



## Paul de la Cuesta

### "M'agrada l'adrenalina de la velocitat"

Vam estar amb Paul de la Cuesta a la sortida de la classe de filosofia i mentre recuperava forces a l'hora de dinar, i vàrem tenir una conversa molt interessant amb un jove esquiador que, a diferència d'altres, sap el que vol i farà tot el que estigui a les seves mans, als seus peus i cames, per mirar d'aconseguir-ho. És bo, constant i treballador i, segons ens diuen els seus entrenadors, sap escoltar, una de les millors qualitats que ha de tenir qualsevol esportista per anar progressant.

"La gent de Megasport sempre m'ha cuidat molt bé"

#### Quan vas començar a esquiar?

Deuria ser quan tenia uns tres anys. Els meus pares havien esquiat, però sempre com a amateurs, pel seu



Tot i que l'eslàlom no se li dona del tot bé, aquest seguidor de la Reial Societat no el deixa aparcat.



Celes Piedrabuena



Arxiu, CAEI i Javi Montes

Primer del Campionat del Món de juvenils l en descens i segon en supergegant. Campió d'Espanya juvenil en gegant i supergegant i, atenció, campió d'Espanya absolut en supergegant a la pista del Dossau de Beret. Aquests números pertanyen a un dels joves valors amb més futur de l'esquí nacional: Paul de la Cuesta, esquiador de la FCEH, i un dels noms que haurem de seguir amb atenció en les properes temporades.

compte i sense pensar en la competició. Com et deia abans, de mica en mica em vaig anar ficant en el món de la competició. Mai t'ho acabes de prendre seriosament, però quan veus que els resultats van arribant, segueixes per aquest camí.

#### Com valoraries la teva relació amb el teu club, el CAEI, en el qual et vas iniciar i formar com a esquiador?

Bé, sempre he estat amb ells i estic molt content. Des dels quatre anys. Vaig començar amb l'ajuda d'un monitor. Vaig veure que em començava a agradar i em vaig decantar per la competició.

#### Si no esquiessis a què et dedicaries?

Bé, esquiar sempre m'ha agradat, si no no estaria on estic i fent el que estic fent. És molt important anar aconseguint bons resultats, ja que així et vas motivant.

#### Recordes la primera cursa?

Crec que va ser quan estava en els alevins i tenia uns set o vuit anys.

Per sort vas seguir la traça blanca i, com tu dius els resultats han anat acompanyant, tant que la temporada passada va ser la primera que estaves dins, de la Reial Federació Espanyola, al costat dels catalans Ferran Terra, Guillem Capdevila i Edgar Fenoy. Recordes com va anar la selecció?

Sí. Vaig haver d'anar a Candanchú per passar les proves. Al cap d'uns dies va venir May Peus –el que ha estat el seu entrenador del CAEI durant vuit anys– i em va dir que m'havien escollit per a l'equip nacional. Em va dir que què en pensava i jo vaig dir que em semblava bé.

"Sóc un esquiador fort físicament, però també tinc molta tècnica"

#### No vas contestar sí en un tres i no res?

No, no ho vaig dubtar, però emprendre el camí de l'equip nacional em feia por pels estudis. Ara, a dia d'avui, no me'n penedeixo de res i estic content d'estar on estic i de fer el que faig.

#### Què vols estudiar quan siguis gran?

Magradaria dedicar-me a la medicina. Encara no ho sé ben bé del tot, però m'interessa el tema de la cirurgia.

#### Però, fas un bon balanç d'aquesta primera temporada amb la RFEDI?

Sí, sí, estic molt content. He estat molt de temps per Itàlia o Suïssa entrenant i corrent curses, i això és el més important. Al principi va ser una mica dur.

#### En quins temes has treballat més o has focalitzat més el teu temps d'entrenament?

La temporada passada vaig fer molta tècnica, i molt treball de col·locació. Ens hem centrat molt en el tre-

ball de donar-li més velocitat als esquís, que comenci accelerar abans de l'inici de la corba, de forma que pugui lliscar millor a la sortida del viratge.

Vas de Megasport de cap a peus, Dynastar, Lange, Look, Spyder...

Sí, vaig amb ells des del principi. Estic content amb ells i sempre m'han cuidat molt bé.

#### Per curiositat, cuides molt el material? Quants parells d'esquís tens?

Sí, sí que el cuido bastant, i crec que tinc vuit parells d'esquís, dos per especialitat.

Va, imagina't que has de posar un anunci en un diari per donar-te a conèixer a veure si alguna persona et fitxa, què podríem llegir.

Destacaria que sóc un esquiador amb potència. Crec que a la vegada que sóc un esquiador fort físicament també tinc molta tècnica. Sóc un esquiador a qui se li donen bé els pendents, els murs, que col·loca bé els cantells a l'hora d'esquiar, i a qui quan hi ha zones planes, sense gaire pendent, li costa esquiar i lliscar.

Vas una mica al contrari que molts altres esquiadors nacionals de la teua edat, que sembla que en les disciplines de velocitat els costa més, oi?

Penso que, si féssim cas a les pistes per les quals esquiem, hauria de lliscar millor del que ho faig, però també és veritat que m'han ensenyat el contrari. Sóc un esquiador molt agressiu.

#### Quina importància li dones a la forma física en la teua formació com a esquiador?

Molta. La forma física, tenir una bona forma física és fonamental. Mira, la temporada passada vaig notar molt el canvi, a favor, ja que vaig tenir l'oportunitat de preparar-me bé físicament; si no arriba a ser per aquesta preparació no crec que hagués aguantat el temps que vaig està fora esquiant.

#### Et consideres un esquiador especialista en la velocitat?



A Baqueira Beret, Paul de la Cuesta es troba a casa i prova d'això són els darrers títols de campió d'Espanya de gegant i super gegant aconseguits a l'estació aranesa.



#### L'entrevista de la tieta

Com tenim el tema del cinema? Uff! No vaig gaire al cine. Veig moltes pel·lis en DVD, tot i que ja sé que no és el mateix. Una de les darreres que he vist és la de Troya.

Algun actor, actriu... No, res de res, no presto atenció.

El darrer CD que t'has comprat. El de Fito y Fitipaldis.

Un programa de televisió. Els Simpsons.

Tria una estació. D'aquí Baqueira, i de fora Zermatt.

Per menjar. No hi ha res com un bon entrecot.

Una beguda. L'Aquariu o la Coca Cola.

Tens molta tirada amb les noies. Home, depèn del moment, del morro que li posis al tema, però no sóc ni un plastia ni un d'aquells que van desesperats.

Però, roses o morenes? Morenes.

El primer que et fixes en una noia? En el somriure.

Equip de futbol. La Reial Societat.

Jugues a futbol? Bé, havia jugat molt abans.

Quina posició? En la posició de pivot. El jugador que sempre m'ha agradat molt és Xabi Alonso.

La velocitat m'agrada, però l'eslàlom també. Tot i que em costa més no el deixo aparcats, i també t'haig de dir que tampoc l'he entrenat tot el que a mi m'hagués agradat.

**Però, si haguessis de triar una disciplina, per quina et decantaries?**

Mira, primer em quedaria amb el gegant, que és molt

"Per a mi no hi ha res com l'esquí alpi"

maco. Després amb el descens, m'agrada molt l'adrenalina de la velocitat, i finalment em quedaria amb el supergegant.

**Sobre quina neu podem veure al millor Paul de la Cuesta?**

Sobre neu dura, tot i que en neu pastosa he millorat molt.

**Què és allò que sempre et diu el teu entrenador?**

Que estigui tranquil, que tot arribarà.

**Al marge de l'esquí alpi, has tastat altres modalitats blanques?**

He fet surf de neu uns quatre cops i t'haig de dir que m'agrada; però per a mi no hi ha res com l'esquí alpi. M'ho passo millor i gaudeixo molt més.

**Algun somni com a esquiador?**

Home, m'agradaria molt disputar una Copa del Món, però el meu somni seria prendre part en uns Jocs Olímpics.



Així el veu **Lluís Breitfuss**, el seu entrenador de la RFEDI

**"A la llarga, Paul serà un esquiador de combinada"**

Tot i que no va tenir un inici amb molta sort –en un salt es va fissurar quatre costelles–, la relació entre el jove Paul de la Cuesta i l'entrenador de l'equip nacional Lluís Breitfuss no podia ser millor. Per saber si la collita que tenim parada a la taula pertany a un bon reserva i es pot servir a les millors ocasions hem parlat amb ell.

**Quin esquiador t'agrada més o tens com a referent?**

M'agrada molt Bode Miller, és un fora de sèrie, tot i que tècnicament no és res de l'altre món. També m'agrada molt Kalle Pallander, i en descens et diria que no tinc cap esquiador favorit.

**I en noies?**

Sense cap mena de dubte, Maria José Rienda.

**És una llàstima perquè així com les noies la tenen a ella com a referent, els nois no teniu a ningú, noteu aquesta mancança?**

No cal que et digui que estaria molt millor tenir algun esquiador nacional dalt de tot, com a referència, ja que així veuries que allò que portes tant de temps lluitant i que hi dediques tants esforços es pot assolir. Ara, també et dic que, tot i aquesta mancança, tenim un bon equip nacional.

Qui sap si amb el temps aquest jove nascut a Donosti, que va començar a esquiar gairebé per casualitat i a qui ja podríem considerar com un aranès més, es converteix d'aquí uns anys en la referència dels joves esquiadors d'aleshores. Per constància, per treball i per dedicació seva no serà. ✽



La tenacitat i el saber escoltar són dues de les seves principals virtuts.



Paul de la Cuesta aixeca amb orgull les copes que l'acrediten com a campió del Món de juvenils i en descens i segon en supergegant.



I així el veu **May Peus**, entrenador del CAEI

**"El secret és que li agrada molt esquiar"**

Està clar que sense la feina feta en el si del seu club, Paul de la Cuesta no seria on és ara ni estaria aconseguint els resultats que està fent. Per això hem volgut parlar amb May Peus, del seu club, el CAEI. Per ell, "Paul està que se surt. Tenia una base molt bona, i a l'equip nacional l'han sabut portar. Aquest nano havia d'estar a dalt", i afegeix: "és un corredor molt bo per la velocitat. L'eslàlom li costa més. A la vegada, és un treballador nat. El secret és que li agrada molt esquiar, però és que també és constant en els estudis". Renoi, gairebé sembla que estiguem davant el gendre que tota mare voldria per la seva filla.