

RANDO JUAN M.

Foto: rtve.es

Fecha de nacimiento

26/03/1988

Lugar de nacimiento

Santa Coloma de Gramenet

Lugar de entrenamiento

CAR Sant Cugat

Altura/Peso

183cm./72 kg.

Entrenador

José Antonio del Castillo

Estudios

Bachillerato

Palmarés

8º Campeonato de Europa p25 '09 50 m. espalda

10º Campeonato de Europa p25 '09 100 m. espalda

11ª Campeonato del Mundo '09 100 m. espalda

15º Campeonato del Mundo '09 50 m. espalda

Mejores marcas personales

Prueba	p25	p50
50 m. espalda	23"49	24"77
100 m. espalda	51"28	53"89
200 m. espalda	1'51"68	1'58"68

Primera participación con el equipo nacional

Copa Latina. San Marino 2008.

Mejor recuerdo de tu carrera deportiva

Semifinal Mundial en Roma

Entrenadores que has tenido a lo largo de tu carrera deportiva

Luis Portella, Eugeni López y Jose Antonio del Castillo

Explica un entreno que hayas hecho muy bien (o del que te sientas orgulloso):

13x50 espalda, 5 cada 1'30", 4 cada 1'45" y 4 cada 2' (el 80% por debajo de 28")

Cual es el tipo de entreno que más te gusta

Velocidad.

Tres palabras que te describan

Soñador, constante y trabajador.

Deportista al que admiras

Michael Phelps.

Cual es tu opinion sobre los "nuevos bañadores"

Mi opinión no es ni a favor ni en contra, fue una época en que todos podíamos utilizarlos y nos beneficiamos de ellos para mejorar nuestras marcas y ahora que han sido prohibidos debemos trabajar más duro para mejorar las marcas conseguidas con ellos.

Cual es tu competición favorita

No tengo ninguna competición preferida porque todas son distintas y gustan de diferente manera. La Copa de Clubs es una competición en que se disfruta mucho del trabajo en equipo mientras que el Open es totalmente individual.

Piscina favorita

Málaga. Conseguí dos mínimas mundiales y un Record de España individual.

Próximo objetivo

Open Nacional en abril, allí habrá que hacer las mínimas para el europeo de verano.

Qué crees que estarás haciendo dentro de 10 años

Me gustaría estar trabajando en algo relacionado con la natación o al menos en el mundo del deporte.