



## *M. Luz Palomero entrevista Emilia Boneva*

*Seleccionadora nacional de Gimnàstica Rítmica Esportiva*

Vaig tenir el plaer de conèixer a Emilia Boneva l'any 1982, que feia poc que havia arribat a Espanya, en un campionat que es va celebrar a Tenerife i al qual jo vaig assistir com a entrenadora de l'equip de Gimnàstica Rítmica de l'INEFC de Barcelona, del qual sóc professora. Des d'aleshores, he seguit molt de prop la seva llarga trajectòria, la qual cosa m'ha permès aprendre constantment, molt i bo, d'aquesta gran persona i tècnica.

Emilia Boneva va néixer a Sofia (Bulgària) el 1938. Va fer els seus estudis a l'Institut superior d'Educació física i es va especialitzar en gimnàstica rítmica. La seva vida ha estat vinculada des de la infantesa a la gimnàstica, ja que va practicar gimnàstica artística en els seus primers anys i posteriorment i durant dotze anys, va ser gimnasta de gimnàstica rítmica. També va ser entrenadora d'aquesta especialitat en el seu país des de l'any 1965 fins al 1982, data en què va venir a Espanya per incorporar-se a la Selecció Nacional.

Des de la seva arribada a Espanya el 1982, la progressió de la gimnàstica rítmica espanyola en alta competició ha estat constant i ha assolit les més altes cotes i la seva projecció internacional. Els nombrosos èxits aconseguits han estat coronats amb el màxim guardó esportiu, la medalla d'or olímpica, aconseguida per l'equip de Conjunt espanyol.

Si fem un breu resum, direm que des de la consecució per part de l'equip de Conjunt espanyol de la medalla de bronze en la classificació general del IV Campionat d'Europa, celebrat a Viena el 1984, la selecció espanyola ha mantingut pràcticament el seu lloc de classificació en el pòdium en totes les competicions internacionals rellevants d'aquesta especialitat esportiva.

Com a triomfs més importants, podríem citar la medalla d'or que va obtenir l'equip de Conjunt en el mundial d'Atenes el 1991, la medalla de plata obtinguda per la gimnasta



Carmen Acedo en les finals del Mundial d'Alacant el 1993, la medalla d'or aconseguida també a les finals del Campionat del món de Viena el 1995 per l'equip de Conjunt espanyol i, per últim, el gran triomf de l'equip de Conjunt que va aconseguir la medalla d'or olímpica, precisament en els Jocs en què es presentava per primer cop aquesta modalitat esportiva, a Atlanta '96.

Tots aquests triomfs han estat producte de les moltes hores de treball i esforç (no sempre comprès) i també del saber fer d'una entrenadora que, com ningú, ha sabut fer créixer la llavor d'aquest bell esport que ja teníem arrelada en el nostre país. La seva humanitat i els seus profunds coneixements han estat sens dubte les peces clau del seu èxit professional.

Li agraïm sincerament l'entrevista que ens ha concedit per tot el que suposa, ja que és pràcticament el seu comiat d'Espanya. Per diferents motius deixa la competició i torna amb els seus al seu país, Bulgària.

Per aquests motius, per l'entrançable de les seves respostes i perquè sabem el poc que li agrada fer manifestacions públiques, per això li oferim el nostre agraïment.

**M. Luz Palomero** *Quan vas arribar a Espanya, com vas trobar la gimnàstica rítmica esportiva? Quines van ser les teves impressions?*

**Emilia Boneva** Abans de la meua arribada a Espanya, l'entrenadora havia estat la búlgara Ivanka Chakarova, a la qual jo respecto i que havia sigut diversos anys presidenta de la Federació búlgara. Ella havia assolit un bon nivell per a la rítmica espanyola i jo sempre havia valorat els seus resultats.

**M.L.P.** *Com veus actualment la gimnàstica rítmica esportiva a Espanya?*

**E.B.** La gimnàstica rítmica esportiva espanyola actualment és ja un esport popular entre les noies i moltes províncies la desenvolupen a un nivell molt alt. Hi ha moltes gimnastes joves amb futur i gràcies

a això, podem seleccionar entre elles per a l'equip nacional.

En l'àmbit internacional, Espanya ja té el seu lloc entre l'elit i és una força respectada en aquest esport. Per descomptat, això es deu als nostres grans èxits en campionats mundials, europeus i en els Jocs Olímpics.

**M.L.P.** *Com creus que serà d'ara en endavant el futur de la selecció espanyola?*

**E.B.** Veig un bon futur per a la rítmica espanyola. Les joves entrenadores María Fernández i Ana Bautista, que són deixebles meves, són molt ambiciosos i seguiran aconseguint èxits internacionals.

**M.L.P.** *Creus que la teua formació com a llicenciada en Educació Física ha estat determinant en la teua faceta d'entrenadora? Potser pesa més la teua condició d'exgimnasta?*





**E.B.** Jo m'he llicenciat per l'Institut Superior d'Educació Física i Esports a Bulgària amb l'especialitat de gimnàstica rítmica. A Bulgària, no pots graduar-te en una especialitat determinada sense haver practicat aquest esport i sense haver aprovat, juntament amb la resta d'assignatures, un examen pràctic molt seriós. Les places per als diferents esport són molt limitades. La meva experiència com a gimnasta també m'ha ajudat, lògicament, però tot canvia molt ràpid i l'entrenador ha d'estar al dia de les novetats si pretén tenir èxits.

**M.L.P.** *Dona'ns la teva opinió sobre les gimnastes espanyoles i sobre els tècnics, jutges i federatius.*

**E.B.** He treballat molt a gust aquests anys a Espanya. Aquí les noies tenen molt temperament, són molt aplicades i volen aconseguir bons resultats. És fàcil treballar amb elles quan et volen i jo crec que he aconseguit un bon tracte amb la majoria d'elles. Han de ser encara més constants en el treball, tenir una disciplina pròpia i estar disposades a sacrificar alguns plaers en nom de l'alta competició.

Tots els entrenadors que han estat al meu costat, Ana Roncero, Eugenia Rodríguez, Gueorgui Neikov, Mar Lozano, Gueorgui Kristov i les últimes, María Fernández, Ana Bautista i Marisa Mateo han estat molt treballadors, molt exigents i ajudants meus molt fidels. També les jutges han crescut molt en les grans batalles esportives. Ara tenim jutges amb gran experiència i respecte internacional: Dolores Cabrera, Teresa Nadal i tu mateixa, M. Luz. Carmen Algora, expresidenta i Manuela Fernández, exdirectora tècnica, m'han ofert un suport total. També ho ha fet el president actual, Jesús Méndez. A totes aquestes persones els estic infinitament agraïda. Tot i que en alguns moments haurien d'haver confiat més en mi...

**M.L.P.** *Sempre ens hem preguntat de quina manera has aconseguit implantar un sistema d'entrenament tan estricte al nostre país.*

**E.B.** No ha estat gens fàcil aplicar un sistema d'entrenament provinent d'un país de l'est com Bulgària, que a més sempre ha estat líder en aquest esport. Quan vaig arribar, em vaig espantar de les moltes festes que teniu contínuament. Però progressivament, vaig convertir

les festes en dies de doble entrenament. He estat molt estricta amb la puntualitat a l'hora de començar, sense massa xerrades i llargs descansos. No ha estat fàcil, però ara això ja és costum. Respecto sobretot els esportistes treballadors i disciplinats.

**M.L.P.** *Quines són les principals característiques del teu sistema d'entrenament?*

**E.B.** Els meus principis fonamentals són: treball, treball, treball i molta constància.

**M.L.P.** *Dones molta importància a la preparació psicològica dins del procés d'entrenament?*

**E.B.** És molt important el treball de l'equip amb un psicòleg. Vam treballar molts anys amb el psicòleg Amador Cernuda i això ha donat excel·lents resultats. Li estic molt agraïda pel seu treball i la confiança compartida.

**M.L.P.** *Què opines de les crítiques sobre el pes de les gimnastes, la disciplina, etc. i sobre les adreçades a tu, precisament després d'haver aconseguit els majors èxits?*

**E.B.** He estat molt criticada per les meves exigències cap a les competidores. És cert que exigeixo de les gimnastes un pes determinat, però això no es deu només a causes estètiques; cada quilo de més redueix l'elasticitat, la força de salt i comporta diverses lesions que podrien apartar de l'equip gimnastes en moments importants del període competitiu. De totes formes, l'alimentació de les gimnastes està sempre controlada per un equip mèdic. Últimament he rebut moltes i molt dures crítiques, malgrat els èxits aconseguits per la gimnàstica rítmica espanyola. Mai he ofès les meves gimnastes, ni les he «torturat» en nom de l'èxit. S'ha dit que no les deixava beure aigua, que les tenia sense menjar i no sé què més... Tot això ve de gimnastes que no van poder aconseguir res en l'esport. Sempre hi ha noies que, com que no es poden realitzar en l'esport, busquen la culpa fora d'elles i aquestes crítiques van ser producte de la seva pròpia invenció; però això pesarà sempre sobre les seves consciències. Jo he volgut i m'he portat sempre igual amb totes, fins i tot amb les que després van dir tota classe de bajanades.



**M.L.P.** Estàs d'acord amb les edats de les nostres esportistes?

**E.B.** Si les gimnastes aquí haguessin prolongat la seva vida esportiva almenys fins als 20 anys, els nostres èxits encara serien més grans. En la majoria de casos, se'n van a la flor de la seva carrera esportiva.

**M.L.P.** Al final d'aquesta llarga etapa de la teva vida entre nosaltres, quin és el teu balanç? Te'n vas contenta d'Espanya?

**E.B.** Me'n vaig contenta d'Espanya, perquè he vist realitzat tot el que volia; un lloc bo i respectable per a la gimnàstica rítmica espanyola en l'escenari internacional. Espanya ja és una gran potència en aquest esport.



Emilia Boneva amb Manuela Fernández del Pozo (directora tècnica), Dolores Cabrera i M. Luz Palomero (jutgesses) i l'equip nacional de Conjunt, al Campionat d'Europa de Praga, 1995.