

**SPORT STYLE** SUPLEMENTO DE  
ESTILO DE VIDA DE **DIARIO SPORT**

*Lydia Valentín*

# **El peso de la gloria**

Leyenda viva de la halterofilia, la atleta se abre en canal en sus memorias. Duro camino el suyo que ha querido compartir para que el mundo conozca su sacrificio, su esfuerzo y la intrahistoria de los escándalos del dopaje.

**LYDIA VALENTÍN** ► LA ATLETA PRESENTA SU AUTOBIOGRAFÍA EN LA QUE DESVELA SU DURO CAMINO Y DA CONSEJOS A LAS NUEVAS GENERACIONES



CARME BARCELÓ  
Fotos JOSÉ LUIS ROCA

# Más allá del músculo

**T**an fuerte. Tan dura. Tan 'ella'. Pero detrás del músculo, de las pesas y de esa fortaleza física y mental que muestra y demuestra hay una historia deportiva y personal compleja. Y eso es lo que ha querido explicar **Lydia Valentín** en 'El peso de la gloria', unas memorias en las que "me abro en canal. Quería y necesitaba hacerlo". Muy pocos saben que todo empezó gracias a un padre y una madre -sobre todo ella- que animaron y apoyaron a su hija cuando decidió ser haltera. "Otras compañeras habrán sufrido retenciones o negativas en casa o el entorno. En la mía lo viví con total normalidad. Fui una privilegiada". En primera fila estaban ellos junto a **Isaac**, su primer entrenador y su pareja, que ha sido el sostén en los últimos años. **Lydia** les miraba y señalaba con los ojos. Quería que todos los asistentes a la presentación de su primer libro repa-

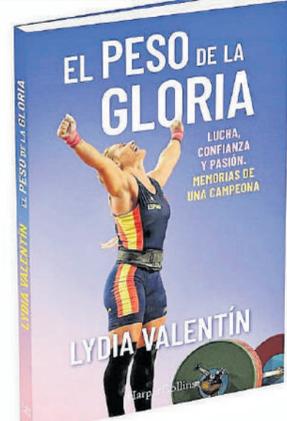


ran en los puntales de su vida. "Y ahí, al fondo, está mi traumatólogo. Ya sabéis lo que estoy pasando estos últimos meses con la cadera. Gracias a él sigo adelante y me estoy tomando el tiempo que necesito para sentirme bien". El objetivo está en los próximos Juegos Olímpicos, en los que todo apunta a que será la abanderada española. Ella sonríe y sólo acierta a decir que "sería la ilusión de mi vida". Personalmente, creo que lo será. Ahí lo dejo. Es imposible no ver en ella a un referente, a una mujer con mayúsculas que ha abierto un camino a

pesar de lo duro y difícil que ha sido el suyo. Porque le ha tocado luchar contra las 'malas', contra las que se dopan y ganan medallas ilegales. Que **Valentín** celebre las suyas a pie de calle, sin subirse al podio y años después, vale el doble. "El peaje hasta la gloria hay que pagarlo. Yo me enfrenté a las trampas del dopaje y, al final, fui reconocida".

## MAKING OF

La sede del Comité Olímpico Español fue el lugar elegido por **Lydia** para presentar su primer libro. Con ella, el presidente del COE **Alejandro Blanco**, que le dedicó palabras de cariño que emocionaron a la haltera. Fue un día de reencuentros, sonrisas y lágrimas más allá del día a día de las lesiones, las concentraciones y el gimnasio.



**El peso de la gloria**  
Lydia Valentín  
Ed. Harper Collins

## Especial Día de la Madre

Chaleco de plumas ligero de **Blauer** con forro amarillo

Cesto y sandalias para la playa o la piscina de **Lola Casademunt**

**Good Girl Glam**, de Carolina Herrera

**Bloom**, de Gucci

**Cherry in Japan**, de Escada

**You made me**, el mejor homenaje a una madre de **YSL Beauty**

**Venom** alivia dolores de espalda, de regla y es ideal para el calentamiento y la recuperación

**Luna**, una fragancia única de **Penhaligon's**

**Mama no hay más que una...**  
... Y cualquier excusa es perfecta para hacerle un regalo. Hoy y siempre. Aquí tienes una selección de propuestas con las que acertarás seguro.

**Pro Hydro-Mist Steamer**, el vaporizador ultrasónico de **Skinesis** by Sarah Chapman para una limpieza facial profesional en casa

Gafas de sol de la nueva línea 2022 de **Cottet**

**Gafas de sol de Vulgari**

Para madres deportistas, este vestido compresivo de **Oysho** es ideal

**Atelier des Fleurs**, de Chloé

**Bolso de Twenty Violets**

**Venus**, uno de los modelos más especiales de **Diadora Heritage**

Aceite para cara, cuerpo y cabello de **Nuxe** con una pulsera de regalo

**Instant Radiance Pack** de edición limitada, de **Mesoestetic**

**Zapatillas de Munich**

## Zona Vip



La presentación de **Abril**, el nuevo suplemento literario de **El Periódico**, reunió a un numeroso grupo de caras conocidas en el clandestino del Dry Martini. Arantza Sarasola, Javier Moll, Aitor Moll, Sergi Guillot, M<sup>a</sup> Eugenia Gay, Carlota Pi, Albert Sáez, Jaume Collboni, Ernest Maragall, Pilar Eyre, Àlex Salmon, Joan Vehils, Gerard Guiu, Javier Cercas y Carme Riera, entre otros, disfrutaron juntos de la Diada de Sant Jordi.



La **III Gala de la Fundación Querer**, precedida de unas interesantes Jornadas Neurocientíficas y Educativas, convocó a artistas de la talla de la soprano Angélica de la Riva, que actuó junto a la pianista ucraniana Anastasiya Frasyniuk, y Antonio Orozco. La presidenta de la Fundación, Pilar G. De la Granja, posó con los doctores y doctoras de las jornadas.



# Chao Pescao



EL PROCESO EXPERIENCIAL QUE PROPONE **CHAO PESCAO** TIENE DIFERENTES FASES:

- El cliente selecciona el producto de nuestra lonja
- Elige cómo quiere que se cocine
- Selecciona su aperitivo y bebida
- Pasa por caja y se le designa un número de comanda.
- El cliente espera a ser llamado por su número desde nuestra cocina donde recoge su marisco cocinado como desea

Apostamos por ofrecer **un producto fresco nacional de primera calidad** pero sin estar reñido **con un buen precio** apto para todos los bolsillos.



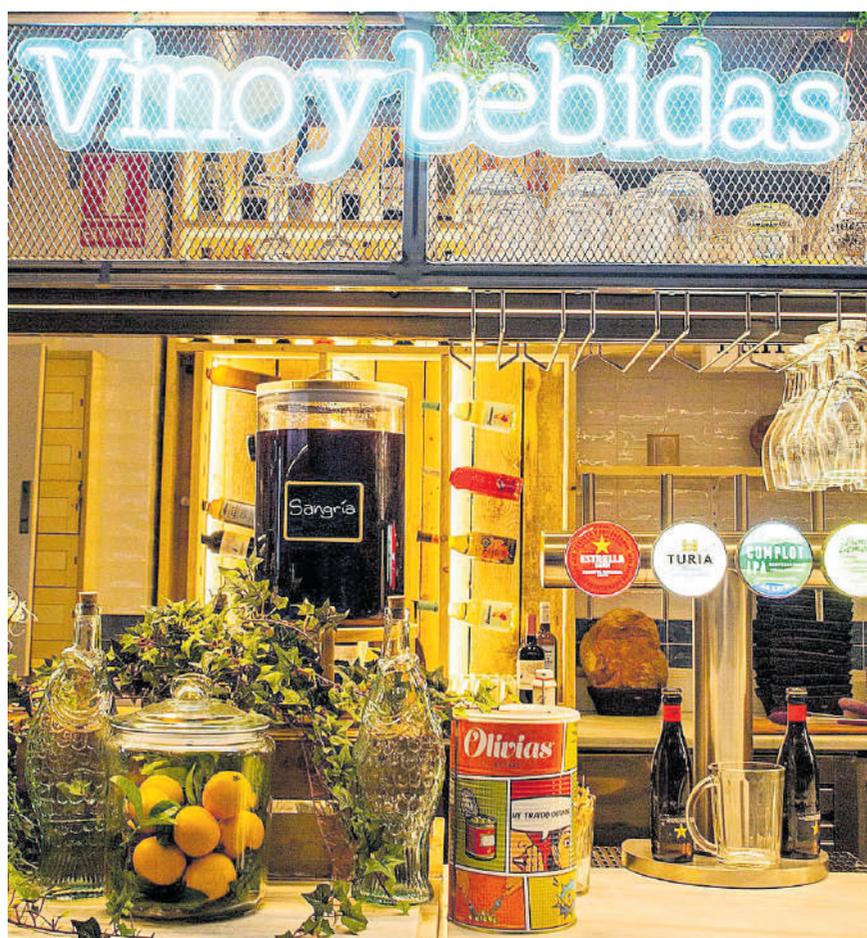
Tenemos la experiencia y el expertise de más de 20 años de las marisquerías pero ofrecemos una versión mejorada:

- Mayor surtido de producto fresco
- Amplia oferta de vinos y bebidas
- Postres caseros
- Menús saludables
- Oyster bar con partners como Moët y Torelló

En Chao Pescao la diversión está mas que asegurada, el cliente disfrutará de una experiencia única donde podrá interactuar y ser parte en el proceso.

Distendido, informal, divertido, casual food, sano, pescado y marisco al peso!  
**Bienvenidos a" CHAO PESCAO"**

**Chao Pescao** propone una experiencia gastro única caracterizada por su singular concepto de marisquería, que consiste en comprar el marisco y pescado al peso en nuestra lonja para luego ser llamado e ir recibiendo los platos para su degustación en el salón.



FICHA

**CHAO PESCAO**  
COMER ALLÍ  
Y DELIVERY

**Dirección:**  
Calle del Consell  
de Cent, 318,  
08007 Barcelona

**Teléfono:**  
930181164

**Web:**  
www.chaopescao  
seafood.com



SPORT  
&  
STYLE

**Directora:**  
Carne Barceló

**Email:**  
sportstyle@  
diariosport.com

**Teléfono:**  
932279400

SÍGUENOS EN:



sport.es



@sportstyle



@sportstyle15