

Regresa Valeria González a las pistas



FOTO: Cortesía

La Paz, Baja California Sur (BCS). Después de 4 meses de estar confinada en casa a causa de la pandemia del **COVID-19**, enfocada únicamente a realizar ejercicio físico para mantenerse en buenas condiciones, la atleta **Valeria González Galindo** se mostró contenta de poner retomar los entrenamientos en la pista de atletismo del **Instituto Sudcaliforniano del Deporte (Insude)**, en espera de que la **Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte** anuncie la fecha de los **Juegos Nacionales 2020**, informó el propio **Insude**.

La doble campeona nacional en 400 y 800 metros planos dijo que está realizando fuerza máxima dinámica para lograr potencia y

fortalecer los músculos, para poco a poco ir modificando el plan de preparación siempre y cuando se tenga una fecha definida de la competencia nacional que por ahora es el único objetivo, luego de que los eventos de federación se cancelaran a causa de la pandemia.

González Galindo distribuye los entrenamientos con tres días en la pista del **Insude** y dos en gimnasio, cumpliendo con el programa que le indica su entrenador **Julio Prado Bolaños**, dosificando las cargas con la finalidad de retomar su nivel para en caso de que se realicen los **Nacionales CONADE** refrendar los triunfos logrados el año pasado.

La atleta sudcaliforniana tiene entre sus aspiraciones representar nuevamente a **México** internacionalmente, tal como lo hiciera en el **Campeonato Centroamericano y El Caribe** que se celebró en Querétaro en el 2019, pero tendrá que esperar a que se publique el nuevo calendario toda vez que el programa 2020 fue cancelado por la emergencia sanitaria.