



SPORT STYLE SUPLEMENTO DE ESTILO
DE VIDA DE **DIARIO SPORT**

Sara Loehr

Más allá de sus ojos

Casi una desconocida tras sus gafas, su neopreno y su cabello recogido, ella es la guía de una de las grandes deportistas del momento. Dos años, una medalla de oro en los Juegos Paralímpicos de Tokio y mucha complicidad son la tarjeta de presentación de esta triatleta catalana que vive por y para sumar desafíos junto a Susana Rodríguez Gacio. Ponedle cara



DAVID RAMÍREZ

● ESPECIAL SAN VALENTÍN: Las mejores propuestas para regalar y regalarte en este día tan especial ● EN FAMILIA: Si Ibai Llanos puede cocinar, ¡tú también!

SARA LOEHR ▶ LA TRIATLETA CATALA ES LA GUÍA DE SUSANA RODRÍGUEZ Y JUNTAS CONSIGUIERON LA MEDALLA DE ORO EN LOS ÚLTIMOS JUEGOS PARALÍMPICOS

De Barcelona'92 a Tokio'22



CARME BARCELÓ
DAVID RAMÍREZ fotos

La vida de **Sara** es un cúmulo de paradojas que culminan en su encuentro casual con **Susana Rodríguez** y una medalla de oro en Tokio. ¿El inicio de esta historia? La colla de los 'castellers' de 'els Falcons' y los Juegos Paralímpicos de Barcelona'92. Una niña de apenas nueve años coronaba aquel castillo humano en la ceremonia de inauguración en el Estadi Lluís Companys. "Sí, fui la 'enxaneta' y mis recuerdos me llevan a aquellos fines de semana ensayando para el gran día y el estadio lleno de gente aplaudiéndonos. ¡Cómo es la vida!", rememora la triatleta con emoción. Ni el mejor guionista de Hollywood hubiera imaginado una historia como ésta. Pero la casualidad quiso que **Sara** y **Susana** se encontraran hace dos años y ambas describen aquel momento como "algo único y maravilloso". Las une la adrenalina que les provoca el deporte, la pasión y la ambición, "aunque ella es mucho más ambiciosa que yo", reconoce **Loehr**. Juntas han subido al podio, han logrado una medalla de oro en los JJ.PP. y juntas han estado en lo bueno y lo malo, como un matrimonio al uso. "Somos muy distintas y muy complementarias. Mi personalidad es más tranquila y ordenada. Susana es pura voluntad, muy ambiciosa, luchadora y no da nada por perdido. Nos complementamos a la perfección y espero que podamos seguir trabajando juntas mucho tiempo. Para mí, es un privilegio estar a su lado", asegura **Sara**. Por su compañera y por su implicación llegó a entrenar "con una venda en los ojos para saber lo que sentía. Me subí a la bicicleta con Celso, el entrenador de Susana, antes de ir a los Juegos aquí, en el CAR de Barcelona. Si vas detrás, no puedes controlar nada, no tienes frenos, no tienes



cambios... Corrí y también nadé sin ver. Desconectas del mundo y te concentras en ti porque la vista no va a ningún lado. Nadando me invadió una sensación de relax total. Lo más difícil es tener el cien por cien de la confianza en el guía y dejarte llevar, sobre todo en la bici". Una vive en Galicia y la otra, en Catalunya. Un "Tú a Boston y yo, a California" casi de manual en la agenda vital de dos personas que no son gemelas pero comparten el hilo umbilical del deporte. **Sara** se adapta a lo que "Susana necesite. No me importa hacer mil kilómetros para estar dos días juntas. Estoy para ayudarla, para sumar y para seguir acumulando retos". Si tú me dices ven, lo dejo todo. Esta relación es mucho más que una canción o una medalla.



Con una sensación térmica de 34 grados y una humedad del 86%, Susana Rodríguez y Sara Loehr lograron el oro en la bahía de Odaiba de Tokio. Campeonas paralímpicas de triatlón, en la clase PTVI de discapacidades visuales, dominaron la carrera de principio a fin. Del agua salieron primeras, en la bicicleta impulsieron un ritmo frenético que las afianzó en cabeza y en la carrera a pie siguieron ampliando su diferencia para parar el cronómetro en 1:07:15.

Zona VIP

Bad Boy Cobalt, la nueva fragancia masculina de **Carolina Herrera** inspirada en la dualidad de la naturaleza contemporánea.



Uno de los modelos de gafas de sol de la colección **2022 de Cottet**



Le Beau Parfum de Jean Paul Gaultier, mucho más intenso que en ediciones anteriores.



Botines deportivos con cubierta acolchada, **de Hunter**.



Celebra San Valentín con **InOut Experience**, una tarjeta regalo que incluye un tratamiento y una caja de bombones firmada por **Christian Escribà**.

El Hotel Arts Barcelona presenta tres propuestas para impresionar a tu pareja en un espacio incomparable de la ciudad condal. Gastronomía, espacios, vistas increíbles del Mediterráneo, cenas privadas y tratamientos en el 43 The Spa son algunas de las opciones que propone el emblemático hotel.



Tras casi dos años cerrado, **Wittmore Hotel** reabrió ayer sus puertas coincidiendo con San Valentín, fecha que el establecimiento reformula con un concepto mucho más actual y exclusivo, **el Polyvalentine**. Así, si reservan para cenar un número impar de comensales, el hotel regala un cóctel a cada uno. Además, entre todos aquellos que cenaron hoy, mañana o pasado en Contraban, una mesa será elegida por sorteo y podrá dormir esa misma noche en el hotel.



Tras casi dos años cerrado, **Wittmore Hotel** reabrió ayer sus puertas coincidiendo con San Valentín, fecha que el establecimiento reformula con un concepto mucho más actual y exclusivo, **el Polyvalentine**. Así, si reservan para cenar un número impar de comensales, el hotel regala un cóctel a cada uno. Además, entre todos aquellos que cenaron hoy, mañana o pasado en Contraban, una mesa será elegida por sorteo y podrá dormir esa misma noche en el hotel.



Guante de Thanos de los Vengadores, **de Lego**.

Lily of the Valley, una de las fragancias 'top' de **Acqua di Parma**.



Regalar o regalarte. Cualquier excusa es buena para obsequiar a un ser querido o para darse un capricho. El 14 de febrero, día de los enamorados, celebramos el amor. ¡Quiere y quíerete mucho!

Gucci Guilty para él y para ella. Una pareja muy osada, **de Gucci**.



Cámara deportiva 4K 20 MP EIS anti-vibración, con micrófono externo y acuática, **de LeadEdge**.



CK Every One Eau de Parfum, **de Calvin Klein**.



Une Rose, unisex y de esencias cítricas, **de Obvius**.



El nuevo tinto 'alta costura' de **Bodegas Haba**, el **nº. 24**, un monovarietal de **Cabernet Franc**.



Pure Love, de **Montale Parfums**, una fragancia unisex con notas de sándalo y vetiver.



FICHA TÉCNICA

Fotografías: **David Ramírez @david.ramirez.fotografia**
Textos y coordinación: **Carme Barceló @barcelocarme**
Localización: **Alura (C/Joan Güell, 236. Barcelona @alura_beauty_wellness)**
Maquillaje y peluquería: **Backstage BCN @backstagebcn**
Material Sara @saraloehr: **Speedsix (ruedas) y Badabici Sport @badabici**



En familia

Si Ibai Llanos puede cocinar, ¡tú también!



El mundo se divide entre a los que les apasiona cocinar y a los que no. No obstante, todos admiramos los vídeos de recetas que invaden nuestras redes sociales. Parecen tan fáciles y deliciosas... ¿quién no ha intentado hacer una de esas recetas virales? Y aunque sea poco a poco, animarnos a cocinar es indispensable para seguir un estilo de vida saludable con una alimentación equilibrada.

Son muchos los jóvenes, y no tan jóvenes, que piensan que cocinar es una tarea aburrida, pero tal y como ha demostrado **Ibai Llanos** en su nuevo programa de cocina **'Disaster Chefs'** en Twitch, ise

puede convertir en un pasatiempo de lo más divertido!

A lo largo de cinco programas, distintos streamers conocidos compiten en la cocina para hacerse un puesto en la gran final. Y aunque ninguno de ellos demuestra tener grandes habilidades culinarias, entre fogones y risas, se las apañan para intentar sorprender a los jueces, grandes expertos culinarios, con los platos que elaboran.

Para ello, los participantes disponen de una amplia gama de productos para usar en sus recetas con variedad de verduras, frutas e ingredientes como el yogur, un producto tan versátil, saludable y delicioso que no puede faltar en ninguna cocina.

Con el objetivo de promover los hábitos de alimentación e hidratación saludables entre el público más joven, **Danone como patrocinador oficial del programa** ofrece a los concursantes una nevera llena de sus productos como el **Kéfir de Activia**, **Oikos XXL** y **Alpro Absolutely Coco**, perfectos tanto para preparar postres como un buen bizcocho o recetas saladas como una deliciosa salsa para una ensalada.

Con una audiencia de 3,7 millones en su primer programa, **Disaster Chefs** demostró que la cocina también es cosa de jóvenes. No te pierdas **el próximo programa el martes a las 20 h en el canal de Twitch de Ibai**.

SPORT
&
STYLE**Directora:**
Carme Barceló**Email:**
sportstyle@
diariosport.com**Teléfono:**
932279400

SÍGUENOS EN:



sport.es



@sportstyle



@sportstyle15



Danet

La gran aliada de Ibai para la final

No es ningún misterio que las natillas Danet gustan a todos e Ibai lo sabe muy bien. Para la final, donde se debía presentar un menú completo con postre, Ibai trató de hacer pasar unas natillas Danet como elaboración propia. No obstante, se dieron cuenta de la trampa del streamer y no pudo seguir adelante con su plan