José Luis Arroyo disfrutando de sus bien merecidas medallas.

José Luis Arroyo

Un gijonés corriendo sin límites por el mundo

DE SOMIÓ A CIMADEVILLA

JANEL CUESTA

La exitosa participación de la Selección Española de Fútbol en la Eurocopa, la final de Alcaraz en Wimbledon y los pronósticos de nuestros atletas ante los JJ. OO. de París es obvio que acaparan tanto o más la atención de cualquier acontecimiento por importante que sea a nivel mundial. Cierto que todo ello –lo deportivo me refiero– tiene su parte positiva, pero no lo es menos que tras del deporte y la 'fiebre' patriótica que conlleva hay mucho de espectáculo y, por supuesto, intereses económicos que nada tienen que ver con la esencia del 'sport' y espíritu del fundador del olimpismo.

Y es por ello que la figura de nuestro personaje de hoy adquiere una relevancia tal que merece ser conocida por quienes sienten el concepto de deporte en su más pura esencia. José Luis Arroyo González nació en Gijón, concretamente en el Hospital de Jove, el día 18 de mayo de 1968 cuando sus padres, el burgalés José Luis Arroyo Arroyo y la gijonesa Victoria González Sala residían en La Calzada. Su primera escuela fue la guardería de la Asociación Gijonesa de Caridad en la avenida de Schulz, esquina con calle Mieres, para luego cursar el Bachiller, BUP y COU en el colegio de la Inmaculada y licenciarse en la Facultad de Ingenieros Industriales, todo ello en Gijón.

No cabe duda de que la semilla del deporte dio su primer fruto para José Luis Arroyo jugando al fútbol en la Inmaculada, con el entrenador Isidro del Río, y a los 18 años fichó por el Sporting Atlético que entrenaba Luis Fernández 'Plo' y el director deportivo de Mareo era el añorado Miguel Montes. Pero siempre tuvo claro que lo primero eran los estudios, que sacó adelante con notable éxito, y al día siguiente ya estaba trabajando en Palencia, luego en Gijón en Apta, de ahí a Sistemas Especiales de Metalización, Hierros Cantón en Avilés, y ahora lleva unos cuantos años en la que para él es la más importante empresa, Oxiplant, del Grupo Norsider. Consciente de poder desarrollar y vivir de su profesión, alternó trabajo y deporte en el Grupo Covadonga, y próximo a cumplir los cuarenta años le dio por correr la Media Maratón de Gijón, luego los 42 kilómetros de la Maratón en San Sebastián, otras dos maratones más en Madrid, y descubrió que para él las largas distancias eran un conjunto de genética, sacrificio y suerte que le proporcionaban un disfrute personal y único que no encontraba en otras modalidades deportivas, a la vez que le daban un sentido de libertad sin límites para desarrollar sus condiciones físicas y mentales.

Nuestro personaje de hoy es consciente de que no podría combinar su trabajo con su pasión y dedicación al deporte sin la colaboración de su esposa Ana Isabel Mateos Álvarez, que le acompaña todos los días en gimnasia y nadando en Grupo. No contento con las cerca de tres horas corriendo en las maratones, se pasó al Triatlón Olímpico, donde la natación, bicicleta y carrera a pie alcanzan distancias inverosímiles. Después de participar en dos medios Ironman como entreno para dar el salto a lo máximo, que es un Gran Ironman que comprende 3.800 metros nadando, 180 kilómetros en bicicleta y los 42 kilómetros de la maratón corriendo a pie, todo ello en un tiempo próximo a las once horas de ininterrumpido esfuerzo, José Luis Arroyo ha entrado en un circuito de atletas privilegiados donde ya no importan las fronteras ni las nacionalidades participando en ocho Ironman por diferentes países.

Cabe preguntarse, ante atletas como José Luis Arroyo, ¿si son seres especiales?, ¿si tienen algo diferente de las demás personas?, ¿cómo se entrenan?, ¿cómo se alimentan?

Es obvio que esta clase de vida exige un régimen especial; como premisa entrenar todos los días, un total de 17 horas semanales, alimentación muy controlada, tomar colágeno y el necesario descanso con hielo todos los días del año. Y todo ello por puro placer, lo que nos lleva a la máxima del gran deportista y psicólogo que fue el añorado entrenador Fernando Rodríguez 'Panchano' quien afirmaba que: «Entrenamiento difícil, carrera fácil».

En los últimos años José Luis Arroyo ha participado en la Ultramar, competición de tres días en el que en la primera jornada se nadan diez kilómetros y se corren 142 kilómetros en bicicleta; en la segunda, 274 kilómetros en bicicleta, y en la tercera se corren 84 kilómetros a pie, con un máximo de tiempo de 12 horas diarias. Concretamente en 2022 repitió participando en una Ultraman, en 2023 en la Ultraman Nonstop, nadando, en bicicleta y corriendo durante 36 horas ininterrumpidas. Este año ha participado en las 24 horas de Ciudad Real recorriendo 183 kilómetros. En septiembre participará en su quinto Ultraman en Ribadesella, y para el próximo año en los 350 kilómetros de Murcia, para luego, previa selección, competir en el Sparthalon de Atenas, prueba de notable prestigio internacional, sobre 260 kilómetros, entre Spartha y Atenas.

Podemos afirmar que este gran atleta tiene vida y mentalidad de deportista de élite con vocación olímpica y popular, más allá de todo el conglomerado del deporte espectáculo y de su competencia profesional en la ingeniería, no cabe presagiar que al final de su carrera deportiva caiga en el pozo de los 'juguetes rotos', tan frecuente por desgracia, y sí en cambio sirva de ejemplo para los más jóvenes, tanto en deportividad como de la divulgación de lo que para él significa 'su Grupo Covadonga' y su Gijón del alma.

JESÚS MANUEL PARDO

Fin de fiesta con espuma y juegos infantiles en Caldones y Ceares

Caldones y Ceares dieron por finalizadas ayer sus fiestas. En esta última jornada, los vecinos de la parroquia rural celebraron una misa sacramental en la que participó el coro de La Camocha. La tarde se reservó para los niños que tuvieron juegos infantiles con merienda y, por la noche, hubo una cena en la carpa para despedir las fiestas hasta el año que viene. Ceares, por su parte, celebró el día del socio con el reparto del bollu, fiesta de la espuma y finalizó con la orquesta cuarta calle con degustación gratuita de sangría de sidra y vino.