

Plata y bronce: estudiante de PrepaTec SLP gana olimpiada en ciclismo



La atleta de 15 años entrena hasta 400 kilómetros a la semana para su preparación competitiva

27/05/2026

Cortesía: Jimena Méndez

Jimena Méndez, estudiante de segundo semestre de [PrepaTec campus San Luis Potosí](#), obtuvo la medalla de **plata en la prueba ruta** y **bronce en combatividad** por equipos durante la [Olimpiada Nacional de Ciclismo](#), realizada en Jocotepec, Jalisco.

A sus **15 años**, la ciclista potosina subió al podio tras competir en un **circuito de 60 kilómetros** que puso a prueba su resistencia. Méndez participó en **dos modalidades**: la prueba **contrarreloj individual** de 10 kilómetros y la **prueba de ruta**, en donde se enfrentó a **subidas y bajadas** dentro de un circuito.

Además de su logro individual, **sumó puntos** junto a 2 de sus compañeras potosinas, para obtener la **medalla de bronce** en la modalidad de **combatividad por equipos**.

“Cuando crucé la meta lloré de felicidad, fue un momento inolvidable”, recordó Jimena sobre su llegada en segundo lugar en la prueba de ruta.

Jimena Méndez y sus compañeras del equipo de San Luis Potosí posan junto a su entrenador tras obtener medallas | Fotografía cortesía: Jimena Méndez



Exigencia deportiva y compromiso académico

El camino hacia la olimpiada nacional implicó un **incremento de intensidad** a su preparación. Uno de los **principales desafíos** para la estudiante es la **falta de**

competencia femenina de manera local en su categoría.

Para alcanzar el **nivel competitivo**, la atleta dedica **largas jornadas de entrenamiento** sobre la bicicleta, donde acumula hasta **400 kilómetros a la semana**. Estas sesiones incluyen 3 horas en el parque y rodadas de hasta **150 kilómetros en carretera**.

"Aquí no hay tantas ciclistas de mi categoría, así que entrenar puede ser complicado, pero me ha enseñado disciplina y resiliencia", señaló.

A la **exigencia deportiva**, se le suma el reto de **equilibrar su vida académica** y un deporte de alto rendimiento. Como estudiante con beca, Jimena reconoce que **el esfuerzo debe ser en ambos ámbitos**.

"El balancear ambas cosas me ha enseñado que no debo rendirme; en la escuela me sirve esa disciplina para equilibrar mis estudios y el deporte, porque además tengo beca y debo esforzarme en ambos ámbitos para lograr buenos resultados", compartió

Así mismo, la ciclista mencionó que ha tenido que **postergar algunas actividades** recreativas para **cumplir con sus entrenamientos**: *"Sacrifico fiestas y cosas del Tec para poder entrenar, porque sé que todo vale la pena", comentó.*

"El balancear ambas cosas me ha enseñado que no debo rendirme; en la escuela me sirve esa disciplina para equilibrar mis estudios y el deporte, porque además tengo beca y debo esforzarme en ambos ámbitos para lograr buenos resultados".

De la natación al ciclismo juvenil

Su **vinculación con el deporte** comenzó desde la infancia, **impulsada por su entorno familiar**. A los 3 años, **Jimena aprendió a nadar** e ingresó a una academia de triatlón, disciplina en la que permaneció hasta los 8 años, edad en la que se inclinó **definitivamente por el ciclismo**.

La **primera bicicleta** que recuerda fue un regalo de Navidad, de ahí fue que comenzó su **travesía de aprendizaje** en este deporte. Más adelante, al entrar a una tienda de ciclismo, vislumbró una bicicleta roja que posteriormente sus padres le regalaron, lo que **marcó el inicio de su trayectoria** más profesional.

Méndez destacó que sus padres han sido su **mayor apoyo** durante este camino. Desde el primer momento su **familia siempre ha estado presente** en cada competencia y respaldado activamente para **asistir a sus entrenamientos**.

Además de brindarle todos los aditamentos necesarios para que Jimena pueda **competir sin contratiempos**: *“Ese apoyo constante ha sido clave para que pueda dar lo mejor en cada carrera”*, afirmó Méndez.

Jimena Méndez, estudiante de PrepaTec San Luis, posa con sus padres mostrando las medallas obtenidas | FOTOGRAFÍA CORTESÍA: Jimena Méndez



Una mirada al futuro en el ciclismo

La **constancia en sus entrenamientos** ha llevado a Jimena a **trazar metas** a mediano y largo plazo dentro del **ciclismo profesional**.

Inspirada por referentes nacionales en ciclismo como, **Isaac del Toro y Romina Hinojosa** la atleta **sueña con competir** en Europa a un nivel más profesional, teniendo como objetivo más cercano la clasificación a los **Juegos Panamericanos Junior**.

Como mensaje para otros jóvenes que **buscan equilibrar sus estudios y el deporte**, Jimena compartió: *“En el deporte es difícil porque solo tres llegan al podio;*

yo también fui de las que no les fue bien, pero decidí concentrarme en ser mejor y en dar lo mejor en cada carrera”, finalizó.

TAMBIÉN QUERRÁS LEER:

