

Antonio Molina, el poder de creer en un mismo

Antonio Molina (Xàbia, 4 de enero de 1991) es un joven de sonrisa complaciente, mirada cándida y maneras educadas. Lo que se dice un buen chaval, quizá un poco distraído, como explica su entrenador, Juan Rivero, pero con una voluntad y dedicación que le han llevado a ser uno de los mejores corredores de la Comunidad Valenciana, sorprendiendo incluso a su abuelo y a su tío, dos grandes aficionados al ciclismo y principales patrocinadores del Club Ciclista Jávea.



Hasta los 15 años no llego a despuntar

Como la mayoría de los jóvenes, no sabía a qué deporte dedicarse, y no fue hasta los 12 años que se montó sobre una bicicleta de carreras, siguiendo a un amigo suyo que se había apuntado al Club Ciclista Jávea. Al principio, el joven corredor no parecía destacar, "todo el mundo me ganaba", y en el mejor de los casos no superaba el 7º puesto. Nadie apostaba entonces por él. Pero los resultados no le desanimaron, y Molina ya había decidido que el ciclismo era su deporte, porque "dependo de mí mismo; si fallo yo lo sé".

Con 15 años pasó a formar parte del equipo de cadetes del Jorge Canet-Quimipool, patrocinado por su tío, y fue entonces, bajo la batuta de Juan Rivero -quien de joven también fue corredor del Club Ciclista Jávea y ahora es el mejor entrenador de la Comunidad Valenciana- cuando comenzó a demostrar la calidad que atesora. En su segundo año en la categoría venció en el Trofeo de Ciclismo l'Alfàs del Pi, y fue 2º en la Carrera Ciclista Vila d'Ontinyent. Además, sus buenos resultados en general aquel año le valieron para participar en el Campeonato autonómico de de Contrarreloj Individual celebrado en Albaida, aupándose al segundo cajón del podio. Asimismo, fue seleccionado para representar a la Comunidad Valenciana en el Campeonato de España, donde fue undécimo.

Antonio Molina admite que su éxito se lo debe a Juan Rivero, quien le ha enseñado a sacar lo mejor de sí mismo y a medir sus fuerzas, "y no gastarlas tontamente", tanto entrenando como en carrera. Regular y conocerse bien son dos cualidades esenciales en un deporte que, a pesar de lo que pueda parecer, depende en un 90%, sino más, de la capacidad mental del corredor.

"Si atacas te respetan"

En el ciclismo hay que aprender a coger la forma y a dosificarse, a sufrir sin demostrarlo, a hacer creer al rival que tú estás mejor que él aunque sientas que ya no puedes más, a no venirse abajo... Al mismo tiempo hay que ser humilde, con uno mismo y con los rivales, y hay que estar siempre dispuesto a mejorar.

Antonio Molina tiene todas estas cualidades y lo tiene claro. Quiere intentar llegar a ser profesional y emular a su ídolo, Alberto Contador, ganador de dos Tours, una Vuelta y un Giro. Del de Pinto admira su

capacidad de sufrimiento y su valentía, capaz de atacar incluso cuando las fuerzas le fallan, como hizo en el Tour del 2007 contra Rasmussen en el Aubisque. "Si no lo pruebas, no sabes si te saldrá; tienes que atacar, porque además si atacas te respetan", explica Molina.

Y como Contador, Antonio es un todo terreno, capaz de ganar tanto en alto, como al esprint o en una contrarreloj, como atestiguan sus resultados en la categoría junior, durante la que ha corrido en el mejor equipo valenciano, el Elevel.

Juan Rivero destaca de él su motivación y su dedicación. El entrenamiento y la alimentación son aspectos fundamentales de cualquier deporte y en especial del ciclismo, y "Molina hace exactamente lo que se le indica y se lo toma muy en serio". Su entrenador recuerda cómo el joven corredor en escuelas era uno del montón, y cómo sorprendió a todo el mundo, incluso a su abuelo, al pasar a cadetes, categoría en la que Rivero se aseguró de que Antonio adquiriese una buena base de entrenamiento.

El secreto está en creer en uno mismo

En su primer año de junior Molina subió al lugar más alto del podio en cuatro trofeos ciclistas, los de Castilla, Castellar y Villanueva de Castellón, así como la Vuelta a Camporrobles. Resultados que le valieron para clasificarse y participar en los campeonatos autonómicos, donde ganó con el Elevel la contrarreloj por equipos.

Según explica Rivero, a pesar de que Molina es un corredor no demasiado alto, y por tanto en desventaja frente a ciclistas con más palanca, pocos le ganan en ilusión, en fuerza de voluntad y en capacidad para creer en uno mismo. De hecho, incluso vence en circuitos totalmente llanos gracias a que cree en sí mismo y no se achanta ante nadie y nada.

Pero por su pequeña estatura y poco peso, la montaña es el mejor de los terrenos para Antonio, aunque también sorprenden sus excelentes resultados en contrarreloj, donde es capaz de mover los mismos desarrollos que corredores mucho más corpulentos. Además, físicamente, destacan sus 8 litros de capacidad pulmonar, la misma que Indurain, aunque en un cuerpo mucho más pequeño, con unas piernas aún poco definidas, y que evidencian que Molina aún está lejos de alcanzar todo su potencial.

Esta temporada pasada, en su segundo año en la categoría junior, prácticamente no ha bajado del podio, sumando 8 primeros puestos en todo tipo de terrenos e incluso en pista, y llevándose además varios premios, desde metas volantes a esprints especiales o de montaña. Cabe destacar el oro en la General Juniors de la Liga en Pista de la Comunidad Valenciana; el cuarto puesto en el Campeonato de España en pista; la etapa de montaña, el tercer puesto en contrarreloj y el primero en la general de esprints especiales en la Vuelta Vegas de Granada; el tercer puesto en el Campeonato de Contrarreloj Individual de la Comunidad Valenciana; segundo clasificado de la general en la Vuelta a Soria, donde perdió el liderato por los pelos; el primer puesto de la Vuelta Ciclista Camporrobles; su papel en el Campeonato de España, en carretera (12º) y en contrarreloj individual, en la que quedó 16º por correr con una bicicleta a la que no se había podido acoplar; el oro en la Fiesta del Ciclismo celebrada en el Paseo de la Alameda de Valencia, donde ganó sin siquiera haber entrenado y sobre un circuito llano; o su participación en la Vuelta a Castellón, que se saldó con el segundo puesto en todas las clasificaciones, aunque no en el podio.

El año que viene Molina pasará a la categoría sub23, que sirve de cantera para el profesionalismo, y en la que correrá con el equipo de la Comunidad Valenciana. Ahora está preparando, junto a Juan Rivero y a los preparadores físicos de su equipo, el principio de la próxima temporada, que iniciará con la participación en la Vuelta a la Marina, carrera por etapas que cuenta con una jornada en Xàbia.