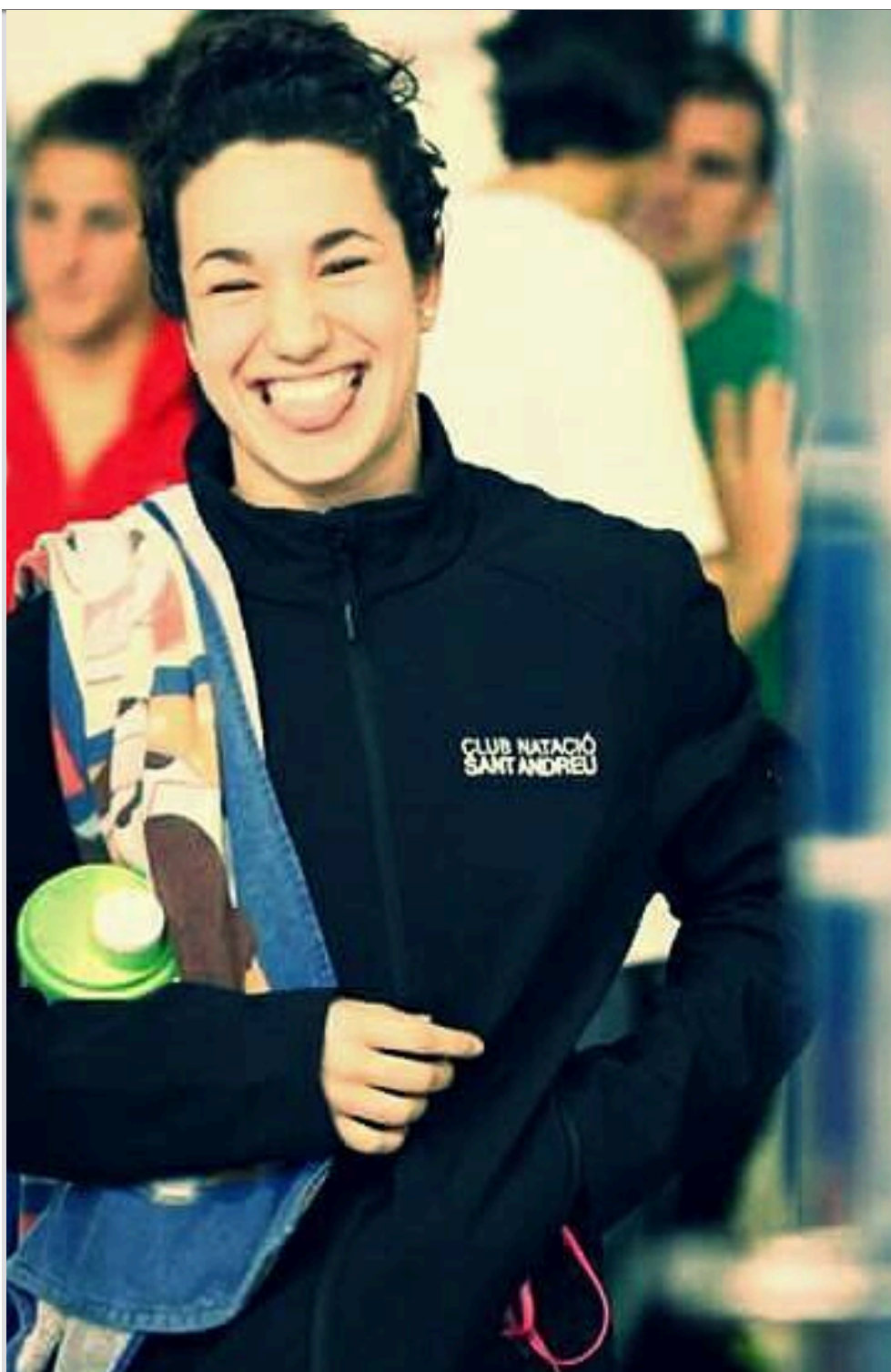


Noviembre
2015

Perfil del mes

**A
F
R
I
C
A**

**Z
A
M
O
R
A
N
O**



Nombre y Apellidos: Africa Zamorano Sanz

Fecha de nacimiento: 11-01-1998

Lugar de nacimiento: Barcelona

Lugar de residencia: Barcelona

Altura: 1,69cm

Peso: 59kg

Entrenadores que has tenido a lo largo de tu carrera deportiva: Ainhoa Alava, Oriol Plans, Julián González, Adolf Ayza, Jordi Jou

¿Qué aspectos positivos en lo que eres ahora como deportista te ha aportado cada uno de ellos?

Disciplina, motivación, capacidad de superación, positivismo y tener ambición.

Club: Sant Andreu

Lugar de entrenamiento: Club Natació Sant Andreu

Mejores marcas:

PRUEBA	P25	P50
400 Est	4.42	4.40
200 Est	2:12	2.13
200 Esp	2.09	2.11
200 Cr	1.59	2.01

¿Por qué empezaste a nadar y a que edad?

Porque me apuntaron a hacer cursillos, a los tres años

Mejor Recuerdo de tu carrera Deportiva: Ganar cuatro medallas en el europeo júnior con mi entrenador, hacer record de España en 4x100 Estilos, quedar campeones de España por clubes y ver como Jessica Vall ganaba el bronce en el mundial de Kazán.

El secreto de tu éxito: Ser feliz con lo que haces y estar satisfecho de uno mismo

Tres palabras que te describan: dedicación, sacrificio y compañerismo

Explica un entreno que hayas hecho muy bien (o del que te sientas orgulloso/a): Uno que hecho estos días aquí en Andorra, (7km) con unas series de 100 a estilos y a Ritmo de 400. Me cansé mucho... pero es lo que ahora toca...!!

¿Cuál es el tipo de entreno que más te gusta?: Los fuertes (Consumo y UAE) porque cuando me salen bien me siento satisfecha y contenta conmigo misma

¿Cómo es un día normal de entrenamiento en tu vida (horarios, actividades, ..)?

5.00 me levanto para ir a entrenar a las 6.00

7.40 salgo del entreno para entrar al colegio a las 8.00

14.20 salgo del colegio y me voy a comer a casa

15.00 empiezo el segundo entreno del día

Cuando acabamos me voy a casa a estudiar y repasar.

22.30-23.00 me voy a dormir

Deporte favorito al margen de la natación: la hípica y el basket

Deportistas a los que admiras: Bea Gomez, Jessica Vall

Mascota: Un gato

Personas que más han influido en tu carrera: Jordi Jou

Rival más duro: Georgia Coates y Daria Ustinova

Aficiones: Escuchar música y quedar con mis amigas

Peor recuerdo de tu carrera deportiva: quedar en la cuarta posición en mi primer europeo junior

Piscina favorita y por qué: Son Hugo, Mallorca porque allí quedé tercera de España con 2.11 en 100 espalda y hice la mínima para ir a los JJOO de la Juventud.

Próximo objetivo: intentar hacer la mínima para los juegos de Río

Si pudieras cambiar algo de tu formación y/o trayectoria como nadador, ¿Cambiarías algo del pasado?

No, nada.

¿Qué consejo darías a los jóvenes que están ahora comenzando a competir a nivel nacional en edades? Les diría que se lo pasaran bien compitiendo y que disfruten haciendo lo que les guste hacer

Qué crees que estarás haciendo dentro de 10 años: Especializándome para ser comadrona