

## TRANSCRIPCIÓN DEL VÍDEO “FUTURE IS IN YOU - MIRIAM CASILLAS”

**Miriam Casillas, triatleta :** “Yo creo que ser triatleta es algo que engloba un poco más que el deporte. Al final, para mí es mi día a día”.

“Con 12 años tenía un poco de problema de escoliosis y la médico me recomendó nadar. Tenía que hacer esa parte obligatoria y también podía montar en bici, correr, que era lo que realmente me gustaba en ese momento”.

“Yo creo que los títulos de los que más orgullosa me siento son los podios que he hecho en Copa del Mundo y, sobre todo, haberme clasificado para los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro y ahora, que ya estoy clasificada para los Juegos de Tokio”.

**Carmen Tamames Lombilla, triatleta benjamina:** “Mi nombre es Carmen Tamames Lombilla, tengo 12 años y llevo entrenando tres en este club, desde los 9 años”.

**Miriam Casillas:** “¿Por qué triatlón y no otro deporte?”

**Carmen Tamames:** “Porque a mí cuando era pequeña me gustaba mucho hacer deporte y solo hacía uno, atletismo. Entonces mi padre descubrió que había un club de triatlón al lado de casa. Necesitaba quemar energía, en casa mis padres se enfadaban porque me movía demasiado”.

**Miriam Casillas:** “Nosotras Ccando empezamos éramos muy poquitas en el club. Vosotras ya seríais más, supongo, ¿no?”

**Carmen Tamames:** “Sí, en el nuestro sí. Éramos la misma cantidad de chicas y de chicos”.

**Miriam Casillas:** “¿Vamos?”

**Carmen Tamames:** “Me miraba las competiciones y decía: ‘¡Ay, sí, está Miriam, qué guay!’”

**Miriam Casillas:** “Gracias a empresas como Iberdrola, que, sobre todo, nos están dando visibilidad. El hecho de darnos a conocer está haciendo que se ponga en valor el deporte femenino”.

**Carmen Tamames:** “Siempre he querido conocerla. Te ayuda en lo que necesitas y puedes confiar en ella”.

**Miriam Casillas:** “Si al menos una persona más en el mundo empieza a hacer deporte gracias a mí, yo creo que eso es lo que me voy a llevar cuando deje de ser triatleta, es lo que me va a quedar”.

“Bueno, ¿qué tal?”

**Carmen Tamames:** “Bien”.

**Miriam Casillas:** “¿Esto es lo que sueles hacer tú normalmente?”

**Carmen Tamames:** Yo suelo hacer unos 400 metros”.

**Miriam Casillas:** “Pues aún te queda para lo que vas a terminar haciendo si llegas con mi edad, porque nosotras hacemos muchas veces casi 5.000 metros entrenando. ¿Qué te parece eso? [risas]”.

## TRANSCRIPCIÓN DEL VÍDEO “FUTURE IS IN YOU\_MIRIAM CASILLAS”

**Carmen Tamames:** “Muchísimo [risas]”.

**Miriam Casillas:** “Demasiado todavía, ¿no? [risas]”.

“Bueno, Carmen, te he traído esta medalla para que la veas. Es una de las medallas a la que más cariño tengo, de una Copa del Mundo. Con trabajo y con esfuerzo los sueños se cumplen”.

**Carmen Tamames:** “Me gustaría hacer competiciones por el mundo, pero para eso hay que hacer mucho trabajo”.

“Qué bonita”.

**Miriam Casillas:** “Me has demostrado durante todo el día de hoy que eres capaz de conseguir una medalla como esta y cualquier cosa que te propongas”.

