



Laura Méndez exerceix també d'entrenadora d'atletisme.

## LAURA MÉNDEZ, ATLETA

«Participar en els Jocs Olímpics de Tòquio és un somni complit»

La vida de Laura Méndez no s'entén sense l'atletisme. Va començar a practicar aquesta disciplina quan tenia onze anys. «A mi sempre m'ha agradat fer esport. De menuda m'apuntava a totes les activitats esportives que feien al meu poble, una d'elles era la Volta a Peu d'Almussafes. Com que sempre quedava de les primeres, el Club d'Atletisme Passet de la Passet em va oferir apuntar-m'hi i des d'aleshores no he parat», conta.

Actualment, forma part del Club d'Atletisme Platges de Castelló. «Allí sempre m'han tractat molt bé, per això porte tants anys amb ells. És un dels millors clubs d'Espanya i d'Europa», declara.

La seua trajectòria com a atleta inclou tant campionats nacionals com internacionals. Va ser campiona d'Espanya júnior de 3.000 metres en pista coberta en 2007 i subcampiona d'Espanya absoluta de 3.000 metres

“El Club d'Atletisme Platges de Castelló és un dels millors d'Espanya i d'Europa”

en pista coberta en 2015. També va ser seleccionada per a representar Espanya en el Campionat del Món de Mitja Marató de Gdynia, Polònia, en 2020.

Fins i tot, va debutar com a olímpica als Jocs de Tòquio 2020. «Estar allí va ser complir un somni que tenia des de menuda. És el màxim que pot aconseguir un atleta. L'experiència va ser inoblidable, però no vaig poder acabar la marató per un colp de calor», explica. També recorda amb especial estima la seua primera marató als Països Baixos, on va aconseguir la mínima per als Jocs Olímpics de Tòquio 2020, i quan estava a l'eixida de la marató olímpica.

En l'actualitat continua dedicada a l'atletisme. Exerceix d'entrenadora de xiquetes i xiquets i de coordinadora d'atletisme de les escoles esportives de Sagunt.

LLEGIR EN VALÈNCIÀ... PER A SALVAR EL MÓN

### CONSCIENCIACIÓ NECESSÀRIA

*Les normes del joc*, de Pau Alabajos, és un dels onze llibres de la setzena edició de la campanya d'animació lectora «Llegir en valencià» i tracta qüestions com la pau, la justícia i les institucions sòlides. En aquest sentit, Laura no pot entendre «com pot haver-hi una guerra en el segle en què ens trobem en la qual maten gent innocent». I afegeix que parar aquesta barbàrie no depèn de nosaltres, sinó de les grans potències mundials, «que han d'adonar-se que les conseqüències les paga la societat civil: xiquets, dones, gent major...».

Pel que fa a la sostenibilitat –un altre dels temes de la campanya–, considera que hem de «conscienciar els més joves que entre tots hem de tindre net el planeta, utilitzar sempre matèries primeres reciclables i agafar el cotxe tan poc com siga possible». També creu que la lectura és «super necessària per a adquirir coneixements per a la vida quotidiana i poder formar-se opinions crítiques» i que «hem de protegir la nostra llengua perquè, si no ho fem nosaltres, no ho farà ningú».

DISSABTE, 23 DE JULIOL



per només  
**1€**

DIUMENGE, 24 DE JULIOL



per només  
**1€**

LOT «PER A SALVAR EL MÓN»

GRATIS  
amb la cartilla



Participa en [www.llegirenvalencia.org](http://www.llegirenvalencia.org)