



La atleta Marisol Bonneau Temple participó en tres finales de los JUNCOS en representación del Tecnológico. **Foto: Ruth Garita/TEC.**

JUNCOS 2023

## **Disciplina y orden son claves para triunfar en deporte y estudio**

26 de Mayo 2023 Por: [Geovanni Jiménez Mata](#) <sup>[1]</sup>

Tecnológico tuvo la representación de 236 estudiantes deportistas en JUNCOS

Desde fuera de la Gran Área Metropolitana, llegaron hace pocos años al [Campus Tecnológico Central de Cartago del TEC](#) <sup>[2]</sup>, dos jóvenes estudiantes que además de  **cursar sus exigentes carreras**  se desempeñan de manera **destacada en los deportes.**

La puntarenense **Marisol Bonneau Temple** y el limonense **Bayron Barrios Sánchez** llevan respectivamente las ingenierías en Producción Industrial [3], desde 2020, y Computación [4], desde 2019. **Marisol** practica **karate y atletismo**, mientras que **Bayron** es jugador de **futsal**.

Ambos representantes de la vida estudiantil del TEC fueron parte de los **Juegos Universitarios Costarricenses (JUNCOS) 2023**, resaltando por haber clasificado a las  **finales de sus disciplinas**. La nacida en el cantón central de Puntarenas, en el **atletismo** en las **categorías 100 y 200 metros planos** alcanzó la **carrera decisiva por medallas** tras haber superado las etapas eliminatorias. Además, en **relevos 4x100** metros disputó las preseas en una final directa.

Aunque no consiguió medallas, la joven de 20 años destaca porque esta **fue apenas su primera competencia formal de atletismo** tras haberse incorporado a la disciplina en agosto de 2022. De acuerdo con Bonneau, el practicar deportes desde los cuatro años y el tener familiares que fueron atletas le permitió adaptarse perfectamente a este deporte.

“Desde mi niñez he sido bastante disciplinada y dedicada al deporte. Definitivamente esa etapa de mi vida fue la que me enseñó a tener un **balance entre mi vida académica, deportiva y social**”, comentó Marisol.

En cuanto a su **carrera universitaria**, Bonneau comenzó a **interesarse por la ciencia y la tecnología desde muy joven**, lo cual la llevó a ingresar al **Colegio Científico de Puntarenas**. Desde ese momento, cuenta que estaba convencida de querer convertirse en universitaria del Tecnológico.

“Sabía que las **carreras STEM son el futuro** y que el **TEC me iba a dar la mejor formación que podía recibir en Costa Rica** en que el área que elegí”, aseguró.

Cuando se da un caso de éxito deportivo a nivel de estudiantes del TEC, siempre el **mensaje más importante** que se busca rescatar en las notas relacionadas tiene que ver con la clave para poder llevar un **desempeño deportivo de alto rendimiento en combinación con las obligaciones académicas de la Institución**, que como es bien sabido, son de gran exigencia.

Con respecto a ese punto, la porteña insta al **orden y la disciplina**, asegurando que todo es posible con la combinación de ambos conceptos en el comportamiento diario.



"El camino no ha sido fácil, pero yo siempre he pensado que en la vida hay que tener un balance para no perder nuestra esencia. Estudiar y realizar una actividad deportiva o cultural para mí es lo mejor para mantenerme bien enfocada en mis objetivos. Hay días buenos y malos, por eso lo más importante es sentirse feliz con lo que se hace y disfrutar del proceso". "

*Marisol Bonneau Temple, estudiante y atleta del TEC.*

Proveniente del barrio Corales III, en el centro de Limón, **Bayron Barrios Sánchez**, llegó al Tecnológico en 2019 para estudiar **Ingeniería en Computación** y además poner su talento como **jugador de fútbol** a disposición del equipo institucional.



Bayron Barrios (número 9) durante un partido de los JUNCOS 2023. Imagen: Facebook JUNCOS UNA 2023.

Durante su participación en los **JUNCOS**, en los que consiguió **ganar la medalla de plata** tras llegar a la gran final del torneo contra los anfitriones Universidad Nacional, en *Hoy en el TEC* **conversamos con el deportista** y a continuación **transcribimos la entrevista**:

—¿De dónde nacieron en usted las ganas de estudiar en el Tecnológico?

–Desde que entré al colegio siempre escuchaba que el TEC era lo mejor por las carreras que impartían y por las oportunidades laborales que prácticamente se aseguraban al graduarse. Una vez que pasé el examen de admisión, las profesoras del colegio y familiares me terminaron de impulsar para que entrara al Tecnológico.

**– Cuéntenos sobre su familia y otras actividades que le gustan hacer además del estudio y el deporte.**

– Mi familia es muy trabajadora y siempre tuvimos que luchar por salir adelante. De parte materna es de Heredia y la paterna de las zonas altas del Caribe, en donde mis abuelos trabajaron en cafetales y ferrocarriles.

Otras actividades que me gustan es escuchar música casi que 24/7, bailar salsa, merengue, cumbia, bachata y calypso e ir a la playa o ríos.

**– ¿Cómo ha sido el proceso de estudiar y realizar la actividad deportiva?**

– Es muy cansado entrenar futsal tanto con el TEC como con Adibbo (equipo de primera división nacional). Esto trae consigo un agotamiento muy grande tanto en el tema físico como mental y requiere de grandes sacrificios. En semanas de exámenes y entrega de trabajos es más complicado, pero todo se puede llevar teniendo disciplina y organización.

**– ¿Cómo se preparó para Juncos y qué se siente representar al TEC?**

– Entrenamos con el TEC dos veces por semana, aparte que algunos compañeros lo hacemos también con otros equipos y en la parte física andamos muy bien. Venimos con un proceso muy bueno de prácticamente dos años y tenemos un equipo muy unido.



" "Competir por la institución que lo forma a uno para ser profesional es una retribución que le puedo dar al TEC. Poner por todo lo alto su bandera me enorgullece, también es una forma de hacer saber que en el Tecnológico hay deportistas, atletas y artistas con mucho talento y de muy alto nivel". " *Bayron Barrios Sánchez, estudiante y futbolista del TEC.*

Como mensaje final, el joven de 22 años motivó a quienes **enfrentan situaciones exigentes a salir adelante a pesar de las complicaciones** en el trayecto. "Nada en la vida es fácil. Donde queramos llegar siempre habrá altos y bajos en el camino; llámese lesiones, pocas horas de sueño, un curso que nos cuesta, etc. Pero **poniendo nuestro máximo esfuerzo**, teniendo **disciplina y perseverancia**, podremos **llegar a nuestras metas** y llevar de la mano la **universidad y el deporte que nos apasiona**", concluyó.

Los JUNCOS 2023 tienen lugar en la Universidad Nacional en Heredia y estarán finalizando el domingo 28 de mayo.

---

**Source URL (modified on 06/16/2023 - 14:16):** <https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/node/4507>

#### **Enlaces**

[1] <https://www.tec.ac.cr/hoyeneltec/users/geovanni-jimenez-mata>

[2] <https://www.tec.ac.cr/ubicaciones/campus-tecnologico-central-cartago>

[3] <https://www.tec.ac.cr/programas-academicos/licenciatura-ingenieria-produccion-industrial>

[4] <https://www.tec.ac.cr/programas-academicos/bachillerato-ingenieria-computacion>