



Martin Fiz. Jaizki FONTANEDA | FOKU

infraganti MARTIN FIZ

Joan den apirilean Londreseko maratokia irabazi zuen, 55 urtetik gorako korrikalarien kategorian. Hartara, munduko sei maratoi garrantzitsuenak irabazi ditu korrikalari gasteiztarrak, duela hiru urte bere buruari egindako erronka gaindituta. Orain Fizek atsedenaldi bat hartuko du, baina udazkenean beste erronka bat iragarriko du.

Duela hiru urte asmo handiko helburu bat ezarri zion Martin Fizek bere buruari; hots, munduko sei maratoi ospetsuenak, “Six Majors”, irabaztea, betera-

noen kategorian. Urte horretan hasi zuen erronka, New Yorkeko kaleetan irabaziz; maratokia 2 ordu eta 34 minutuan egin zuen. 2016an lortu zuen garai-pena Tokion, Bostonen eta Berlinen; eta 2017an irabazi zuen Chicagoko lasterketa eta lehenengo saiakera egin zuen Lon-

dresen; Mohamed El Yamanik irabazi zuen, eta gasteiztarrak bigarren postua lortu zuen. Apiril honetan egin zuen bigarren saiakera eta aurtengo garaile atera da 55 urtetik gorako korrikalarien kategorian. 2 ordu eta 37 minutuan egin zuen 42 kilometroko ibilbidea.

«Erronka pozgarria izan da, lorpen handia. Lehenengo lasterketetan irabazi ondoren usate duzu errazagoa izango dela, baina ez. Urduritasuna eta antsietatea agertzen dira eta zailtasuna handitzen doa aurrera egiten duzun heinean», azpimarratu du korrikalari beteranoak, esperientzia ahaztezina izan dela aitortuz. Gogoratu duenez, New Yorkeko maratopian korrika egitera joan zenean ezarri zion erronka bere buruari. Bere nahia turismoa eta kirola batzea zen, baina “Masters 50” kategorian irabazi ondoren, harago joatea otu zitzaion: «Nire buruan lanpara magiko bat piztu zen eta erronka jarri nion neure buruari: ‘Six Majors’ irabazten saiatuko naiz».

Hortik aurrera gogor lan egin du Fizek. Prestakuntza gogorra izan dela aitortu du. «14 urte nituen atletismoan hasi nintzenean. Elitean egon naiz urte askoan eta nire hankak ez dira lehengo berak», nabarmendu du, denborak eragiten duen nekea aipatuz. Izan ere, 300.000 kilometro egin dituzte Fizen hankak. Hori kontuan hartuta, entrenamendu berezi bat prestatu zuen, «talentua eta atsedenaldiak batzen». «Banekien elitean nengoenean bezala ez nintzela egongo, eta burua hotz izan dut nire gorputza muturrera ez eramateko. Nire helburua maratoietara fisikoki eta buruz ondo iristea zen», gaineratu du. Elitean zegoenean bi saioko entrenamenduak egi-

ten zituen egunero, eta orain, saio bakarreko entrenamenduak egin ditu irabazi dituen maratoiak prestatzeko.

«Gaur egun ezin dut saio bat goizean eta beste bat arratsaldean egin, lehen egiten nuen bezala. Orain saio bat egiten dut, eta nire adinera –55 urte– egokituta», azaldu du. Saio bakoitza 20 kilometrokoa dela zehaztu du; alegia, egunero maratoi erdia egitea. «Dena den, ez dut entrenamendu gogorra egunero egin. Egunduetan entrenamendu biziak izan dira, eta besteetan egin ditudan entrenamenduek indarrak berreskuratzea zuten helburu. Baina entrenamenduetan beti saiatzen naiz maratoietan izaten dudana erritmoari eusten», dio bere adineko pertsona batentzat kilometro asko izan direla onartuz. Halako maratoietan 40.000 korrikalarik baino gehiagok parte hartzen dute, eta beteranoen kategorietan, 4.500 lagun inguruk.

Entrenamendu horri esker irabazi ditu, hain zuzen, Fizek munduko sei maratoi ospetsuenak. Bere esanetan, azkenengo lasterketa, Londreseko maratokia, izan da zailena. «Asko sufritu nuen hor. Seigarren kilometroan lurrera erori nintzen eta mina nabaritzen nuen aldakan. Erdi lesionatuta, korrika jarraitu nuen, eta ez nuen argi amaitzeko gai izango ote nintzen ala ez. Oso gaizki pasatu nuen, oso urduri nengoen», azaldu du Gasteizko udaletxean omenaldia jaso duen korrikalariak. Erdietsitako erronka oso zaila zen eta orain atsedenaldi bat hartu nahi du. «Lortu dudana gozatu nahi dut, eta udazkenean edo neguan erronka berri bat jarriko diot neure buruari. Oraingoz ezin dut ezer esan, jakiten dudanean partekatuko



Fiz bere izena duen maratoian. Raul BOGAJO | FOKU

dut zale eta komunikabideekin», adierazi du.

IRAGANA ETA ETORKIZUNA

Guztiak ere adi egongo dira, iraganean egon diren bezala. Fiz 1994. urtean Europako txapeldun izan zen Helsinkin, eta handik urtebetera urrezko domina eskuratu zuen Goteborg-eko Mundu Txapelketan. 1996an laugarren postua lortu zuen Atlantako Olinpiar Jokoe-tan, eta 1997an txapeldunorde geratu zen Atenaseko Mundu Txapelketan. Sydneyko Olinpiar Jokoetan seigarren postuan amaitu zuen maratoia. 2001ean erretiratu zen goi mailako lehiaketetatik, garaipen andana eta 2 ordu 8 minutu eta 5 segundoko marka utzita.

Fizek eliteko kirola utzi zuen, baina bere bizitza kirolari lotuta mantendu du ordutik ere.

Gaur egun atleten entrenatzaileria da, baita "Runner's World" aldizkariko zuzendari teknikoa ere. Horretaz gain, RunningFiz denda ere badauka Gasteizen, eta bere izena duen maratoi bat egiten da urtero Arabako hiriburuan. «Pribilegiatu bat naiz, nire ibilbidea kirolari lotuta egon delako eta 55 urte izan arren oraindik ere atletismotik bizi naizelako. Hori harro sentitzeko arrazoia da. Gauzak ondo egin ditudala esan nahi du», adierazi du korrikalariak, bere auzokideen babesa eskertzearekin batera. «Pozik bizi izan di-

«Gaur egun ezin dut saio bat goizean eta beste bat arratsaldean egin, lehen egiten nuen bezala. Orain saio bat egiten dut, eta nire adinera -55 urte- egokituta», azaldu du

14 urterekin hasi zen Fiz txapelketetan parte hartzen. Ordutik 300.000 kilometro egin ditu korrika, eta entrenamendu bereziak burutu ditu «Six Majors» erronka prestatzeko

tut egin dizkidaten omenaldiak».

Berari esker ezagutu zuten gasteiztar eta euskal herritar askok atletismoa, eta egun ko-

rrika egiteko ohitura zabaldua dago gurean. Fiz korrika egiten hasi zenean ez zen horrenbeste korrikalari ikusten. Gaur egun, ordea, hamarka lagun biltzen dira Gasteiz-

ko parkeetan korrika egiteko. Prado parkean eta Salburuako parkean egunero ikusten dira korrikalari taldeak. «Nire ustez, kirol honek etorkizuna du. Egia da moda bat dagoela, eta mo-

dak askotan amaitu egiten direla, baina kasu honetan korrika egitea bizi eredu bat bilakatu da pertsona ugarirentzat. Bartzuk alaiagoak dira korrika egiten dutenean; beren autoestimua gora egiten du kirolari esker».

Etorkizunari begira, Fizek kirola arautuko dela dio, eta, bere ustez, ez da hainbeste maratoi egongo. Dena den, argi dago jendeak korrika egiten jarraituko duela eta Fizek ere lanean tinko jarraitu duela. Erronka berri baten bila. Zaleek, baina, itxaron egin beharko dute korrikalari beterano honek etorkizunean zer egingo duen jakiteko. Fizek pista bakarra utzi du: «Beste erronka bati heltzekotan, aerobikoa izango litzateke». •

Ion Salgado