

Arabako kirolari
buruzko aldizkari digitala

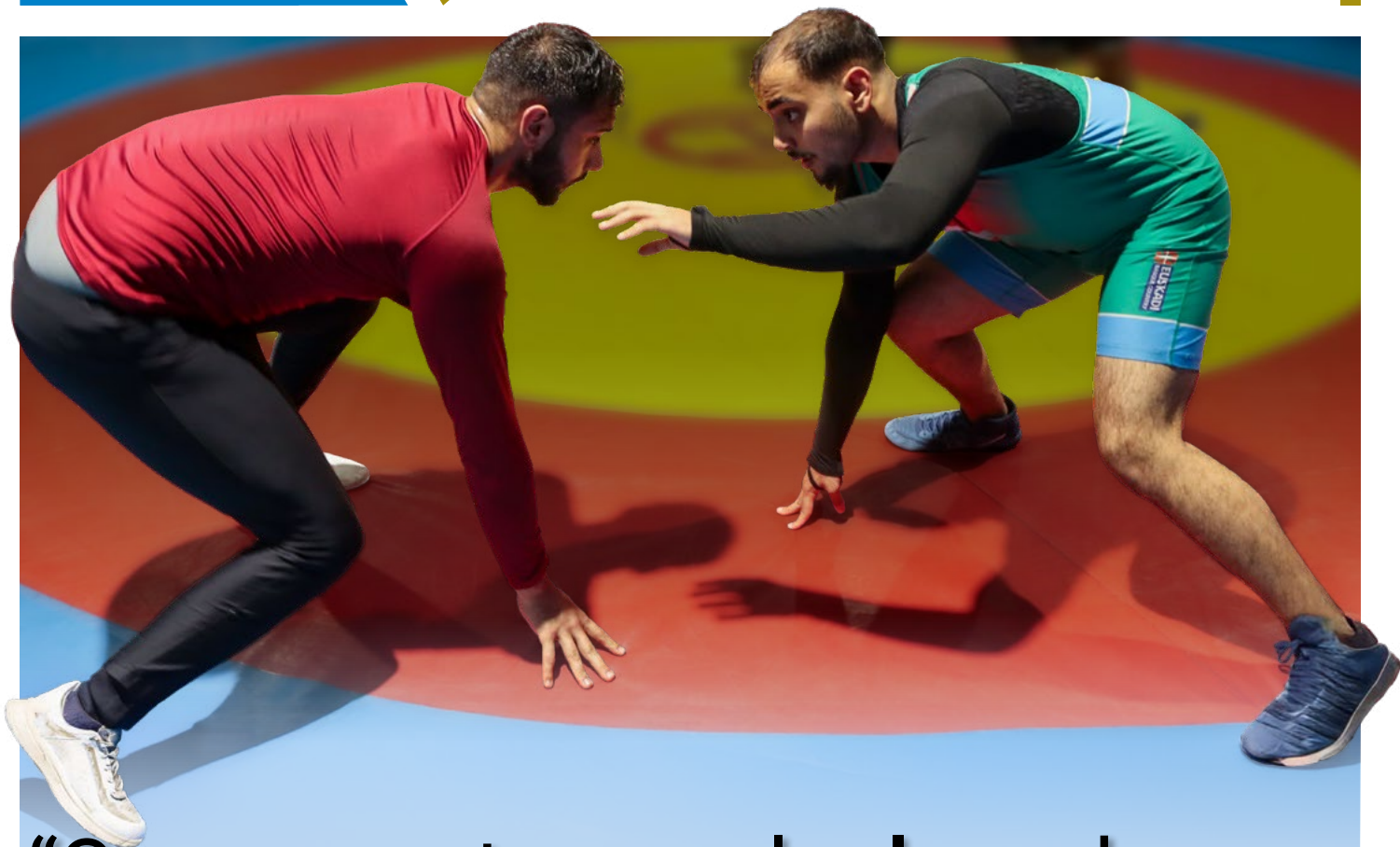
Revista digital sobre
deporte alavés

25

Urria • Octubre
2025

Urrezko Kirolariak

Deportistas de Oro



“Queremos tomar el relevo de Maidier Unda y hacer historia en la lucha española”

Enrique y Samuel Jiménez son el presente y el futuro de la lucha alavesa. Enrique tiene 21 años y un amplio bagaje ya en mundiales, europeos e incluso una “olimpiada sub-18”, además de proclamarse en varias ocasiones campeón de España en diferentes categorías. Su hermano Samuel también sigue su estela con 17 años y varios podios en campeonatos estatales. Los pupilos de Luis Crespo, entrenador y presidente de la federación de lucha, están en buenas manos. Crespo, después del bronce olímpico logrado con Maidier Unda, sigue en su empeño de formar a futuros campeones. Desde los clubes Arabako Eskola y Aranako, esta disciplina tiene un relevo garantizado en Álava.



araba  álava
foru aldundia diputación foral

- Entrenáis de lunes a viernes en el gimnasio del polideportivo de Mendi-zorroza. ¿Es un deporte muy duro?

- (Enrique). Requiere mucha constancia. No podemos parar. Si no estás, no puedes enfrentarte a grandes rivales y aquí estamos para competir a alto nivel. La obsesión gana al talento. Es un lema que me lo aplico en mi día a día.
- (Samuel). Yo soy el pequeño y para mí Enrique es mi referente. Hay que entrenar duro si quieres obtener resultados. Los dos somos ambiciosos y muy competitivos.

- ¿Qué significa tener a Luis Crespo como entrenador?

- (S). Ahí es donde está la gran diferencia. Hablamos de un entrenador top. Luis y Mainer (Unda) hicieron un gran tándem hasta lograr el bronce olímpico. Es lo máximo a lo que se puede llegar. Es un entrenador metódico y muy exigente.
- (E). Es un entrenador olímpico de máximo nivel. Él siempre está encima, controla cada entrenamiento y cada detalle. Nos exige mucho, pero es lo que queremos para mejorar día a día.

- En tu caso Enrique, ¿cuándo ganas tu primer campeonato de España?

- (E). Fue con 16 años en Gijón, en mi categoría de 110 kilos. Por edades, he ganado en las categorías cadete, junior, sub-23 y también logré una plata en el absoluto. En el último estatal conseguí el bronce en senior en 97 kilos.

- Y tú Samuel ¿has logrado también grandes éxitos a pesar de tu juventud?

- (S). Mi primera medalla en un estatal fue en categoría escolar. Una plata en 85 kilos con 13 años. Sólo llevaba un año entrenando. En sub-17 fui subcampeón y en mi segundo año cadete tuve una lesión en el hombro de la que me operé y, a pesar de todo, logré el bronce.



- ¿Os veis con capacidad para hacer historia en la lucha española?

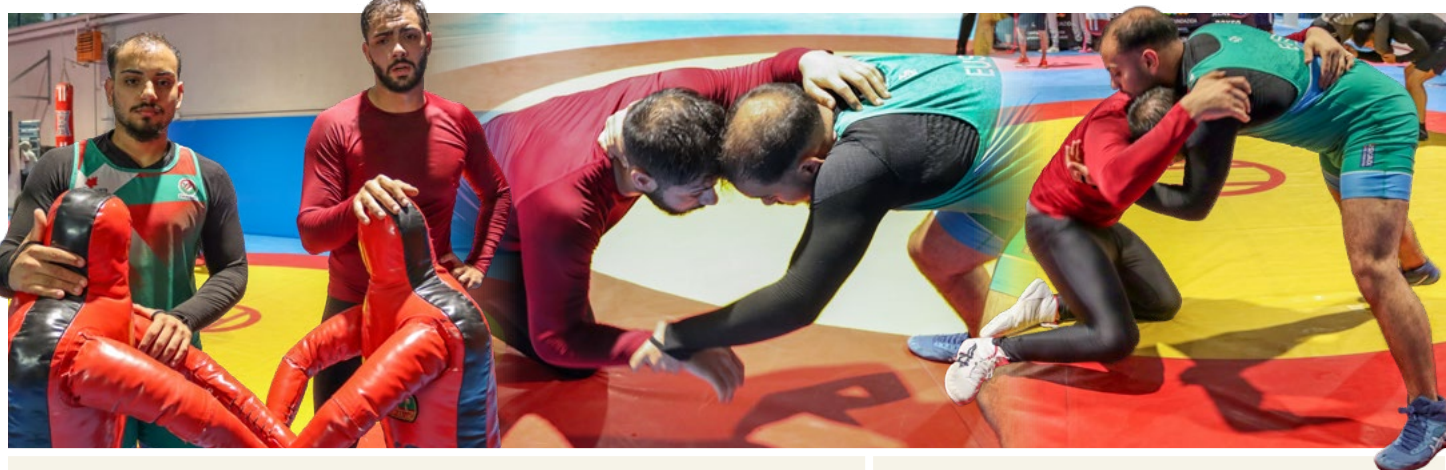
- (E). Por supuesto. Para ello trabajamos diariamente. Poco a poco la vamos escribiendo. Ya tenemos nuestras medallas nacionales, también internacionales y poco a poco, nuestra generación empieza a dar sus frutos. Es hora de coger el relevo y el gran legado que nos dejó Mainer Unda. ¿Por qué no soñar con las olimpiadas de 2028 o 2032? Yo estuve en los “juegos olímpicos sub-18” (los llaman así) y fue la mejor experiencia de mi vida.
- (S). El sueño de todo deportista es estar en unos juegos olímpicos. Lo que hizo Mainer sólo lo ha conseguido ella en España. Queremos ser una generación que pueda aspirar a clasificarse en unos juegos olímpicos. Eso también sería hacer historia como ella la hizo.

- Sois muy jóvenes. ¿Habéis visto el combate de Mainer Unda que le dio el bronce en los juegos olímpicos de Londres 2012?

- (E). ¡Claro! Muchas veces. Me lo sé de memoria.
- (S). A día de hoy, lo sigo viendo y cuando el árbitro pita el final del combate y veo cómo lo celebran tanto Mainer como Luis, sigo teniendo escalofríos. Fue indescriptible.

-Desde Arabako Eskola, ¿tenéis un estilo propio? ¿Los hermanos Jiménez tienen el suyo propio?

- (E). Cada uno tiene su estilo. Uno más agresivo, otro más técnico. En mi caso, mi mentalidad es ganadora. No me importa el rival que tenga delante. Yo voy a por todas. Soy agresivo luchando. Salgo a morder y voy a por todas. Tengo agilidad y fuerza. Y aunque pese 97 kilos y mida 1,97, soy muy rápido.
- (S). Somos un club muy productivo. Y eso que somos una cantera pequeña. Hay que mencionar que, como club, tenemos más de 50 medallas estatales.



- ¿Quién lleva peor cuidar el peso?

- (E). A mí me cuesta mucho. Siempre lo dejo para lo último. Ahora con 97 kilos, oscilo en el peso. Antes del pesaje tengo que estar tapándome con bolsas, correr y estar a base de agua. Date cuenta de que entrenamos, competimos y también trabajamos.
- (S). Yo mido 1,76 y peso 84 kilos. Pero peleo en 79 kilos. Yo tuve una enfermedad neurológica muy grave. He estado con una nutricionista para bajar de peso. Estoy cómodo en ese peso. En el último campeonato de España tuve que bajar seis kilos en una semana. Es sacrificado.

- ¿Cómo compatibilizáis los entrenamientos y competiciones con vuestra vida?

- (E). Yo soy soldador y trabajo a turnos. Una semana de mañana y otra de tarde. Lo intento compatibilizar.
- (S). Yo estudio. He terminado una FP básica de soldadura y ahora quiero hacer un grado medio sanitario. Pero mi objetivo, en un futuro, es ser policía.

- Sois de etnia gitana. ¿Creéis que aún es poco frecuente que haya deportistas gitanos de alto nivel?

- (S). Puede ser que haya cierto estigma hacia los gitanos. No todos somos iguales. Nosotros fundamentamos nuestra vida en el deporte, sin abandonar nuestra vida laboral o familiar. En mi caso, también estoy en el Colegio alavés de arbitraje de lucha, entrenamos a chavales. Quiero decir que, en un futuro, cuando Luis se canse, queremos ser los responsables de la Federación con una formación adecuada. Tenemos que romper muchos de los estereotipos. Empezando por el lenguaje cuando nos imitan. Somos otra generación, más formada, con inquietudes.
- (E). Yo estoy muy orgulloso de ser gitano. Los tiempos cambian, pero en todos los sentidos. Todo evoluciona. Hay algún boxeador campeón de Europa. En Cataluña hay un club con muchos gitanos. Tengo que decir que los gitanos en la lucha tenemos bastantes éxitos. La sangre gitana nos caracteriza por tener esa energía y esa garra para tener un plus a la hora de competir.

- ¿Actualmente hay pocas mujeres en la lucha?

- (E). En España hay muchas mujeres que se dedican a la lucha. Ahora tenemos el relevo de Maider en las Islas Baleares. Se llama Carla Jaume y ha sido plata en un campeonato del mundo y bronce europeo en diferentes categorías.
- (S). Confiamos en que Carla esté en los juegos olímpicos. Ella es la luchadora top del momento.

- ¿Se aprende a convivir con el dolor en este deporte?

- (S). Yo tengo un hombro tocado y operado. Pero sé que tengo que convivir con ello.
- (E). Forma parte de este deporte. Los dedos se resienten mucho. Pero con ello no quiero decir que sea un deporte lesivo.

- ¿Por qué recomendarías vuestro deporte?

- (S). Sobre todo, porque la lucha te forma como persona. Yo soy quien soy gracias a la lucha. Los valores del sacrificio, el respeto o la disciplina forman parte de mi vida. La lucha es un estilo de vida.
- (E). Estoy de acuerdo, es un estilo de vida. Es un deporte donde lo das todo en cada entrenamiento y combate. Pero sabes que hay que sacrificarse, trabajar mucho. Destaco todos los valores que engloba como, el compromiso, el respeto y la humildad. ✓

Breve historia de la lucha



La lucha es uno de los deportes más antiguos de la humanidad, con raíces que se remontan a miles de años antes de nuestra era. Su historia es tan extensa como fascinante, y ha evolucionado desde rituales y entrenamientos militares hasta convertirse en una disciplina olímpica reconocida mundialmente.

Orígenes ancestrales

- **Civilizaciones antiguas** como los sumerios, egipcios, babilonios y griegos practicaban formas de lucha como parte de su cultura.
- En el **Poema de Gilgamesh** (2300 a.C.), ya se describen combates cuerpo a cuerpo.
- En **Egipto**, se han hallado murales en Beni Hassan (2000 a.C.) que muestran más de 400 técnicas de lucha.
- Los **griegos** incluyeron la lucha en los Juegos Olímpicos antiguos en el año **708 a.C.**, como parte del pentatlón.

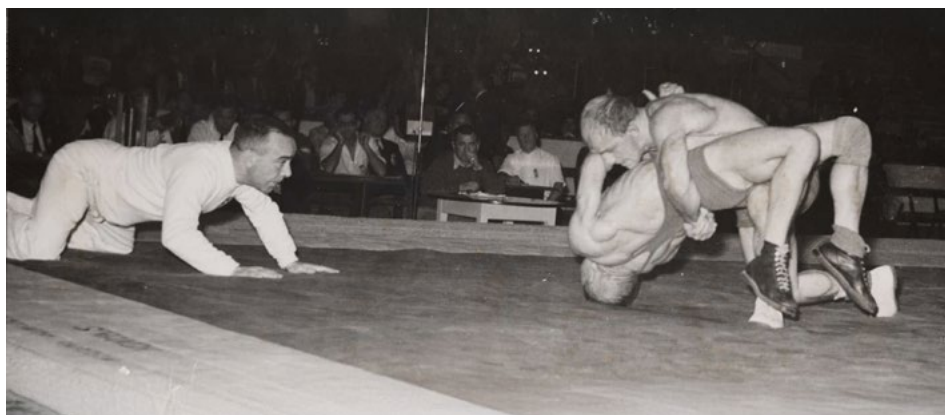
Lucha en los Juegos Olímpicos modernos

- Fue una de las disciplinas inaugurales en los **Juegos Olímpicos de Atenas 1896**, en su modalidad **grecorromana**.
- En **1904**, se incorporó la **lucha libre** como disciplina olímpica.
- Hoy en día, existen dos estilos principales en los Juegos:
 - **Lucha grecorromana**: no se permite atacar por debajo de la cintura.
 - **Lucha libre**: se permite el uso de piernas y agarres en todo el cuerpo.

Diversidad cultural

Cada región ha desarrollado su propia forma de lucha tradicional:

- **Lucha canaria y lucha leonesa** en España
- **Sumo** en Japón
- **Kushti** en India
- **Sambo** en Rusia





Competiciones y eventos

- España organiza campeonatos nacionales por autonomías y ligas como la Liga Iberdrola de Lucha Femenina.
- La ciudad de La Nucía (Alicante) se ha convertido en un epicentro de los deportes de combate, acogiendo eventos como los Juegos Nacionales del Combate, donde participan más de 1.500 deportistas en disciplinas como lucha, judo, taekwondo y boxeo.

La lucha en España

La lucha como deporte en España tiene una historia rica, aunque menos conocida que otras disciplinas más populares como el fútbol o el baloncesto. Aun así, ha evolucionado con fuerza, especialmente en sus modalidades olímpicas y tradicionales.

La Federación Española de Lucha (FELUCHA) fue fundada en 1932, inicialmente centrada en la lucha grecorromana.

El primer Campeonato de España se celebró en 1933, con Cataluña como pionera autonómica.

En 1970 se introdujo la lucha libre olímpica, y en 1998 se celebró el primer campeonato femenino en Madrid.

Modalidades practicadas

- Lucha grecorromana y lucha libre olímpica son las principales disciplinas reconocidas internacionalmente.
- También se practican estilos tradicionales como:
 - Lucha canaria: originaria de las Islas Canarias, con técnicas de derribo y agarre.
 - Lucha leonesa: típica de Castilla y León, donde los luchadores se agarran por la faja y buscan derribar al rival.
 - Aluche cántabro y lucha baltu asturiana: menos conocidas, pero con fuerte arraigo local.

Figuras destacadas

La alavesa **Maidier Unda** es el gran referente de la lucha en España tras lograr un bronce, la única medalla olímpica que tiene España en esta disciplina. Fue en los juegos olímpicos de Londres 2012 después de años intensos de trabajo al lado de su inseparable entrenador Luis Crespo. Participó también en Pekín 2008, donde obtuvo un diploma olímpico por su quinto puesto. Ganó 15 campeonatos de España, siendo la luchadora con más títulos nacionales. Además, obtuvo varias medallas en campeonatos internacionales: bronce en el Mundial de 2009, plata en el Europeo de 2013 y bronce en los Europeos de 2010 y 2012. 🏆

Si quieres acercarte al la lucha en Álava

Puedes contactar con la
Federación Alavesa de Lucha



ARABAKO BORROKA
FEDERAZIOA
FEDERACIÓN ALAVESA
DE LUCHA

CASA DEL DEPORTE
Cercas Bajas, 5
01001, Vitoria-Gasteiz (Araba-Álava)

Contacto: 615 793 030

Correo electrónico: f.a.lucha.alava@gmail.com



dxtfem.com/alava/

EL SITIO QUE TE INFORMA SOBRE
EL DEPORTE FEMENINO EN ARABA

ARABAKO NESKEEN KIROLARI
BURUZKO LEKU



LAIA
eskola

Arabako emakumeen jarduera eta
berrirakortze eskola
Escuela para la igualdad y empoderamiento
de las mujeres de Álava

Kirol Zerbitzua
Servicio de Deporte

araba  álava
foru aldundia diputación foral



web.araba.eus/es/deporte