

# El profesor de educación física que se convirtió en un respetado instructor de kickboxing

El sanantonino Alejandro Alarcón es un apasionado por las artes marciales y se ha capacitado con grandes maestros en el extranjero. Hoy realiza talleres municipales en los que comparte sus conocimientos.

Juanita Ortiz Bonilla  
 cronica@lidersonantonio.cl

**E**n el estadio municipal Doctor Olegario Henríquez algunos atletas trotan bajo el sol que se deja sentir con ganas cuando ya es pasado el mediodía. Junto a ellos, a pocos metros, están tres jóvenes entrenando artes marciales provistos de short y guantes de combate. Los dirige Alejandro Alarcón (36), profesor de educación física, instructor STC, GSTC, RTC, FTC, cinturón negro 2° Dan Kickboxing, cinturón verde 6° Gup taekwondo WTF y técnico de boxeo certificado por la federación chilena de Boxeo (Fechbox).

Este deportista se ha tomado muy en serio su pasión por las artes marciales y se ha capacitado fuera de Chile, específicamente en Estados Unidos, Brasil y Argentina, países en los que pudo participar en algunos torneos que le permitieron adquirir más experiencia y preparación, conocimientos que actualmente comparte con sus alumnos del taller municipal de boxeo que lidera, además de los pupilos que tiene de manera



EL PROFESOR E INSTRUCTOR DE ARTES MARCIALES HA COMPETIDO EN VARIOS PAÍSES. AQUÍ APARECE EN UN TORNEO EN ARGENTINA.

“Me he ido especializando porque empecé con los deportes de contacto y mi vida siempre ha girado en torno a eso”,

Alejandro Alarcón,  
 instructor de artes marciales

lo que es el deporte de contacto.

**-¿Desde cuándo te interesas por este tipo de deportes?**

- Desde del colegio yo creo. De repente me motivó el tema de la energía, el cuidado del cuerpo y siempre hay referencias. Nunca he sido una persona conflictiva, sino que uno siempre busca encasillarse en algún deporte o en algún grupo de personas. Cuando entré al gimnasio comencé a entrenar Kickboxing en Barrancas con el profesor Piotr Arévalo y me sentí bien, acogido y siempre se generan lazos con personas. Desde ahí seguí practicando.

**-¿Qué otras disciplinas realizas?**

- Por estudios tuve que irme de San Antonio a Valparaíso, estuve en la selección de taekwondo de mi universidad, aprendiendo otras artes marciales. Como hay varios institutos y universidades, entrené taekwondo, karate, practiqué capoeira, buscando ir

particular (@ap.athletic.performance).

“Soy profesor del Club Atlético Performance, nosotros partimos realizando clases en Santiago. Estudié educación física en la universidad de Playa Ancha, de ahí me he ido especializando porque empecé con los deportes de contacto y mi vida siempre ha girado en torno a eso, aprendiendo a

buscar más en el fondo, ir conociendo más del deporte y adquiriendo herramientas para después entregarles a los chicos porque yo sabía en algún momento me iba a dedicar a esto”, asegura Alejandro Alarcón mientras sus alumnos se preparaban para dar las vueltas finales con que cierran la clase.

**-¿Cómo te has capacitado**

**desde que partiste?**

- He ido viajando, conociendo distintos profesores, siempre me he mantenido entrenando y compitiendo. Estuve de intercambio en la universidad de Sao Paulo especializándome en el área de entrenamiento durante seis meses. Vi cómo entrenaban y cómo era el sistema de allá. Quería ir a Brasil porque es una potencia en



JUNTO A ALGUNOS DE SUS ALUMNOS DEL CENTRO DE ENTRENAMIENTO 'ATHLETIC PERFORMANCE'.



ALEJANDRO (IZQUIERDA) EN EL CURSO DE INSTRUCTORES DOGO SERPIENTE DE ESTE AÑO.

mejorando y adquirir herramientas para mi desarrollo profesional como peleador en el fondo porque en ese tiempo estaba compitiendo hartito.

**-¿Cómo fue ese tiempo de competencias?**

-Me sirvió porque ahora yo tengo otra visión en relación a cómo se debe llevar a cabo un entrenamiento o de qué forma yo tengo que presentar a un atleta a competir, porque antes era muy a la 'chacota' cuando empecé en el tema competitivo. A veces iban a pelear sólo por hacerlo. Se veía que alguien estaba entrenando tres veces a la semana y ya lo llevaban a competir y otros entrenaban dos veces al día y toda la semana. La idea es que los chicos dediquen un poco de tiempo a diario para que tengan la preparación para sacar adelante sus torneos o las competencias en las que están participando.

**DEPORTE A OTRO NIVEL**

Alejandro Alarcón viajó lejos de Chile para conocer la manera en que se forman los deportistas que se dedican a las artes marciales para ser los mejores.

**-¿Qué te aportó capacitarte en el extranjero?**

-Estuve en Estados Unidos compartiendo con entrenadores, conocí la realidad de allá. Entrené may thai, kickboxing y boxeo allá. Entonces en mi cabe-



CON PEDRO DÍAZ, ENTRENADOR EN MUNDO BOXING, EN ESTADOS UNIDOS.

“ (El kickboxing) es un deporte difícil donde dos personas se encuentran en el ring y solamente uno levanta la mano al final del combate”,

Alejandro Alarcón

za tengo una visión muy abierta de lo que se puede llegar a conseguir acá dentro del país y de la comuna. Pienso que se debería invertir más en estos deportes porque hablando de deportes olímpicos como el boxeo o el taekwondo, un solo deporte puede entregar muchas medallas dentro de competencias internacionales. No significa que las personas van a estar más violentas o que vayan a estar peleando en las calles, sino que en el fondo es un deporte

y al terminar un combate se generan lazos y amistad.

**-¿Qué talleres estás promoviendo en este momento?**

-Estoy aprovechando los espacios que ofrece la comuna, encuentro genial que se haya abierto el estadio de forma parcial a la comunidad. Estoy acá realizando trabajos físicos según lo planificado dentro de la semana. Además, hago clases en el gimnasio Legends que está ubicado

en Barrancas, detrás del cuartel de Bomberos, y además estoy a cargo de los talleres municipales de boxeo y kickboxing, los que se realizan los lunes y miércoles en el gimnasio José Rojas Zamora (exMontemar) en dos horarios, de 17.00 a 18.30 y desde las 18.30 a 20.00 horas.

**-¿Hay interés por participar en estos talleres?**

-Sí, ha funcionado muy bien, a veces me he visto sobrepasado por la cantidad de alumnos, han llegado más de 25 personas y ahí he estado trabajando, tratando de dedicarle tiempo a todos.

**-¿Los talleres son mixtos?**

-Sí, van hombres y mujeres. Los talleres son desde los 12 años en adelante, pero en el fondo no le cierran las puertas a nadie, trato de entregar lo mejor de mí a todos.

**-¿Hay algún torneo que haya sido más importante para tí?**

-No, yo creo que todas las competencias te van formando, todos los peleadores son diferentes y tienen algo que a uno lo hace motivarse a mejorar. Lo más importante dentro de las competencias es adquirir experiencia, en este caso para la formación de un peleador. Tengo varios chicos que son jovencitos de 15 y 16 años que tienen gran proyección y están entrenando de forma constante de lunes a sába-

do. Todas las peleas me ayudaron porque las que fueron difíciles me llevaron a empujarme un poquito más allá de lo que podía dar en ese momento y en las que me fue bien se disfrutaba el triunfo. Es un deporte difícil donde dos personas se encuentran en el ring y solamente uno levanta la mano al final del combate. Aparte que existe una apreciación subjetiva. Hay que pensar que los jueces son los que deciden quién gana el combate, a no ser que haya un knock-out y la otra persona no pueda seguir luchando en el momento.

**-¿Cuál es tu meta personal?**

-Tengo niños pequeños, dos hijos, uno de 4 años que ya está practicando taekwondo, le gusta hartito, entrenado solito. Al otro que tiene 7 años ya lo he llevado a competir para que vaya adquiriendo la experiencia. Antes de que estuvieran ellos siempre quise llegar a viajar y hacer mi vida fuera del país. Entonces ahora mi meta es esperar que crezcan un poquito, ver si se desarrollan dentro del ámbito deportivo y llevarlos a competir afuera. Quiero abrirles puertas a los chicos que estoy preparando con los contactos que he podido hacer y llegar lo más lejos que puedan. Si a mis chicos les va bien, yo estoy feliz por ellos, eso es lo que más me llena.