

aguas vivas



ELLAS.

La gran fuerza de la naturaleza.

En Iberdrola impulsamos a la mujer a través del deporte, como nunca nadie lo ha hecho hasta ahora.

Fútbol
Bádminton
Rugby
Triatlón
Natación

Gimnasia
Voleibol
Balonmano
Piragüismo
Hockey



IBERDROLA

IberdrolaVerde.Es

Impulsor oficial
de la mujer en el deporte

Editorial del Presidente



Revista
Oficial de
la Real
Federación
Española
de
Piragüismo

Fundada en 1969



los 16
de BRASIL 2016

En este número de nuestra revista se recoge, entre otras cuestiones, el periplo de los palistas de sprint seleccionados para formar parte del equipo nacional por las tres Copas del Mundo que organiza la FIC en las pistas más importantes de Europa. En esta prestigiosa lista de sedes se encuentran las grandes catedrales de las aguas tranquilas: la alemana de Duisburg, la checa de Racice, la húngara de Szeged o la polaca de Poznan. La última en entrar entre las grandes ha sido la portuguesa de Montemor-o-Velho. En un segundo lugar esperando turno para ser sedes de Copa y habituales anfitriones de Europeos o Mundiales de diferentes categorías están Belgrado, Moscú, Minsk o Pitesti en Rumania. Ni siquiera hay un tercer escalón donde situar las instalaciones españolas que si bien sirvieron para organizar Campeonatos de Europa, Verducido o Trasona, Mundiales, Sevilla, Juegos del Mediterráneo, Almería o Juegos Olímpicos, Barcelona, una vez finalizados los eventos que les dieron forma quedan relegadas a la actividad doméstica. Algunas de nuestras instalaciones incluso han perdido el uso para el que fueron creadas o han sido desmanteladas. La asturiana, la gallega y la sevillana además de servir de base a la actividad competitiva autonómica y nacional soportan programas de tecnificación y de alto rendimiento. Pero, ¿por qué se ha perdido la vocación de organizador de gran evento que ya se tubo? Los comités organizadores de los eventos internacionales de piragüismo, Copas, Mundiales o Copas del Mundo obtienen beneficios económicos por su tarea además de otros beneficios más difíciles de cuantificar en euros pero que se traducen en una mejora del piragüismo en su área de influencia. Los ingresos comienzan con las cuotas de inscripción de los deportistas que competirán, siguiendo por la larga lista de servicios y productos que se oferta a deportistas, a acompañantes y a los nutridos grupos de aficionados que se desplazan y que permanecen a lo largo de la semana de competición de día y de noche. Comidas, alojamientos, transportes, merchandising, entradas, actividades paralelas al evento, patrocinadores, vendedores, apoyo institucional entre otros ingresos en el espacio reservado para la piragua y en la región que los recibe. En contraposición a los ingresos nos encontraríamos con unos gastos en los que no hay que incluir el más alto, la instalación. Las instalaciones ya se construyeron, ya se hizo la gran inversión en su mayoría con dinero público aportado por las diferentes instituciones implicadas. También la organización de eventos se ve muy favorecida por la formación de equipos de organizadores convertidos en expertos después de años dando continuidad a campeonatos. Si en otras pistas lo llevan haciendo durante décadas y financian parte del presupuesto de las entidades que las gestionan, ¿por qué en España somos diferentes?



LOTERÍAS

CON EL DEPORTE




www.rfep.es

 www.facebook.com/rfepiraguismo

 [@rfepiraguismo](https://twitter.com/rfepiraguismo)

En este número...



 Haz click en la imagen para ir directamente al artículo que quieras.



Campeonato de Europa Sprint

Junior y sub-23



Belgrado, la capital serbia, fue la única cita internacional de la temporada de nuestro país (17 juniors y sub-23) y una mezcla de competición internacional que, si bien la medalla de bronce fue todo lo que conseguimos en algunas ocasiones y copadas en algunas otras, muy fuertes y competitivas.

a
3

Una mirada hacia el futuro



Este año la sede del Campeonato de Europa de Sprint junior y sub23, primavera para los más jóvenes equipos nacionales de pista. 31 palistas (14 sub23), se desplazaron hasta los Balcanes con toda la ilusión inherente a los experimentados palistas y jóvenes promesas que hacían su primera competición. Sin embargo, quizás no se pudieron traer todo el premio que merecían. Una vez en el botín del equipo, con unas finales A que nos fueron esquivas en muchos casos por los países del Este, que en estas edades tienen unas bases

RFEP. GONZALO MELERO.- EN ESTAS CATEGORÍAS BASE, máxime la junior, la rotación de palistas de un año a otro es grande. Más en un campeonato de Europa, donde suele haber la oportunidad para los jóvenes debutantes en la categoría de foguearse por primera vez en la alta competición internacional mientras los vencedores de los selectivos preparan de lleno el mundial. No puede por tanto sorprendernos una disparidad de resultados con respecto a temporadas anteriores, ni tampoco dejarnos arrastrar por una cierta decepción o pesimismo por la falta de medallas. Cuando se trata de la base del futuro equipo nacional siempre hay que buscar las lecturas positivas y saber ver el camino por el que guiar a los que en el futuro nos representarán en los máximos eventos. Muchas veces, en plena juventud y cuando se está acostumbrado incluso desde infantiles a pisar con frecuencia los podiums de las competiciones nacionales, una primera competición internacional donde el resultado quizás no sea el esperado (o el soñado por el propio palista) puede representar un gran paso adelante una vez pasada la primera y natural decepción. Sobre todo desde el punto de vista del palista, ya que supone una llamada de atención sobre que la verdadera progresión no está en la mera exhibición del talento, sino en desarrollarlo a través de un trabajo constante y aplicado. Bien asimilado, esto no ha de suponer más que un aliciente para seguir trabajando y subir ese peldaño que te coloca en la élite del deporte.

SI NOS ATENEMOS A los fríos números, una medalla de bron-



“La verdadera progresión no está en la mera exhibición del talento, si no en el desarrollo a través de un trabajo constante y aplicado.”

ce fue todo el premio logrado por nuestros palistas. El juvenil David Barreiro, canoista del Náutico Rodeira, se subió al podium del C1 500 tras haber sido 5º en la final de los 1000 metros. Un logro conseguir un metal entre una legión de canoistas del Este, con Bielorrusia, Rusia, Letonia, Ucrania y Rumanía llevándose todo el





IMGS. RFEF. Equipo Junior y Sub-23 al completo

IMGS. RFEF. Albert Marti y Pol Busquets



resto de medallas tanto en el kilómetro como en las distancias cortas, lo cual añade gran valor a la presea conseguida por David. En el 200, Pablo Rodríguez logró llegar hasta semifinales, quedándose fuera de la final por menos de 4 décimas.

A LAS PUERTAS DE la medalla se quedó Antía Jacome en el C1 200 junior femenino, cuarta en una apretada final. Nuestras chicas empiezan a batirse cada vez con más igualdad con los países del Este en esta nueva disciplina olímpica, lo cual es una buenísima señal de cara al futuro. Andrea Vázquez, nuestra representante en el C1 500, fue segunda en la final B.

EN LOS BARCOS DE equipo de canoa junior (sobre 200 metros las chicas y 500 y 1000 los chicos), María Martín e Irene Monreal quedaban fuera de la competición en semifinales, al igual que Manuel Fontán y Pablo Rodríguez en el 1000. Fontán, haciendo pareja con David Barreiro, si consiguió el pase a la final en el 500, donde lograron una meritoria sexta plaza, de nuevo rodeados por una legión de palistas de Europa del Este.

SIGUIENDO EN CATEGORÍA JUVENIL, pero ya en kayak, Iván Rodríguez nos representó en el K1 1000, donde cayó en semifinales, pero no sin antes haber marcado un magnífico 3'36" en las series previas, lo que es un gran registro para un juvenil de primer año. Más tarde, en el K1 500, venció la final B después de perder el pase a la A en semis por tan sólo 2 décimas. Algo muy similar le sucedió a Lázaro López en el K1 200, cayendo en semis a la fi-



nal B, donde consiguió un meritorio segundo puesto. Por su parte, la única representante en el K1 femenino fue la extremeña Teresa Tirado en el K1 200, donde avanzó hasta semifinales pero quedó fuera de las finales.

EN LOS BARCOS DE equipo, el K2 1000 de Telmo Fernández y Francisco Silva avanzó hasta la final B, donde acabaron en cuarta posición. Repitieron actuación en el 500, donde fueron quintos en esa final de consolación, idéntico resultado al que lograron en el 200



“En el C-1 200 junior femenino, nuestras chicas empieza a batirse cada vez con más igualdad con los países del Este en esta nueva disciplina olímpica .”



Iván Fernández y Adrián González. En chicas, Antía Santiago y Tania Prol nos representaron en 1000 metros, avanzando hasta las semifinales, mientras que en la disciplina olímpica del K2 500, Teresa Tirado y Marta Figueroa vieron cómo su progresión quedaba trunca en las series previas ante una línea de salida de altísimo nivel, donde estaban todas las medallistas de la final A. Por último, Antía, Tania, Teresa y Marta formaron el único K4 español en esta competición, sobre la distancia de 500 metros.





GRUPO CALICHE



Socio Patrocinador Oficial **Real Federación Española de Piragüismo**

Carretera San Cayetano 1 El Mirador, km 2, s/n
30730 - San Javier (Murcia) info@caliche.es

www.caliche.es





IMGS. RFEF. Arriba Equipo Femenino Junior y Sub-23, abajo Marta Figuerola y Teresa Tirado

Clasificadas para las semifinales por mejor tiempo, no pudieron meterse en la final A, pero firmando un gran crono de 1'44".

“En la categoría sub-23, las medallas aquí ya muchas veces están tan caras como en la categoría senior.”

PASANDO A LA CATEGORÍA sub23, ya los nombres en liza denotaban el alto nivel de la competición. Las medallas aquí ya muchas veces están tan caras como en la categoría senior y las nuevas estrellas tienden a confundirse en las líneas de salida con otras ya instaladas en la élite desde hace unas temporadas. Comenzando por el K1 1000 masculino, Albert Martí cayó en semifinales, carreras que estuvieron todas por debajo del 3'30". Que aparecieran fi-

nalmente en el podium nombres como los de Artuur Peters o el campeón, el ucraniano Oleh Kukharyk (que a título personal diré que es un palista que lleva más de una temporada llamando mucho la atención, ojo con él de cara al futuro), habla a las claras de que la categoría sub23 está muy lejos de ser una simple estación de paso. Albert Martí sí estuvo presente en la final del 500, donde logró un séptimo puesto en una final con las medallas carísimas, todas en 1'39". Y de nuevo Kukharyk y Peters en cabeza, acompañados por Zavrel (CZE). Menos fortuna tuvo Aitor Gorrotxategi en el K1 200, distancia en la que llegó a la final B y logró un octavo puesto ante los grandes especialistas, lo cual no es nada desdeñable siendo él un palista más todo terreno.

NO TUVIMOS REPRESENTANTES EN EL K1 femenino, pues nuestro joven y renovado equipo nacional tiene sus miras puestas en el mundial sub23 y las competiciones senior para las especialistas de esta disciplina. Sí hubo entonces oportunidad para la presencia de un nuevo barco de equipo, el K2 1000 de Raquel da Costa y Estefanía Fernández, que se colaron en la final A y consiguieron un luchado séptimo puesto. En el 500, sin embargo, se quedaron en semifinales a las puertas de la gran final por tan sólo un puesto.

EN LA CATEGORÍA MASCULINA, con el K4 preparando el mundial, el K2 de Pol Busquets y Aarón Diéguez llegó hasta semifinales tanto en 1000 como en 500 metros, pero no pudieron meterse en las finales a pesar de sus buenos tiempos, con un

“Las nuevas estrellas tienden a confundirse en las líneas de salida con otras ya instaladas en la élite desde hace unas temporadas .”

plantel de embarcaciones del Este que coparon ocho de las nueve calles de la final. En el 200, de nuevo Aitor Gorrotxategi junto a Juan Martín entraron en final B tras perder la plaza en la A por apenas unos centímetros en su semifinal. En final B lograron un buen segundo puesto.

EN CUANTO A LAS canoas, nuestro único representante en el C1, Brais Casas, cayó en semifinales, al igual que lo hicieron en el C2 Ignacio Calvo y Jaime Martínez. En canoa femenina, Belén Díaz disputó las finales de 500 y 200 metros, donde consiguió los puestos sexto y octavo, respectivamente. De nuevo, la única representante de la Europa Occidental frente a los países del Este, los cuales, aún admitiendo que están aún un paso por delante en esta nueva disciplina, también es cierto que ya no parecen tan inaccesibles y es cuestión de tiempo y de trabajar con nuestras jóvenes palistas para que la presencia en las finales y los podiums europeos y mundiales sea una realidad más cotidiana.

ESPAÑA ACUDIRÁ CON EL equipo al completo al próximo mundial de estas categorías, donde los más jóvenes darán una vez más lo mejor de sí mismos en el campo de regatas de Pitesti (Rumanía).



IMGS. RFEP. A la Izq. Francisco Silva y Telmo Fernández, debajo Estefanía Fernández y Raquel da Costa, Iván Rodríguez, Marta Figueroa y Teresa Tirado



El equipo español



Es primavera y es tiempo de Sprint. Las habituales tres Copas del Mundo son
Campeonatos veraniegos, tanto europeos como mundiales. Tres fines de semana
de España, sirven para que los clasificados en los selectivos nacionales tomen

ol se va de copas

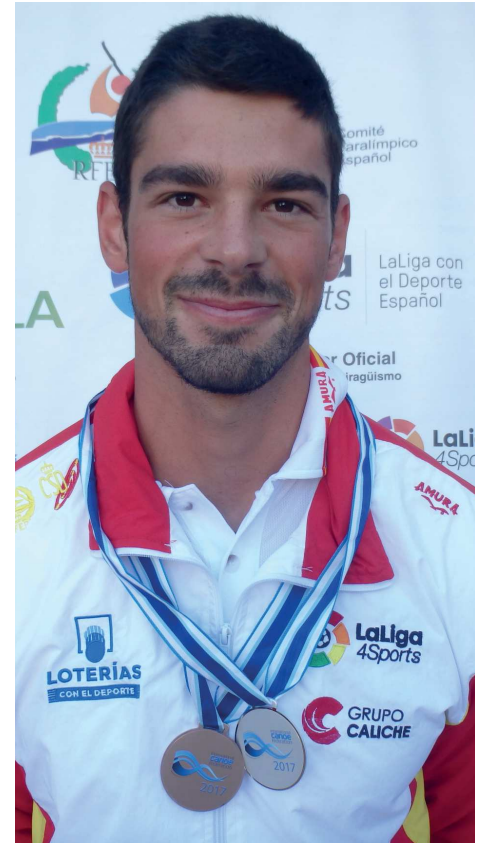


el test perfecto para los equipos para medir su estado de forma antes de los
mana de competición casi sin respiro que en general, como es también el caso
n contacto con los que serán sus rivales a lo largo de la temporada.

RFEP. GONZALO MELERO.- SI ATENDEMOS A ESTE ensayo general como indicativo de nuestro equipo nacional, el resultado no ha podido ser mejor, todo un récord en cuanto a número de medallas conseguidas en estas competiciones. Nada más y nada menos que 23 medallas, repartidas en las tres Copas con gran regularidad (8, 7 y 8), con un total de 3 otros, 5 platas y 15 bronce.

NI QUÉ DECIR TIENE que los oros siempre destacan por su propio valor. Además, en esta ocasión, son unas medallas que quizás tengan un sabor un poco más dulce por lo que suponen de aliciente para una modalidad en la que, salvo la dupla Campo-Millán, no habíamos

tenido una especial presencia en las finales internacionales del último ciclo olímpico. En esta ocasión, la exclusión de unas pruebas y la inclusión de otras en el programa de Tokio 2020 han llevado a la formación de nuevos proyectos entre los cuales el K2 suponía una incógnita. Tras el selectivo nacional, Paco Cubelos e Íñigo Peña se hacían con la plaza del K2 1.000 en su primera competición juntos, mostrando un buen momento de forma que, para el espectador, dejaba la duda de si sería un día afortunado o una pareja sólida. Pues bien, nada mejor que dos oros en Szeged y en Belgrado para dar rúbrica a una embarcación que parte con todas las garantías de cara al futuro. Junto a



IMGS. RFEP. Roi Rodríguez, plata en K-1 500 y bronce en K-1 100 m.

ellos, Óscar Carrera y Rodrigo Germade, tras acariciar el podium con un cuarto puesto en Hungría, se subían a lo más alto en Serbia, colgándose el oro del K2 500 en un final de infarto.

LAS 5 PLATAS TUVIERON un reparto más heterogéneo. Tanto chicos como chicas, kayak y canoa, 500 y 5.000 metros fueron los protagonistas de las preseas de plata. El 5.000 vio cómo Estefanía Fernández en Portugal y Laia Pelachs en Serbia llegaban segundas al sprint, cediendo, respectivamente, ante la irlandesa Jennifer Egan y la australiana Alyssa Bull, que las privaron por centímetros de alzarse con la victoria, pero dejando a las claras que el medio fondo siempre es una de las pruebas a tenernos en cuentas de cara a los próximos mundiales y europeos. No en vano, en todas las carreras sobre esta distancia estuvimos bordeando el podium con los cuartos puestos de Javi López y Miriam Vega o los quintos de Albert Martí en Portugal y de Manuel Garrido, Begoña Lazkano y Paco Cubelos en Serbia. El 5.000 no se celebró en Szeged, donde fue sustituido por un (a mi modo de ver, totalmente personal y discutible) aburridísimo programa de

IMGS. RFEP. K-4 formado por de derecha a izquierda: Garrote, Toro, Marcus y Germade, plata en 500 m.



IMGS. RFEP

relevos mixtos 6x500. En él tuvimos como representantes a las parejas de Roi Rodríguez/Camila Morison y de Adrián Sieiro/Patricia Coco, que a pesar de los buenos tiempos en sus series, no pudieron meterse en la final de cuatro.

OTRA DE LAS PLATAS, conseguida en la primera Copa en Montemor, fue especialmente agradable. El segundo puesto conseguido en el C2 500 por María Pérez y Antía Jácome comienza a ponernos dentro del panorama internacional de la canoa

“Oscar Carrera y Rodrigo Germade, tras acariciar el podium con un cuarto puesto en Hungría, se subían a lo más alto en Serbia, colgándose el oro del K2 500 en un final de infarto.”



IMGS. RFEF. K-4 femenino formado por de derecha a izquierda: Begña Lazkano, Sara Ouzande, Isabel Contreras y Alicia Heredia, plata en 500 m.

IMGS. RFEF. C-2 femenino formado por Patricia Coco y Adriana Paniagua, bronce en C-2 200 m.
 Abajo, María Ramal y Ana Ríos, C-2.
 Abajo a la izquierda Laia Pelach medalla de plata en K-1 5000 m.



femenina en un momento especialmente importante, pues tras confirmarse su inclusión en el programa olímpico se prevé un fuerte crecimiento en los próximos años de cara a Tokio, con un aumento de la competencia dentro de una escena ya de por sí dominada por los países del Este y Canadá. El hecho de que las competiciones españolas estén cada vez más pobladas de chicas canoistas y que en sus salidas

internacionales comiencen a aparecer en los medalleros supone un aliciente para seguir trabajando en esta línea.

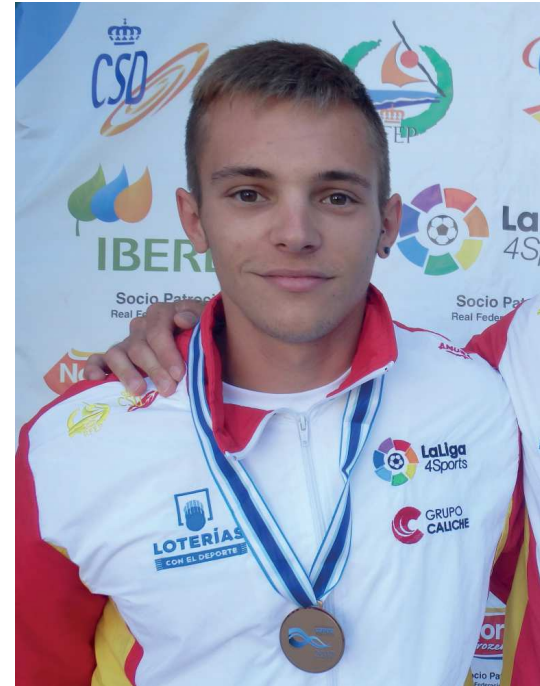
PARA ACABAR EL RECUENTO de medallas de plata, llegaron desde Hungría otras dos por parte del equipo masculino de kayak, ambas sobre 500 metros y, una vez más, demostrando que tenemos un buen punto de partida en esta distancia para afrontar su vuelta al pro-

grama olímpico con el cambio del K4 al medio kilómetro en Tokio. Roi Rodríguez en K1 y la tripulación de K4 formada por Garrote, Toro, Cooper y Gernade sólo pudieron ser doblegados en el templo húngaro de la velocidad por el gigante checo Josef Dostal y por el todopoderoso K4 alemán.

EN CUANTO A LOS bronces, casi se puede calificar de avalancha. Nada más y nada menos que

El K-4 500 m. femenino, una embarcación olímpica con una tripulación muy joven, compartió podium con Hungría y la ahora intratable K4 de Nueva Zelanda, es un soplo de optimismo de cara a este nuevo ciclo olímpico.

quince medallas subió a buscar nuestro equipo al tercer cajón del podium. Lo que otras muchas veces acababan siendo medallas de chocolate, en esta ocasión se tornó bronce y no por casualidad. Pisar el podium en la mayor cantidad de disciplinas posibles es fiel reflejo de tesón y trabajo, base de todo éxito. Y de nuevo la canoa femenina tuvo su presencia, en esta ocasión por partida doble Portugal, con Ana Ríos y María Ramal colgándose sendas medallas en el 200 y el 500 del C2, y en Serbia de nuevo en C2, pero esta vez en los 200 metros y con el sello de Adriana Paniagua y Patricia Coco. También en el C2 masculino, en esta ocasión sobre 500 y 1.000 metros, llegaron otros cuatro bronce. En Portugal Hugo Pedrero y Álex Bernández lo lograban en el 500 ante un plantel de primera línea, dejando fuera a los Silva y a los Fuksa para compartir podium con medallistas olímpicos de la categoría de Ianchuk/Mishchuck y Brendel/Vandrey,



ahí es nada. En el kilómetro, la medalla vino de la mano de Mohssine Moutahir y Gonzalo Martín, que dejaron fuera por centímetros a la pareja húngara para subir al podium tras los ucranianos y la intratable pareja cubana de Torres y Jorge. Sin dejar que esta fuese un mero espejismo, el C2 de Sergio Va-





que está necesitado de volver a figurar en primera plana tras el cada vez más lejano diploma olímpico de Pekín.

IMGS. RFEP. Sergio Vallejo y Adrian Sieiro, C-2 1000 y 500 m. bronce.

FINALMENTE, EL KAYAK MASCULINO TUVO también su ración de bronce en las tres copas del mundo. Tanto en Portugal como en Hungría y Serbia, a los ya descritos oros y platas se sumaron los bronce del K2 500 de Pelayo Roza y Albert Martí en Montemor, así como los dos logrados por Carlos Garrote en el K1 200, codeándose mano a mano con los primeros espadas mundiales de la disciplina los tres, que suma a su plata ya descrita antes, de Roi Rodríguez. Sin duda el del Tudenense atraviesa un momento dulce de forma que le ha llevado a estar presente en todos los podiums de las cuatro competiciones en las que ha tomado la salida. Tanto el K1 500 como el 1.000 de Hungría y de Serbia le han visto pisar el cajón junto a los mejores (1 plata y tres bronce), resumiendo unas

llejo y Adrián Sieiro refrendó el buen momento de la canoa con dos medallas más, sobre 500 metros en Hungría (quintos en el 1.000) y en el 1.000 en Serbia (donde también quedaron cuartos en el 500), codeándose con los grandes nombres de la disciplina.

COMO EN TODO BUEN equipo, las medallas siguieron repartiéndose de forma casi homogénea entre las demás modalidades y categorías. El kayak femenino también tuvo su ración de protagonismo en esta colección de bronce. Al conseguido en Portugal por Miriam Vega en el K1 1.000, se sumó más tarde en Hungría el del K4 500 de Sara Ouzande, Isabel Contreras, Alicia Heredia y Begoña Lazkano. El hecho de haberlo hecho sobre una embarcación olímpica, con una tripulación tan joven y compartiendo podium con Hungría y la ahora intratable K4 de Nueva Zelanda es un soplo de optimismo de cara a este nuevo ciclo olímpico para un barco

IMGS. RFEP. a la Izda. Paco Cubelos e Iñigo Peña, K-1 1000 m. medalla de oro y abajo Mohssine Moutahir y Gonzalo Martín, C-2 1000, medalla de bronce..



IMGS. RFEP. A la dch. Carlos Garrote, K-1 200 m. bronce, a la dch. Roi Rodríguez, K-1 500 m. plata. Abajo Francisco Cubelos e Iñigo Peña, K-2 1000 m., oro.

dos magníficas copas del mundo en su haber.

Ni QUÉ DECIR TIENE que todo el equipo, en general, ha rayado a gran altura durante estas tres copas. Desde las figuras emergentes que tienen sus primeros contactos con la pista internacional en copas como la de Montemor, en Portugal, como las grandes estrellas ya consagradas o los asiduos de los podiums en categorías sub23 o juveniles están demostrando, cuando alejamos un poco la perspectiva para ver el conjunto, que este año postolímpico, siempre señal de cambios y transiciones, España está presente en prácticamente todas las finales. Y otras veces, como fue el caso de Roi y Marcus, somos los únicos en repetir presencia en las finales de las llamadas pruebas reinas. Ambos compartieron final del K1 1.000 tanto en Szeged como en Belgrado. Esa es la presencia que asegura las medallas a largo plazo y que no es más que fruto de un buen trabajo tanto de los palistas en su compromiso con el equipo como del cuadro técnico que los guía en sus concentraciones. Esperemos que estos éxitos de primavera se vean refrendados a lo largo del verano en los restantes compromisos oficiales tanto europeos como mundiales.





LaLiga4Sports

LaLiga con el Deporte Español

www.laliga4sports.es

@LaLiga4Sports





RFEP. GONZALO MELERO.- SOBRE LAS FRÍAS AGUAS de la primavera en las faldas alpinas, doce fueron los palistas que defendieron los colores de la delegación española y una medalla de plata el botín cosechado. Teniendo en cuenta lo acostumbrados que nos tienen últimamente a todos los amantes del piragüismo y aficionados en general a lograr medallas y grandes títulos, es posible que una plata en un Europeo pueda saber a poco, pero siendo el primer campeonato de relieve tras los Juegos Olímpicos las lecturas que se han de hacer son sobre las líneas de tendencia que los resultados presen-

tan y, más aún, sobre el relevo generacional que comienza a asentarse en el equipo de slalom, con palistas muy jóvenes trabajando codo a codo con otros más experimentados y ya consagrados como Maialen Chourraut, Ander Elozegi o Samuel Hernanz. Ese buen hacer de equipo ya es visible en la progresión del conjunto sin estar supeditado a un solo resultado de algún palista en concreto.

DE ENTRE ESAS BUENAS noticias, y en concordancia con lo que acabábamos de comentar, qué duda cabe que la plata lograda en la modalidad del K1 fe-

“Hernanz era sancionado con 50 segundos por, según los jueces, saltarse una puerta. Tras reclamación del equipo español y el posterior análisis de las imágenes por los jueces, la sanción le era retirada y su ficha quedaba limpia.”

IMGS. ORG. Luis Fernández



Campeonato Europeo de Slalom

sobre las frías
aguas de la
primavera alpina

Con la llegada del mes de junio, llegaba también el primer campeonato internacional de la temporada para nuestro equipo nacional de Slalom, en esta ocasión el Campeonato Europeo que se disputó en esa primera semana de junio en la localidad eslovena de Ljubljana-Tacen.

menino por equipos es lo más destacable. La tripleta formada por Maialen Chourraut, Irati Goikoetxea y Marta Martínez se alzaba hasta el segundo cajón del podium tras una gran bajada y sólo superadas por el equipo esloveno, que era evidente que tenía el recorrido trabajadísimo. Tan sólo un toque de Maialen en la puerta 2, al poco de comenzar, fue la penalización de las españolas. Esos dos segundos no hubiesen bastado para compensar la mayor velocidad en el descenso de las eslovenas, que con también un toque en la penúltima puerta se alzaron con la victoria con tres segundos

de ventaja. Así pues, se puede decir que España logró una bien merecida medalla por delante de otros potentes equipos, como Francia y Austria, que lucharon por el bronce sin acercarse al buen crono de España y que finalmente cayó del lado galo.

EN LAS DEMÁS DISCIPLINAS, suerte dispar, si bien se pudieron sumar varias finales más. Si no dejamos a las chicas del K1, las tres pasaron con cierta solvencia a las semifinales del domingo. En la bajada de semis, Maialen conseguía plaza en la final gracias a un sexto puesto con solvencia, mientras que

Irati se veía penalizada con cuatro puntos y una bajada no tan rápida como para permitirle meterse entre las diez mejores. Una verdadera pena fue el error de Marta Martínez en la última puerta, donde un mal rebote de su embarcación en la ola previa le hizo golpear una de las barras por fuera y acumular 50 segundos de penalización que le hicieron perderse la final, ya que hasta ese momento su bajada había sido impecable y una de las más rápidas de la jornada. Así pues, con sólo Maialen Chourraut disputando la final, dos toques en la segunda parte del recorrido la alejaron de las meda-



IMGS. RFEP. De Izd. a dcha. Marta Martínez, Maialen Chourraut e Irati Goikoetxea, ¡la gran mojada!

Ander realizó una bajada casi impecable, con tan sólo un toque en la última puerta. Sin embargo, sólo le valió para ser séptimo en una final rapidísima, con los eslovacos bajando el torrente de Tacen como misiles.

llas, logrando un sexto puesto a siete segundos de la austriaca Corinna Kuhnle, nueva campeona de Europa.

EN EL K1 MASCULINO, Samuel Hernanz comenzaba las series marcando uno de los mejores registros para entrar en semifinales, unas semis donde también entraba Joan Crespo y de las que, sin embargo, David Llorente se veía privado tras sumar una penalización de 6 segundos. En semifinales, era Joan Crespo el que se veía fuera de la final al saltarse una puerta, pero Samuel de nuevo avanzaba hasta la lucha por las medallas. Era en esa final, tras un recorrido impecable, cuando Hernanz era sancionado con 50 segundos por, según los jueces, saltarse una puerta.

Tras reclamación del equipo español y el posterior análisis de las imágenes por los jueces, la sanción le era retirada y su ficha quedaba limpia. Sin embargo, un recorrido un poco más lento que el de sus rivales le relegaba a la decimotercera posición en una categoría en la que la velocidad en el descenso es uno de los factores determinantes.

EN LA COMPETICIÓN POR EQUIPOS, los chicos no pudieron reeditar el triunfo de las chicas y acabaron en la séptima posición, penalizados por varios toques en diferentes puertas que sumaron un total de 14 segundos en su crono final.

PASANDO AL C1, NUESTRA canoista de oro, Nuria Vilarrubla, defen-



IMGS. ORG. Medalla de plata K-1 por equipos para Irati Goikoetxea, Marta Martínez. y Maialen Chourraut.

día título tras el oro logrado en 2016 en Eslovaquia. Clasificada para semis con el mejor registro, Klara Olazábal la acompañaba hacia esa segunda ronda tras necesitar de la segunda manga, mientras que Miren Lazkano se quedaba fuera por muy poco margen. En semifinales, Klara Olazábal quedaba también fuera de la lucha por las medallas tras un decimosexto puesto, mientras que Vilarrubla sí conseguía la clasificación tras sólo un toque en la puerta 17. En la final de la tarde, Nuria tenía que conformarse con una siempre agria cuarta plaza. Dos toques en la parte alta del recorrido condicionaron un poco su bajada y nada puedo hacer a pesar de una segunda parte mucho más limpia. El título fue para la británica Woods, que a la agresividad y velocidad mostrada en las semis añadió en esta final una bajada casi limpia y se llevó el oro con solvencia.

EN LA COMPETICIÓN POR equipos, Vilarrubla, Olazábal y Lazkano conseguían una meritoria quinta plaza, si bien no tuvieron en ningún momento la



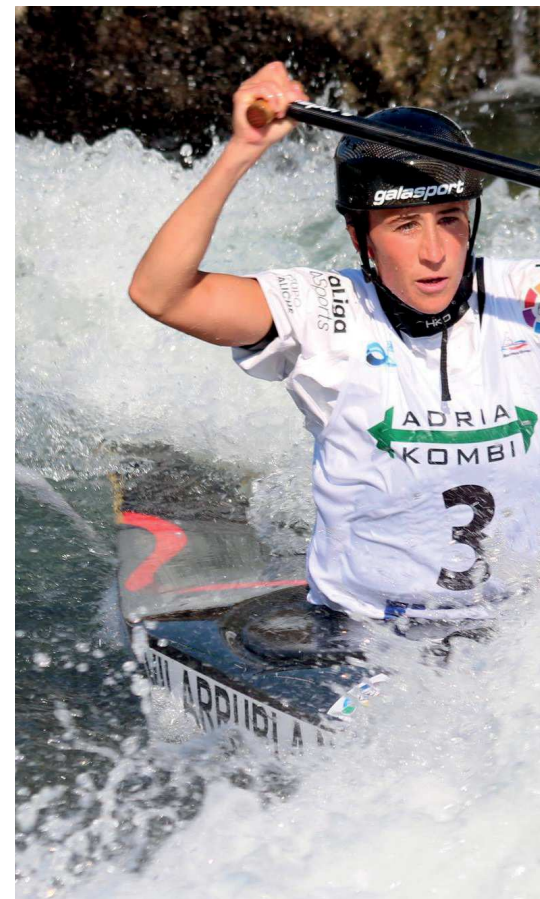
IMGS. ORG. En el centro Maialen Chourraut, abajo Nuria Vilarrubla.



IMGS. ORG. Samuel Hernanz

oportunidad de acercarse a las medallas debido a toques muy diseminados a lo largo del recorrido que fueron lastrando su bajada. Peor suerte tuvieron en el quipo masculino, donde una bajada más lenta que los rivales, pero buscando hacer un recorrido limpio, se vio muy penalizada por dos toques seguidos en dos puertas de la parte alta del recorrido, haciendo que el esfuerzo siguiente y la limpieza del resto del recorrido no fuesen suficientes para acercarse a los medallistas.

Los CHICOS DEL C1, en la competición individual, tuvieron también suerte dispar. Miquel Trave y Luis Fernández se vieron fuera de seguir en la competición tras la segunda manga



de las series clasificatorias. Miguel no estuvo lejos de lograr el pase a semifinales, pero su bajada totalmente limpia se vio lastrada en tiempo y se quedó a unos segundos de meterse en la siguiente ronda. Con sólo Ander Elosegi en esas semifinales, las esperanzas depositadas en él se vieron refrendadas con un buen pase a la final de la tarde del domingo, última prueba del campeonato. En esa final intentaría reeditar al menos el bronce logrado en la última edición ante el bloque de palistas centroeuropeos, pues Eslovaquia y Eslovenia, por ejemplo, habían conseguido meter a sus tres palistas en la gran final. Ander realizó una bajada casi impecable, con tan sólo un toque en la última puerta. Sin embargo, sólo le valió para ser séptimo en una final rapidísima, con los eslovacos bajando el torrente de

Tacen como misiles y logrando dos de las tres medallas en juego. Evitar el toque de la última puerta le habrá valido a Elosegi subir tan sólo un puesto, tal fue la velocidad impuesta por el top cinco de los palistas de esta final de C1.

COMO YA COMENTÁBAMOS, QUIZÁS NO el mejor campeonato, pero España sigue sin bajarse del podium, las medallas continúan cayendo de nuestro lado en todos los eventos. Los palistas siguen mostrando una firmeza en el trabajo que es la mejor de las señales para lo que resta de temporada y para afrontar la gran cita, que será ese mundial a celebrar en Pau a finales de septiembre, sin duda una segunda casa para nuestros palistas, los cuales esperan ese campeonato sin perder un ápice de ilusión, sino todo lo contrario.

IMGS. ORG. A la izq. Nuria Vilarrubla y dcha. Annebel V.D. Kni.



OROS

CON NOMBRE DE MUJER

Campeonato de Europa
de Slalom Junior y Sub-23



La localidad germana de Hohelimburg fue este pasado mes de agosto la sede del Campeonato de Europa de Slalom para las categorías Junior y Sub23. Diecinueve fueron los palistas españoles que defendieron los colores del equipo nacional en esta competición, cosechando tres medallas que representan un gran éxito de la expedición, amén de los numerosos puestos en final que las acompañaron. Laia Sorribes en el K1 Junior y Miren Lazkano en el C1 Sub23 se proclamaron con autoridad campeonas de Europa.

RFEP. GONZALO MELERO.- EL SLALOM FEMENINO ESPAÑOL marca la pauta en los campeonatos internacionales para nuestro equipo y el hecho de que los oros se vean en todas las categorías (en este caso Junior y Sub23) y tanto en kayak como en canoa, no es más que un motivo más de satisfacción. Por otro lado, el trío del C1 Junior formado por Pau Etxaniz, Miquel Trave y Eneko Auzmendi se hacía con la plata en la competición por equipos, redondeando un brillante palmarés para nuestra selección en este campeonato.

SI SEGUIMOS EL ORDEN cronológico de la competición, el jueves y viernes vieron celebrarse las mangas clasificatorias de todas las categorías. Sin representación en la única modalidad doble, el C2, nuestro equipo se centraba en las diversas ca-

tegorías de K1 y C1. Comenzó la participación española con el descenso del K1 femenino Sub23. No fue el mejor de los arranques, con nuestras representantes Irene Egües, Klara Olazábal y Carmen Costa realizando unas series correctas y sin excesivas penalizaciones, tanto en la primera como en la segunda manga, pero que no fueron lo suficientemente rápidas como para lograr colarse entre las veinte primeras posiciones, que eran las que daban paso a las semifinales. Klara Olazábal fue la que más cerca estuvo, perdiendo la clasificación en la segunda manga por tan sólo un puesto y siete décimas.

SÍ FUE MEJOR EN LA siguiente categoría en arrancar su participación, la concurrenida del K1 hombre Sub23. Un excepcional David Llorente conseguía ya el

IMGS. RFEP. Equipo Junior y Sub-23 de Slalom, una cantera de campeones.



paso en la primera manga con un rápido y limpio descenso, al igual que Marc Moragues, que sólo tuvo los dos segundos de penalización correspondientes a un toque. Jordi Cadena, sin embargo, tuvo que esperar a la segunda manga por culpa de dos puertas que le fueron dadas por no pasadas. Un severo toque de atención que le hizo salir con un extra de concentración a la segunda man-



“Laia Sorribes demostró ya desde su primera bajada sus intenciones en este campeonato, clasificándose en segunda posición y con soltura para semifinales.”





ga, donde marcó un gran registro por debajo de los 100 segundos y sin un solo toque, consiguiendo así también meterse en semis.

EN EL K1 MUJER Junior, Laia Sorribas demostró ya desde su primera bajada sus intenciones en este campeonato, clasificándose en segunda posición y con soltura para semifinales. Sin embargo, una bajada discreta y con 6 segundos de penalización por parte de Ainhoa Lameiro y el salto de una puerta por Olatz Arregui, las obligaban a acudir a la siempre tensa segunda manga, donde finalmente, pese a mejorar, no pudieron meterse entre las cinco mejores, quedando fuera de competición.

LOS SIGUIENTES EN ECHARSE al agua en ese primer día de competición eran los palistas del K1 hombre Junior. Pau Etxaniz y Miquel Trave conseguían el pase directo a semifinales ya en la primera manga, donde Pau firmaba un excelente registro con el tercer mejor tiempo y sólo 2 segundos de penalización. Sergio Llorente sí se vio obligado a acudir a la segunda manga. En ella, una bajada bastante limpia pero que pagó con un tiempo excesivamente lento le dejó fuera de los treinta mejores que lucharían en las semis por pasar a la gran final.





IMGS. RFEP. de Izd. a dch. Mikel Trave, Eneko Auzmendi y Pau Etxaniz, Subcampeones de Europa en C-1 por equipos.

EL VIERNES FUE EL día para las canoas y las competiciones por equipos. Comenzaba el C1 mujer Sub23. Nuestras tres representantes, Klara Olazabal, Miren Lazkano y Annebel van der Knijff conseguían su clasificación para semis ya en la primera manga, demostrando sobre todo una gran velocidad, puesto que consiguieron esa clasificación directa a pesar de llevar todas ellas penalizaciones de entre 4 y 6 segundos por diversos toques. Eso les permitía además un descanso extra antes de la competición por equipos de la tarde.

A CONTINUACIÓN ERAN LOS palistas del C1 hombre Sub23 los que salían a escena. De nuevo, como ya hiciese el día antes en el K1, David Llorente se colaba en semifinales a las prime-

“El viernes por la tarde era tiempo de las competiciones por equipos. España consiguió la medalla de plata en el C1 hombre Junior, justo premio al gran descenso de Pau, Mikel y Eneko”

res de cambio, aunque no de forma tan autoritaria como lo hiciese en el K1. Por muy poco perdía ese pase directo Luis Fernández, que se veía obligado a acudir a la segunda manga junto a Brais Castro, tres segundos más lento. En esa

segunda tirada, con sólo cinco puestos en juego para el pase a semis, ambos prácticamente repetían los tiempos y penalizaciones de la primera manga, con problemas sobre todo en las puertas rojas, aunque esta vez era Brais el que aventajaba ligeramente a Luis en la tabla de resultados, acabando ambos aquí su participación en el campeonato.

PASANDO AL C1 YA en categoría Junior, las chicas fueron las primeras en realizar su manga, con Ainhoa Lameiro clasificándose para semifinales de forma directa, mientras que Xanet Echarri y Clara González, a pesar de hacer unos descensos bastante limpios, su crono las obligaba a acudir a la segunda manga. En ella, un accidentado inicio de la bajada,

IMGS. RFEP. Irene Egües



IMGS. RFEP. Marc Moragues

con toques ya en las primeras puertas para ambas, lastraban su recorrido y hacían que se quedasen fuera del corte, que era de tan sólo cinco palistas.

EN LOS CHICOS DENTRO de este C1 Junior, Miquel Trave mostraba su ya contrastada experiencia en grandes competiciones y firmaba el mejor resultado de la jornada, firmando el primer puesto y el pase a semis a pesar de tener 2 segundos de penalización. No tuvieron la misma suerte Pau Etxaniz y Eneko Auzmendi, el cual se saltaba una de las puertas de retorno, y que se veían obligados a ir a la segunda manga. En ella Pau sí conseguía colarse entre los clasificados para las semis, mientras que la mala suerte se cebaba con Eneko y en un descenso rápido y limpio, los jueces le daban como no pasada la puerta 13 y se quedaba fuera de competición.

EL VIERNES POR LA tarde era tiempo de las competiciones por equipos. En ellas, pese a que en alguna la suerte nos fue es-



quiva, España consiguió la medalla de plata en el C1 hombre Junior, justo premio al gran descenso de Pau, Mikel y Eneko, que lograban así lo que en otros casos nos era negado. Tal fue el caso del K1 hombre Sub23, cuartos a apenas 55 centésimas del bronce y con dos toques en sendas puertas

de retorno que literalmente arrancaron la medalla del cuello de nuestros palistas.

EL SÁBADO SE CELEBRABAN las semis y finales de los K1 en todas sus categorías. Sin representantes ya a estas alturas en el K1 mujer Sub23, era el turno del K1 hombre Sub23, donde sólo

7:59 PM

88%

ADO



IMGS. RFEP. Pau Etxaniz

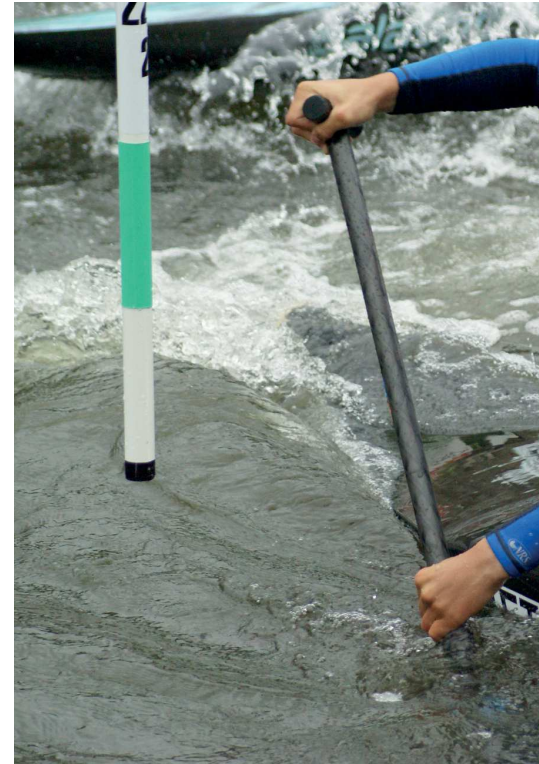
Marc Moragues conseguía el pase a la gran final con una carrera limpia. Tras su gran clasificación en las series, dos toques penalizaban en exceso a David Llorente, que se quedaba fuera. Ya en la final, Marc sumaba una penalización a su registro de 100 segundos y queda 8º con la sensación de haber estado cerca de la lucha por las medallas.

LA GRAN ALEGRÍA DE la jornada llegaba poco después con el oro de Laia Sorribes en el K1 junior. La presencia del habitual ejército de palistas del Este no supuso un extra de presión para

“La presencia del habitual ejército de palistas del Este no supuso un extra de presión para Laia, que ejecutó una magnífica bajada, rápida y sin toques, que la hizo campeona de Europa ”

Laia, que ejecutó una magnífica bajada, rápida y sin toques, que la hizo campeona de Europa con un buen margen sobre la checa Galuskova y la francesa Prigent, plata y bronce respectivamente.

UN POQUITO DE ARENA fue la otra parte de la balanza en el K1 hombre Junior, donde Nuestros dos representantes en semis, Pau y Miquel, lograron el pase a la final, en la cual dos toques cada uno les privaron por penalización el haber con-



seguido sendas medallas, pues sus cronos fueron los dos más rápidos de la final. Sin embargo, esos 4 segundos extras les relegaron respectivamente a la quinta y sexta plaza final. Una verdadera pena, pero demostrando que están al mejor nivel y plenamente capacitados para darnos más alegrías en el futuro.

EL ÚLTIMO DÍA DE LA competición, domingo, era ya el turno de semis y finales para los C1. Casi no podía comenzar mejor la mañana, con Annebel van der Knijff y Miren Lazkano metiéndose en la final y Klara Olazábal quedándose a apenas segundo y medio del corte por culpa de dos inoportunos toques. Más tarde, en la gran final, Miren daba lo mejor de sí misma y en una rápida y limpia carrera conseguía de forma brillante el oro y se proclamaba campeona de Europa, mientras que Annebel conseguía una meritoria 7ª plaza.



IMGS. RFEP. El abrazo a una campeona.



so otro traspie en sus aspiraciones y, a pesar de completar una segunda mitad de recorrido impecable y muy rápida, acabó en un cuarto puesto que le apartó del podium por apenas medio segundo. Una pena, pero sin duda, visto fríamente, un enorme resultado que le sitúa como una de las promesas de futuro de nuestro slalom, ya prácticamente una realidad.

“En la gran final, Mirren daba lo mejor de sí misma y en una rápida y limpia carrera conseguía de forma brillante el oro ”

ASÍ PUES, BALANCE MUY positivo el extraído de este Campeonato de Europa, confirmando que hay cantera y campo de desarrollo de cara al futuro de nuestro slalom. ¡Enhorabuena!

IMGS. RFEP. Clara Gonzalez

EN LAS SEMIFINALES DEL C1 hombre Sub23, David Llorente no podía refrendar su buen momento y se quedaba fuera del corte con un puesto 18°. Algo parecido a lo que sucedió después con Ainhoa Lameiro en la semifinal del C1 mujer Junior, finalmente 15ª y lamentando dos toques cuya penalización la dejó fuera de la gran final por bien poco.



POR MENOS AÚN QUEDÓ fuera de la final en el C1 masculino Junior Pau Etxaniz, apenas 14 centésimas que le dejaron en un agrisado 11° puesto, sin saber que se vio recompensado para el equipo por la magnífica bajada de Miquel Trave, que le hizo acreedor al mejor crono de la mañana y le daba el pase como primero a la gran final. Sin embargo, a pesar de su experiencia, la primera puerta de la final, un remonte, le jugó una mala pasada y ya contabilizó 2 segundos que le fueron lastrando en su recorrido. Otro remonte en la puerta 9 supu-



Con las plazas del Mundial en Juego

La edición vigésimo tercera del Campeonato de España de Maratón tubo como sede el embalse de Alange, Badajoz, los días 20 y 21 de Mayo. La Federación Extremeña de Piragüismo sigue apostando por esta modalidad desde hace unos años y decidió proponer esta sede después del buen trabajo realizado como organizadores en Badajoz y Mérida las temporadas pasadas.

A person is carrying a white and blue kayak on their shoulder, walking through shallow water. The kayak has 'Palleto' written on the side and 'FUS' on the front. The person is wearing a white tank top and black shorts. The water is splashing around their legs.

**Campeonato
de España de
Maratón**





IMGS. DANIEL DURÁN. Las futuras generaciones vienen pisando fuerte.

RFEP.- EL EMBALSE DE ALANGE, a unos 20 kilómetros de Mérida, almacena el agua del río Matachel a pocos metros de su desembocadura en el Guadiana. El embalse es muy sinuoso con diferentes brazos, islas y penínsulas pero los perfiles de sus orillas no son elevados y no protegen mucho del viento a su excelente lamina de agua.

DURANTE LA MAÑANA DE la primera jornada las condiciones fueron buenas pero por la tarde se levanto un molesto viento que endureció las diferentes regatas que se fueron disputando. Las dos jornadas fueron muy calurosas, factor que en el maratón condiciona la preparación y discurrir de la regata. La organización facilitó a los clubes los espacios e instalaciones necesarios para su comodidad en este tipo de pruebas y diseño un recorrido en el brazo del embalse colindante con el pueblo que da nombre al embalse. El recorrido, vueltas de 3,6 kilómetros, se podía seguir casi en su tota-

lidad desde la zona de porteo, donde se concentraba toda la logística del campeonato. El porteo se realizaba sobre arena con embarque y desembarque "tipo playa" en paralelo a la orilla.

ESTA PRUEBA, ADEMÁS DE repartir los títulos de Campeones de España, tanto individuales como por clubes, tenía carácter selectivo para el Campeonato de Europa y el Campeonato del Mun-

"Walter Bouzán y Fernández Fiuza que se impusieron en el K2 senior en una carrera muy disputada con los palistas de la Cultural de Ribadesella, Luis Amado Pérez y Llorens."



do que se disputarán en Portugal y en Sudáfrica. Pocas fueron las parejas formadas por palistas de diferentes clubes que se inscribieron para optar a las plazas selectivas. Entre ellas Walter Bouzán y Fernández Fiuza que se impusieron en el K2 senior en una carrera muy disputada con los palistas de la Cultural de Ribadesella, Luis Amado Pérez y Llorens que además ganaron el título de campeones de España. Walter y Fiuza volverán a luchar por incrementar su larga lista de medallas internacionales después de quedarse el año pasado fuera de las plazas que se disputaron en el selectivo acompañados de la joven pareja de riosellanos. El otro duo de diferentes clubes que logró clasificarse para el Europeo y Mundial fue Auropa Figueras con Eva Barrios, combinación Bañolas-Zamora que batío a las campeonas de España Arquero-Massagues de Aranjuez. El sábado por la mañana Eva y Aurora se clasificaron primera y segunda en el K1 lo que les permitirá doblar K1



y K2 en las pruebas internacionales.

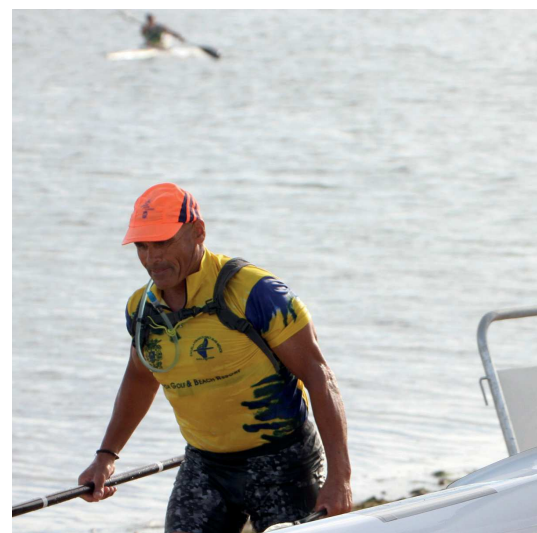
MUY MERITORIA LA VICTORIA y clasificación del Antonio Campos en el C1 que esta temporada ha luchado por superar una grave lesión que le hizo pasar por el quirófano. Campos se mostró intratable, fue descolgando a todos sus rivales dejando para el último esfuerzo a Manuel Garrido con quien disputo el sprint final. Víctimas de su ritmo fueron dos ilustres canoistas, Jose Luis Bouza y Alvaro Rodríguez campeones en otros tiempos y ahora tercero y cuarto respectivamente. En la jornada del domingo dobló Campos con su compañero del Breogán Sánchez para clasificarse segundos por detrás del C2 del Kayak Tudense Ramón Ferrero y Oscar Graña que junto con la clasificación ganaron el título de campeones nacionales.

EL RESTO DE PLAZAS que daban acceso al Europeo y Mundial que se disputaban siguiendo el documento de criterios de selección publicado por la RFEP no dio lugar a muchas sorpresas. En el K1 hombre senior se impuso Emilio Llamedo en el sprint a su com-

pañero del Tudense Ivan Alonso y a Luis Amado Pérez. En la categoría sub-23 los campeones fueron Miguel Llorens en K1 que descolgó en la última vuelta al de Donosti, Ion Carballo, Tania Alvarez del Breogán también en K1 e Ignacio Calvo de Aranjuez y Jenifer Casal de la Escuela de Pontevedra en C1.

EN LA INSCRIPCIÓN 62 clubes venidos de todos los rincones con un total de 443 palistas inscritos y divididos en 28 categorías de edad y modalidad. Las mas numerosas como viene siendo habitual en los últimos años fueron la de los chicos cadetes en K2 con 62 inscritos y en K1 con 46. Las que contaba con menos deportistas inscritos fueron las de paracanoistas, las de canoa mujer y kayak mujer senior.

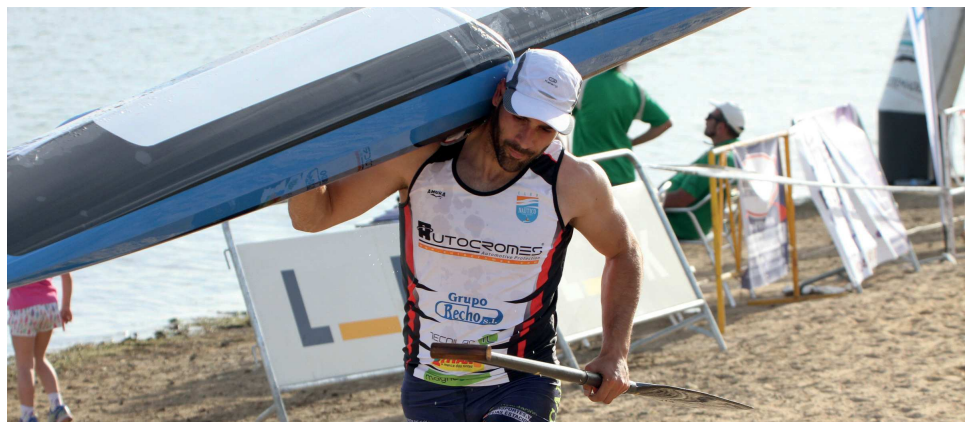
LOS CLUBES QUE PRESENTARON las plantillas mas amplias fueron la Escuela de Piragüismo Aranjuez, con 34 palistas, seguidos del Piragüismo Pamplona, con 22 y los locales del luxtan con 19. Con este potencial Aranjuez y Pamplona se hicieron con los dos primeros puestos de la clasificación por clubes metiéndolo-





IMGS. DANIEL DURÁN.

IMGS. DANIEL DURÁN.



se en el tercer y cuarto puesto el Alberche y Cuenca por delante de los de Mérida. Cuenca y Mérida que se llevaron la gran alegría de ganar el K2 juvenil masculino con Miguel Sánchez y Carlos Gómez, y el K2 juvenil femenino las del iuxtanan, Marta Figueroa y Teresa Tirado. El conquense Miguel Sanchez también fue plata en K1 por detrás de otro Sánchez, Javier, de la Llongar de Cangas de Onis.

ARANJUEZ TAMBIÉN FUE EL club que mas metales cosechó, 9, seguido de

los clubes gallegos Breogán y Kayak Tudense, 6, en una clasificación en el que figuran 36 clubes que lograron alguna medalla.

AMBIENTE MAGNÍFICO EN UNA competición donde los cadetes en embarcaciones individuales y dobles comparten espacio con las categorías superiores dando un color, además del calor reinante, especial a este campeonato.

TODOS LOS RESULTADOS EN LA WEB DE LA RFEP





GARCIA N

DAGOSTAR

RFEP.- LA MENSTRUACIÓN, O LA ausencia de ella, puede afectar, y en muchos casos afecta, al desarrollo de la actividad diaria de quienes la sufren. Algunos de los efectos de la menstruación pueden ser:

- Náuseas
- Dolor de cabeza
- Dolor en los senos
- Aumento de temperatura corporal
- Acné y espinillas
- Hinchazón en el cuerpo
- Hinchazón en el vientre
- Dolor en el bajo vientre
- Fatiga, cansancio
- Sudores
- Síntomas psicológicos, ya sea antes o durante el período: depresión, ansiedad, irritabilidad, dificultad de concentración.
- Vómito

¿CÓMO AFECTAN ESTOS EFECTOS negativos al rendimiento de las deportistas de élite?

SON POCAS LAS MUJERES que se han atrevido a hablar de cómo la menstruación ha afectado a su rendimiento deportivo en determinadas competiciones internacionales, pero en los pasados Juegos Olímpicos de Río de Janeiro, la nadadora china Fu Yuanhui rompió con todas las reglas: las chinas quedaron cuartas en la prueba de 4x100, y Yuanhui declaró a los periodistas que su bajo rendimiento había sido causado por el malestar ocasionado por el periodo. Yuanhui habló para el mundo entero de un tema tabú en todas las culturas.

AUNQUE LAS DECLARACIONES DE Yuanhui han sido un hito, no ha sido la primera en hacerlo. La tenista alemana Steffi Graf, la jugadora de tenis Chris Evert, la atleta española María Vasco o la tam-



IMGS. RFEP.

bién atleta Priscilla Frederick son algunas de las que han hablado de este tema.

LOS EFECTOS DEL CICLO menstrual en las deportistas dependen del momento del ciclo en el que se encuentren: en la fase premenstrual y menstrual del ciclo, el cuerpo experimenta cambios como una bajada de la economía respiratoria, mayor frecuencia cardíaca, menor concentración de hemoglobina o mayor masa corporal (por la retención de líquidos). La coordinación, agilidad y estabilidad se pueden ver también alteradas. Todos estos procesos no favorecen la obtención de buenos resultados en competición. Pero, en las fases postmenstrual y postovulatoria tienen lugar procesos fisiológicos inversos. Es en estas fases cuando las deportistas poseen mayor capacidad de trabajo en general, junto con una mayor economía funcional y una elevada velocidad de recuperación.

TODOS ESTO ES IMPORTANTE a la hora de planificar los entrenamientos

de las deportistas de alto nivel, pero hay dos inconvenientes: la mayoría de los entrenadores de estas deportistas son hombres, lo que dificulta que se trate el tema con naturalidad (solo el

“Son pocas las mujeres que se han atrevido a hablar de cómo la menstruación ha afectado a su rendimiento deportivo en determinadas competiciones internacionales.”

11% de los seleccionadores nacionales en los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro eran mujeres), y además no hay un tratamiento específico contra estos síntomas (se dispone de analgésicos

cos -ibuprofeno, paracetamol y naxopreno, y anticonceptivos hormonales - la píldora anticonceptiva o el DIU de liberación hormonal-).

¿QUÉ ES LA FALTA DE menstruación y cómo afecta a las mujeres?

LA FALTA DE MENSTRUACIÓN se denomina amenorrea, y aunque al principio pueda parecer una buena noticia para las deportistas de alto nivel (y muchas otras mujeres), tiene consecuencias muy negativas sobre el cuerpo de la mujer, y además hay estudios que demuestran que está estrechamente relacionado con el deporte de alto nivel.

EXISTEN DOS TIPOS DIFERENCIADOS de amenorrea, primaria y secundaria: La amenorrea primaria está causada por anomalías genéticas o trastornos endocrinológicos. La amenorrea secundaria se produce en mujeres que previamente han tenido la menstruación. La padecen el 5% de las mujeres mundiales, pero el

porcentaje aumenta hasta entre el 20% y el 40% entre las mujeres deportistas de alto nivel. Algunas de las causas son: un bajo peso, estrés por el entrenamiento o la competición, aumentos de los niveles de prolactina, ejercicio físico intenso (acortamiento de la fase lútea, alteraciones en la secreción de la hormona luteinizante y bajos niveles de estrógenos) o someter a mujeres jóvenes, cuyo aparato reproductor todavía es inmaduro, a grandes cargas de entrenamiento. Dos de las consecuencias son la pérdida ósea y aumento del riesgo de osteoporosis precoz. Esta pérdida de densidad ósea se va a deber a los bajos niveles de estrógenos y progesterona, que afectan al funcionamiento de los osteocitos, comenzando a perder más mineral ósea del que se fabrica. La actividad deportiva tampoco compensa esa pérdida ósea. Hay mucho más riesgo de lesión por fractura, a causa de la pérdida de masa ósea, y esas lesiones tardan más en recuperar. También se pro-

IMGS. DANIEL DURÁN.





duce una pérdida en la elasticidad de los ligamentos, abriendo aún más las posibilidades de lesión. Y como a menudo la amenorrea suele asociarse con mala alimentación, el cuerpo no tendrá energía suficiente para hacer entrenamientos de calidad.

SI SABEMOS QUE LA menstruación, o la falta de ella, afecta de manera importante a algunas deportistas de élite, ¿Por qué no se habla de ello?

PARA ENTENDER ESTO DEBEMOS tener en cuenta que la menstruación es un tema tabú en todas las culturas, lo que no facilita que se trate el tema con naturalidad. A esto hay que sumarle que la integración de la mujer en el mundo del deporte de alto nivel ha sido lenta, aunque en los últimos años ha tenido una progresión muy buena (en Río de Janeiro el 45% de los deportistas eran mujeres).

PARTE DEL PROBLEMA ESTÁ en que las deportistas no hablan de ello, y si

no se abre el debate y la polémica no habrá nuevos estudios que ayuden a entender cómo afecta la menstruación, porque los efectos son diferentes en cada mujer, conseguir más formas de mitigar estos efectos, etc.

“Sabemos que la menstruación, o la falta de ella, afecta de manera importante a algunas deportistas de élite, ¿por qué no se habla de ello?”

PARA CONOCER ALGUNA OPINIÓN de nuestras piragüistas de élite escogí a dos grandes palistas: Beatriz Manchón y Begoña Lazcano. La primera por ser una de las mejores piragüistas que ha dado este país, y la segunda por ser

una piragüista con un prometedor futuro además de contar ya con un brillante medallero.

¿ALGUNA VEZ HA AFECTADO LA menstruación a tu rendimiento en algún Campeonato Internacional, Selectivo, Campeonato de España, etc.?

BEA: “PERSONALMENTE LA menstruación no afecta significativamente a mi rendimiento deportivo, pero he coincidido con mujeres en el equipo nacional que debían dejar los entrenamientos inacabados debido a las molestias. En algunos Campeonatos del Mundo, y debido al estrés por la competición, he sufrido cambios en mi periodo, con las correspondientes hinchazón y molestias, que he remediado con antiinflamatorios”

BEGO: “No sé si ME habrá afectado al rendimiento, porque dicen que sí... sí sé que la he tenido durante pruebas importantes y te notas más cansada, pero no sé



IMGS. Arriba RFEP, abajo ANTONIO SORRIBES

si eso será psicológico o de creer que realmente te afecta”

¿ALGUNA VEZ HAS TENIDO que dejar a medias un entrenamiento debido al malestar provocado por la menstruación?

BEA: “YO, PERSONALMENTE, no.”

BEGO: “HE SIDO DE dolerme mucho, y de junior sí que alguna vez creo que no he ido por dolor, pero luego ya entrenaba igual, es curioso que durante las series no tengo dolor, aunque al parar sí, incluso para llorar”

¿POR QUÉ CREES QUE se habla tan poco de ello?

BEA: “NO SE HABLA de este tema debido a la cultura que tenemos. En nuestra sociedad la menstruación es un tema tabú, por lo que la falta de información es importante. Hay una similitud con el embarazo, tradicionalmente se creía que una mujer embarazada no puede hacer deporte, y no se documentan a la hora de tomar decisiones sobre cómo llevar su embarazo”

BEGO: “BUENO, NO sé si se habla poco, lo que sí sé es que a medida que me he ido “profesio-

nalizando” en el piragüismo, he oído a más gente, entrenadores, planificar las temporadas de las mujeres en función de la regla, que es importante, porque varía mucho de cara a las sesiones de fuerza en el gimnasio y en todo en general.”

BIBLIOGRAFÍA:

<http://www.saludymedicinas.com.mx/centros-de-salud/dolor-menstrual/ejercicio/falta-de-menstruacion-en-deportistas-puede-generar-efectos-lamentables.html>

<https://broadly.vice.com/es/articulo/menstruacion-afecta-rendimiento-deportistas>

<http://www.buenaforma.org/2012/06/21/cambios-mens-truales-en-la-mujer-deportista-amenorrea/>

http://verne.elpais.com/verne/2016/08/16/articulo/1471347099_518778.html

<http://www.runners.es/woman-noticias/nutricion-y-salud/articulo/deporte-y-menstruacion/3>

http://www.abc.es/deportes/ab-ci-menstruacion-deportistas-elite-regla-201612110839_noticia.html

<http://www.ellahoy.es/salud/articulo/menstruacion-y-deporte-como-nos-afecta/164751/>

<http://smoda.elpais.com/moda/actualidad/mckayla-maroney-gimnasta-viral-juegos-olimpicos-2012-estrella-instagram/>

<http://www.sportlife.es/entrenar/mujer/articulo/influye-menstruacion-rendimiento-deportivo>

https://mundoentrenamiento.com/amenorrea-en-mujeres-deportistas/#Que_es_la_amenorrea

<https://www.vitonica.com/enfermedades/la-perdida-de-menstruacion-en-las-mujeres-deportistas>



KAYAK POLO EN COMIC



RFEP.- EN EL NÚMERO DE JULIO de este año de la revista que publica el ayuntamiento de Madrid, M21 y que edita el equipo de "Radio Carmena", la emisora que ha recuperado el Ayuntamiento de Madrid y que empezó a funcionar por los años 80 con Tierno Galván, aparece una doble pagina dedicada al piragüismo. En números anteriores se publicaron historias gráficas de otros deportes incrustadas en una publicación mayoritariamente "hecha a mano"

EN ESTA OCASIÓN LA modalidad elegida es el Kayak Polo, la especialidad en la que los palistas y los clubes Madrileños destacan por encima del resto de los nacionales.

EN LA DOBLE PAGINA se recorre desde el origen del kayak polo en España a su situación en la actualidad. Si el contenido es interesante queda mas realzado por la forma de contarlo. La narración es una sucesión de viñetas y textos dibujados por Victor Aparicio. Victor mezcla su habilidad como ilustrador con el profundo conocimiento del deporte, militó en uno de los clubes madrileños en los años noventa pero ya venía de la piragua de aguas bravas y kayak de mar de su casa, Tuy. La doble pagina esta salpicada de retratos de personajes del kayak polo con los que el autor se sentó para recabar información con ilustraciones que definen todo el entorno del deporte. material, reglamento, competiciones, situaciones de juego, etc.

EN DEFINITIVA, UNA buena manera de dar a conocer esta modalidad en un par de paginas y con poco texto y muchos santos, como nos gustaba de pequeños. La revista se ofrece gratuitamente en los mostradores de los organismos municipales.

CONCURRENCIA CONFUSA



RFEP.- EL PERIÓDICO ZAMORANO LA Opinión es desde hace muchos años seguidor de la actividad de los clubes de piragüismo y palistas de la provincia. Prueba de su fidelidad con nuestro deporte es la portada que adjuntamos en la que aparecen dos noticias piragüísticas, el Descenso Ibérico que hace meta en la capital, en el puente sobre el Duero, y un poco mas abajo se registra el bronce en el Europeo de Maratón de la local Eva Barrios con Aurora Figeras.

LA ANÉCDOTA SURGE EN la confusa confección de la portada en la que entre textos, cajas, líneas y fotos se mezclan. Bajo el texto en el que destaca “DOS de cada diez zamoranos son analfabetos” aparece la foto de DOS PIRAGÜISTAS. En un vistazo rápido a las portadas amontonadas en el kiosko mientras compras tu diario y sin mucho tiempo para leer la letra pequeña la asociación es inevitable.

MIENTRAS TE ALEJAS CON tu periódico en el sobaco y te diriges a la panadería para completar la compra matinal piensas si no sería mas fácil de entender titular y foto con un texto como LOS ANALFABETOS DESCENDEN EL DUERO, o colocar el titular correspondiente a la foto y separarlo del que provoca la confusión.

EQUIPACIÓN GLOBAL DISEÑO PERSONALIZADO



Nuestra versatilidad de producto satisface todas las necesidades de una entidad deportiva, desde la ropa técnica hasta la ropa de paseo de los deportistas. Amura diseña cada equipación de manera exclusiva según las especificaciones técnicas del cliente.

AMURA

www.amuranet.com



@AmuraSpain



@AmuraSportwear