

Oro acuático: alumna PrepaTec gana torneo nacional de natación



La estudiante participó en las pruebas de 2 mil 100 y 5 mil metros en el Serial de Nado de Aguas Abiertas nacional

13/08/2025

Ellian Victoria Carvajal Ruiz

Ellian Victoria Carvajal, estudiante de [PrepaTec Navojoa](#), logró 2 oros en la competencia nacional en [El Serial de Nado de Aguas Abiertas](#).

Se enfrentó a **competidoras nacionales** de ciudades como Hermosillo, Ciudad Obregón y Guadalajara, colocándose en **primer lugar** en las pruebas de distancia de 2 mil 100 metros y 5 mil metros en la **categoría femenil** de **nado abierto**.

*“Me gusta saber que **hice lo mejor** y que mis entrenamientos **dieron frutos**”, comparte Ellian, “al ganar, sabes que llegaste y que **lo diste todo** para estar ahí”.*

Participó en la competencia **Mi Amigo Fit** que se desarrolló en **Playa Miramar**, en Guaymas, Sonora y en **Playa de Algodones**, en San Carlos, Sonora.

El Serial de Nado de Aguas Abiertas reúne **3 cruces** de San Carlos: Algodones, Miramar y San Carlos.

"Me gusta saber que hice lo mejor y que mis entrenamientos dieron frutos. Al ganar, sabes que llegaste y que lo diste todo para estar ahí".

La experiencia de ganar

Su **primer triunfo** en **Mi Amigo Fit** fue también su **primer experiencia nadando** en la **Playa de Miramar** en esa categoría y distancia.

"Todo fue diferente, la ruta, el lugar y la vivencia; hice lo mejor que pude **en lo desconocido**".

Un fin de semana después, Ellian también obtuvo el que sería su **segundo triunfo** y su **primera vez nadando** los 5 mil metros en **mar abierto**.

En esta ocasión, compartió aguas con **competidores experimentados** en categorías de **media** (5 kilómetros) y **larga distancia** (15 kilómetros) y se llevó el **oro en la rama femenil**.

"Decidí **seguir a un nadador** que participa en los **10 kilómetros** y no paré hasta llegar a la **meta**, ahí me di cuenta de que **había ganado**".



Ellian Carvajal, ganadora Mi Amigo Fit en categoría femenil de 2 mil 100 metros de natación en mar abierto | Foto: Ellian Victoria Carvajal Ruiz

Nadando de preescolar a la preparatoria

De acuerdo a la estudiante, desde los **4 años** se dedica a la natación, deporte que ama y al que le dedica **tardes de entrenamiento** en diferentes piscinas de su natal **Navojoa**.

Sus padres tuvieron un impacto muy grande en su **pasión por nadar**, apoyándola e incitándola a **participar** en todas las **actividades de nado** locales y estatales.

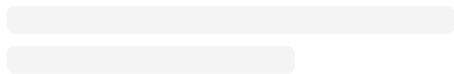
La estudiante comparte que su **competencia favorita** la vivió en el [Tec Campus Sonora](#), en donde convivió con otras nadadoras y se llevó **el oro** en la **temporada 2023**.

Buscando una oportunidad para crecer en la natación, Ellian **dejó los límites** de las albercas y comenzó a participar en **competencias en mar abierto**.

*“Me encanta nadar en el mar y poder ver **todo lo que me rodea**; con los paisajes y la tranquilidad **me vuelvo una con el agua**”.*



[View this post on Instagram](#)



Actualmente, la navojoense dedica más de **4 horas diarias** a su entrenamiento.

*"Hago 2 horas de natación, 1 hora de gimnasio y 1 hora de crossfit **todos los días**"*

.

Si bien los **frutos de su esfuerzo** han sido reconocidos, Ellian debió encontrar un **balance** para cuidar sus estudios y darlo todo en la natación.

Además de su **rutina**, comenta que incursiona en **otras actividades** para **lidiar con el estrés** y la ansiedad de su vida diaria.

*"Dibujar me **relaja mucho** y también salgo a correr; me ayuda a **conectar conmigo** y a prepararme para **lo que sigue**".*

"Me ayuda a conectar conmigo y a prepararme para lo que sigue".

Además de sus logros en **Mi Amigo Fit 2025**, Ellian fue galardonada por su desempeño en diferentes competencias.

Durante el **Campeonato Estatal de Natación en Curso Corto 2024** ganó 1 medalla de **primer lugar** y 6 de **segundo lugar**.

Participó en el **Torneo de Natación en Club Los Lagos Hermosillo 2024** y fue premiada con el primer lugar.

En septiembre del 2024, participó en **Mi Amigo Fit** y ganó el **primer lugar absoluto** en natación de 2 mil metros en **mar abierto** y en categoría femenil.

En el **Campeonato Estatal de Natación en Sonora 2025** obtuvo 1 medalla de **primer lugar** y 6 de **segundo lugar**.



Triunfos y competencias de Ellian Carvajal en natación | Foto: Ellian Victoria Carvajal Ruiz

Un futuro en la natación

La alumna **continuará participando** en las competencias del **Serial de Nado de Aguas Abiertas de Mi Amigo Fit** durante los siguientes meses.

Busca tener una **participación activa a nivel estatal** en las competencias por parte del [Tecnológico de Monterrey](#) y de otras **instituciones deportivas**.

*“**Mi meta** es competir en la alberca de **Ana Gabriela Guevara** en Estado de México, me encantaría conocerla y **ganar ahí**”.*

Con el objetivo de nadar en **aguas internacionales**, la alumna y deportista **sueña con participar** en la competencia [Oceanman](#), cuya sede para el 2025 será Cozumel, México.

Dicho evento se presenta como una experiencia para **nadadores profesionales** de impacto **mundial**, y se llevará a cabo en **mares desafiantes** de Salinas en Ecuador, Goa en India, entre otros.



Triunfos y competencias de Ellian Carvajal en la natación | Foto: Ellian Victoria Carvajal Ruiz

Ellian compartió las **grandes inspiraciones** que ha tenido a lo largo de su trayectoria como nadadora premiada y mencionó a figuras como **Summer McIntosh** y **Gretchen Wals**.

Igualmente, mencionó que su **mayor inspiración se encuentra en casa** y reconoció a su madre, **Alejandra Carvajal Ruiz**, como el **motor principal** de sus triunfos.

Buscando inspirar a **nuevas generaciones** de mujeres en la natación, la alumna compartió su **experiencia** a través de los sentimientos generados por su **amor al deporte**.

*“No le tengan miedo al fracaso, **su triunfo depende de ustedes**. En la natación **eres tú contigo misma**, tienes una conexión con tu mente, tu cuerpo y el mar”.*

QUIZÁ QUIERAS VER:

