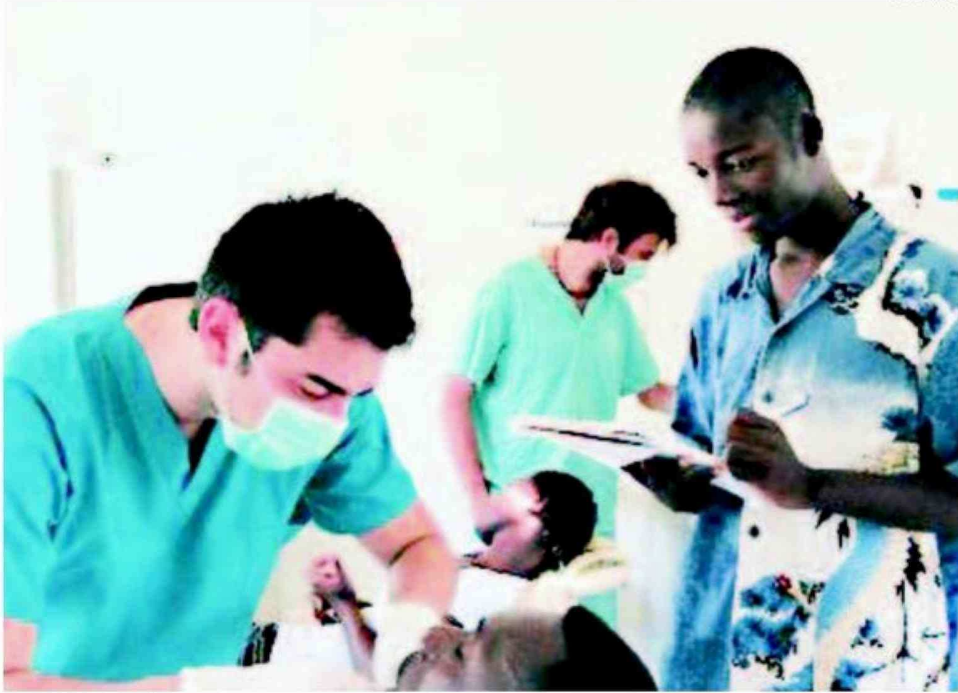


| Fecha | Fuente | Pag. | Art. | Titulo |
|------------|------------------------------------|------|------|---|
| 29/05/2012 | CRONICA DE CHILLAN - CHILLAN-CHILE | 15 | 2 | £1 ONDOTOLOGO QUE DARA LA CARA POR CHILE EN NIZA PARTE 01 |

JSALINAS



JAVIER PARTICIPÓ COMO DENTISTA EN UN VOLUNTARIADO EN HAITI.

El ondotólogo que dará la cara por Chile en Niza

TRIATLÓN. El próximo 24 de junio se realizará el Ironman en Niza, Francia, donde competirán más de 3 mil personas.

| Fecha | Fuente | Pag. | Art. | Título |
|------------|------------------------------------|------|------|---|
| 29/05/2012 | CRONICA DE CHILLAN - CHILLAN-CHILE | 15 | 3 | £1 ONDOTOLOGO QUE DARA LA CARA POR CHILE EN NIZA PARTE 02 |

Muchos son los casos de personas que tienen dos profesiones para aumentar sus ingresos, y dedican medio tiempo a una y luego a otra. Pero resulta más curioso que estas labores sean totalmente opuestas y que una de ellas se realice sólo por pasión, como es el caso de Javier Salinas Pino, un joven odontólogo chillanense de 26 años, titulado de la Universidad del Desarrollo de Concepción, y que hace 2 años se dedica al triatlón. Y no sólo eso, sino que participó del Ironman de Pucón y ahora apostará por ganador en la prueba más difícil en esta disciplina en Francia.

-¿Cómo llegaste a esta disciplina? ¿Desde qué edad?

- Comencé ya en nivel un poquito más profesional, dedicándole más tiempo en tercero o cuarto de universidad; comencé con running y después de 1 año, con gente común, amigos que se dedicaban al triatlón, comencé con esta disciplina en tiempos más cortos y luego empecé con lo que era el doble; al año siguiente uno un poquito más largo, Pucón este año y ahora viene el más exigente, que es el Ironman de Niza.

-Si te comenzó a gustar el deporte en la universidad, ¿por qué no te cambiaste a una carrera más afín?

- La verdad es que me gusta mucho mi carrera, pero el deporte lo veo también como una forma de canalizar y sacarte un poco la jornada laboral, el estrés; así comenzó como un pasatiempo y ahora se dieron vuelta las cosas y he dejado de lado mi profesión para dedicarme al triatlón.

- Respecto al Ironman de Francia, ¿qué te motivó a querer participar?

- Cuando comencé en el triatlón, el sueño mío era poder



ESTE ODONTÓLOGO ENTRENA TODAS LAS MAÑANAS PARA EL IRONMAN

competir en un Ironman, pero lo veía muy lejano, pero ya involucrado en el tema, entrenando con disciplina, te das cuenta que es posible ser parte de una prueba tan exigente como esa. Y ya practicando la disciplina hace 2 años, se me dio la oportunidad de participar en este campeonato mundial y me inscribí no más, y ahora tengo auspiciadores y todo el apoyo de la familia.

-¿Cuentas con financiamiento para participar en el Ironman?

-Cuando me inscribí no tenía financiamiento, pero ahora junto al Club Poseidón, al cual represento, generamos un proyecto para que la competencia fuera profesional y nos auspiciaron. Además, cuento con el apoyo de mi familia, mis amigos, el mismo club y el municipio de Chillán, de los cuales me siento muy agradecido.

- ¿Cómo haces para complementar tu profesión y el deporte?

- La verdad se hace muy difícil, ya que para entrenar para esta triatlón se necesitan mínimo 20 horas semanales, entonces cuando me inscribí en el Ironman tuve que dejar un trabajo y actualmente atiendo en el segundo turno en el Consultorio Isabel Riquelme sólo 3 horas, porque en la mañana me dedico a entrenar.

- ¿En qué consiste tu entrenamiento?

- Para esta carrera estoy entrenando desde enero, sin embargo estuve en el de Pucón en octubre, que también fue un tipo de preparación. Sobre el entrenamiento diario, son entre 20 y 25 horas semanales que se dividen entre natación, bicicleta y trote; generalmente son 4 horas de entrenamiento que pueden ser trote y natación o bicicleta y piscina, y los fines de semana son salidas largas de bicicleta, que son de 5 a 7 horas. Además cuento con un entrenador, Nelson Rivera, y un kinesiólogo, Salvador Busto.

- ¿Quieres dedicarte profesionalmente a este deporte?

-Me encantaría poder dedicarme profesionalmente, porque el deporte es algo que te libera de los problemas. CB

| Fecha | Fuente | Pag. | Art. | Titulo |
|------------|------------------------------------|------|------|---|
| 29/05/2012 | CRONICA DE CHILLAN - CHILLAN-CHILE | 15 | 4 | £1 ONDOTOLOGO QUE DARA LA CARA POR CHILE EN NIZA PARTE 03 |

“Me encantaría poder dedicarme profesionalmente a esto y aunque me gusta mi profesión, el deporte es algo que te libera de todo los problemas”

Javier Salinas

