QUIÉN ES QUIÉN EN EL BRT

BLOG:

http://elblogdebimu.blogspot.com.es/

BIO FLASH

Nombre: **Alberto Calderero**

Edad: **41**

Profesión: **Arquitecto técnico**

Ciudad de Residencia: **Madrid**

Maratones disputados:

Mejor marca personal:

Blog: **elblogdebimu**

Blogs en activo desde: **2010**

Signo del zodiaco:

Un libro**:**

Una película:

Actor/actriz favorito:

Un personaje histórico**:**

Frio o calor**:**

Carne o pescado:

¿Cuándo empezaste a hacer deporte? Toda mi vida he jugado al fútbol a distintos niveles y desde hace 6 años empecé a correr de forma continua.

¿En estos momentos cuál es tu práctica deportiva preferida: corredor de fondo, duatlón ó triatlón? Llevo 4 años con el duatlón y 2 años con el triatlón

¿En qué distancia o modalidad te encuentras más a gusto? Corriendo un diez mil y en el triatlón distancia olímpica.

¿Eres disciplinado en tus entrenamientos? Sí, desde que estoy en el Club Triatlón Las Rozas no me queda otra, je je…

¿Cuántos días y horas entrenas a la semana? Pues 6 días y horas, puffff, aproximadamente unas 12/15 horas…

¿Cuántos objetivos te propones cada temporada? No soy muy exigente, un par de ellos serios y los demás según vayan viniendo

¿Hasta qué punto confías en tus posibilidades deportivas? Creo que me exijo demasiado en los resultados y a veces eso me impide disfrutar más de este deporte

¿Sigues un plan de entrenamientos concreto o lo diseñas tú mismo? Sigo un plan concreto. El que nos manda nuestra entrenadora, Maribel Blanco

¿Tienes especial cuidado de tu dieta alimenticia? Especial no pero sí que miro lo que como aunque no hago grandes esfuerzos para reprimirme ciertas cosas

¿Qué te aporta el deporte en tu vida? Pues actualmente, en esta época de crisis, además de salud ha sido mi válvula de escape para la mente

¿Cuál es, físicamente hablando, tu punto débil como atleta popular? Un poco vaguete, hago lo justo…

¿Y tu principal virtud? Soy muy competitivo, me apunto a todo

¿**Te sometes a un reconocimiento médico al menos una vez al año?** Sí, y análisis de sangre cada ocho meses

¿Qué objetivo te gustaría conseguir en la próxima temporada de competición? Pues creo que intentaré mi primer medio Ironman

¿Cuál es tu mejor marca en la disciplina que tú practicas y en qué año la conseguiste? Todas mis mejores marcas son de este año que es el que más he entrenado

¿Una competición que no te pierdas ningún año? , ¿Porqué? Pues no tengo ninguna en particular. Las pruebo, si me gustan repito y si no, pues a por otra

¿Qué crees que has de sacrificar para continuar practicando tu deporte preferido al nivel actual? Como he dicho, con esta crisis casi no hay que sacrificar nada porque tiempo es lo que me sobra y como mi mujer también hace triatlón, la familia está unida

¿El Blog que mantienes activo es importante para ti? Si

¿Con qué frecuencia te conectas y mantienes intercambios con otros Bloggers? Semanal, va por rachas

Eres miembro activo del BRT. ¿Qué aspectos interesantes como atleta popular y Blogger valoras en esta iniciativa? No muy activo últimamente. La iniciativa me parece genial, qué voy a decir yo que hice una similar hace tiempo, je je je …

¿Tienes la percepción de que como colectivo todavía no se nos reconoce suficientemente? En el colectivo bloguero sí, a otro nivel no sabría qué decir…

© BRT – Julio 2012