

Martín Fiz

Campeón de Europa (1994) y del mundo (1995) de maratón, mantiene una intensa actividad empresarial y técnica relacionada con el atletismo.

Para las estrellas del deporte, la retirada significa muchas veces desaparecer del mapa e iniciar una nueva vida. Hay quien impulsa negocios con el dinero ahorrado, pero también quien siente vértigo por no saber qué hacer con su tiempo. Algunos de estos deportistas cuentan cómo les va y cómo ven la vida ahora.

Dicen que las figuras deportivas mueren dos veces, la primera, cuando se retiran, pero tal vez sea más exacto señalar que se reencarnan en otras personas, sin dejar de ser ellas mismas. Así, algunas, al despojarse de la ropa deportiva, se quedan completamente en Babia, sin saber qué hacer con sus vidas, pero también hay quien resurge de las cenizas como el mismísimo ave fénix.

Abundan quienes se arruinan, como el boxeador Mike Tyson, el baloncestista Scottie Pippen o la corredora Marion Jones, pero también quienes consiguen dar una vuelta de tuerca a su existencia, caso del futbolista Romário, elegido en el 2014 senador del Estado de Río de Janeiro, el más votado de la historia, o del baloncestista *Magic Johnson*, quien declara abiertamente que su gran victoria han sido los negocios.

En cualquier caso, dejar de hacer algo en lo que se ha sido muy bueno obliga a disputar un nuevo partido de final incierto, que ha de resolverse en la segunda parte de la vida de los deportistas, generalmente, a partir de los 35 años. “Retirarse viene a ser como despedirse de un gran amor”, indica María Fernández Ostolaza, una ex-gimnasta que vive un idilio con la psicología, disciplina que ejerce en el Consejo

Ases que cambian de baraja

Texto de **Antonio Orti**

Superior de Deportes asesorando a deportistas de élite.

Los deportistas generan tantas endorfinas al entrenarse que en el instante posterior a colgar las botas –explica Fernández, quien tras retirarse entrenó a las “niñas de oro” que ganaron el oro en los JJ.OO. de Atlanta en la modalidad de gimnasia rítmica– acostumbran a sentirse alicaídos, chafados o como quiera llamarse a la ausencia de las dosis de hormonas de la felicidad que recibían mientras estaban en activo.

MENTALIDAD

Tal vez esto sirva para explicar por qué algunos excampeones se siguen machacando físicamente después de retirarse, en busca, quién sabe, de recuperar este mun-

→



CIVE BRUNSKILL

→ do perdido. “No sé si es el síndrome de Estocolmo o qué, pero en tu cabeza nunca dejas de ser un deportista”, reconoce Fermín Cacho, medalla de oro en los 1.500 metros lisos en los Juegos Olímpicos de Barcelona y plata en Atlanta, para justificar que siga saliendo a correr cuatro días por semana, pese a haber estado un montón de años entrenando seis horas diarias.

En la actualidad, el atleta soriano es embajador de la cadena de centros deportivos GO fit, tras vender las participaciones que tenía en la tienda de deportes que abrió en Soria con su amigo maratoniano Abel Antón. Vivió un breve paso por la política que le dejó algo decepcionado al comprobar que “se votaba en contra de cosas que eran buenas para el pueblo, en lugar de ir todos a una”. Pero ahora se declara feliz por disfrutar de la tranquilidad de la vida rural en compañía de su familia, promoviendo el deporte y cuidando de dos caballos.

“En la actualidad –cuenta Cacho– disfruto llevando y recogiendo a mis cuatrenas al colegio y viendo cómo se cabrean

cuando juegan al baloncesto y pierden. No sé si han salido al padre, pero yo les digo que el próximo partido hay que ganarlo”, comenta desde Andújar (Jaén), donde vive ahora, tras casarse con una andaluza.

INTENSIDAD

“Para ser sincero, durante bastantes años después de retirarme soñaba por las noches que seguía jugando –revela José Luis Llorente, mítico base del Real Madrid y medalla de plata en baloncesto en los Juegos Olímpicos de Los Ángeles (EE.UU.)–, incluso todavía ahora. Sueño que estoy en un partido de los de verdad y que tengo 25 años”, sonríe Joe Llorente, tras confesar que acaba de llegar de Laponia, donde ha participado en unos maratones populares de esquí de fondo de 50, 60 y 80 kilómetros. “Sigo entrenando como un anormal, sin conocimiento”, bromea este licenciado en Derecho. Y por si no ha quedado suficientemente claro, añade: “La sensación que tienes al jugar ante muchísima gente cuando las cosas van bien es inigualable. Esa



María Fernández Ostolaza

Como gimnasta ganó la medalla de bronce en el Europeo de 1984 y como entrenadora, el oro en Atlanta '96. Hoy es psicóloga y asesora a deportistas en el Consejo Superior de Deportes.

EMILIA GUTIÉRREZ



intensidad es prácticamente imposible de repetir en la vida *civil*”, exclama Llorente tras contar lo que sabe de algunos antiguos compañeros. “Corbalán es médico y tiene una clínica. Juan Manuel López Iturriaga da conferencias, presenta eventos y colabora con medios de comunicación. Fernando Arcega está en la Caja de Ahorros Inmaculada. José Manuel Beirán es psicólogo y da cursos...”. Por lo que respecta a él mismo, Llorente imparte a día de hoy diversos másters, tiene un programa en *Real Madrid TV* y está escribiendo un libro junto con un amigo.

AÑORAR LA ADRENALINA

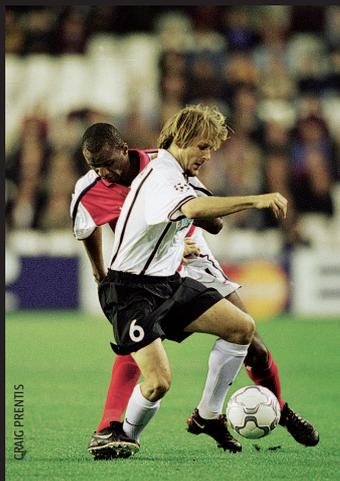
“Si hay algo que echo en falta –interviene el tenista Sergi Bruguera– es la adrenalina de ganar algo importante, de competir, la emoción que sientes al disputar un partido trascendental. Ahora tengo muchísimas otras cosas, pero no esa sensación tan bestia”, comenta el doble ganador de Roland Garros y tercer mejor jugador mundial en 1994. Bruguera ha aprovechado su retirada para saldar alguna deuda pendiente. Por ejemplo, tras dejar el circuito en el 2002, después de 15 años compitiendo, quiso matar el gusanillo de querer ser futbolista y se apuntó como lateral derecho en el equipo Esquerra de l’Eixample FC, que militaba en Segunda Regional. “Físicamente era bastante rápido, lo que me permitió suplir la falta de técnica. Me lo pasé muy bien, pero en algunos sitios me llevé unas cuantas patadas”, relata Bruguera sobre su pasión por el balompié, afición que comparte con otras figuras de la raqueta como Andy Murray, Novak Djokovic, Rafa Nadal o Richard Gasquet, jugador al que entrena ahora.

Pero Bruguera ha aprovechado su retirada para más cosas. Tras colaborar con los Special Olympics en los JJ.OO. de Barcelona “pensé que había tenido mucha suerte en la vida y quise hacer algo –cuenta–, como no había escuelas de tenis para disminuidos psíquicos, decidí montar una en el 2002; ahora ya hay seis en Catalunya”. Asimismo, estuvo tres años dando clases de tenis en el centro penitenciario de Can Brians (tanto a hombres como a mujeres) y ha ayudado a formar a jóvenes talentos en la academia de su padre.

A diferencia de cuando era más joven, no ha recibido ninguna *ensaladera* o trofeo tras triunfar en el deporte de vivir, sino que el premio le ha venido en especie. “Nunca



JAI ME REINA



CEAIG PRENTIS

“La sensación que tienes al jugar ante muchísima gente cuando las cosas van bien es inigualable”, confiesa Joe Llorente

me planteé tener niños mientras jugaba, porque estaba mucho por lo mío y no quería que nada me distrajera. Pero luego encontré a la persona adecuada y tengo gemelos, un niño y una niña. Mucho trabajo, pero muy contento”, comenta.

NUEVOS PLANES

Algo parecido puede decirse de la regatista Natalia Via-Dufresne, ganadora a sus 19 años de una medalla de plata en Barcelona’92, metal que repitió en Atenas 12 años después. “Cuando eres una deportista de alto nivel, hay muchas cosas que no entran en tus planes. Yo pensaba: cuando me retire, ya intentaré tener una pareja estable. Al final llegué a pensar: pues igual no tendré pareja ni hijos, porque veía que el tiempo iba pasando. Pero sí di con la persona y al año nació el niño”, recuerda, tras pasar revista a varios lobos de mar de los Juegos →

Gaizka Mendieta

Fue futbolista en el Valencia, el Lazio, el Barça y el Middlesbrough. Su otra gran pasión es la música, con la que también tiene una trayectoria como dj.

“Tras retirarme, estuve dos años sin ponerme los esquí. Pero nada, y nada es nada”, detalla Blanca Fernández Ochoa

→ de Barcelona: “Luis Doreste –desvela– es profesor de informática, mientras su hermano Josele, que también ganó una medalla de oro, es médico en la clínica Dexeus; Fernando León es arquitecto técnico; Jordi Calafat sigue navegando...”

Por lo que respecta a ella, los puertos siguen siendo su segunda casa, sólo que ahora alterna el mar con trabajos en tierra firme. Además de impartir conferencias, ayuda a principiantes de la vela, trabaja de relaciones públicas para diversas instituciones y marcas e imparte *coaching* náutico, buscando analogías entre el mundo de la empresa y la navegación. Para suerte suya, su marido también es hombre de mar, por lo que aspira a hacer una vuelta al mundo con él tan pronto como sea posible.

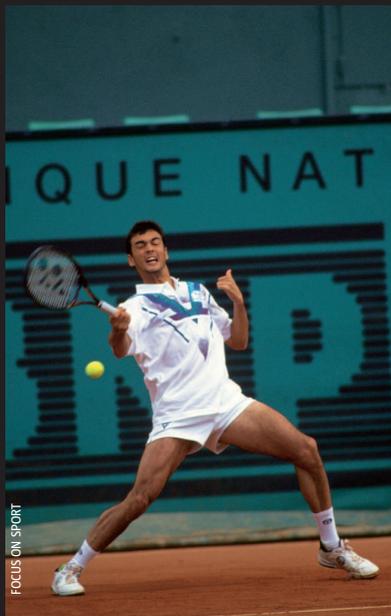
TIRARSE A LA PISCINA

Aunque no lo dice con estas mismas palabras, Blanca Fernández Ochoa, la reina española de la nieve, acabó tan hasta el gorro de su deporte que tras retirarse “estuve dos años sin volver a ponerme los esquí. Pero nada, y nada es nada”, especifica mientras intenta que no se le escapen *Chocolate* y *Trufa*, “dos perritos divinos que siempre digo que son mis entrenadores”.

Según ha comentado en alguna ocasión la esquiadora, “la vida es un largo y duro eslabon con sus curvas, baches, cambios de rasante, metas y caídas”, algo que ha comprobado en carne propia tras dos matrimonios fallidos. *Blancanieves*, como la llamaban sus hermanos, “porque yo soy como la sepia de blanca”, bromea, ha participado desde su retirada en programas de televisión como *Splash*, *Famosos al agua* y, sobre todo, *La selva de los famosos*, de donde salió con

Sergi Bruguera

Ganó Roland Garros en 1993 y 1994 y la medalla de plata en Atlanta'96. Ha creado escuelas de tenis para disminuidos psíquicos y entrena a jóvenes jugadores.



FOCUS ON SPORT

CARLOS GONZÁLEZ ARMESTO

fiebre alta, vómitos e inflamación de las extremidades inferiores tras sorber un brebaje preparado por los indios para meter a continuación la mano en un guante lleno de hormigas venenosas. “Se me ha encasillado ahí, en los *realities*, pero es que si a mí me proponen una cosa soy incapaz de quedarme con el ‘¿y si lo hubiera hecho?’. Yo lo hago y me tiro a la piscina y, si acaso, luego me arrepiento”, admite la ganadora del bronce en Albertville'92.

Así que, aunque algunas cosas no le han

salido bien, no se lamenta de haberlas intentado. Desde que se retiró, ha hecho viajes de incentivos para empresas, incluso abrió una compañía llamada Golf & Win que pretendía organizar un campeonato de clubs en la Comunidad de Madrid y que acabó en el hoyo de la crisis económica. Ahora mismo, Blanca Fernández Ochoa promueve otra empresa llamada En forma 8 A que utiliza la electroestimulación para tonificar los músculos, iniciativa con la que se siente muy ilusionada.



CON LA MÚSICA A OTRA PARTE

Gaizka Mendieta, que fue capitán del Valencia CF y, posteriormente, jugador del Lazio (Italia), FC Barcelona y Middlesbrough (Gran Bretaña), club donde colgó las botas, ha decidido irse con la música a otra parte.

“Ahora vivo en Londres. Desde siempre he admirado la cultura británica, tanto musical como futbolística y laboralmente”, explica desde la capital del Reino Unido. “A día de hoy, tengo algunos negocios en Gran Bretaña y España, además de trabajar

como comentarista y analista en la cadena *Sky Sports*. De momento, estoy feliz con lo que hago. También estoy sacándome el carnet de entrenador, pero ya veremos...”.

Por lo que respecta a la música, Mendieta llegó a actuar en el 2011 en el Festival de Benicàssim (FIB) con su grupo Gasteiz Gang, proyecto que ha aparcado temporalmente “por incompatibilidad de agendas de los tres miembros del grupo, así que o bien pincho solo o con Jon Gasteiz. Ahora mismo, tenemos el SOS de Murcia y estamos

cerrando algunas actuaciones más”, explica el exfutbolista, un declarado fan de la música independiente que en alguna ocasión ha reconocido que se llevaría a Iggy Pop (sus canciones, se entiende) a una isla desierta.

A título anecdótico, también el tenista sueco Mats Wilander cambió la raqueta por la guitarra para subirse a los escenarios con el grupo Trey Clark Band. Por su parte, Yannick Noah, último francés en ganar Roland Garros, ha editado desde que se →

→ retiró en 1996 nueve discos de reggae, mientras que Jesé Rodríguez, actual jugador del Real Madrid y gran aficionado al reguetón, forma parte del grupo Big Flow, con el que ha llegado a cantar y grabar un videoclip.

VIDA MÁS SEDENTARIA

Fernando Escartín, que fue jefe de filas del equipo ciclista Kelme y tercero en el Tour de 1999, ha cumplido 47 años en la montaña de la vida. Aragonés de nacimiento, vive ahora en Alfafar (Valencia), donde sigue cogiendo la bicicleta de cuando en cuando “para dar –dice– una *volteta*” con el grupo de amigos que tiene en la localidad valenciana.

“Después de retirarme –rememora– me tomé un año sabático en el que no hice prácticamente nada y luego me incorporé al balneario de Panticosa, un complejo donde había un hotel para deportistas que se me encargó transformar en un centro de alto rendimiento”. “Después –prosigue– me llamaron de la Vuelta a España y colaboré como asesor deportivo. Mi trabajo consistía en llevar un coche donde viajaban los

patrocinadores y explicarles la situación de carrera y las diferentes tácticas”.

“Mientras estuve en activo, hacía en bici unos 35.000 kilómetros al año. El año que me retiré y empecé a llevar una vida más sedentaria recuerdo que me notaba el cuerpo como más pesado y que me costaba moverme, como si estuviese un poco enfermo. Pero hay que intentar retirarse, creo yo, en un momento dulce y no ir arrastrándose. Ahora mismo, llevo la representación en España de una marca de ropa italiana para deportistas que se llama Ale y sigo como director técnico de La Vuelta, ayudando con los recorridos”, concluye.

ENCONTRAR TU SITIO

Si se trata de juzgar por las apariencias, Martín Fiz, campeón de Europa de maratón en 1994 y del mundo en 1995, corre ahora más que nunca. Según reconoce, se pasa la vida sin parar, yendo a buen paso de un sitio a otro, en este caso a preparar el maratón que lleva su nombre.

“Lo más duro de retirarse es volver a encontrar tu sitio. Aunque parezca menti-



José Luis Llorente

Medalla de plata en el Europeo de 1983 y en los JJ.OO. de 1984. Abogado, sigue ligado al baloncesto, como López Iturrriaga, excompañero que aparece en primer plano en la imagen inferior.

EMILIA GUTIÉRREZ



ra, estamos acostumbrados a que los periodistas nos llamen por teléfono y a que los políticos nos den esa palmadita en la espalda, algo que cuando estás en la alta competición parece que te sienta mal, pero que luego, quieras que no, echas un poco de menos. Lo peor en un primer momento es no saber qué hacer. Te sientes como alguien a quien prejubilán, por lo que te entra una mezcla de depresión y ansiedad. Por eso, al principio, cogía todo lo que me llegaba para poder estar ocupado y no tener tiempo de preocuparme”, reconoce el atleta vitoriano.

Desde que se retiró en el 2001, no parecen haberle ido mal las cosas: en su día se encargó de la sección de atletismo del FC Barcelona, también escribió un libro sobre entrenamientos para maratón. En el 2012 presentó una candidatura, junto con Fermín Cacho, para presidir la Federación Española de Atletismo, a la que renunció meses después, tras surgirle propuestas profesionales incompatibles con este proyecto. A día de hoy, Martín Fiz es el director técnico de la revista *Runner's World* e impulsa Running Fiz, una empresa de servicios que asesora a deportistas.

SENTIDO COMÚN

Apodado “el pivot de las finanzas”, Ferrán Martínez es el mejor ejemplo de que hay vida después de la vida deportiva. Autor de varios libros interesantes, como *Zen 305* y *La alquimia de la prosperidad* (Urano), el exjugador del FC Barcelona, Joventut de Badalona y Panathinaikos (Grecia), ha asesorado desde su retirada a muchos deportistas con tal de evitar que entraran en un tiovivo de inversiones equivocadas. “La clave, más que ahorrar o no, es saber cómo vas a vivir tras la retirada”, indica el actual director de la unidad Sports & New Business de Andbank, el banco andorrano para el que trabaja.

El propio Ferran Martínez perdió el 40% de sus inversiones entre 1999 y el 2002 a raíz del estallido de la burbuja tecnológica pero, en lugar de enfadarse, se puso manos a la obra y realizó un máster en el Centro de Estudios Financieros para entender qué había pasado con su dinero. “Lo tengo clarísimo: cuando eres famoso y ganas mucho dinero, te salen amigos hasta de debajo las piedras. Para evitar ser engañado, la mejor defensa es tener sentido común y una buena formación. Nunca hay que entrar en ningún negocio que

“Lo peor en un primer momento es no saber qué hacer. Te entra una mezcla de depresión y ansiedad”, admite Martín Fiz



CARLOS GONZÁLEZ ARMISTO



CLIVE MASON

Natalia Via-Dufresne

Medalla de plata en Barcelona'92 y en Atenas 2004. Imparte conferencias y trabaja en empresas relacionadas con la náutica.

no se entienda”, avisa el exbaloncestista.

Ferran Martínez también impulsa Lánzame, una empresa que apoya a emprendedores españoles para que no tengan que emigrar al extranjero. “Al final, lo realmente chulo es ayudar a la gente”, reconoce. Asimismo, confiesa seguir entrenándose cada lunes con Nacho Solozábal, con el que juega partidos de veteranos cuya recaudación se destina a fines benéficos.

“¿Un consejo zen para terminar este artículo? –repite la pregunta a la vez que reflexiona– Vamos a ver, la filosofía zen es práctica e intuición. A través de la práctica se llega a la intuición. Si uno es disciplinado, fluye con lo que hace y tiene sentido común, al final las cosas salen automáticamente, sin pensarlas. Y si tú estás contento contigo mismo, todo te va bien con los demás”. ◉