

MIGUEL JORDÁN ARENAS

Taekwondista y Entrenador de Élite



Miguel Jordán Arenas, nacido el 8 de marzo de 1960, deportista y entrenador de élite, toda una vida dedicada con pasión al taekwondo con humildad y respeto, ha competido en todos los eventos internacionales de máximo nivel; inteligente, intuitivo, implicado, ambidiestro, siempre motivado por ayudar a jóvenes y adultos, se ha entrenado siempre y desde que finalizó su vida competitiva en 1992 se ha dedicado en plenitud a entrenar a otros taekwondistas, se ha formado en Hapkido y otras artes de defensa personal, se dedica a presidir y hacer crecer la FAMC (Federació d'Arts Marcials de Catalunya), y se mantiene en un nivel de forma excepcional con sus cerca de 60 años. Una eminencia como persona y deportista.



CURRÍCULUM DEPORTIVO · MIGUEL JORDÁN · TAEKWONDO

Competidor en categoría senior absoluto desde el año 1980 al 1992 ininterrumpidamente y posteriormente participación en competiciones puntuales.

Campeonatos de Cataluña: 9 oros, 3 platas y 2 bronce.

Campeonatos de España: 3 oros, 1 plata y 3 bronce.

Campeonatos Internacionales: 23 veces internacional con varios oros, platas y bronce en competiciones de Francia, Holanda, Yugoslavia, Turquía, Marruecos, y ciudades como Barcelona, Sevilla, Bilbao, Madrid, Zaragoza,

Campeonato de Europa, Ankara (Turquía) 1988, Medalla de Bronce.

Olimpiadas (XXIV Juego Olímpicos), Seúl (Korea) 1988, Cuarto Puesto – Diploma Olímpico.

Copa del Mediterráneo, Valencia (España) 1991, Medalla de Plata.

Copa de Europa, Piencavallo (Italia) 1991, Medalla de Plata.

Copa del Mundo, Zagreb (Yugoslavia) 1991, Cuarto Puesto.

Campeonato del Mundo, Atenas (Grecia) 1991, Medalla de Bronce.

Miembro de la selección catalana desde 1983 a 1992.

Miembro de la selección española desde 1985 a 1992.



REPORTAJE-ENTREVISTA A MIGUEL JORDÁN

VIDA COMPETITIVA

Su forma de entrenar

"El desarrollo de los entrenamientos antes era distinto. Ahora hay más tecnicismo y el sistema de trabajo ha cambiado un poquito derivado por el tono de la competición. Ahora hay más conocimiento y se trabaja más la técnica y antes se entrenaba más la fuerza, la pegada, más físico."

"Yo me entrenaba de una forma diferente. Entrenaba todos los días de lunes a viernes y dedicaba dos mañanas al trabajo físico basado en diferentes formas de carrera con sprints e intervalos, especialmente cuando se acercaba el periodo competitivo. También hacía un trabajo de fuerza sobretodo dirigido a los gestos que más le influían en la competición."

Su preparación para la competición

"Cada competición tiene un punto de nivel. Un campeonato de Cataluña x, un campeonato de España más, un campeonato de Europa aún más. Cuando competía a nivel nacional mi preparación era más autodidacta. Cuando competía en campeonatos de Europa y del Mundo me preparaba a nivel de concentración con el equipo nacional, ya fuera la selección catalana o española, donde los técnicos desarrollaban un trabajo de otras dimensiones: físico todas las mañanas, técnico 1h por la mañana, 2h al mediodía y 2h a la tarde; un trabajo mucho más intensivo."

Su filosofía como deportista

"Yo siempre he sido muy tenaz, muy exigente conmigo mismo. Para obtener buenos resultados me exigía mucho, yo siempre intentaba estar en la mejor forma posible, intentaba entrenar el máximo posible, no fallar, ser muy constante. Yo creo que ahí está un poquito la clave del éxito. Si entrenas 3 veces a la semana puedes ser campeón de Cataluña, si entrenas 5 veces a la semana puedes ser campeón de España, si entrenas 3 h cada día puedes ser campeón de Europa, pero no si entrenas 3 días a la semana. En un poco espacio de tiempo quizás no se nota, pero en un espacio largo de tiempo el nivel de entrenamiento es vital."

"Esta vida competitiva me ha aportado mucho. El taekwondo en general transmite o quiere transmitir unos valores, y esos valores yo creo que a mi particularmente me han afectado mucho; el compañerismo, la lealtad, ... el taekwondo es una filosofía de vivir, como cualquier otra, tú la enfocas a tu deporte, a tu arte marcial, a tu trayectoria y evidentemente esto repercute en tu vida, en tu comportamiento. Yo estoy muy contento de haber hecho artes marciales porque no es un deporte profesional que económicamente te pueda dar dinero pero a nivel de valores me ha aportado mucho."

"Un poco la diferencia entre la "old school" y la actual es que antiguamente nosotros éramos más guerreros, más constantes, y teníamos un nivel de compromiso más acentuado que ahora. Actualmente creo que la gente son más superfluos, no son tan constantes, les da un poquito igual, no saben valorar realmente las posibilidades que tienen, lo hacen como de "pasada", y antes teníamos un punto de compromiso mucho más fuerte que ahora."



VIDA POST-COMPETITIVA

Vetado por la federación catalana y su presidente

Llegó un momento en que el presidente de la federación catalana desde 1989, Antonio Toledo Munuera, el que había sido su entrenador, le puso una sanción de por vida, acusándole de que había competido por otra federación, cuando la libertad competitiva es un derecho universal.

Miguel Jordán se vio obligado a alejarse de la federación catalana y de su presidente, hecho que le llevó a volar y a diseñar una federación libre y centrada exclusivamente en ofrecer el mayor número de posibilidades a los deportistas y practicantes de manera que su enriquecimiento y crecimiento personal fueran una constante.

FAMC Federació d'Arts Marcials de Catalunya · Una filosofía distinta

"Nosotros mantenemos en parte una línea similar a la federación catalana de taekwondo, pero luego hay ciertas cosas que nosotros ofrecemos que creo bastante interesantes. La primera, que si ganas vas a competir y si no ganas no vas. En la catalana tú puedes ir más si tienes más afinidad con el entorno del presidente o del CAR, pero aquí en la FAMC no es así, nosotros no hacemos distinciones ni de clubs ni de mandatarios, hecho que ya es muy importante. Segundo, que para ir a un campeonato internacional nosotros no vamos a un campeonato de España; así la gente que es competidora tiene un punto más de oportunidades. Quizás no tenemos ese punto de profesionalización, pero al amateur le damos más oportunidades. Por ejemplo, en la FAMC un taekwondista no tiene por qué estar becado para poder ir a un campeonato internacional; y salimos a muchos sitios, a Holanda, Inglaterra, Alemania, Croacia, Portugal, etc, etc, o sea nos estamos moviendo por toda Europa. Además, creo que nuestro buen hacer nos ha hecho valedores de muchas invitaciones, por ejemplo de Argentina, de Korea, donde vamos cada año. Todo siempre en competiciones oficiales. Si es cierto que con la estructura de la federación catalana y española nosotros no podemos optar a sus competiciones. Pero nosotros aparte de los campeonatos de Cataluña, llevamos a muchos amateurs a competiciones internacionales donde se batan con gente de mucho nivel y creo que para un chaval amateur es una motivación importante. Además, si alguien de mi club quiere sacar una licencia para también competir con la federación catalana yo no se lo niego, abriéndolo así todas las posibilidades, por ejemplo, si tiene nivel, para poder ir a una Olimpiada. Nosotros permitimos todas las opciones, yo no les pongo ningún impedimento."

"Ahora estamos en un punto bastante interesante ya que si bien hace unos 15 años había más hermetismo ahora a nivel internacional hay unas leyes con una mentalidad más aperturista y hay muchas federaciones que están en nuestra misma situación, por ejemplo en Francia hay 4-5 federaciones, en Italia también 4-5 federaciones, en Holanda 4-5, en Bélgica igual, en Alemania igual, entonces esto también nos permite tener mucho contacto con otra gente. Y al tener todo ese contacto con tanta gente, disponemos de muchas invitaciones e intercambios y esto es otra forma de crecimiento, y en realidad también te haces más fuerte."

"Aunque no seamos federación nacional y no tengamos las respectivas subvenciones públicas, no quiere decir que no tengamos el reconocimiento de la federación mundial de taekwondo, de manera que todos nuestros cinturones, nuestros puntos de nivel, están reconocidos en todo el mundo. Esto es otra forma de crecimiento y también es más atractivo porque hay muchos más clubs que no están contentos con la federación catalana y se van acercando a nosotros. Así seremos más grandes, con más recursos. A nosotros ninguna institución pública nunca nos ha dado nada de dinero, lo destinan todo a la federación catalana y española. Nosotros somos una federación con transparencia total y sobrevivimos de nuestras propias aportaciones, que repercuten en nuestras competiciones, nuestros eventos deportivos, nuestros clubs, de manera que los chavales en general se benefician de las máximas oportunidades, que creo que ha de ser la esencia de una federación."

Al frente de la FAMC ha conseguido un crecimiento espectacular llegando en poco tiempo a agrupar cerca de 60 gimnasios, la mayoría de taekwondo, pero también de Aikido, Hapkido, Kung-fu y otras disciplinas marciales.

Desde la FAMC se cuida mucho la oferta competitiva para que todos los jóvenes y adultos tengan experiencias y vivencias enriquecedoras. Miguel Jordán siempre está ahí planificando y ayudando a todos.

Igualmente, desde la FAMC se cuida el ámbito formativo, ofreciendo cursos por niveles y constantes seminarios y stages de perfeccionamiento y actualización.



Muchas gracias Miguel por tu humildad, amabilidad y pasión por el deporte de calidad.

Apunte: todas la fotos de Miguel Jordán de este reportaje son actuales, a sus casi de 60 años.

Entrevista realizada por Francisco Javier García Navarro (Escola Ganesh / EEB) i David Ribera Nebot (EEB Sport Training Barcelona); Editorial educaciofísica.com

Julio 2019



Miguel Jordán, junto a Paco y David, en ESCOLA GANESH