

Atletas PrepaTec conquistan plata y bronce en nacional de atletismo



Ambas atletas destacan que el progreso real toma tiempo y que confiar en el proceso es clave

09/04/2025

Kevin Chaires

Atletas de **PrepaTec Metepec** y **Toluca** lograron **podio** en el **Nacional de Atletismo** y compartieron su camino hacia el éxito con CONECTA.

En el torneo organizado por la Comisión Nacional Deportiva Estudiantil de Instituciones Privadas (**CONADEIP**), participaron casi **500 atletas** de 37 instituciones educativas.

“Fue una experiencia muy grata”, compartió **Yara Maturana**, estudiante y atleta de [PrepaTec Metepec](#), medallista de **plata** en los **400 metros planos** Categoría Juvenil C Rama Femenil.

*“Te hace sentir satisfecho de que toda la preparación que tuviste dio los resultados que esperabas; el esfuerzo y **dedicación** valieron la pena”, dijo.*



Yara con su compañeras de competencia durante la ceremonia de premiación. Foto: Cortesía.

La recompensa al esfuerzo: el orgullo de una medalla nacional

De acuerdo con Yara durante la competencia se enfocó en su proceso y en **disfrutar** el momento.

*“Estuve concentrada en lo que tenía que hacer, confiando en mí misma y en mi trayecto. Me sentí principalmente contenta por tener la **oportunidad** de participar”, dijo.*

Ahora, su meta es superar sus propios **tiempos** y seguir entrenando para romper sus marcas personales. Para Yara su consejo para quienes la rodean es claro.

*“Aunque a veces parezca difícil lograr lo que queremos, siempre hay que saber aprovechar las oportunidades que nos ayudan a ser mejores y **confiar** en el proceso”, señaló.*

“Siempre hay que saber aprovechar las oportunidades”.- Yara Maturana.

Yara durante la competencia de **400 metros planos** Categoría Juvenil C Rama Femenil. Foto: Colaboradores.



Yara también reconoció la importancia del **entorno educativo** en su crecimiento como atleta.

*“PrepaTec me ha permitido desarrollar mis **habilidades académicas y deportivas** . Me impulsa a mejorar y se preocupa por nuestro bienestar emocional y mental. Siento que estar en PrepaTec es una preparación integral para la vida”, expresó.*

Una pasión que nació desde la infancia

Para Valentina Guzmán, atleta y estudiante de [PrepaTec Toluca](#), quien obtuvo medalla de **bronce** en **Salto de Longitud** Categoría Juvenil C Rama Femenil, esta victoria representa años de dedicación.

*“Practico atletismo desde los **6 años**, y obtener una medalla en una competencia de este nivel demuestra que todo el **esfuerzo** ha valido la pena”, puntualizó.*

A pesar del intenso calor que se vivió durante la competencia en Monterrey, con temperaturas que alcanzaron los 35°C, Valentina comentó que supo **adaptarse física y mentalmente**.

*“Tuve que modificar mi calentamiento, mi hidratación y mi alimentación para rendir al máximo. A veces es necesario **adaptarse** a las condiciones que se presentan”, mencionó.*



Valentina momentos antes de la competencia. Foto: cortesía.

Para ella este logro también marcó un antes y un después en su **preparación psicológica**.

*“**CONADEIP** me ayudó a sentirme más segura de mí misma, especialmente en el aspecto mental”, dijo.*

Ahora se prepara para el **macroregional CONADE en Jalisco**, con la mirada puesta en clasificar al **nacional de Federación**, que abre la puerta a competencias internacionales.

*“Mi consejo sería no desanimarse. Todos los sacrificios y el esfuerzo constante valen la pena. A veces esperamos resultados inmediatos, pero el **progreso real** toma tiempo”, manifestó.*



Valentina durante la competencia de **Salto de Longitud** Categoría Juvenil C Rama Femenil. Foto: cortesía.

Finalmente, ambas atletas coincidieron en que el acompañamiento integral que reciben en el **Tec** ha sido clave en su desarrollo: desde entrenamientos personalizados, hasta atención psicológica, nutricional y el respaldo académico para equilibrar su formación.

*“El Tec ha sido fundamental no solo en lo académico, sino también en lo deportivo. Nos brindan todo el respaldo necesario para lograr un **desarrollo óptimo**”,* concluyeron las atletas.

LEE TAMBIÉN:

