



## Zeus Gallardo, el plaer de córrer

### Corredor que ha participat en més de 100 maratons

Durant els darrers 18 anys Zeus Gallardo ha corregut en 102 maratons. "Córrer sempre m'havia agradat i deuria sentir la paraula 'marató' per algun lloc", explica el corredor, mentre recorda els seus inicis. Mica en mica va conèixer gent que també corria i es va anar "enganxant". "Vaig entrar en un club de Mataró, els Lluïsos, per poder entrenar a les pistes", diu el maratonista. Va seguir participant en moltes curses fins que va arribar el dia que va córrer la número cent. "Per a mi no té gaire importància, és una xifra. No era un objectiu, sinó la conseqüència d'una cosa que m'agrada", reconeix el corredor. De totes maneres va ser una fita que va celebrar amb les seves amitats.

De la mateixa manera, el maratonista assegura que fer curses és un bon sistema per viatjar. Ha recorregut moltes ciutats, tant d'Europa com del continent americà. Per

a ell, una de les maratons més espectaculars és la de Boston, la més antiga del món amb 117 edicions. "És espectacular, tota la ciutat es mou per organitzar-la. És com un Barça-Madrid aquí", relata Gallardo. Es crea una moguda que no té res a veure amb les curses de casa nostra. "Perquè aquí ja tenim el Barça", bromreja el corredor.

Per participar en una marató cal una bona preparació. "Quan t'agrada córrer no costa tant entrenar, no t'ho agafes com una obligació", afirma Zeus Gallardo. Quan hi ha alguna marca especial, el maratonista pot entrenar cinc o sis dies pes setmana, però per norma general no fa un entrenament molt exhaustiu.

Ara bé, fer una cursa demana molta energia però alhora és realment gratificant: "Hi ha metges que diuen que els maratonians segreguen endorfines que són addictives així que està provat científicament que córrer dóna plaer", informa Zeus Gallardo.

LUISA ARRAS

## Apunts

### Defineix-te

Em prenc la vida amb calma i intento estar allà on m'agrada, on em sento a gust

### Un llibre

"Las uvas de la ira", de John Steinbeck

### Una pel·lícula

"El club de la lucha", de David Fincher

### Un viatge

Alaska. Els contrastos entre allò salvatge i la civilització són increïbles

### Una marató

La marató de Boston

### Un somni

Que tot continuï com ara, tal i com va

## "Vull continuar passant-m'ho bé"

➤ "Fer cent maratons no és el que m'importa, sinó seguir corrent", afirma Zeus Gallardo

Zeus Gallardo corre des dels 19 anys, però això no li reporta un sou. La seva ocupació és ben diferent: "Sóc pagès i treballa amb oliveres a Andalusia, així que corro en el meu temps lliure", explica el maratonista. Es tracta d'una afició que el fa gaudir de valent. "Córrer m'agrada molt, m'ho passo bé. No hi ha una explicació, res que es pugui dir amb paraules. Quan fas alguna cosa que t'agrada, ho fas i prou", assegura el corredor. D'altra banda, Gallardo no té una meta fixada ni un objectiu marcat de cara al futur. Senzillament corre pel gust de fer-ho. "Correré fins que deixi d'agradar-me, tot i que segurament no passarà. És maco que tanquin una ciutat gran com Barcelona, Madrid, Nova York o Londres per tu, sense cotxes", diu Zeus Gallardo.

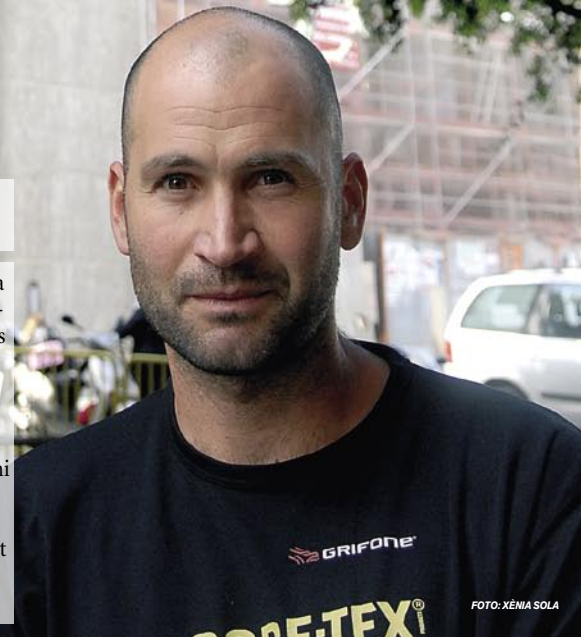


FOTO: XÈNIA SOLA