



*“La planificación y la estrategia son claves. Todo lo que pueda ser controlable, hay que controlarlo”*

*“El aspecto psicológico en este deporte es tanto o más importante que el físico”*

*“Es difícil explicar lo que se siente encima del podio: es una alegría inmensa y también una recompensa a tu trabajo”*

## José Luis Abajo • Medallista olímpico de esgrima

Ha marcado un doble hito en la historia del deporte español al conquistar la medalla olímpica número 100 para España y la primera presea del esgrima nacional. Tirador fuerte, ágil y elegante, ha sido campeón de España en todas sus categorías y cuenta con más de veinte finales a sus espaldas, además de con una plata y un bronce en los Juegos Mediterráneos y un bronce en los mundiales de esgrima. Y es que José Luis Abajo, alias Pirri, ha conseguido, a golpe de espada, poner el único deporte olímpico de origen español en la primera línea de la competición. La templanza, la automotivación y la estrategia son sus mejores armas.

Su imagen con el pulgar en la boca, bronce olímpico en mano, dio la vuelta al mundo cuando este tirador madrileño conquistó en los Juegos de Pekín el **primer metal español de la historia**, en la única disciplina de origen español en la competición: el esgrima. Este bronce, dedicado a su hija Lucía, inscribe a José Luis Abajo por partida doble en el estrellato olímpico nacional al haber conseguido, además, **la medalla número 100** para España en los Juegos Olímpicos.

Abajo, que pertenece a la Selección Nacional de Esgrima desde los 20 años, puso fin a una larga historia de sinsabores en un deporte que, hasta entonces, pocas alegrías había dado sobre el tapiz. Si bien, antes de convertirse en el **particular héroe de Pekín 2008**, Pirri ya era un viejo conocido para los aficionados a la espada. **Campeón de España en todas sus categorías**, fue bronce en el Mundial del 2009, plata y bronce en los Juegos del Mediterráneo y subcampeón de Europa y del Mundo en el 2000 y 2006 respectivamente. En total, este maestro de esgrima, fuerte y elegante, cuenta con **más de 20 finales** a su espalda.

Su habilidad única para caminar con soltura en el filo de la navaja, entre la templanza y el empuje, entre la intuición y la estrategia, se traduce fuera de la pista en una capacidad insólita para **transmitir los valores deportivos en clave empresarial** y para hacer de la automotivación, el compromiso y la estrategia las armas más afiladas para conseguir el éxito. Algo que este deportista de élite, máster en coaching deportivo y especialista en gestión de instalaciones deportivas, explica en su emocionante y didáctica conferencia *Historia de una medalla cien*.

En la actualidad, José Luis Abajo es **miembro de la Comisión de Deportistas del Comité Olímpico Español** y continúa promocionando este deporte desde su empresa, dedicada a la organización de eventos de esgrima. Además, sigue entrenando duro cada día para escribir con una estocada certera un nuevo capítulo olímpico en la historia de este deporte patrio.