

Del ballet a la gimnasia: alumna PrepaTec es campeona nacional



Lesiones, presión competitiva y largas jornadas de entrenamiento marcaron el camino hacia el triunfo en su primer Campeonato Nacional de Aina Rodríguez
24/06/2026

Cortesía Aina Rodríguez

Hay personas que **descubren su pasión** desde muy pequeñas, otras la encuentran **cuando menos lo esperan**, y para Aina, todo comenzó porque **no podía quedarse quieta**.

Mientras tomaba **clases de ballet** durante su infancia, algo no terminaba de encajar. Permanecer en esta disciplina le resultaba aburrido y pronto perdió el interés. Fue entonces cuando una amiga de su mamá hizo una sugerencia que cambiaría su historia: **probar la gimnasia artística**.

Lo que parecía una actividad más, terminó convirtiéndose en parte de su **identidad**, y hoy a sus 16 años **Aina Rodríguez**, estudiante de PrepaTec Ciudad de México pisó por primera vez un **campeonato nacional de gimnasia artística**, donde

ganó **Primer Lugar Nacional** por equipos en el Nivel 7.



Tras entrenar hasta 4 horas diarias de lunes a sábado, Ainara demostró su nivel técnico en su debut en la máxima justa nacional. Foto: cortesía.

Un sueño construido con horas de esfuerzo

Ainara sabe que detrás de cada **competencia** existe una rutina que **pocas personas ven**.

Durante su **preparación** para el Campeonato Nacional de Aguascalientes, Ainara entrenó de lunes a sábado, dedicando diariamente de 3 y media a 4 horas al gimnasio.

La exigencia aumentaba conforme se acercaban las **competencias clasificatorias**. Selectivos, evaluaciones y pruebas constantes formaban parte de un proceso que no siempre fue **sencillo**.

*“Hubo muchas **frustraciones** y desilusiones, pero también mucho **aprendizaje**”, explicó.*

Para representar a la Ciudad de México, tuvo que **competir contra decenas de gimnastas** de distintos centros deportivos. Solamente las mejores lograban un lugar dentro de la **selección estatal**.

“Hubo muchas frustraciones y desilusiones, pero también mucho aprendizaje”.

Aprender a levantarse ante los desafíos

Uno de los mayores **desafíos** llegó antes de comenzar el nivel 7. Una **lesión** que retrasó su progreso y la obligó a observar cómo sus compañeras avanzaban, sin ella poder alcanzarlas.

Durante un tiempo, la **comparación** se convirtió en un obstáculo.

“Las veía y pensaba: ¿por qué yo no puedo llegar igual?”, compartió.

Sin embargo, decidió seguir trabajando hasta **alcanzar el nivel** de quienes parecían llevarle ventaja. Cuando finalmente lo logró, recuperó la **confianza** en sí misma.

La **experiencia** también le enseñó que el deporte **no siempre consiste en ganar**. Hay días de motivación y otros de cansancio, **miedo** o bloqueo. Lo importante, es **mantenerse en movimiento** incluso cuando las cosas no salen como se esperaba.

El camino al Nivel 8 exigió superar miedos, bloqueos y la presión constante de los selectivos estatales. Foto: cortesía.



El nacional que nunca olvidará

Cuando llegó el momento de competir en su primer **Campeonato Nacional**, los nervios eran inevitables.

No sabía exactamente qué esperar ni qué tan complicado sería enfrentar a las **mejores gimnastas** del país. Aun así, decidió disfrutar cada momento de la experiencia.

“Estaba muy emocionada porque era mi primera competencia nacional”, comentó.

Al final, el equipo de la Ciudad de México **consiguió el primer lugar nacional**, un resultado que para Ainara representa mucho **más que una posición en el podio**.

“Participar y estar ahí ya era algo muy grande para mí”, expresó.

"Si te lo propones, sí se puede. La disciplina y los objetivos son los que te impulsan a seguir".

Equilibrar los mundos de la educación y el deporte

Además de entrenar, Ainara enfrenta otro desafío que comparten muchos atletas estudiantes: cumplir con sus **responsabilidades académicas**.

Durante su primer semestre en el Tec, descubrió lo difícil que sería adaptarse a **jornadas** que terminaban cerca de las 9 de la noche y que dejaban poco tiempo para tareas y proyectos.

"Si te lo propones, sí se puede. La disciplina y los objetivos son los que te impulsan a seguir", expresó.

Con **organización y experiencia**, aprendió a administrar mejor su tiempo. Ahora cada espacio libre es una **oportunidad** para adelantar actividades escolares y mantener el equilibrio entre sus estudios y el deporte.



Ainara y sus compañeras de la selección de la Ciudad de México conquistaron el oro por equipos en el Nivel 7. Foto: cortesía.

El sueño de llegar más alto

Actualmente, Ainara avanzó al **nivel 8** y espera continuar creciendo dentro de la **gimnasia artística**. Entre sus metas se encuentran competir en **escenarios de mayor nivel** y acercarse a eventos internacionales.

*“Me gustaría llegar hasta el **nivel elite** y poder participar en competencias como los **Panamericanos** o mundiales”, afirmó.*

Ainara sabe que aún queda un **largo camino por recorrer**. Sin embargo, cada entrenamiento, cada competencia y cada **reto superado** le recuerdan por qué comenzó:

Aquella niña que no encontró su lugar en el ballet; pero sí en la gimnasia, un espacio para crecer, soñar y demostrar que la **perseverancia** puede llevar **más lejos de lo que uno imagina**.

LEE MÁS:

