

## ENTREVISTA A LAURA URRA

***“El karate me ha aportado sobre todo madurez y autocontrol”.***

***“Creo que no hay nada más bonito para un deportista que le digan que es un ejemplo a seguir”***

***“Soy Campeona de España porque he tenido gente a mi lado que me ha animado a continuar cuando menos me apetecía”***

***“Practico karate porque a mis padres les parecía importante que tuviese algún conocimiento de defensa personal”.***

***“De pequeña imaginaba participar en un Campeonato de España, ahora que lo he conseguido, habrá que pensar en grande y... soñar con el europeo...”***

### **¿Cómo se levanta una Campeona de España de Karate?**

A pesar de que estoy en el ranking de personas con más mala gaita al despertarse, una se levanta de buen humor, dando los buenos días con una sonrisa de oreja a oreja e intenta asimilar lo que le acaba de pasar hace escasos días.

### **¿Qué es lo primero que se te vino a la cabeza al verte en lo más alto del pódium?**

Pensé en todos los que me han acompañado y motivado a alcanzar mi sueño, ya que como muchos deportistas, he tenido altibajos, y ganas de mandarlo todo a la mierda.

### **¿Cómo fue el Campeonato?**

Muchas veces el deporte te regala momentos que no sabes explicar con palabras... ¿cómo fue? Pues no lo sé, increíble, por decir algo.

### **¿Cuál fue tu peor momento?**

Probablemente el tiempo de espera desde que me clasifiqué hasta que hice la final, que en mi caso fueron tres horas, ya que las finales se disputan a lo último. Se me pasaron mil cosas por la cabeza...

### **¿Y cuándo te diste cuenta de que podías ganar?**

A mí, personalmente, no me gusta pensar en la medalla sin haber competido, hasta que no gané el combate que me dio el pase a la final no me lo creí.

### **¿Qué te dijeron tus compañeros? ¿Y tú entrenador?**

Fue increíble cómo la gente se volcó con mi triunfo; amigos, compañeros de selección, entrenadores... y sobre todo mi familia.

Durante esta semana he recibido mensajes fantásticos de felicitaciones. Me quedo con la de un padre, que me dedicó unas palabras preciosas en facebook, donde decía que era un ejemplo a seguir para su hija. Creo que no hay nada más bonito que le puedan decir a un deportista.

### **¿Qué es lo que más te sorprendió del torneo?**

La derrota de una competidora (la gallega Isabel san Martín) a la que yo consideraba una de las rivales más fuertes.

### **¿Por qué es Laura Urra Campeona de España? ¿Cuáles son los puntos fuertes que te han hecho merecedora de este título?**

Laura es Campeona de España porque ha tenido gente a su lado que le ha animado a seguir con este deporte, cuando era lo que menos le apetecía. Además de haberle ayudado a recuperar la motivación. Principalmente, el ir tranquila, relajada y sin agobios, confiando en ella misma, y teniendo un grandísimo apoyo de familia y amigos.

### **¿Ha merecido la pena tanto sacrificio?**

Indudablemente sí. Después de una lesión (de rodilla) de casi siete meses, he tenido que recuperar la forma física en un tiempo muy reducido en comparación con las demás competidoras y, aunque ha supuesto un esfuerzo grandísimo, ha merecido la pena totalmente.

### **¿Cuántas horas entrenas a la semana?**

En época de campeonatos seis horas: tres y media en el gimnasio de Berriozar, y otras dos y media en el Centro de Tecnificación (Larrabide)

### **¿Lo compaginas bien con los estudios?**

La verdad que se me está haciendo un poco cuesta arriba este 2º de Bachiller. Es un curso duro, al que hay que dedicarle mucho tiempo, el cual muchas veces me falta.

### **¿Por qué elegiste el karate?**

No fui yo la que eligió este deporte. Mis padres me apuntaron de chiquitita, porque les parecía importante que tuviese algo de conocimiento de defensa personal.

### **¿En qué te ayuda el karate en tu día a día?**

El karate ha sido para mí siempre una forma de desahogo, de desconectar de la rutina. Me ha aportado sobre todo madurez y autocontrol.

### **¿Cuáles son las otras aficiones de Laura Urra?**

Soy una apasionada del deporte, de todo tipo. Me encanta la naturaleza, las escapadas al monte, sobre todo en verano. Me llama muchísimo la atención las diferentes culturas del mundo, viajar...

### ¿Hasta dónde te gustaría llegar en este deporte?

No sabría responder, me gusta ir poco a poco. Yo de pequeña soñaba con poder participar en un Campeonato de España, cuando llegó el momento, flipé con lo que me encontré y para rato pensaba que me iba poder subir al pódium nacional, ahora que lo he conseguido, habrá que pensar en grande y soñar con el europeo. Y quien sabe si algún día esperar algo mas, aunque eso ya son palabras mayores.

### ¿Cuáles son tus objetivos después de este Campeonato de España?

Ahora, y aun asimilando todo, supongo que habrá que pedirle un poco más al cuerpo y hacer un buen trabajo en la preselección para conseguir un puesto para el europeo.

## TEST

¿Tienes algún apodo? No

¿Dulce o salado? Depende del día, pero me decanto más por lo dulce.

¿Comida que menos te gusta? Espinacas

¿Comida que más te gusta? No sé si sabría elegir, pero, siendo fiel pamplonica, me quedo con los garrotitos de Beatriz.

¿Un postre? Arroz con leche

¿Cuál es tu animal favorito? Perro

¿Un color? azul

¿Cuál es tu serie de TV favorita? La que se avecina

¿Película que más te ha gustado? Un monstruo viene a verme

¿Grupos de música favoritos? Me gustan mucho más los grupos de cuando era más peque que los de ahora, como *Pignoise* o el *Canto del Loco*

¿Qué tienes de fondo de pantalla? Suelo tener fotos que me traen buenos recuerdos. Ahora, por ejemplo, tengo una de verano con las amigas.

¿Asignatura preferida? Inglés

¿Asignatura "odiada"? Matemáticas

¿Alguna manía a la hora de competir? No

¿Un lugar que te gustaría ver? Las cataratas de Iguazú

## **Ficha Personal**

**Nombre:** Laura Urra

**Lugar y fecha de nacimiento:** Pamplona, 19/08/1999

**Residencia:** Berriozar

**Estudios:** Escolapios, Calasanz

**Club:** Club Karate Berriozar

**Categoría:** Junior (menos de 53Kilos)

**Entrenador:** Antonio Bernal, Mikel Marcilla y Ramón Arraiza.

**Kata o Kumite:** Kumite

**Golpe o técnica preferida:** Gyaku tsuki

**Tu otro deporte:** De peque compaginaba el karate con el fútbol, hasta que tuve que decantarme por una. Hoy por hoy lo echo mucho de menos, y estoy segura de que en algún momento volveré.

**Define el karate en cuatro palabras:** Autocontrol, superación, constancia y actitud.