

# ¡En lo más alto! Borregos Qro campeonas nacionales en atletismo



El equipo de atletismo del [Tec campus Querétaro](#) logró el campeonato nacional categoría femenil C en la pasada **competencia Nacional Atletismo 2023 de la Comisión Nacional Deportiva Estudiantil de Instituciones Privadas (CONADEIP)** celebradas el 10, 11 y 12 de marzo en el Tec campus Monterrey.

La agrupación obtuvo un total de **7 medallas**: 1 de oro, 4 de plata y 2 de bronce, que contó con la participación de casi **500 atletas** de diversas partes de **México**.

El equipo está integrado por:

- **María José Lira Ramírez** (PBB), oro en 100 metros, plata en 200 metros y en 4x400 metros.
- **Kimberly Gabriela Girón Reyes** (LAF), plata en 5000 metros marcha y bronce 1500 metros.
- **Valeria Robledo Zárate** (PBB), plata en relevo 4x400 metros, bronce en salto con garrocha y 100 metros con vallas.
- **Montserrat García Rabadán** (IBQ), plata en relevo 4x400 metros y bronce en salto triple.
- **Regina Barjau Martínez** (PTM), plata en relevo 4x400 metros.
- **Citlali Ariadna Hernández Alcalá** (PBB), bronce en lanzamiento de jabalina.
- **Regina Adriana Pineda Bravo** (CIS), bronce en lanzamiento de bala.
- **Arlet Velázquez Piña** (PBB), velocista
- **Paula García Veyna** (PBI), lanzadora
- **Samantha Reyes Rodríguez** (AMC), lanzadora
- **Sofía Berrospe Santoyo** (PBB), velocista



/> width="900" loading="lazy">

## Un entrenamiento a base de disciplina

**Juan José Jiménez** y **Uriel Fabián** son los entrenadores del equipo de **atletismo juvenil y primera fuerza** dentro del [campus Querétaro](#).

De acuerdo al profesor Uriel, el logro obtenido por las atletas es el resultado de una preparación constante con el apoyo de los entrenadores hacia ellas y de ellas hacia el entrenamiento.

*“Desde un inicio se hace una **sinergia atleta-entrenador**, de tal manera que impacta en la vida de los estudiantes. En esa sinergia se van construyendo objetivos y resultados”,* compartió el coach Uriel.

**María José Lira**, quien obtuvo una **medalla de oro en los 100 metros planos**, coincide que la **perseverancia**, una **buena alimentación**, no faltar al entrenamiento y el **compromiso consigo misma** fueron aspectos primordiales para los resultados obtenidos.

*“Logré **crecer personalmente** y aprendí a **dominar mi mente**”,* comentó la atleta y estudiante del programa de Bachillerato Bicultural de la **PrepaTec Querétaro**.



/> width="900" loading="lazy">

### **El desafío de subir el nivel en atletismo**

De acuerdo a los entrenadores, el mayor reto dentro de esta disciplina es el nivel deportivo que hay, por lo que el equipo juvenil debe lograr alcanzar su mayor potencial.

*“Tenemos que redoblar esfuerzos para que nuestro equipo de la categoría juvenil pueda mantener este nivel e incluso una **mejora deportiva** cuando suban a primera fuerza”,* indicó el entrenador Juan José.

El coach asegura que seguirán **trabajando en sintonía** con el equipo para buscar óptimos resultados y dar ese salto a la categoría de primera fuerza y volver a **conseguir los primeros lugares**.



/> width="900" loading="lazy">

## Los planes a futuro

Actualmente el equipo de atletismo está enfocado para competir en la próxima **7a. Copa Tepic en Nayarit** y en la **Macro Regional de la CONADE 2023**, ambas a llevarse a cabo en el mes de abril.

*“Aunque todas participamos en distintas pruebas, todas tenemos el **mismo objetivo**, que es mejorar nuestras marcas y bajar nuestros tiempos”,* comentó **Regina Pineda**, medallista de **bronce en lanzamiento de bala**.

Asimismo, la atleta declaró que le gustaría continuar su entrenamiento intentando otro tipo de pruebas, cómo 100 metros planos y participar en carrera de vallas.

Las campeonas coinciden que les gustaría seguir mejorando como equipo y **unificarse**, aspirando a retener el próximo Campeonato [CONADEIP](#).

***“Este deporte me dará determinación a la larga y me dejará esa hambre para seguir mejorando día a día”***.- Regina Pineda.



/> width="900" loading="lazy">

Además, académicamente las atletas no solo buscan ganar competencias de atletismo, sino también abrirse puertas a universidades en el extranjero gracias a este deporte.

Regina Barjau, plata en la carrera de relevos comentó que quiere conseguir la **beca deportiva** del **Tecnológico de Monterrey**; mientras que **Citlali Hernández**, bronce en lanzamiento de **jabalina**, tiene como meta obtener una **beca para estudiar en Estados Unidos**.

*“Este deporte me dará determinación a la larga y me dejará esa hambre para seguir mejorando día a día”,* finalizó Regina Pineda.

**SIGUE LEYENDO**