

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

Athing Mu, la corredora estadounidense de 22 años y medallista de oro olímpica de 800 metros, habla sobre su enfoque de las carreras y la vida. Ella dice: "Gracia, agradecimiento, aprecio", que también se aplica a su enfoque de correr, aprender y crecer, afrontar contratiempos y dejar ir expectativas.

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

Problemas y Lecciones

Entonces, hablemos de los problemas durante un momento.

Hace un año, Mu era invencible. Ella había convertido los 800 metros, una de las pruebas emblemáticas del atletismo, en su feudo personal. Había ganado el oro olímpico en Tokio, agregó otro en el relevo 4x400, ganó el campeonato mundial del año siguiente. No había sido derrotada en más de tres años. Era joven, comercializable, elogiada como "el futuro del atletismo en Estados Unidos". Y estaba infeliz.

Las cosas llegaron a un punto crítico en el Campeonato Mundial de 2024 en Budapest, donde era la clara favorita para defender su título y extender su racha invicta. ¿Cómo se sentía por dentro? "Por supuesto, no estaba realmente feliz de estar allí", dice ahora. "La temporada que precedió a eso, no en términos de entrenamiento, sino mentalmente, simplemente no estaba allí. No estaba presente. No aprecié estar allí. No disfruté lo que me estaba pasando."

Lo que estaba sucediendo, en efecto, era la parálisis de la expectativa. El solo acto de ganar había creado una presión creciente que aumentó con cada carrera, un remolino de atención y juicio que, en esencia, la sacó de su zona de confort, la obligó a pasar por los movimientos.

El Conejo y el Zorro

[gratis pixbet.com](https://www.pixbet.com)

En su total dominio, Mu se sintió más cazada que nunca.

Balance y Control

Actualmente, Mu se ha perdido toda la temporada por una lesión en el isquiotibial, y así su calificación en la carrera de calor de los 800 metros en las pruebas olímpicas de EE. UU. en la madrugada de la próxima semana será su primera carrera en nueve meses. Por supuesto, con los Juegos Olímpicos de París a solo un mes de distancia, su ausencia ha avivado todo tipo de temores, incertidumbres y teorías salvajes. Pero se siente bien. Y, sobre todo, ha renunciado en gran medida a preocuparse por las cosas que no puede controlar.

¿Cómo equilibra la agudeza de carrera con la frescura? ¿Cómo decide cuánta carrera es demasiada o demasiado poca? "Creo que aún estamos trabajando eso", admite. "Este año dimos

un paso atrás y decidimos priorizar hacer el equipo olímpico primero, priorizar las reuniones más grandes. Por supuesto, la carrera es genial. Pero ahora solo estamos calentando para los Juegos." Después de lo cual, se recuerda a sí misma. "No, los *ensayos*", agrega, como si estos fueran más que una formalidad.

Lo que ha cambiado definitivamente es su enfoque en el deporte. Durante los largos meses alejada de la pista, Mu intentó redescubrir la chispa de inspiración que la atrajo al atletismo en primer lugar. "Cuando comencé a correr cuando tenía seis años", explica, "era simplemente algo que *hacía*. No se trataba de perseguir 'a esta persona', o llegar a 'este nivel'. Era algo incrustado en mí, y por lo tanto se convirtió en la norma."

Estudo colaborativo chinês-britânico revela o potencial da diversidade genética do trigo para a segurança alimentar

Beijing, 19 jun (Xinhua) -- Um estudo colaborativo conduzido por cientistas da China e do Reino Unido revelou que pelo menos 60% da diversidade genética encontrada **virginia casa de apostas** uma coleção histórica de trigo não é utilizada, oferecendo uma oportunidade sem precedentes de aprimorar o trigo moderno e alcançar a segurança alimentar.

Um mapa de variação genômica do trigo

Usando tecnologias de ponta, como genômica, genética, bioinformática e biologia molecular, os cientistas criaram um mapa de variação genômica do trigo e revelaram que as variedades modernas de trigo perderam mais de 60% de **virginia casa de apostas** diversidade genética devido à seleção artificial de longo prazo.

Novos genes e locais de variação genética

A equipe de pesquisa descobriu novos genes e milhares de locais de variação genética no trigo para obter alto rendimento, alto teor de cálcio, resistência ao acamamento, uso eficiente de nitrogênio, resistência à explosão e doenças de manchas foliares.

Impacto e implicações do estudo

Esse estudo tem um enorme potencial para o futuro aprimoramento genético do trigo e pode ser usado para cultivar novas variedades de trigo com alto rendimento e qualidade, resistência ao estresse e adaptabilidade às mudanças climáticas.

"Esse estudo abriu infinitas possibilidades para a utilização de recursos antigos de germoplasma para melhorar a criação moderna de trigo. Ele tem um significado marcante para a criação de trigo na China e até mesmo no mundo", disse Chu Chengcai, professor da Universidade Agrícola do Sul da China.

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: virginia casa de apostas

Palavras-chave: **virginia casa de apostas - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-07-15