

Paola Morán gana plata y pone en alto a México en Juegos Panamericanos



Foto de portada | Cortesía Paola Morán

De manos de la **medallista olímpica Ana Guevara**, recibió la medalla de plata, **Paola Morán**, por competir en los 400 metros, con un tiempo de 51.02 en los **Juegos Panamericanos Lima 2019**.

Con un cierre de carrera de milésimas, la **estudiante de Nutrición y Bienestar Integral del Tec campus Guadalajara** estuvo a unos pasos de alcanzar a Shericka Jackson de Jamaica, quien ganó el oro.

"Estoy muy emocionada, es un orgullo representar a mi país, poder alcanzar podium y muy motivada para lo que viene. Este es un paso más en todos los objetivos que quiero lograr", afirmó a **CONECTA**.

"Gracias al Tec por todo el apoyo que me ha brindado durante mi carrera, a mis directoras de Daniela y Brenda, que siempre están al pendiente y tratan de encontrar la manera de apoyarme", agregó,

"Estoy muy emocionada, un orgullo representar a mi país, poder alcanzar podium y muy motivada para lo que viene."

Mórán recibió la medalla de Ana Guevara, a quien admira desde niña.

Paola Moran Juegos Panamericanos 2019 width="1198" loading="lazy">

Morán **compartió a CONECTA** que este logro se lo dedica a su familia y a sus entrenadores.

Entre sus entrenadores mencionó a **Luis Montes León, del CODE**, quien entrena con ella desde hace 10 años.

También, habló de **Ramón Márquez, preparador** de atletismo y a **Roumen Alexandrov Istaykov, coach de atletismo del Tec campus Guadalajara.**

Istaykov comentó que conoce a Morán desde hace 12 años y habló **de su logro.**

*"El simple hecho de lograr la **calificación para los panamericanos es un logro muy grande; conseguir una medalla es extraordinario...***

*"**Su desempeño ha sido muy bien estructurado, con enfoque para las competencias internacionales.***

Paola Morán en la final de los Juegos Panamericanos width="950" loading="lazy">

EL SECRETO PARA LOGRAR SUS METAS

Morán expresó que la base para lograr sus metas **es tener equilibrio en su vida tanto como estudiante como atleta de alto rendimiento.**

*"Creo que **hay tiempo para todo mientras no pierdas el tiempo en cosas que no son necesarias, a veces tengo que dejar de hacer actividades para poder hacer lo demás.***

*"**Mis recomendaciones para los estudiantes son que sí pueden combinar sus estudios y los entrenamientos de alto rendimiento.***

Lo anterior, *"siempre y cuando **uno esté motivado, el apoyo de la familia, del entrenador y de la institución universitaria.***

*"**Sí pueden combinar sus estudios y los entrenamientos de alto rendimiento.***

Paola Morán, medallista de Juegos Panamericanos width="1037" loading="lazy">

En cuanto a su cuidado personal, expresó:

“Mi carrera de Nutrición se relaciona mucho con el deporte que practico; por lo mismo, sé cómo cuidarme,. Tengo una nutrióloga, pero a veces le combino algunos alimentos que sé”.

Apasionada, disciplinada y soñadora, así se describe Paola Morán, su sueño está en puerta: Juegos Olímpicos Tokio 2020.

"Hay tiempo para todo mientras no pierdas el tiempo en cosas que no son necesarias".

SEGURO QUERRÁS LEER TAMBIÉN: