

# — Sección de Deportes — UN CAMPEÓN

DOMINGO, 22 DE AGOSTO DE 2022 | VOL 5

HOY, EN EXCLUSIVA... hemos entrevistado a José Manuel Rodríguez, maestro de Educación Física, campeón de Judo y seleccionador andaluz. Es un deportista que ha tenido que enseñar y competir respetando las reglas de juego y haciendo con el deporte un mundo mejor. Este año vuelve a ser campeón de España en la categoría M4-81kg.



¿Desde qué edad practicas Judo? Comencé a los 8 años porque me llamaba mucho la atención. Mi padre me llevó a clases y acertó de lleno. Para ti, ¿qué es lo más importante de este deporte? Pues creo que es un deporte que tiene un código moral distinto a otros deportes. Se respeta muchísimo al adversario, al árbitro y a los compañeros y compañeras.

## "EL JUDO ES UN DEPORTE CON UN CÓDIGO MORAL DISTINTO A OTROS DEPORTES"

Es una lucha de fuerza, si no hay respeto, humildad y admiración mutua entre los competidores, no se podría realizar. Se aprenden muchos valores, se aprende a ser mejor persona.

¿A partir de qué edad recomiendas el judo? La UNESCO recomienda que se puede empezar con 5 años. Se practica sobre tatami (un suelo blando) para evitar caídas y daños.

¿Son importante las reglas en el Judo? Muchísimo. Al ser un deporte de combate, si no existieran esas reglas, sería imposible hacerlo. Las reglas son muy estrictas, te permiten practicar con seguridad para evitar al máximo las lesiones y además esas normas hacen que haya un respeto especial entre los competidores.

¿Cualquier persona puede practicarlo?

Por supuesto, es un deporte

en el que no se discrimina a nadie, cada persona puede practicarlo y competir en su categoría.

