



Hombres Alfa

“Volar implica un dominio de la técnica y una sensación enorme de libertad”

—JUAN VELARDE

Juan Velarde
P. 00

“CUANDO DESPEGAS TIENES UNA SENSACIÓN ÚNICA DE TOTAL LIBERTAD”

Nacido para volar

Juan Velarde lo supo desde siempre: iba a ser piloto. Y lo consiguió por partida doble: ejerce como piloto comercial y mago de la acrobacia aérea

POR ANDRÉS PEÑA



A JUAN VELARDE SE LE VEÍA VENIR. CUANDO PARA LA MAYORÍA DE NOSOTROS el futuro era algo que ni nos planteábamos, él ya lo tenía claro: iba a ser piloto. Claro que el entorno también era propicio. “Mi abuelo fue piloto aficionado, mi padre lo era de Iberia y desde hace muchos años es patrono de la Fundación Infante de Orleans, así que he crecido jugando en los hangares, son parte de mi vida”. Con más de 10.000 horas de vuelo a sus espaldas y considerado por muchos como uno de los mejores pilotos de España, Velarde combina una carrera de piloto comercial a los mandos de un Airbus A340 que lleva de un lado a otro del atlántico en vuelos transoceánicos Madrid - América con su militancia como acróbata del aire en el Team Velarde con el que puede presumir de haber ganado el Campeonato de España de Vuelo Acrobático en 2010.

Palabra de Valverde



MIEDO

Si tienes pánico a volar abre los ojos. Disfruta de la perspectiva única y diferente del mundo. Es inolvidable.



ACROBACIAS

El nivel de concentración y estrés en un vuelo acrobático es tan alto como la satisfacción que procura.



VOLAR

Es un proceso continuo de aprendizaje y mejora que me aporta una motivación por superar mis límites.

Fotografías de LOREM IPSUM

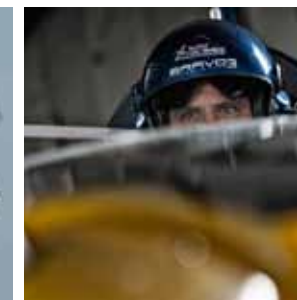
UN SUEÑO

Quedar entre los seis primeros del mundo en el Red Bull Air Race.



CON EL AIRE EN LAS VENAS

Nacido en Madrid en 1974, Juan Velarde es piloto de transporte de líneas aéreas volando actualmente Airbus A330 y A340. Ha sido instructor de vuelo tanto de Airbus A320 como de aviación ligera. Piloto de vuelo sin motor y paracaidista de caída libre, forma parte del Equipo Nacional de Vuelo Acrobático desde el año 2004. Juan es Deportista de Alto Nivel (DAN) por el Consejo Superior de Deportes, piloto de la prestigiosa colección de aviones históricos Fundación Infante de Orleans (FIO) y piloto de la Red Bull Air Race.



Tu vocación viene de familia, ¿te imaginaste en otra profesión?

Desde niño siempre tuve claro lo que quería volar. No me planteé otra cosa. Me siento afortunado por poder dedicarme a mi pasión.

Tú eres piloto comercial y acrobático, ¿qué diferencias hay?

El vuelo comercial está basado en el cumplimiento de normas y en el manejo de una tecnología que nos permite alcanzar unos niveles de seguridad asombrosos. En el acrobático se pilota por instinto, por sentimiento. El aviones una prolongación de ti.

¿Qué habilidades se deben tener?

Aptitudes físicas y de orientación espacial como punto de partida, pero fundamentalmente se necesita tesón, trabajo duro e instinto de superación.

¿Aplicas algunas de esas habilidades en tu vida cotidiana?

La preparación mental es básica. Debes tener la cabeza limpia y concentrarte en lo que vas a hacer. Es necesario desarrollar una tolerancia alta hacia la frustración y aprender a relativizar el éxito y el fracaso.

¿Qué esfuerzo físico supone un vuelo acrobático o participar en una carrera como la Red Bull Air Race?

Soportas aceleraciones de 10 g's, que suponen 10 veces la aceleración de la

gravedad. Sientes fuerzas de 800 kilos que te pegan al asiento, sumadas a rotaciones rapidísimas. Es un deporte muy exigente físicamente.

¿Qué tipo de entrenamiento sigues?

Cardiovascular. Las aceleraciones hacen que la sangre se desplace hacia la parte inferior del cuerpo y puedes perder la visión y el conocimiento. El corazón tiene que bombear con fuerza para mantener la presión sanguínea en el cerebro.

¿Cuánto tiempo dedicas a entrenar y qué tipo de rutina llevas a cabo?

Corro, nado y voy al gym. Trato de correr 10 km tres veces a la semana y refuerzo la musculatura en el gimnasio o la piscina. Últimamente estoy empezando a practicar el ciclismo.

¿Practicas algún otro deporte?

El deporte me gusta, aunque soy poco constante por la falta de tiempo. Desde siempre he practicado el tenis y el esquí y desde hace unos años estoy enganchado al kite surf.

¿Qué tipo de dieta llevas a cabo?

¿Cambia en competición?

Procuro comer bien, equilibrando proteínas y limitando las grasas, aunque no sigo ninguna dieta. Durante las competiciones como más carbohidratos y aumento el número de comidas reduciendo la cantidad.



UN EVENTO ÚNICO

Si alguien como Juan Velarde dice que una competición es única y diferente no te queda más remedio que creerlo. Y eso es precisamente lo que afirma sobre la Red Bull Air Race. “Llevo muchos años compitiendo y lo que he podido comprobar es que esta prueba es única en el mundo, no hay nada que se le parezca”, asegura. Sus razones, como te puedes imaginar, son de vértigo. Tal y como nos cuenta el piloto, “volar a casi 400 km/h tan cerca del suelo y a un metro escaso de los pilones, de algo incomparable. No se parece a nada de lo que había hecho antes”, dice. Y sabe de lo que habla.