante unos días en un velero. Me di cuenta de repente de que me encantaba navegar aunque lo había dejado abandonado durante

muchos años. Fue un poco como si de golpe me hubiese acordado de lo mucho que me gustaba. Así que volví a Francia a trabajar como ingeniera pero al poco tiempo decidí dedicarme plenamente a la vela. Dejé el trabajo y me fui a Irlanda donde pasé un año formándome como instructora de vela de crucero. Y a partir de ese momento nunca más he dejado de navegar.

¿Cómo compaginas tu trabajo con la vela?

La verdad es que no es

fácil pero tengo la suerte de contar con el apoyo de mi empresa que me otorga una

semana al mes sin sueldo para poder entrenarme y preparar mi barco. Mi trabajo



La Mini Transat tuvo su escala en Arrecife en la pasada edición.

como ingeniera en la empresa francesa Artelia me obliga a viajar mucho puesto que la mayor parte de los proyectos

en los que participo se llevan a cabo en países en vías de desarrollo: Kenia, Palestina, Tunes, Libano, etc. Lo más

complicado es combinar estos viajes con la preparación de la Mini Transat y la participación a las regatas de clasificac-

centro de fisioterapia

Physis

Con el deporte

Patologías

- Cervicalgia
- Lumbalgia
- Tendinitis
- tendinosis
- entesitis
- Esguinces
- Contractura
- Rotura muscular
- Escoliosis
- Cialgia
- Cefalea tensional
- Problemas posturales
- Lesiones deportivas

Tratamientos

- Fisioterapia Traumatólogica y Deportiva
- Fisioterapia de la ATM
- Fisioterapia del Suelo Pélvico, embarazo y postparto
- Osteopatía
- Reeduación Postural Global
- Terapia Miofascial
- Fisioterapia Invasiva: Acupuntura, Mesoterapia, Punción Seca y EPI ecoguiada

¡Cuidándote, tú ganas!

Calle Tarragona nº 26 • Local 2 • Arrecife • Valterra • Tfno: 928 80 49 21



Será cerca de un mes lo que tarde en hacer la travesía completa.

ción, pero hasta ahora he conseguido que las fechas cuadren. Artelia me permite mucha flexibilidad en mi trabajo y creo que ahí está la clave.

¿Por qué eliges la Mini Transat?

Porque la Mini Transat es una gran aventura y sobre todo una aventura al alcance de cualquiera que se lo proponga. La Mini Transat es una de las pocas regatas

oceánicas en las que no se permite contacto con el exterior. Navegamos con mínimos tecnológicos, apenas un GPS y una radio VHF y en un barco de 6 metros y

"Para un proyecto como el mio, con un barco de segunda mano, se necesitan unos 80.000 euros más o menos"

medio! no hay duda de que es una aventura y un gran reto. Además los Minis son unos barcos fantásticos. Rápidos pero a la vez simples y manejables por su reducida eslora. Pero la verdad es que eso lo descubrí después de haber decidido participar en la Mini Transat, porque antes no me había subido nunca en un barco de estos!

4050 millas en solitario, ¿miedo?



Marta para poder clasificarse a la Mini Transat tuvo que realizar un recorrido de 1000 millas por el mediterráneo sin escalas.

"Estoy entrenándome en un centro de entrenamiento dedicado en la Rochelle. Somos unos 20 barcos y tenemos entrenamientos físicos, sesiones de navegación y maniobras, y formaciones técnicas de meteorología, electrónica, reparación de fibra, etc."

Bueno, no sé si miedo es la palabra pero aprehensión bastante! Cada vez que me imagino que voy a pasar 20

días sola en mitad del atlántico subida en mi barquito se me hace un nudo en el estómago... pero es el

mismo nudo que cada vez que pienso que me voy a ir a navegar en solitario aunque sea cerca de la costa. Luego



Maestro DIABY - Vidente

- ✓ Curandero
- ✓ Solución de problemas
- ✓ Negocio
- ✓ Mal de ojo
- ✓ Vuelta inmediata de persona amada
- ✓ Enfermedad
- ✓ Trabajo
- ✓ Impotencia sexual

Con un don hereditario, posee un poder sorprendente, con su experiencia, seriedad, poder y rapidez demostrado en todos los ámbitos para ayudarles en todos sus problemas amorosos incluso en situaciones desesperadas.

Posee un gran poder a distancia, provoca, atrae y refuerza los sentimientos; en resumen, todo tipo de artes ocultas, ver a sus enemigos de rodillas, mejorar su situación social y financiera, desintegra a los demonios del infierno.

Gracias a mi asombroso poder secreto, hombres y mujeres estarán a tus pies. Tengo a los espíritus mágicos más rápidos y poderosos que existen.

Llama y la suerte te sonreirá. Resultados en 4 días 100% garantizados, inmediatos al 100%. De 8 a 21 horas. Gracias

CONSULTA EN LANZAROTE: Tel.: 647 033 247



Marta Güemes recorrerá en solitario 4.050 millas náuticas.

me subo al barco, me pongo a navegar y el nudo se deshace al instante. Me olvido de la aprehensión, me concentro en las velas, en el barco... y disfruto! Quieras que no, ese miedo es lo que hace que la Mini Transat sea también un gran reto personal. Pero es un miedo bastante sano, un miedo que se supera rápido y se transforma en adrenalina.

¿Qué tal te fueron las

regatas clasificatorias para estar en la competición?

La verdad es que mucho mejor de lo que esperaba. Empecé en este proyecto sin

"Cada vez que me imagino que voy a pasar 20 días sola en mitad del atlántico subida en mi barquito se me hace un nudo en el estómago..."

haber navegado nunca en un Mini y sin tener ninguna experiencia de regata. Era instructora de vela de crucero pero solo había participado en una regata en equipaje antes de comprarme el Mini. Tuve la suerte de hacer la primera regata en doble junto a Didac Costa, una gran figura de la vela oceánica española! Participamos con mi barco en el Gran Premio de Italia y tardamos unos 6 días en recorrer las 500 millas del



recorrido. Fueron 6 días de aprendizaje intensivo y finalmente acabamos cuartos! Después del Gran Premio de Italia, participé en un par de regatas en solitario y conseguí buenos resultados. Cuando te imaginas que vas a llegar última, llegar entre los cinco primeros es un gran resultado!

¿Cómo vas a preparar la prueba?

Estoy entrenándome en un centro de entrenamiento dedicado en la Rochelle.

Somos unos 20 barcos y tenemos entrenamientos físicos, sesiones de navegación y maniobras, y formaciones técnicas de meteorología, electrónica, reparación de fibra, etc. Además de los entrenamientos yo creo que es esencial participar en las regatas de la temporada, que aunque ya no sean clasificatorias, te permiten confrontarte a las condiciones de competición en alta mar. Así que este año intentaré participar en casi todas las regatas organizadas para los Minis en la

"Espero que en los próximos meses pueda concretizar algún tipo de colaboración con las instituciones y decorar mi barco y mis velas con los colores de la isla"

"Serán un poco menos de 30 días en solitario, sin tener contacto con el exterior"

Dentro de lo que es la vela oceánica, la Mini Transat es sin duda una de las pruebas menos costosas, pero el presupuesto sigue siendo considerable y es indispensable encontrar patrocinadores.

costa atlántica francesa.

Cual dirías que ha sido la parte más dura del camino hacia la Mini-Transat?

Diría que la parte más dura o en todo caso la más intensa, fue el recorrido de clasificación que tuve que hacer el año pasado. Para poder clasificarme a la Mini Transat, tuve que realizar un recorrido de 1000 millas por el mediterráneo sin escalas, de Montpellier, al golfo de Génova, y luego dirección a Baleares para finalmente

poner rumbo de nuevo a Montpellier. Antes de realizar esta prueba, nunca había pasado más de dos días en solitario en mi barco...así que se palpaba la tensión en el momento de largar amarras para recorrer los aproximadamente 1800 km de la prueba. Una vez lanzada fue increíble. La experiencia me encantó aunque pasé por momentos bastante complicados, de la calma chicha a los 50 nudos de viento! Después de 13 días navegando en solitario, llegué a puerto con una sonrisa de oreja a oreja! Así que imagínate lo que será la llegada a Martinica.

En el aspecto económico, ¿es muy costoso estar en esta prueba?

Dentro de lo que es la vela oceánica, la Mini Transat

es sin duda una de las pruebas menos costosas, pero el presupuesto sigue siendo considerable y es indispensable encontrar patrocinadores. Para un proyecto como el mío, con un barco de segunda mano, se necesitan unos 80.000 euros más o menos. Los principales gastos son: los gastos de inscripción a las regatas de temporada, las velas, la electrónica, los amarres, etc... la lista es larga!

"Me gustaría hacer de este proyecto, un proyecto canario, implicando a empresas y organismos locales"

¿Quién te apoya en esta aventura?

Tengo la suerte de contar con el apoyo de Artelia, mi empresa; que nada más presentarles el proyecto decidió darme disponibilidad para entrenarme y patrocinarme alrededor de un 50%. A parte, tengo apoyos técnicos de algunas empresas que me proporcionan material como velas (Advanced Sails), cabos (Ino-Rope) o ropa técnica (Henri Lloyd) a precios muy interesantes. Esto me permite reducir un poco los gastos pero sigo teniendo que completar el presupuesto que falta con otros patrocinadores. Me gustaría hacer de este proyecto, un proyecto canario, implicando a empresas y organismos locales.

¿En cuánto tiempo tienes







**"Directo Marca Lanzarote",
los lunes a las
21:30 h. en Lancelot TV.**



**"Toda la actualidad
deportiva del fin de
semana".**



**"El mejor deporte con
Moisés Clavijo,
Guillermo Uruñuela y
Roberto González".**

pensado acabar la prueba?

La primera etapa entre La Rochelle y Las Palmas son aproximadamente 1500 millas y me gustaría recorrerlas en menos de 10 días. La segunda etapa, entre Las Palmas y la isla de la Martinica son más o menos 2600 millas. Yo creo que entre los vientos favorables con los que seguramente nos encontraremos y las ganas de llegar al otro lado del atlántico, debería poder completar esta etapa en unos 17 o 18 días! Así que sumando, serán un poco menos de 30 días en solitario, sin tener contacto con el exterior. No está mal, ¿no?

De las 84 embarcaciones hay 7 mujeres, eres la única canaria ¿has hablado con alguna institución para que lleves el nombre de la isla

"El primer objetivo es llegar entera al otro lado del atlántico, pero luego me conozco, y sé que cuando empieza la regata, la velocidad del barco se convierte en una pequeña obsesión... Digamos que mi objetivo será llegar entre los 30 primeros"

por todo el mundo?

La verdad es que me encantaría poder representar a mi isla y a canarias en este gran evento! Me sentiría muy orgullosa de poder contribuir a la promoción de Lanzarote

y así se lo he expresado a las instituciones locales. Espero que en los próximos meses pueda concretizar algún tipo de colaboración con las instituciones y decorar mi barco y mis velas con los colores de la isla.

¿Qué te gustaría conseguir en esta competición?

Lo que busco es sobrepasarme y disfrutar! Lanzarme en esta aventura sin olvidar que es una competición y hacerlo lo mejor posible para llegar antes que los demás. La verdad es que el primer objetivo es llegar entera al otro lado del atlántico, pero luego me conozco, y sé que cuando empieza la regata, la velocidad del barco se convierte en una pequeña obsesión... Digamos que mi objetivo será llegar entre los 30 primeros.



Corre por la MONTAÑA
corre por el ASFALTO

Salomon Wings Access GTX
Antes 130.00€
Ahora 79.95€

Asics Gel-Ikaia 6
Antes 65.00€
Ahora 49.95€

Nike Pegasus 33
Antes 120.00€
Ahora 79.95€

SÍGUENOS EN:
@INTERSPORTD
@INTERSPORTODODEPORTE

TODODEPORTE@TELEFONICA.NET
FRANCOS Nº 10
928 81 42 19
CALLE LEÓN Y CASTILLO Nº 26
928 80 48 14

Válido del 01 al 22 de abril de 2017