

Gema Alias Fernández



En esta ocasión nos encontramos para entrevistar a una mujer “KARATEKA” con mayúsculas, una mujer que combina la faceta de Madre, Karateka y Trabajadora..... Y que aun le sobra energía para ayudar en el Gimnasio de Karate donde imparte clases con su marido y Maestro, me refiero a la karateka miembro de la Selección de la Federación Madrileña Gema Alias Fernández Cinturón Negro 4º Dan y medalla de Bronce en el Campeonato de Europa.

Además es:

- Doble Campeona de España (individual y por equipos).
- 5 veces Campeona de España absoluta de Karate.
- Medalla de Bronce en los Campeonatos de Europa Absolutos (Zagreb 2009).
- 9 veces Campeona de Madrid.
- Medalla de plata en los Ctos. de Europa de las Regiones (Varsovia 2010).
- 4 veces Subcampeona de España.
- 3 veces Medalla de Bronce en Campeonatos de España.
- Miembro del Equipo Nacional Absoluto en los años 2003, 2009 y 2010.

1. ¿Gema, cuándo y por qué empezaste a hacer karate?

Comencé en el verano de 1993 cuando de forma casual en mis vacaciones me encontré con el profesor de karate de un familiar. Recibí una clase de introducción al karate y me encantó. Después de ese verano empecé regularmente a entrenar en las clases que impartía aquel profesor en su gimnasio “El Club Kyan” José Fernando Martínez y que hoy día es mi marido.

2. ¿Qué ha supuesto el karate para ti?

Verdaderamente para mí, es una forma de vida. El karate me ha ayudado en todos los malos momentos que he tenido a lo largo de mi vida, me he apoyado y animado a través del camino del karate, y sé que si no me aparto del karate siempre seré feliz.

3. ¿Cuánto tiempo dedicas al entrenamiento de karate?

Entreno 3 días en semana, una hora y media cada día, pero cuando se acercan lo campeonatos entreno más específicamente la competición, agregándole una hora más diaria.

4.- ¿Entrenas karate en el sentido amplio del arte marcial o sólo la modalidad de Kumite?

Entreno de todo en mis clases de karate. Trabajo tanto kata como Kumité, también Karate aplicado a la Defensa Personal, algo de Kobudo. Me encanta especialmente el karate antiguo tradicional, sus respiraciones, sus bunkais o aplicaciones. Además me sirven para mi enriquecimiento y para mi preparación en el karate deportivo. De hecho el año pasado obtuve la medalla de bronce en el campeonato de España Sénior en categoría kata equipos.

5. Dedicándole tanto tiempo al deporte y al karate en concreto, ¿a qué te dedicas profesionalmente, al karate?

No. Trabajo por las mañanas en Madrid, y por la tarde compagino el cuidado de mis dos hijos con mi entrenamiento y ayudo a mi marido de vez en cuando con sus clases de karate.

6. ¿Compaginas a tus hijos por las tardes y los entrenamientos? Puedes explicar esto un poco.

Sí. Mis hijos están en el tatami mientras yo entreno. El mayor, Fernando, que tiene 6 años entrena karate, y el pequeño anda trasteando siempre por allí, ya que Valentín tiene solo 2 años. Además agudizo mucho los reflejos y el zanshin, fíjate que mientras entreno los combates, tengo que estar vigilando también al pequeño por si hace alguna de las suyas.



7. Teniendo dos hijos, ¿cómo como has podido avanzar en tu progresión como karateca?

Realmente nunca he parado del todo. Siempre he entrenando mientras estaba embarazada, pero a otro ritmo, y sin tanto kime. Pienso que el karate se adapta a todas las personas y sus cualidades físicas. De hecho a los tres meses de dar a luz mi primer hijo obtuve el grado de 3º Dan, y a los 10 meses de nacer mi segundo hijo obtuve el grado de 4º Dan y la medalla de bronce absoluta en Kumité -55 kg en los europeos de Zagreb.

Ser madre me ha hecho valorar mucho más los buenos momentos cuando estoy compitiendo o entrenando en el tatami. Cada día o cada campeonato disfruto y me esfuerzo como si fuese el último que voy a hacer.



8. ¿Quieres añadir alguna cosa más?

Sí. Me gustaría animar y aconsejar a todas las personas, y en concreto a las mujeres que hacemos karate, a que no abandonemos nunca la práctica ni el entrenamiento, sea cual sea las circunstancias en las que estemos. Siempre el karate nos ayudará a tener nuestra mente sana y el cuerpo en forma.

También quiero agradecer a mi profesor toda la dedicación que siempre ha puesto en mí animándome en todo momento a que yo podía recuperarme y hacerlo cada vez mejor. Y no quiero olvidarme de mis compañeros que siempre me animan y me ayudan en los entrenamientos diariamente.

Muy bien Gema te agradecemos el tiempo que nos has dedicado y te animamos a que continúes por el DO, con las ganas y entusiasmo que demuestras.