

## José Quiles afronta una nueva temporada con la Selección Española de Boxeo en la Residencia Blume

18/08/2016



El boxeador de Elda disfruta de unas merecidas vacaciones en su ciudad natal | A.J.

El **boxeador eldense** José Quiles, **campeón de España de categoría élite**, disfruta de unos **días de descanso antes de regresar al Centro de Alto Rendimiento de la Residencia Blume en Madrid**, donde se entra y vive a diario junto a sus compañeros de la **Selección Española de Boxeo** con la intención de alcanzar su **sueño** de participar en unos **Juegos Olímpicos**.

Tras **derrotar al dos veces olímpico Kelvin de la Nieve** y conseguir así su **segundo Campeonato de España consecutivo**, la anterior edición en categoría **Joven**, José Quiles continúa con su preparación. Pese a que ahora mismo **está disfrutando de un merecido**

**descanso en su ciudad natal** junto a su familia, Quiles **no ha dejado de entrenar** para mantener la forma antes de que comience la nueva temporada en **septiembre**, donde el día 25 afronta un **torneo en Cataluña**.

Cuando en las próximas semanas regrese a la Residencia Blume, comenzará de nuevo su **rutina diaria**: “Por las mañanas me levanto a las 7:30 horas para **desayunar e ir al instituto**. De 11 a 12:30 hago un **primer entrenamiento** para después ir a **comer**”, asegura el joven boxeador de Elda. Su ritmo no cesa por las tardes, ya que a las 17 horas vuelve a entrenar: “La **segunda**

**sesión** del día dura hasta las 19 horas, y luego voy a **cenar** y a **estudiar para el instituto**", señala. El único día sin entrenamientos es el **domingo**, por lo que la exigencia es máxima, pero en ella reside el **éxito sobre el cuadrilátero que está demostrando combate tras combate**.



El **púgil de Elda** destaca "el **buen ambiente**" que se vive en la **Residencia Blume**, donde "**todos son muy buenos compañeros y trabajamos juntos**". Los entrenadores de Quiles se encargan de mejorar su técnica para **llevarlo a lo más alto**. El **tres veces olímpico Rafa Lozano** y el  **cubano Carlos Peñote**,

quien lo entrena desde su etapa en el equipo de la **Región de Murcia**, preparan cada día al joven eldense, quien además tiene a **Javier Prado** como preparador físico.

### Sus inicios

La **pasión** de Quiles por el boxeo **la adquirió gracias a su hermano**, que practicaba varias disciplinas de lucha. Una vez lo vio boxear y supo que ese era el deporte que quería practicar, por lo que **comenzó a entrenar en el gimnasio Elda Box**. Durante un combate en la localidad murciana de **Béjar**, el seleccionador lo vio pelear y decidió ficharle para la **selección sub21**, paso previo antes de dar el salto a la absoluta y marcharse a la **Residencia Blume**.

Por el momento, **José Quiles se centra en la nueva temporada**, donde la competición más importante que afronta son los **Juegos del Mediterráneo** que se disputarán en Barcelona, así como el **Campeonato de España de Clubes** que se celebra en diciembre, y donde **el año pasado ya se alzó con el título**, aunque de categoría Joven.

El **empeño y constancia** de este luchador eldense son **muy firmes** y marcan el punto de partida para **alcanzar su sueño de estar en las próximas Olimpiadas**, una meta que se vislumbra **más cercana con cada victoria que consigue sobre el ring**.