

Athing Mu: "Grace, Gratitude y Aprecio" en su Enfoque de Carreras

"Gracia, agradecimiento, aprecio", dice Athing Mu sobre su enfoque en la carrera, el cual, por ninguna pequeña coincidencia, también es su enfoque en la vida. Estamos hablando de aprendizaje y crecimiento, de reveses y lo que pueden enseñarte, de expectativas y cuándo dejarlas ir. Sobre cómo encontrar gozo en el proceso en este deporte brutalmente inequívoco, donde ganas o pierdes según fracciones de segundo.

"Van a suceder cosas", dice con sabiduría más allá de sus 22 años, a través de una conexión de video desde Los Ángeles, donde vive y entrena. "Diga que corra 10 años más. En esos años, tantas cosas van a suceder. No será navegación suave. Los problemas que tenemos son lecciones que aprendemos."

Así que hablemos un poco sobre los problemas.

Veamos los problemas.

Hace un año, Mu era intocable. Había convertido los 800 metros, una de las pruebas emblemáticas del atletismo, en su feudo personal. Había ganado el oro olímpico en Tokio, añadido otro en el relevo 4x400, ganado el campeonato mundial al año siguiente. No había sido derrotada en más de tres años. Era joven, comercializable, aclamada como "el futuro del atletismo en América". Y era desdichada.

Las cosas llegaron a un punto crítico en el campeonato mundial de 2024 en Budapest, donde era la gran favorita para defender su título y ampliar su racha invicta. ¿Cómo se sentía por dentro? "Por supuesto, no estaba muy feliz de estar allí", dice ahora. "La temporada previa -no en términos de entrenamiento, sino mentalmente- simplemente no estaba allí. No estaba presente. No aprecié lo que estaba sucediendo."

En efecto, estaba experimentando la parálisis de la expectativa. El simple acto de ganar había creado una presión cada vez mayor que aumentaba con cada carrera, un remolino de atención y juicio que, en esencia, la sacó de su zona de confort, la obligó a seguir el protocolo.

"Puedes ser el conejo, o puedes ser el zorro", le dijo uno de sus primeros entrenadores en el Trenton Track Club en Nueva Jersey. En su dominio total, Mu se sentía más cazada que nunca.

Como Marc Skinner e **pagbet com** equipe do Manchester United fizeram a longa subida para o box real **pagbet com** Wembley, eles terão sabido como as lições de desgosto da última vez foram importantes na capacitação deles levantarem Copa das Mulheres pela primeira vez. Com um desempenho dominante **pagbet com** uma vitória confortável por 4-0 sobre Tottenham, os demônios dessa derrota de Chelsea foram firmemente colocados na cama. Naquela ocasião o United foi superado pela índole e nous dos vencedores mais experientes do torneio contra Robert Vilahamn desta vez; O lado Skinner estava determinado a colocar numa exibição realizada que ilustrava porque muitos consideravam seus favoritos:

Os jogadores da United estão cheios de conhecimento e habilidades para brilhar nos estágios mais importantes. De volta à frente – Mary Earps a Rachel Williams - Skinner confiou naqueles que foram os testes com maior frequência neste nível

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: pagbet com

Palavras-chave: **pagbet com - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-07-26