

## Héctor Ruiz: "Estoy más en forma que nunca"

AGUAS ABIERTAS Héctor Ruiz: "Estoy más en forma que nunca"

21/07/2015 - Héctor Ruiz es uno de nuestros mayores activos de cara al Mundial de Kazan en el área de Aguas Abiertas. Ruiz, nadador del CN Mataró y afincado en la capital del Maresme a pesar de haber nacido en Figueres, se proclamó campeón de la prueba de 10km del XVIII Campeonato de España en Banyoles y tras una dura preparación afronta con muchas ganas la cita mundialista, en la que intentará lograr el billete para los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro 2016.

"Empezamos a preparar Kazan cuando ya sabíamos que teníamos la clasificación asegurada. La preparación ha sido hacer un poco más de volumen para subir y ahora ya estamos empezando a bajar los metros. Vamos con muchas expectativas, tenemos muchas ganas de afrontar esta carrera de los 10 km porque me encuentro mejor que nunca de forma, estoy mejor que en ninguna otra temporada y la verdad es que viajo con muchísima confianza", nos comentaba Ruiz en el Media Day RFEN realizado en el CAR de Sant Cugat.

### CON RÍO 2016 EN EL HORIZONTE

El objetivo que se marca Héctor en esta prueba de los 10 km (ha renunciado a la de 5 km para llegar más descansado a la que tiene pasaporte olímpico) es ambicioso: "El objetivo es quedar entre los 10 primeros, lo que nos daría billete para estar en los Juegos Olímpicos. Sabemos que seremos muchos nadadores (unos 70-80) y seguro que habrá 40 que piensan que también pueden estar entre esas 10 primeras plazas y lucharán por ello. Será una carrera complicada, pero me noto con muchas fuerzas y con mucha confianza en mí".

Por mucho que hayas preparado previamente la carrera, en el agua todo puede acabar siendo muy distinto: "En aguas abiertas por mucho que te prepares las cosas al final acabas tirándote al agua y la carrera es totalmente distinta a lo que te habías imaginado. Yo creo que, con la experiencia que tengo del Mundial de Shangai, será una carrera muy rápida y lo que miraremos es estar todo el rato entre los 15 primeros para luego poder realizar ese esprint final y poder llegar a atrapar las 10 primeras posiciones". Le deseamos a Héctor toda la suerte del mundo.

Sergi Capdevila (Comunicación RFEN). Foto: Imagen tomada en el Media Day RFEN / RFEN.

Imprimir [Enviar Noticia](#) [Comparte la noticia:](#)

### Datos de contacto:

Nota de prensa publicada en:

Categorías: [Otros deportes](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>