

**Ana Belén Argudo Marugán**  
**1ª en el campeonato de España absoluto**  
**Overall y 2 8b's.**  
**TodoVertical-V+ 2018**

Soy Ana Belén Argudo, tengo 16 años y llevo escalando desde los 5 años. Estoy en el centro de tecnificación de Madrid y en la selección española de escalada, compito a nivel regional, nacional e internacional. En deportiva he llegado a hacer 8b y en boulder 7c+/8a.



*Foto: Germán González*

## COMPETICIONES:

### Juveniles:

- 1ª posición en el campeonato de Madrid de dificultad sub-18.
- 2ª posición en el campeonato de España de dificultad sub-18.
- 2ª posición en la copa de España de dificultad sub-18.
- 2ª posición en el campeonato de España de bloque sub-18.
- Semis en el campeonato de Europa de dificultad sub-18.
- 37ª posición en el campeonato del mundo de dificultad sub-18.
- 32ª posición en el campeonato del mundo de bloque sub-18.

### Absolutas:

- 1ª posición en el campeonato de España de velocidad.
- 2ª posición en el campeonato de España de bloque.
- 6ª posición en el campeonato de España de dificultad.
- 1ª en el campeonato de España Overall.



## 1ª EN EL CAMPEONATO DE ESPAÑA OVERALL

Fueron 3 días muy duros de competición en los que se desarrollaron los campeonatos de España de dificultad y velocidad, concretamente los días 12, 13 y 14 de Octubre en Rocópolis (Pamplona).

El primer día fue la clasificación de dificultad. Fue bastante duro porque los dos días anteriores estuve malita y me encontraba un poco débil. Hice top en las dos vías y pasé a semifinales en 1ª posición empatada con tres competidoras más.

El segundo día por la mañana fue la semifinal de dificultad, donde ya me encontré mucho mejor y escalé fluida y segura de mi misma. También hice top y pasé a finales en 1ª posición empatada con 2 competidoras más. Por la tarde fue el turno de la competición de velocidad, yo personalmente no había entrenado demasiado esta modalidad comparando con otras modalidades, por lo que no tenía ningún tipo de objetivo en esta competición. La clasificación fue muy bien y además hice el récord actual con 12.01s. En la última ronda me tocó con Rut Monsech, yo empecé un poco mejor que ella pero en la mitad resbalé y me alcanzó, y justo cuando fue a dar al botón también resbaló y se cayó, con lo que yo gané. Fue una carrera muy muy emocionante y en la que para nada me esperaba ganar. Fue un momento que siempre recordaré.

El tercer y último día ya estaba casi sin fuerzas ya que la competición de velocidad fue muy intensa, aparte de la clasi y la semi de dificultad. Sólo quedaba la final de dificultad, calentando las sensaciones fueron regulares pero seguía motivada y con ganas de salir a la vía. Cuando salí fui bastante bien la mayor parte de la vía hasta que llegó un paso en el que había que meter un talón que no vi, perdí los pies y ya no pude recuperarlos. Al final quedé en 6ª posición.

Con esto se hizo la media de los campeonatos de velocidad, dificultad y bloque (que se celebró en la foixarda, Barcelona, unos meses antes donde quedé 2ª) y finalmente quedé 1ª en el campeonato de España Overall.



## LAS VALKIRIAS Y LA REINA DE LA NOCHE 8b's

Estas vías se encuentran en el Barranco del Fin del Mundo (Almonacid de Zorita, Guadalajara) en el sector la ermita y fueron equipadas por Toñin. Tienen más o menos unos 25m por lo que son vías de bastante resistencia. De ambas hice la primera ascensión femenina.

### Las Valkirias

Es una ruta bastante física al inicio, con pasos largos, de canto bueno en desplome casi techo. Al final del techito para salir a la placa, tiene un bloquecito tenso el cual me costó averiguar cómo hacerlo. Finalmente tiene una placa no muy dura pero si tensa y de saber como va porque puedes caer. Cuando la empecé a probar me salió todo excepto el pasito del bloque. Le di un total de 5-6 pegues en 2 días. El primer día le di un pegue para verla y otro a muerte que me caí en un paso largo antes del bloque. El segundo día le di uno para calentar y recordarla ya que hacía bastante que no le daba, al segundo me caí en el bloque y al tercero la encadené. Fue un encadene muy emocionante porque era la segunda vía que encadenaba de ese grado y además estaban muchos amigos animándome (asegurador: Jorge Díaz-Rullo). La encadené el 20/01/2018.

### LA REINA DE LA NOCHE

Esta vía es la vía más dura que he encadenado hasta el momento. Es muy tensa y de mucha fuerza de dedos. Empieza con pasos bastantes duros y con bloqueos largos a cantos medianos. Cuando pasas esa primera parte tensa te viene el bloque de la vía, que son tres bloqueos largos a bidedos cortos hasta llegar a un cazo en el que puedes reposar bien. Después tienes unos pasos que se hacen más o menos bien y te viene el segundo bloque, el cual yo lo hago totalmente diferente, ya que con el método original no llegaba, así que vi que en recto por unas regletas pequeñas salía, por lo que lo hice con en ese método. Finalmente hay un pasito muy largo y aleatorio que a mí personalmente me costó mucho. La hice en unos 7-8 pegues. Cuando la probaba me caía en el primer bloque o en un pasito de transición antes de llegar al segundo bloque. Cuando lo pasé, la hice. Me aseguraba Carlos el día 31/03/2018.



*Foto: Darío Rodríguez (encadenando las valkirias)*

<https://youtu.be/5mUVbtIWfxQ> (entrevista de desnivel tras encadenar las valkirias)

## OTROS ENCADENES

Este año he conseguido hacer más de 15 octavos entre 8a y 8b, entre los que destaco uno de los 8a's a flash (siendo mi primero). Esta temporada he conseguido la mayor parte de mis objetivos tanto en roca como en competición. Ha sido un año en el que he aprendido mucho, viajando, conociendo sitios nuevos y sobretodo, lo más importante que he aprendido, ha sido controlar la cabeza en las competiciones, cosa que no es fácil y que hasta ahora siempre me ha dado mucho problemas.

Por su puesto agradecer todo el apoyo por parte de la fmm, del club TodoVertical, scarpa, mushroompads y toda la gente que hace posible que yo haga lo que más me gusta.

## DATOS PERSONALES

Nombre: Ana Belén Argudo Marugán

Edad: 16años

DNI: 47316905-V

Teléfono: 637784214/617179676

Correo: anabelenargudo1@hotmail.com