

Joven sinaloense llega al top 5 en ranking nacional de taekwondo 2019



Estefany Ureta, estudiante de **PrepaTec Sinaloa** y taekwondoísta, logró entrar al **top 5 en ranking nacional** de taekwondo en la categoría menor de 46 kg femenino en 2019, gracias a su desenvolvimiento en esta disciplina a lo largo del año.

El ranking nacional de taekwondo es el listado donde entran los **deportistas destacados** en este deporte de todo el país, dependiendo de su desempeño a través del año.

La deportista ha entrenado para **competencias de taekwondo** a nivel nacional e internacional, representando a **Sinaloa** y al **Tec de Monterrey**.

Además de su lugar en el ranking nacional, a través de los años ha sido reconocida en distintas competencias:

- Primer lugar en el nacional G3 Acapulco, septiembre 2018.
- Tercer lugar en el Nacional G4 María del Rosario Espinoza, en CDMX, octubre 2019

- Tercer lugar en el selectivo nacional para los juegos panamericanos juveniles, noviembre 2018.
- Quinto lugar en la Olimpiada Nacional en Quintana Roo, mayo 2019
- Cuarto lugar panamericano Mexico Open, septiembre 2017.

De igual manera, destacó en el **Intercampus región Occidente 2019**, representando a campus Sinaloa en la mayor competencia deportiva del Tec de Monterrey a nivel región entre los mismos campus, donde recibió los siguientes reconocimientos:

De manera individual:

- Primer lugar de combate femenino menor de 46 kg.
- Primer lugar de formas femenino.

De manera grupal:

- Subcampeón representando a Sinaloa con un equipo de 4 personas.

Para poder comprar su equipo de taekwondo para las competencias, Estefany se ha dedicado a **vender pan de elote casero**, y afirma que le ha sido de mucha ayuda para cubrir sus gastos y seguir compitiendo.

Debido a su trayectoria en taekwondo, recibió el reconocimiento como **“Lo mejor de deportes 2019” del Tec de Monterrey campus Sinaloa**, que se otorga a los alumnos más destacados durante un año en sus ramas deportivas.



width="3000" loading="lazy">

La deportista se atribuye estos logros gracias al gran esfuerzo que ella hace a diario para **mejorar constantemente**, afirmando que sólo descansa durante el domingo.

Antes de entrenar taekwondo, Estefany practicaba **gimnasia artística** pero cuando su profesora se mudó de la ciudad, su maestro actual de taekwondo, **Alberto Vázquez**, la convenció de entrenar con él cuando tenía 12 años.

“Eran muy diferentes ambos deportes, con gimnasia habían leotardos, brillitos, y danza, y acá era un pantalón blanco y mucha disciplina”, resaltó la estudiante.

*“Siento que lo que me convenció fue la **pasión, la fuerza, la competitividad que representa el taekwondo**”* añadió Estefany.

De acuerdo a Estefany, normalmente **un cinta negra se forma de 4 a 5 años**, pero como ella había entrado con una edad avanzada su entrenamiento fue intensivo.

Además el profesor Alberto añadió que su alumna logró ser **cinta negra en tan solo dos años**, debido a que a su corta edad ya tenía **grandes aptitudes y compromiso**.

*“Estefany se caracteriza por su **perseverancia, su carácter y valentía**, además de sus cualidades físicas, y que siempre busca superarse, tanto deportivo, como académico y personal”,* comentó el profesor.

Para entrar a cualquier **competencia nacional e internacional de taekwondo** se necesita ser **cinta negra**, por lo cual, un mes después de que Estefany consiguiera serlo, empezó su primer selectivo a nivel municipal.

“Así fui **avanzando año con año**, participando en el municipal, pasaba al estatal, regional y al nacional”, mencionó la deportista sobre su progreso.

Previo a una de sus competencias nacionales, la deportista **sufrió una lesión** que requería una operación y **reposo de un año**.

Sin embargo, **logró recuperarse** a tiempo gracias a su rehabilitación, lo que le permitió participar en aquel nacional, obteniendo el **tercer lugar de la competencia**.



width="3000" loading="lazy">

De igual manera, menciona que otro **obstáculo** que se le ha presentado además de sus lesiones, ha sido **su baja estatura**.

“A una persona alta en el taekwondo se le facilita mucho el realizar golpes certeros, en cambio, alguien no tan alto debe ser **más ágil y estratégico**”, confirma Estefany.

En cuanto a sus metas a futuro, ella busca llegar a ser campeona nacional en una olimpiada y **demonstrarle al mundo del taekwondo que la estatura no importa**.

“Se complica mucho el querer vivir solamente del taekwondo. Decidí que nunca dejaría de estudiar mientras siguiera compitiendo, siempre con un **balance entre la vida académica y el entrenamiento**”, complementa Estefany.

Según la experiencia de la estudiante, **practicar un deporte** es muy importante en la vida, siendo su caso en el que le ayuda con cualquier problema.

*“Todos tenemos problemas, pero al cruzar el **Dojang (lugar donde se entrena)**, dejo los míos atrás, dando mi máximo, despejando la mente”*

De igual manera, externó que este deporte alimenta el **compañerismo y la competitividad** entre los deportistas.

*“Es muy significativo estar dentro del **tatami (campo de pelea)** y escuchar tu nombre y que tus compañeros estén gritándolo, al igual que estar en las gradas gritando el de tu compañero para que siga”, compartió*

Finalmente, Estefany recomendó a los estudiantes deportistas que nunca se rindan a pesar de tener complicaciones y que solo busquen **encontrar el tiempo para balancear ambas cosas**.