

[AGOST](#)[ALGUENÑA](#)[ALICANTE](#)[ASPE](#)[BANYERES](#)[BENEFIXAMA](#)[BIAR](#)[CANYADA](#)[CASTALLA](#)[CAUDETE](#)[ELDA](#)[IBI](#)[MONFORTE DEL CID](#)[MONOVA](#)[ONIL](#)[PETRER](#)[PINOSO](#)[SALINAS](#)[SAX](#)[TIBI](#)[VILLENA](#)[Clientes](#)[Contacto](#)[Vídeos](#)[Noticias](#)[Fotografías](#)[Chat](#)[Publicidad](#)[Televisión](#)[Correo](#)[Aviso Legal](#)[Encuestas](#)[Agendas Culturales](#)[Página inicial](#)[Envía tus fotos](#)[Em](#)

Búscador de Noticias



Buscar

Buscador Empresas

Buscar

Texto a buscar

AGENDA CULTURAL



PÁGINA DE INICIO

Click  
Aquí



Háganos su página de

Inicio

ÚLTIMOS  
COMENTARIOS

[\\*Enhorabuena a Villena, y muy bien por Peralta, est...](#)

[\\*Despres de sentir els](#)

## Dos jóvenes triatletas sajeños logran el tercer puesto en el Ironman Challenge Maresme

El equipo de triatlón "Ironpeque", integrado por los sajeños María G. Juan López (natación) y Rubén Guillén Maroto (ciclismo), y el eldense David Martínez Ortiz (maratón), se alzó con el tercer puesto en el Ironman Challenge Maresme celebrado en Calella (Barcelona) el pasado 4 de octubre. La prueba, en la que en esta edición se inscribieron 1755 triatletas de 50 nacionalidades, consistió en 3,8 km. nadando, 180 km. en bicicleta y 42,2 km. de carrera a pie. María G. Juan, Rubén Guillén y David Martínez prepararon esta carrera durante más de seis meses a base de intensos entrenamientos: primeramente, con una fase de adaptación, cada uno en su modalidad, trabajando poca intensidad; tras la fase de rodaje y preparación muscular, se adentraron en el periodo de carga que coincidió con los meses de julio y agosto; y, desde principios de septiembre, el nivel de carga bajó progresivamente pero con ejercicios de mucha intensidad para conseguir un pico de forma óptimo. Una vez en el campeonato, todo estaba preparado para el reto de este equipo, que tras su participación en la categoría de relevos mixtos, obtuvo un merecido y trabajado tercer puesto, con un tiempo de 10.29 horas, y a tan solo un minuto y medio del segundo clasificado. La prueba resultó muy positiva para María G. Juan, "pequeña sirena", ya que amaneció un día soleado y pudo nadar en un mar de aguas tranquilas y limpias. A media mañana la prueba se endureció por el aire en el último sector en bicicleta, pero para Rubén, "pequeño león", no fue ningún impedimento. El calor de la tarde empezaba a notarse cuando David, "pequeña gacela", empezó la maratón, aproximadamente a las 15.40 horas. Finalmente, el esfuerzo de todo el equipo "Ironpeque" se vio recompensado hasta el punto de que ya están pensando en pulir su marca en una próxima cita para el 2010.



Opine sobre esta noticia haciendo clic aquí