

Una espadachina: Alexandra Ndolo, Kenia

Alexandra Ndolo celebra competir por Alemania en el Campeonato Mundial de Esgrima en Leipzig en 2024. [caça niquel bandeiras paísescaça niquel bandeiras países](#)

Uno de los logros más importantes en la carrera de Alexandra Ndolo ha sido ganar una medalla de plata para Alemania en el Campeonato Mundial de Esgrima en El Cairo en 2024. Pero cuando la hija de una madre polaca y un padre keniano miró hacia arriba y vio la bandera de Kenia colgando del techo del recinto para el atleta que no había ganado nada, tuvo un momento de revelación.

"Aunque [ese atleta keniano] no ganara y yo sí, vi esa bandera en [el campeonato celebrado] en el continente africano y de alguna manera me dio esta idea. Pensé, 'Tal vez tú puedas hacer algo de esto, y tus esfuerzos podrían ayudar a construir algo'".

Ndolo, de 37 años, quien dice sentirse alemana, polaca y keniana por igual, cambió su lealtad a Kenia en esgrima de espada dos meses después. El 27 de julio, será la primera esgrimista en representar al país en los Juegos Olímpicos, que se llevarán a cabo en París.

"Quiero una medalla. No estoy yendo solo a participar. Eso nunca ha sido mi estilo", dice. "Lo estoy haciendo más por la gente keniana que por mí mismo. Estoy tratando de hacerlo por todo el país y también para mostrar que los africanos son capaces".

Ndolo entrena en su departamento en Colonia, Alemania, durante el encierro en 2024. Aún entrena en la ciudad, pero compite por Kenia. [caça niquel bandeiras paísescaça niquel bandeiras países](#)

La participación de Ndolo en la esgrima keniana se remonta al final de 2014 cuando comenzó a donar equipos y ropa. Más tarde asistió a un par de conferencias internacionales en representación del país. En 2024, cofundó la Federación Keniana de Esgrima para aumentar la conciencia y habilitar a los atletas kenianos para competir en el escenario mundial.

Entonces llegó la pandemia y el progreso se detuvo. Ndolo sabía que para que la fundación obtuviera más financiamiento y reconocimiento, necesitaba un campeón. "Pensé, puedo esperar 14 años hasta que tengamos un campeón keniano de casa. O puedo cambiar y usar mi plataforma para hacer crecer el deporte e introducirlo en el país", dice.

Cuando anunció que competiría por Kenia, algunas personas estaban desconcertadas. No sabían qué era el deporte y por qué los atletas usaban trajes blancos. Algunos pensaron que se trataba de construir cercas.

Desde entonces, Ndolo ha continuado entrenando en su club en Colonia, visitando Kenia una vez al año. En su primera competencia representando a Kenia, se emocionó hasta las lágrimas cuando anunciaron su nombre. Ha visto crecer la conciencia y el reconocimiento del deporte, en gran parte debido a sus logros. Ha ganado el Campeonato Africano dos veces y se ha clasificado para los Juegos Olímpicos, generando cobertura mediática en el proceso.

También está orgullosa de que el entrenamiento de la federación haya mantenido a los niños alejados de la calle en un área más pobre de Nairobi. "Hemos tenido niños que vienen años después y nos dicen que les mantuvo alejados de problemas", dice Ndolo.

Aunque no tiene arrepentimientos, Ndolo ha tenido dos años frustrantes desde su cambio. Ha financiado casi en su totalidad los viajes a competencias en Canadá, Catar y China con poca ayuda de la Federación Keniana de Esgrima. Su campaña olímpica está siendo financiada por el Comité Olímpico Nacional del país.

Dice: "Creo que lo que realmente necesita cambiar es el hecho de que muchas federaciones

africanas podrían ser mejor dirigidas, incluida la Federación Keniana de Esgrima. No hay mucha transparencia".

Ndolo se siente orgullosa de representar al pueblo keniano. "Los kenianos apoyarán a cualquier campeón, cualquier esfuerzo, son tan entusiastas y es tan divertido", dice. "Es hermoso ver que puedo poner una sonrisa en la cara de la gente".

Palabras de Sarah Johnson

Max Verstappen ganhou o Grande Prêmio do Canadá no domingo

O piloto holandês da Red Bull, Max Verstappen, venceu o Grande Prêmio do Canadá no domingo, **cassino online** terceira vitória consecutiva **cassino online** Montreal, após navegar com maestria **cassino online** uma corrida imprevisível no Circuito Gilles Villeneuve.

O holandês havia largado **cassino online** segundo no grid e evitou problemas nas condições climáticas cambiantes para retornar às vitórias - Verstappen agora tem seis vitórias **cassino online** nove corridas nesta temporada.

Falando após a corrida, o bicampeão mundial de 26 anos elogiou **cassino online** equipe por ter acertado as decisões importantes **cassino online** uma das vitórias mais desafiadoras do holandês nesta temporada.

"Eu acho que foi uma ótima equipe hoje", disse Verstappen **cassino online cassino online** entrevista pós-corrida. "Nós tomamos as decisões certas, nós permanecemos calmos quando às vezes estava um pouco caótico.

"Em algumas partes da corrida, nós não parecíamos os mais rápidos, mas estávamos lá no momento certo, então estou muito feliz com isso."

O britânico Lando Norris, da McLaren, que havia pressionado Verstappen pela vitória, terminou **cassino online** segundo com o terceiro lugar do Mercedes George Russell.

Russell havia largado a corrida na pole position e manteve a liderança após uma largada molhada, com os carros escorregando **cassino online** toda a pista escorregadia.

Mas à medida que as condições secavam, Norris aproveitou a oportunidade para ultrapassar tanto Verstappen quanto Russell e assumir a liderança.

Em seguida, veio uma série de desafios de paradas de box, carros de segurança e mais chuva, o que permitiu que Verstappen chegasse ao primeiro lugar e mantivesse a posição para a 60ª vitória de **cassino online** carreira - ele agora está 56 pontos à frente no campeonato de pilotos.

Norris, no entanto, ficou arrependido de uma oportunidade perdida e apontou a tomada de decisões equivocada de **cassino online** equipe como uma das razões.

Norris havia estabelecido uma vantagem saudável anteriormente na corrida, mas a hesitação da McLaren **cassino online** entrar nos boxes durante o primeiro carro de segurança desfez todo o seu bom trabalho.

Ele então teve muita distância para recuperar e ficou esperando que Verstappen e a Red Bull cometessem um erro. Novamente, o holandês e **cassino online** equipe mantiveram a calma.

"Nós deveríamos ter vencido hoje, é isso simples", disse um Norris visivelmente frustrado aos repórteres após a corrida.

"Nós não fizemos um bom trabalho como equipe para entrar nos boxes quando deveríamos ter feito e não ficar preso atrás do carro de segurança.

"Então, não acho que isso fosse coisa de sorte ou azar. Isso foi apenas tomar uma decisão errada."

O campeonato continua na Espanha no Grande Prêmio da Espanha **cassino online** 23 de junho, com Verstappen buscando fortalecer ainda mais **cassino online** pegada no título mundial.

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: cassino online

Palavras-chave: **cassino online - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-07-04