

ENTREVISTAMOS A.... RAFAEL JÓDAR



“El cross del colegio Aldovea es una magnífica oportunidad para fomentar la práctica deportiva y la vida sana”, tal y como afirma Rafael Jodar, su profesor de educación física y organizador.

Este año participaron un total de 7.800 escolares de 4 años a adultos, más los padres y acompañantes, “y es que el deporte es un medio excelente para educar”, afirma Jodar. Ese día conviven niños y niñas de diferentes lugares, costumbres, culturas e incluso países porque participan hasta 52 colegios de idearios muy diferentes. Por otro lado, los niños aprenden el esfuerzo y la capacidad de sacrificio que conlleva una competición deportiva de atletismo.

Además, Rafael Jodar es entrenador de un equipo femenino de baloncesto, el Rivasecópolis, y como tal, sabe lo importante que es que los jugadores estén en pleno rendimiento, sobre todo en momentos de la temporada en los que el volumen de entrenamiento es muy elevado. Por eso, utiliza medicamentos homeopáticos que potencien los recursos del organismo para favorecer la resistencia y la recuperación durante la competición.

ENTREVISTAMOS A.... RAFAEL JÓDAR