

La mujer de hierro

Elina Hernández Carballido

¿Qué tanto puede asombrarnos una mujer deportista? ¿que boxee, levante pesas, suba al Everest? Pareciera ser que hemos visto o escuchado todo, sin embargo, todos los días aprendemos algo y a pesar de que había escuchado hablar sobre triatlones (800 metros natación, 40 km en bicicleta y 10 km de carrera) y competencia de "Ironman" (hombre de hierro: 3.8 km natación, 180 km ciclismo y 42.195 km) no pude dejar de asombrarme al ver un programa de televisión hablando de triples triatlones y más que una mujer era la campeona (de hombres y mujeres) ¿Quién es esa mujer de hierro? Ella es una alemana. Su nombre: Astrid Benöhr.

EJERCICIOS EXTREMOS

Nadar 11.400 km, pedalear 540 km y correr 126 km son las distancias que comprenden el triple triatlón. Astrid lo practica desde 1985 y hoy en día tiene en su poder el récord al cronometrar 40 horas y 9 minutos. Para ella, estas competencias son un desafío, pero se debe cuidar de no maltratar al cuerpo. "No me considero adicta al deporte, un adicto obra contra su voluntad y yo no hago eso".

Antes de que terminara 1999, Astrid obtuvo dos victorias importantes en su vida: ganó e impuso récord femenino en

Francia, en el triple triatlón y en Alemania rompió el récord del quintuple triatlón varonil al terminar los 19 km de natación, 900 km en bicicleta y 211 km en carrera (con tan sólo dos descansos, de 10 minutos cada uno) en un tiempo de 74 horas, un minuto y 2 segundos.

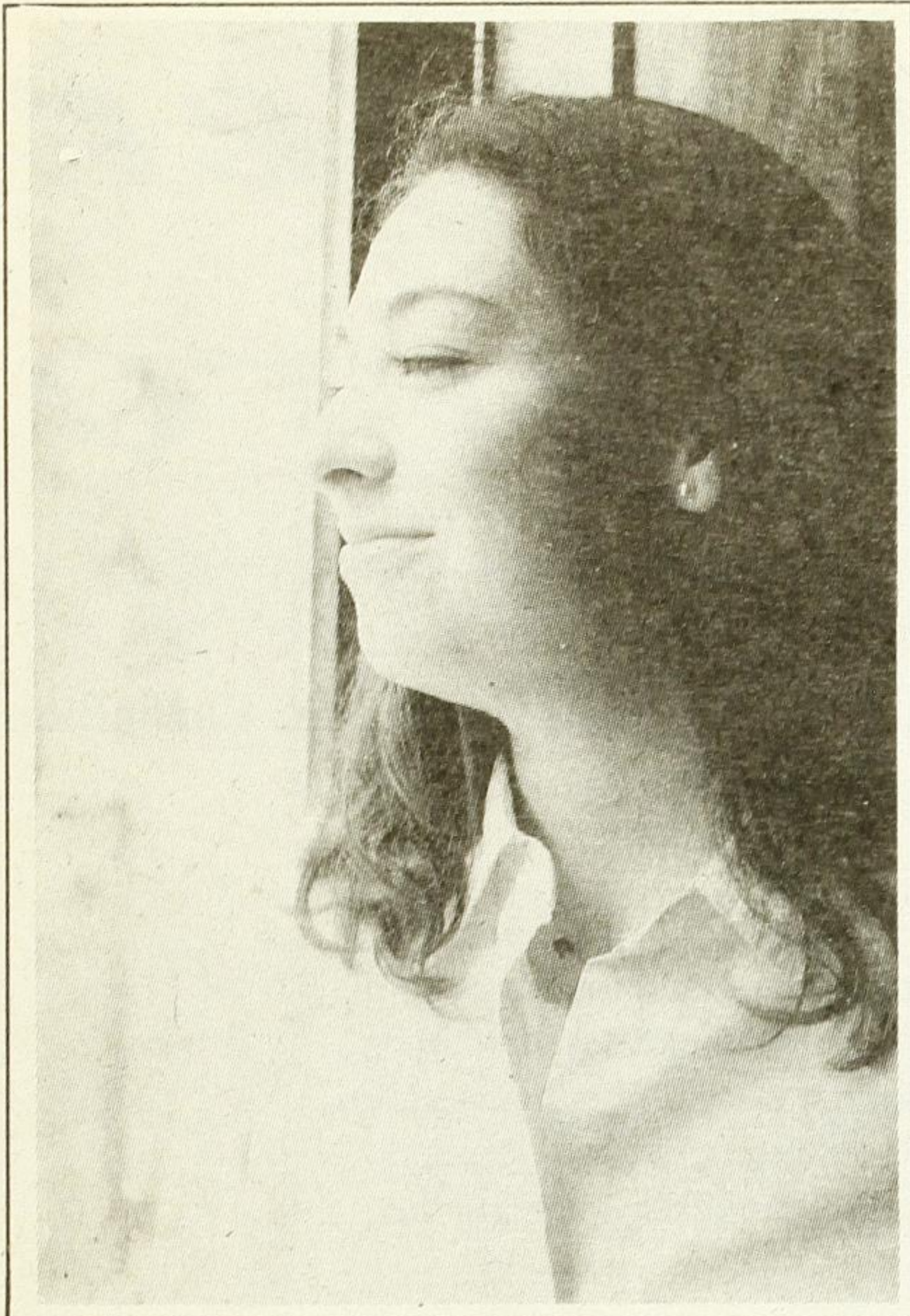
¿QUIÉN ES ESTA MUJER?

De origen alemán, Astrid es una atleta muy comprometida con el deporte. Casada con Irod Herman, Astrid se dedica tiempo completo al ejercicio. Durante 15 años de vida profesional ha cosechado éxitos que van desde ganar 11 veces el triple triatlón hasta una vez el cuádruple y quintuple triatlón, así como "muchísimas veces, el doble".

Al principio, dice Benöhr, ganar era lo más importante, ahora cada prueba es un desa-



Daniel Correa Rojo



fío, sobre todo el triple triatlón.

Un desafío no sólo al cansancio que produce hacer ejercicio durante 40 horas, sino también a la soledad de los caminos, a la monotonía que significa ver una raya blanca durante 540 km, al pedalear la bicicleta, al frío o la lluvia, al

hambre...

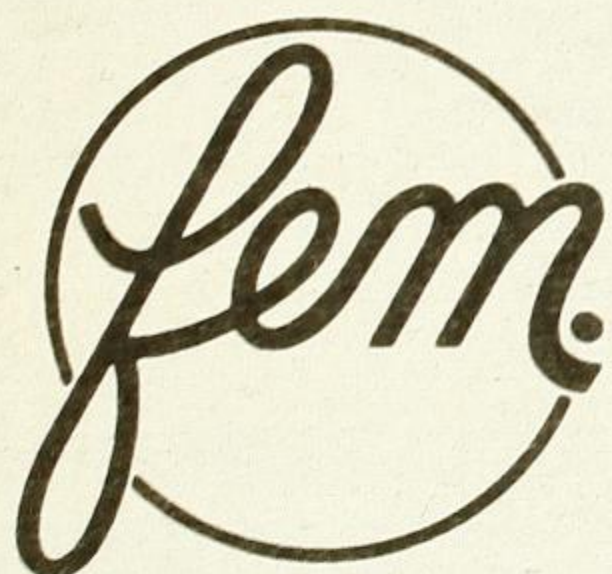
Astrid cuenta con un equipo de doctores

que revisan cuidadosamente su alimentación en las pruebas: pan integral, líquidos preparados especialmente para ella. Un solo error y puede provocarle vómitos y diarrea.

Sin embargo, ella cuenta con una persona especial quien la sigue durante toda la competencia, su esposo Irod Herman. Desde revisar su bicicleta, proporcionarle agua, ayudarle a subir a la bicicleta y correr con ella más de 60 km, Herman (médico de profesión) se ha convertido en un entrenador y metodólogo que revisa cuidadosamente los avances y los tiempos de Astrid en cada una de las pruebas.

“Ser aceptada por los hombres es uno de los hechos más difíciles”, comenta Irod, “muchos de ellos no aceptan que una mujer pueda vencerlos”. Y Astrid los vence e implanta récord femenino y varonil. No importa la lluvia o estar fracturada del cóxis, como ocurrió en 1998, o caerse de la bicicleta al chocar con una banqueta al quedarse dormida. Astrid se levanta y pareciera que toma fuerza de esas equivocaciones, de esos accidentes.

¿Hasta dónde puede llegar una mujer atleta? Conocer a Astrid Benöhr me hace responder sin duda alguna: hasta donde ella quiera. *fem*



Orden de Suscripción

Difusión Cultural Feminista, A.C.

Amsterdam # 223-2, Col. Hipódromo, C.P. 06100 México, D.F.

Tel.: 55•64•99•51 Fax: 55•64•60•50

e-mail: fem@laneta.apc.org

Nombre: _____

(Name)

Dirección: _____

(Address)

Colonia: _____

Ciudad: _____

(City)

Código Postal: _____

(Zip Code)

Teléfono: _____

(Telephone)

Adjunto Giro Postal No. _____ por la cantidad de \$ 150.00 por un año de

suscripción a la revista fem. : \$ 60 USD para suscripciones en el Continente Americano

\$ 72 USD Europa

\$ 84 USD Resto del mundo

Si no desea recortar la revista, fotocopie el cupón.