

Becas Todovertical 2023. Mejor actividad Junior



Presentación y curriculum deportivo.

Soy Lydia Castelló Blasco, me considero una **deportista multidisciplinar**, desde siempre he realizado la modalidad de triatlón, entrenando las tres disciplinas desde bien pequeña junto con mi padre y mis hermanos. Recuerdo de pequeña montar en bici de montaña junto con mis hermanos, me costó aprender a montar fui la última de mis hermanas, era la más torpe de las tres jaja. también recuerdo ir a las carreras populares de los pueblos de la sierra junto con mi familia, así empecé a iniciarme en el Running, me encantaban las carreras del ADS que se realizaban entre los colegios. De siempre hemos entrenado juntos y lo seguimos haciendo a día de hoy.





En diciembre del 2015 ascendí por primera vez corriendo Abantos junto a mi padre.

He llegado a practicar incluso **pentatlón moderno**, donde conseguí campeonatos de Europa en las modalidades de Triatlé y Biatlé. El Triatlé es una disciplina que consiste en correr, nadar y disparar con una pistola laser, aunque no soy buena disparando si lo soy en las otras dos disciplinas, obteniendo buenos resultados en estas disciplinas. Actualmente no lo practico

La **natación** la he practicado desde los 4 años, empezando en un club de natación y dedicando muchas horas de entreno los primeros años, he sido subcampeona de España con la Comunidad autónoma de Madrid hace unos años, además de disputar numerosos campeonatos de España destacando en las modalidades de espalda. Actualmente entreno la natación de cara solo al triatlón dedicando muchas menos horas que en mis inicios como nadadora, participo en competiciones de natación para ayudar a mi club el C.N San Blas, pero sigo obteniendo mínimas en 50, 100 y 200 m Espalda.

Como ciclista no compito, ni pertenezco a ningún club, este año realicé la subida a la silla de Felipe II que organizaba el CC Escorialense y quedé primera. Esta disciplina la entreno solo de cara al triatlón.

En **triatlón** soy actualmente **campeona de España en categoría juvenil en la modalidad de Acuatlón**, en la que se nada y se corre, además de campeonas de España junto con mis hermanas por equipos. Junto a ellas hemos conseguido **el tercer puesto en contrarreloj por equipos en Triatlón en la liga Talentos** y hemos sido **primeras en el ranking femenino absoluto en Triatlón en la Comunidad de Madrid** con nuestro club de triatlón el Carabanchel.

En **atletismo** la disciplina que más me gusta es el Cross, donde me he proclamado campeona de España y subcampeona con mi club Las Ardillas de El Escorial en dos años consecutivos. He conseguido numerosos pódiums en la comunidad de Madrid a nivel individual y relevos. Esta disciplina me ha llevado a las carreras de montaña, ya que la FMM me eligieron junto a compañeras de mi club de atletismo para formar parte de la selección madrileña de carreras de montaña en edad escolar.

Se podría decir que me he iniciado este año en las carreras de montaña, aunque he entrenado en numerosas ocasiones junto con mi familia en la zona de hoyos de manzanares, abantos, La Jarosa. Actualmente he realizado alguna sesión de entrenamiento con el grupo de la FMM Creo que, por mis condiciones físicas, encajo bien en los Km verticales y carreras de montaña con un perfil técnico más bajo que encaja más con mis cualidades de corredora de Cross y ruta.

Méritos deportivos en carreras de montaña

Disputé el campeonato de España en edad Escolar en Sierro (Almería), prueba que se disputó el 27 y 28 de mayo, quedé 5º en el KV y 8º en el recorrido en línea, nos proclamamos 2º de España con la Comunidad autónoma de Madrid, todo en categoría cadete. Además, quedé 1º de su categoría cadete el 3 de septiembre en San Lorenzo de El Escorial (Madrid) en el campeonato de Madrid de KV de Abantos.

Fotos del desarrollo de las actividades



Aporto fotos del grupo que formamos parte de esta experiencia, además del pódium y de la ceremonia de clausura de la competición, también hay unas cuantas fotos ascendiendo en las pruebas en línea.





Fotos del Kilometro Vertical de Abantos del pódium, salida por las calles de San Lorenzo y en la zona de llegada



Enlace web Km vertical Abantos: <https://carreraverticlabantos.montanapegaso.es/>