

ODDAGARRB
MÁS QUE UN ATLETA



Álvaro Gil Ruiz



Una de las leyendas contemporáneas del atletismo mundial es, sin duda alguna, el español Jesús García Bragado. No sólo por todo lo que ha logrado, sino también, y sobre todo, porque es ejemplo de constancia y modelo de deportista que alcanza lo que se propone. Esto es gracias a sus cualidades deportivas, pero principalmente por su psicología de superación de “imposibles” que ha desarrollado a lo largo de su carrera deportiva. Y es que Chuso nunca se ha quedado donde estaba. Siempre ha ido más allá.

Pero ¿cuáles son sus logros? Es el atleta de mayor edad de los últimos tiempos que ha participado en los JJOO: 8 veces, la última en **Tokyo 2020**. (Donde su disciplina, 50 km marcha, ha desaparecido de los Juegos Olímpicos.) Además, ha participado en 13 mundiales: en **Stuttgart 93** fue campeón del mundo y en tres de ellos obtuvo la medalla de plata. Tiene una merecida fama de haber marchado siempre en condiciones extremas, como por ejemplo en **Doha**. Y es que en estas difíciles circunstancias Chuso suele crecerse.

Pero todo el mundo tiene su comienzo, sus dificultades y momentos de gloria. En este breve libro te contaremos los momentos más importantes de su vida, trazando una línea del tiempo en la que se reflejen sus valores más importantes. Para ello contamos con su aprobación y una visión amplia de su vida, que va desde sus orígenes -ya que hemos podido entrevistar a Lázaro Linares, el que fue su mentor- hasta la actualidad. Hemos leído y escuchado también múltiples entrevistas en diferentes medios. Pero principalmente la esencia del libro está en una conversación distendida con él.



EMPECEMOS...

Su padre es de Ávila y fue taxista. Su madre venía de Zamora y es ama de casa. Vinieron a Madrid a prosperar, como tantas personas del siglo pasado. Con la educación recibida de sus padres, salieron adelante y formaron una familia.

Jesús Ángel, conocido como Chuso, fue el segundo hijo del matrimonio. Nació el 17 de octubre de 1969 en Madrid. Sus padres siempre le han apoyado y le han prestado ayuda, sin ser proteccionistas.

Fue educado para ser libre y responsable. En su familia recibió una educación cristiana. Ésta se manifiesta, por ejemplo, en la asistencia a la Misa dominical y en una serie de valores, como la constancia, la solidaridad, el compañerismo, la coherencia y el espíritu de servicio que se ven reflejados en su trayectoria.

De pequeño practicaba judo, balonmano,... Era aficionado del Atleti. Sus padres vivían en el barrio de la Concepción. Allí empezó a ir por la asociación juvenil Quintana, tras participar en un campamento de verano organizado en Torremocha (Guadalajara) por esta asociación. A través de Quintana conoció el [colegio Tajamar](#). Como no quería estudiar Bachillerato nocturno en el colegio del que procedía, al enterarse de que podía estudiar Formación Profesional en Tajamar, le atrajo esta opción.

El Instituto de Artes Gráficas Tajamar era un centro puntero, con gran prestigio internacional, esto le convenció y se matriculó en el primer curso. Su llegada a Tajamar le hizo cambiar de amigos y disfrutar del estilo educativo propio de esta institución. Meco, Buendía, Torreciudad... son lugares habituales donde disfrutó, convivió con sus compañeros y se formó humana y deportivamente. Recuerda de manera muy grata a profesores como **Pedro José Cerrato, recientemente fallecido**. Todas estas circunstancias fueron configurando su personalidad.

Después de un tiempo tuvo la oportunidad de practicar atletismo en el Club Deportivo Tajamar. Una de las grandes figuras de este club en aquel momento era Lázaro Linares. Allí se conocieron...

LÁZARO LINARES, EL DESPEGUE

Lázaro Linares, entrenador nacional de atletismo y Medalla al Mérito Deportivo, recibió la visita de Chuso, que tenía entonces 17 o 18 años. Él mismo veía que el atletismo de fondo, que había estado practicando hasta entonces, no era lo suyo.

Un día que Lázaro entrenaba a sus atletas, sentado en su famoso tronco, que siempre ha usado como punto de observación para dirigir a sus deportistas, Chuso se le acercó. Y mantuvieron una breve conversación.

Lázaro nos cuenta que lo primero que le dijo Chuso es que quería ser un campeón, Lázaro, sorprendido por el comentario, se rio de él y le contestó:

- *Anda y yo también. ¿Tú sabes lo que supone ser un campeón?*
- *Sí, supone ganarlo todo.* -le Respondió Chuso.
- A lo que Lázaro añadió:
- *Eso es muy difícil.* Para ser bueno hay que tener facultades extraordinarias.

A continuación, Lázaro empezó a enumerar cada una de las disciplinas del atletismo y a concretar las posibilidades que tenía Chuso en cada una de ellas:

- *Velocidad no, porque no tienes rapidez. Para saltar tampoco tienes condiciones, porque también se necesita velocidad. Para lanzar no, porque no eres alto.* -Y así le fue desmontando una a una las diferentes ramas del atletismo.
- *-Sólo te queda una prueba que podrías llegar lejos, pero solo si eres un masoquista, si no, no.*

Desde entonces Lázaro ha sido un referente de Chuso en lo deportivo y en lo personal.



PRIMEROS VUELOS... CARLOS MONTES

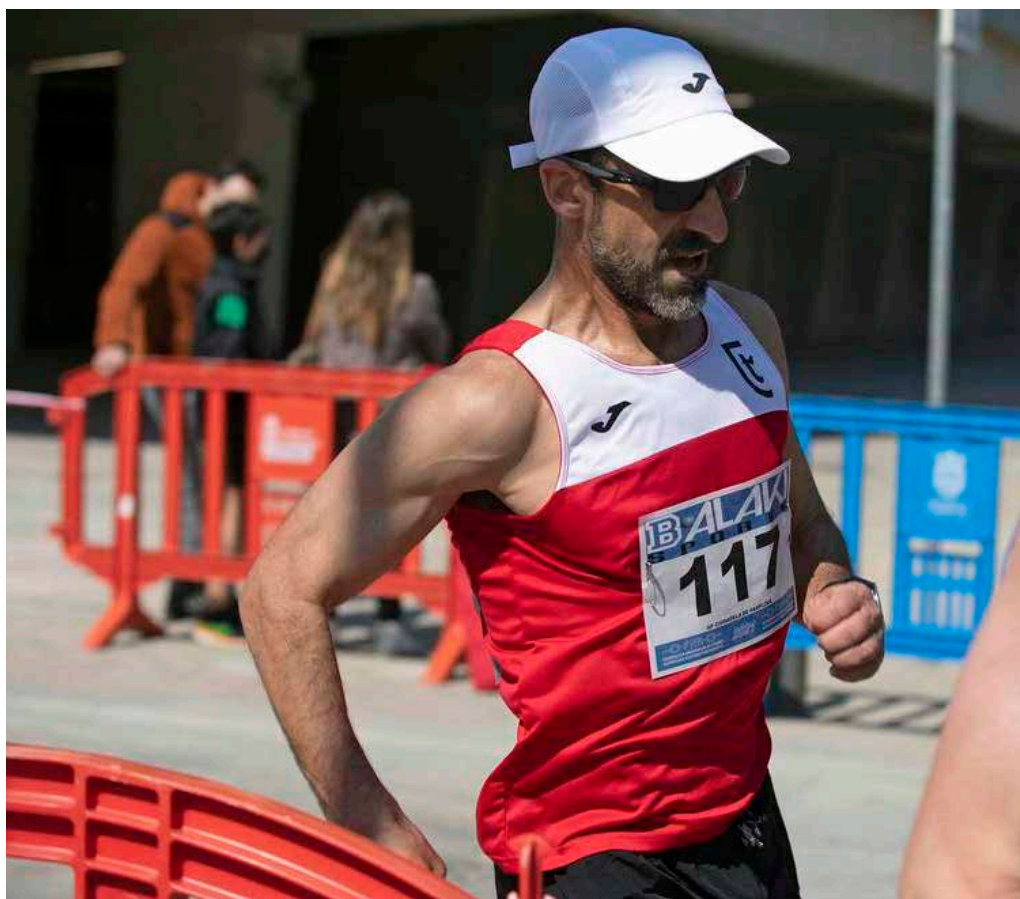
En los años 90 Chuso dejó a Lázaro, que era entrenador de lanzamiento de martillo, y empezó a entrenar con Carlos Montes en Tajamar, ya que Carlos era especialista en esta disciplina.

Pero Carlos, que era ingeniero y trabajaba en la Casa de la Moneda, tenía poco tiempo para el atletismo. Al final, Chuso se vio en la necesidad de cambiar de entrenador.

TRAYECTORIA METEÓRICA... CAMPEÓN DEL MUNDO

Poco después le dieron una beca externa en la [Blume](#) en Madrid y empezó a entrenar con **Alberto Jiménez**, a sesiones de mañana y tarde.

Podemos decir que a partir de entonces su trayectoria deportiva fue meteórica. Pronto llegarían los frutos de un entrenamiento muy constante, exigente y de mayor calidad. Consiguió clasificarse para Barcelona 92.



Sus entrenamientos eran muy duros. Por ejemplo, todos los fines de semana subía con su padre a la sierra madrileña para prepararse para el mundial. Acostumbraba a recorrer, haciendo marcha, el trayecto entre Cotos y Navacerrada. También subía al monte con una mochila cargada con 8 kgs de peso. O hacía 50 km marcha: un kilómetro lento y otro rápido.

Y así comenzó su trayectoria, que coronó en su “gran puerto de montaña”: a los 23 años fue campeón del mundo en **Stuttgart 93**. Después, plata en **Atenas 97**, en **Edmonton 01** y en **Berlín 09**.

De todas las competiciones en las que puede participar un deportista de élite, la más legendaria y mítica, sin duda alguna, son los JJOO y más en el caso de Chuso, que encarna en su vida los valores olímpicos.

VIAJE POR LOS JUEGOS OLÍMPICOS... 8 PARTICIPACIONES



JJOO DE BARCELONA 92

Los JJOO de Barcelona 92 fueron su primera participación. Tenía 22 años. Quedó en décima posición en su disciplina, en 50 km marcha. Y fue el segundo español. Hizo un tiempo de 3 horas 58 minutos y 43 segundos.

JJOO DE ATLANTA 96

Con 26 años, se retiró de los JJOO no logró terminar. Además tuvo una disputa con el seleccionador nacional porque no le dejaron entrenar donde él había solicitado, lo que le llevó a dar un

giro en su estrategia. Su carácter temperamental le jugaba malas pasadas y le hacía cometer errores de principiante. A partir de entonces decidió tomarse los entrenamientos y la vida con más calma y cabeza. Y se fue a entrenar con [Jordi Llopart](#).

Jordi le dio otra visión del atletismo. Le reilusionó dándole una manera nueva de pensar y entrenar. Jordi era un soñador. Lo que él creía se lo hacía creer a Chuso. Le reconfiguró como persona. Podemos decir que le “re-ilusionó” para la competición.

Pero tras 2 o 3 años, Jordi adquirió nuevas ocupaciones que le impidieron dedicar



a Chuso el tiempo que requería, Chuso solicitó a la Federación permiso para cambiar de entrenador. Sin embargo, al no encontrar a nadie que reuniese las condiciones adecuadas para entrenarle, le dieron permiso para que pudiera entrenarse a sí mismo.

Esto no significa que no contara con un equipo de especialistas que le rodearan. Como, por ejemplo, el doctor **Xavier Leiva** que, desde 1995 le asesoró en varias ocasiones, ayudándole a mejorar su modo de competir.

Con 30 años quedó en 12ª posición y segundo de los españoles, con un tiempo de 3 horas 49 minutos y 31 segundos. En estos Juegos se dio cuenta de que el esfuerzo llevado a cabo no correspondía con sus resultados. Venía del Mundial de **Sevilla 99** con el ánimo por los suelos, ya que se había visto obligado a abandonar. Fueron momentos duros, en los que entrenaba mejor, pero en los que sin embargo no obtenía los resultados que esperaba.

Volvió a cambiar de estrategia. Empezó a participar en competiciones de atrás hacia adelante. Es decir, una estrategia que suponía ir recuperando puestos a lo largo de la prueba.

En Atenas obtuvo su primer diploma olímpico con 34 años, ya que quedó en 5ª posición. Y quedó como mejor español, con un tiempo de 3 horas 44 minutos y 42 segundos. El doctor **Xavier Leiva** le seguía asesorando. Chuso aprendía de él y el doctor aprendía de Chuso.



JJOO DE SYDNEY 2000

JJOO DE ATENAS 2004



JJOO DE PEKÍN 2008

Al comenzar estos Juegos hacía todavía poco tiempo desde que se había operado la cadera con el doctor **Manuel Rivas**, que después seguiría atendiéndole durante años. Parecía el final de su carrera, con 38 años. Además, emocionalmente, estaba tocado porque se acababa de separar de su mujer. Aún así quedó en 4ª posición y fue el mejor español. Mejoró su tiempo, obtuvo de marca 3 horas 44 minutos y 8 segundos.

JJOO DE LONDRES 2012

Con 42 años quedó 17ª posición y volvió a ser el mejor español con un tiempo de 3 horas 48 minutos y 32 segundos.

JJOO DE RÍO 2016

Quedó en 20ª posición y volvió a ser el mejor español. Pero en esta ocasión recibió una gratificación y un reconocimiento que quizá sea mayor que una medalla. A su llegada al aeropuerto de Río de Janeiro le esperaban todos los atletas españoles, para hacerle un emotivo y cariñoso “paseíllo”, reconociendo que era una gran leyenda del atletismo. Y un gran ejemplo de superación y constancia.

HOMENAJE EN SU COLE EN 2016

Un mes después del “paseíllo”, a su regreso de los JJOO de Río en 2016, fue invitado por su colegio y primer club deportivo, Tajamar, para recibir la medalla del deporte de esta institución y para dar la salida a la 21ª edición de la carrera de los 500 km que organiza este centro educativo. Allí le hicieron otro “paseíllo”, los alumnos del colegio, a modo de homenaje por su trayectoria, que también disfrutó de igual manera que el que le hicieron en Río.



JESÚS ÁNGEL GARCÍA BRAGADO
CHUSO. MÁS QUE UN ATLETA

JJOO DE TOKYO 2020

Durante la preparación de estos JJOO entrenó y participó en varias competiciones, representando a la institución que le vio nacer, el Club Deportivo Tajamar. La prueba no se celebró en la sede principal de las olimpiadas, en Tokio, sino en Sapporo, una ciudad al norte Japón. Esta ciudad está situada en la parte suroeste interior de la isla de Hokkaidō. Tokio es más húmeda y calurosa. En cambio Sapporo es más fría y extrema, lo cual no benefició a Chuso, aunque no impidió que lo hiciera lo mejor que pudo, como siempre.

DOHA, MÁXIMA EXPRESIÓN DE CHUSO

En el mundial de Doha 19, 13^º participación en un mundial, hizo un tiempo de 4 horas 11 minutos y 28 segundos y quedó 8^º. Más allá de los resultados aparentemente mediocres, en Doha se consagró como un atleta preparado para superarse en las peores condiciones.

DEPORTISTAS CON VALORES PARA BRAGADO

Chuso es un gran convencido de que a través del deporte se aprenden valores y virtudes humanas que sirven para la vida. Cualquier deportista con espíritu de superación es un ejemplo de ello.

Entre los muchos deportistas que destacan por su trayectoria deportiva y por llevar una vida coherente con sus principios, con una vida volcada en devolver lo que han recibido de sus entrenadores y seres queridos, Chuso destaca a dos: [Rafa Nadal](#) y [Pau Gasol](#). Para él son modelos de deportividad, de vidas discretas, de participar en proyectos solidarios, de dar buen ejemplo con su buen hacer... Estos deportistas además son



conscientes de que son un referente para muchas personas, y, a la vez, no se sienten especiales.

Chuso ha destacado por rehacerse varias veces. Podríamos decir que se ha reconfigurado o reprogramado en múltiples ocasiones. Lo que supone una carrera deportiva muy larga. Esa continuidad viene del sentido de la vida que él tiene. Su proyecto vital o sus retos vitales han sido su continua superación. No se ha quedado parado ante los obstáculos. Los ha ido superando. Otro motivo para ser un atleta tan longevo es que el dinero no ha sido su motivación, sino una manera de subsistencia. Su principal motivación ha sido sortear los momentos críticos para dar lo mejor de sí. El hecho de estar en la alta competición deportiva es algo muy valorado por él y un motivo que le lleva a dar gracias a Dios. Esto supone esfuerzo y dedicación. Y renuncia de muchas comodidades por un bien superior.

ALGUNOS VALORES QUE HA TRANSMITIDO CHUSO EN EL DEPORTE

Chuso ha estudiado podología para conocer bien el “pie” y poder ayudar a los demás. Forma parte de un proyecto de podología que se lleva a cabo en la Clínica [Podoactiva](#).

La sede central de esta clínica podológica está en el Parque Tecnológico Walqa, en Huesca. Se trata del mayor espacio de Europa dedicado al diagnóstico y tratamiento de podología. Con la dedicación y valores adquiridos en el deporte, quiere ayudar a todos los pacientes que pasan por allí.

QUÉ HACER DESPUÉS DE LA COMPETICIÓN

Por otro lado, no ha dejado el atletismo. Tiene un proyecto de búsqueda y desarrollo de talentos para el atletismo en las comarcas rurales del interior de Cataluña y Huesca. Allí piensa encontrar jóvenes con un perfil adecuado para este deporte, proyecto para el que está buscando financiación. Su idea es proporcionar una formación integral que atienda a toda la persona; de tal modo, que no desarrolle sólo las cualidades deportivas de la joven promesa, sino también su estudio y su personalidad. Chuso está plenamente convencido de que los valores desarrollados en el deporte le puedan ayudar después para servir a la sociedad y para configurarlo como persona.

AGRADECIMIENTOS

A Jesús García Bragado, por facilitar tanto este proyecto. Y por la entrevista que nos concedió.

A la RFEA y a su presidente, Raúl Chapado, por su apoyo en la publicación de este libro.

A Lázaro Linares, por la entrevista concedida.

A Adolfo Torrecilla, Juan Gato, Pablo Álvarez, Carlos Heras, Miguel Abad, Juan Antonio Pérez-Foncea, José María Galindo y Mariano Sánchez, por la supervisión del proyecto.

A Juanma Cabrera, por el diseño del libro y por su disponibilidad para sacar adelante este proyecto.

FUENTES

Archivo fotográfico de la RFEA, fotógrafo: Miguélez TEAM.

Fotografía: Archivo Tajamar, Álvaro García Fuentes, Carlos de la Calle.

Entrevista a Chuso sobre su infancia en junio de 2021. Inédita, no publicada.

Entrevista del autor a Lázaro Linares en enero de 2021. Inédita, no publicada.

Podcast “Planeta Olímpico”: El mito de Jesús García Bragado, a fondo: https://www.eurosport.es/juegos-olimpicos/podcast-planeta-olimpico-el-mito-javier-garcia-bragado-a-fondo_vid1292587/video.shtml

Entrevista en Hoy por Hoy de la Ser. https://cadenaser.com/programa/2019/10/30/hoy_por_hoy/1572429994_659468.html

Artículo muy completo:

<https://olympics.com/tokyo-2020/es/noticias/garcia-bragado-marcha-hacia-sus-octavos-juegos-y-hacia-la-historia>

Web Tajamar:

<https://www.tajamar.es/el-alumni-tajamar-garcia-bragado-el-atleta-mas-querido-de-los-jjoo-de-rio/>

Olympics

<https://olympics.com/tokyo-2020/es/noticias/garcia-bragado-marcha-hacia-sus-octavos-juegos-y-hacia-la-historia/>

TVE

<https://www.rtve.es/noticias/20210606/bragado-marchador-espanol-51-anos-afronta-octavos-jjoo/2098227.shtml>

Marca. Doba 19.

<https://www.marca.com/atletismo/mundial-de-atletismo/2019/09/29/5d9005d8268e3ebd718b45cc.html>

SOBRE EL AUTOR

Es profesor de Primaria en el colegio Tajamar. También se dedica al divulgar la vida de personas con valores a través de su canal de Youtube:

https://www.youtube.com/channel/UCsakhYpnhQtsOj2apqRKZIQ?view_as=subscriber

Y de libros como: <https://docs.google.com/document/d/1Mf4wlyXhHdZvVw9YgSUHKToETEuW2dZ3bMTOdOZLck/edit>

Puedes escribirle a agil@tajamar.es y seguirle en:

Twitter: @AgilRuiz

Instagram: <https://www.instagram.com/gilorio/?hl=es>

Facebook: <https://es-la.facebook.com/agilruiz>



The background is a dark, almost black, space filled with intricate, glowing green patterns. These patterns consist of thin, flowing lines that resemble light trails or energy paths, interspersed with numerous small, bright green dots of varying sizes, some of which appear to be in motion, creating a sense of depth and dynamic energy. The overall aesthetic is futuristic and ethereal.

BRAGADO

MÁS QUE UN ATLETA