

## Ana Carrascosa, judoka «Gràcies als llibres, xiquets i adults podem estar més a prop de la nostra cultura»

Ana Carrascosa ha sigut campiona d'Europa i tercera del món en judo. L'esportista olímpica, natural de la ciutat de València, va arribar al judo a través del ballet, activitat extraescolar a la qual la van apuntar els seus pares. Amb cinc anys, la valenciana s'escapava de les classes de ball per vore com els seus companys practicaven judo, fins que va canviar les sabatilles de ballet pel quimono i el cinturó.

De l'esport que l'ha portada als pòdiums, el que més li agradava a Carrascosa és que era molt dinàmic i es practicava a través dels jocs. «Tindre els peus descalços damunt del tatami m'aportava una sensació de llibertat que m'agradava molt», apunta. La judoka explica que sempre ha sigut molt competitiva i que de menuda ja li agradava la sensació de nervis abans d'un combat, però va ser un bon professor qui la

va fer especialitzar-se fins arribar tan alt.

Però a banda del judo i els esports en general, Ana Carrascosa també té altres aficions, com ara viatjar, anar a la mar o llegir. La lectura l'ha utilitzada molt com a mitjà de desconnexió, fins i tot les nits abans dels grans campionats:

**«Quan llig el meu cap s'involucra en el llibre i no està pendent del campionat»**

«Llegint el meu cap s'involucra en la història i no està pendent del campionat, i això em relaxa».

Un dels llocs on més li agrada llegir és a la platja: l'esportista relaciona els llibres amb el descans, i ara que ja no es dedica professionalment al judo té més temps per a la lectura, tot i que també estudia el grau en Educació Primària.



Ana Carrascosa ha sigut primera d'Europa i tercera del món en judo.

### **Mantindre la màgia dels amors de joventut**

A Ana Carrascosa li agrada llegir tot tipus de llibres, però especialment les novel·les que contenen alguna història d'amor. Creu que les persones ens sentim identificades amb les escenes amoroses. Com al llibre de Joan Pla, considera el primer amor inoblidable: «els primers besos no s'obliden, però els adults haurien de mantindre

la màgia dels amors de joventut», assegura.

Dels llibres que va llegir de menuda, la judoka recorda que li van agradar les *Rondalles* d'Enric Valor. Creu que és molt important llegir en valencià i que gràcies als llibres tant xiquets com adults coneixen la cultura valenciana i estimen més a prop de la nostra terra.

Dissabte, 18 de juliol



Diumenge, 19 de juliol

