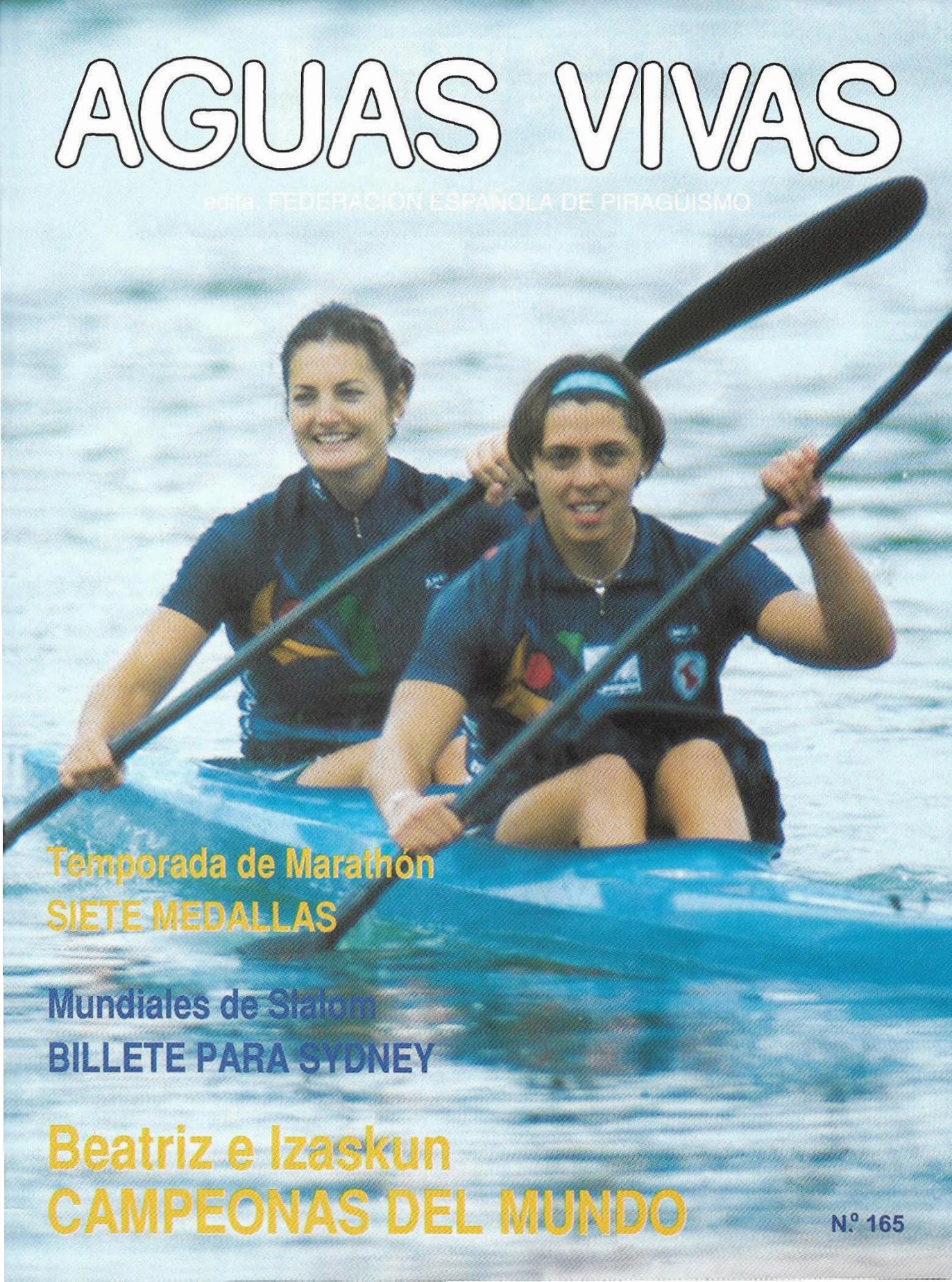


AGUAS VIVAS

edita: FEDERACION ESPAÑOLA DE PIRAGÜISMO



**Temporada de Marathón
SIETE MEDALLAS**

**Mundiales de Slalom
BILLETE PARA SYDNEY**

**Beatriz e Izaskun
CAMPEONAS DEL MUNDO**

Nº 165

AMURA



PRENDAS DEPORTIVAS Y NÁUTICAS

Proveedores oficiales
de los Equipos Nacional y Gallego de Piragüismo.

Proveedores
de la Federación Gallega de Vela, de Ciclismo, de Tiro con arco, de Lucha y de Judo.

...Y fabricamos:

Chandals, Polos, Camisetas, Bermudas, Maillots lycra, Culottes lycra, Bodys Remo,
Prendas Náuticas, Polares, Conjuntos Golf, Equipaciones Futbol,
Equipaciones Baloncesto,...

CIDISTEX, S.L.
C/ Zamora, 66 bajo
36203 VIGO (Pontevedra)



Tel. 986 42 07 48 - 986 47 21 13
Fax. 986 41 37 25

Beatriz e Izaskun Campeonas del Mundo

Es el premio al esfuerzo que se les negó en otros momentos del Campeonato. Venía a reivindicar su valía que las había puesto a las puertas del podium en más ocasiones, pero también revaloriza otros resultados, el del K-2 con Belén y Ana, la machada de Jovino en K-1 y el cuarto puesto de Bea y Mascato en canoa.



Beatriz e Izaskun palearon con rabia y todo el corazón por esta medalla, ahora son Campeonas del Mundo, algo reservado sólo a los elegidos y que pone al equipo realmente en su sitio.

Ha sido un Campeonato duro como pocos y brillante, satisfactorio para el equipo. Queda delante todo un año de trabajo y el gran reto: la medalla olímpica, que se ha resistido desde hace tres Olimpiadas.

TODO un Símbolo

En lo más alto del podium, es el lugar de las Campeonas del Mundo Beatriz Manchón e Izaskun Aramburu.
La foto es de Javier Soriano.

Campeonatos del Mundo de Piragüismo 1999

Campeonas del mundo

Detrás de estas medallas hay grandes marcas



Beatriz Manchón e Izaskun Aramburu



"la Caixa"



Loterías y Apuestas
del Estado

NUTREXPA



REPTOL

TABACALERA, S.A.



Telefónica



AGF ERICHTZ FERRAZ

ARGENTARIA



CAJA DE MADRID



Central Hispano



Cruzcampo



AGUAS VIVAS EDITORIAL

ESPACIO

Es un problema que rige el destino de los Juegos Olímpicos desde hace ya algún tiempo, por eso, en su momento, todos los Comités Organizadores plantearon la imposibilidad de seguir ampliando ciclo tras ciclo la Villa Olímpica para albergar a la cada vez más numerosa familia olímpica, de ahí que los deportes que no tenían establecidas pruebas clasificatorias se hayan visto obligados a introducirlas en sus calendarios poco a poco, si bien hay que garantizar la universalidad como principio fundamental, lo que fuerza a rocambolescas combinaciones en más de una ocasión.

En estos momentos prácticamente todos los deportes olímpicos tienen confirmada su presencia en Sydney o están a punto de conseguirlo, es la consecuencia de la receta del Plan ADO que tanto ha contribuido para mejorar la salud del deporte en España, que se puso en marcha para los Juegos de Barcelona y que en la actualidad aún demuestra su eficacia.

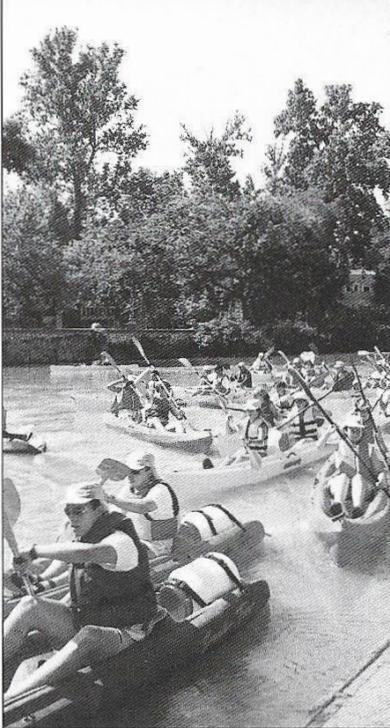
Piragüismo tiene adjudicadas 275 plazas para las aguas tranquilas y 75 en el slalom, que se han repartido entre 45 países. Y es fácil percatarse de que seremos una de las selecciones más representadas.

España tiene hasta trece plazas en las aguas tranquilas y seis en el slalom, queda toda la temporada para poner nombres y apellidos en cada sitio y mucha suerte para que los mejores puedan estar en Sydney, ayuda no parece que vaya a faltar. Los nuevos presupuestos del deporte tienen para esta élite asignado un incremento de cerca de 600 millones.



AGUAS VIVAS

Revista de la
Federación Española de Piragüismo
Julio - Agosto 1999 - Nº 165
EDITOR: Federación Española de Piragüismo
Antracita, 7 - 3º, 28045 MADRID
<http://www.sportec.com/fep>
e-mail: correo.fep@ibm.net
DIRECTOR: J. R. Inclán
REDACTOR JEFE: Alberto Salinas
PORTADA: : Javier Soriano
IMPRESA: Gráficas Del Caz
Enrique Velasco, 12 dpdo. - 28038 MADRID
DEPOSITO LEGAL: M. 1680.1969



Aranjuez PIRAGÜISMO impulsor

Dentro de los planes de dinamización turística de la Comunidad de Madrid, el piragüismo ha tomado un papel estelar en Aranjuez donde la puesta en marcha de la Estación de turismo náutico resulta el mejor exponente.

La posibilidad de hacer piragüismo en unas instalaciones nuevas y, de paso, visitar la histórica Villa de Aranjuez es ya una realidad abierta cada vez más a un público de lo más variopinto.

El turismo interior ha cambiado, han aparecido nuevas formas de trabajo y otras demandas, la piragua tiene su atractivo y juega un papel dinámico en este sector.

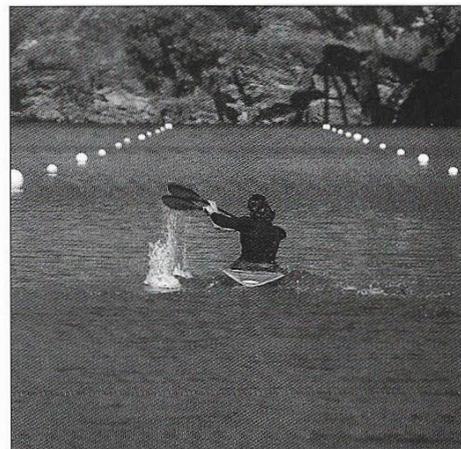
El Ayuntamiento de Aranjuez, no es ajeno a este interés que despierta el piragüismo y a las posibilidades que brinda el Tajo a su paso por la ciudad de ahí su decidido apoyo a su integración en el Plan de Dinamización.

Galicia UNA PISTA a medida

El crecimiento del piragüismo gallego en los últimos años viene justificando por sí sólo la necesidad de unas instalaciones de piragüismo completas, pero además su vocación organizadora necesita de estas instalaciones.

Ahora parece llegado el momento de que la inversión necesaria sea una realidad y de que por fin se podrá contar con una buena instalación para piragüismo en esta autonomía con su torre de control, vestuarios, accesos y balizaje acorde con los tiempos que corren. El lugar ideal parece Berducido por la proximidad con una gran ciudad, pero tiene serios problemas por el coste adicional que supone el necesario movimiento de tierras. Portodemouros parece ser la alternativa más seria.

Si la construcción de un campo de regatas con toda su infraestructura resulta imprescindible para el piragüismo en Galicia, cobra carácter de urgencia adecuar alguno de los puntos que actualmente se utilizan para competiciones, en esta Comunidad, a las normas de homologación que el año pasado aprobó la Asamblea General y que serán de obligado cumplimiento a partir de enero del año 2000. De ahí la urgencia.



Son Campeonas del Mundo; así de rotundo, algo reservado sólo a los más grandes, como lo fueron Juanjo y Juan Manuel hace ahora ocho años, o como el mítico K-4 de Herminio, Misioné, Celorrio y Díaz-Flor, va ya para 25 años de aquella otra gesta.

Podrá leerse de diferentes maneras, pero el oro seguirá siendo el metal más preciado para cualquier civilización y aún cobra más valor si se le engarza con esos brillantes cuartos puestos que han estado a punto de cuajar la mejor actuación española en toda su historia por los Mundiales.

ORO Y TRES CUA

Milán ha organizado unos Campeonatos en los que se han dado cita palistas de cincuenta y cuatro países, con un nivel altísimo en todas las pruebas y la necesidad de alcanzar plaza para los Juegos Olímpicos de Sydney, España ha conseguido sus plazas y unos resultados brillantes. Como el oro en algún caso.



Jovino González, espléndido en una gran carrera

El K-4 femenino, **Jovino González** en la prueba reina o, el C-2 de **Bea y Mascato** en su mejor momento, se quedaron en puertas, fue una mueca tragicómica del destino que esta vez se ha mostrado cicatero con los palistas españoles.

ARTOS

Pero así se escribe en la élite mundial, sin concesiones, sin licencias, sólo se gana si eres el mejor y todo te sale bien ese día.

Ana, Beatriz, Izaskun y Belén analizan su carrera en K-4. Otra enseñanza, sin duda otra experiencia. Bea y Mascato a punto para disputar una medalla. La foto es de Javier Soriano.

Milán, fin de milenio, se llegaba a estos Campeonatos con una carga emocional especial, la temporada para los chicos del kayak había sido un continuo peregrinar que empezaba, como no podía ser de otra manera, en Tierra Santa, y que terminaba de Jubileo, por tierras gallegas. Un disparate.

Se han ido relevando técnicos sin un objetivo claro al frene de este equipo y los resultados en la temporada presagiaban la debacle. Sólo ha triunfado la categoría personal de **Jovino González** que, hastiado de tanta incertidumbre, emprendió la recta final recluso en Galicia y se ha venido con un cuarto puesto debajo del brazo, conseguido en la prueba más complicada del kayak masculino, el K-1, donde los mitos campan a sus anchas, acreditados, insultantes, aunque no insuperables como se verá más adelante.

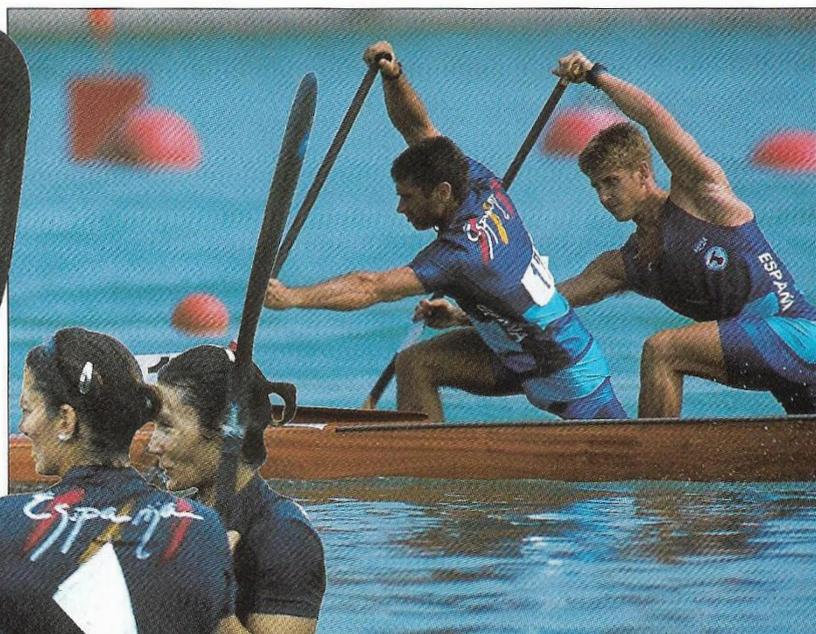
Muchos países, 54, pendientes de un hilo la mayoría por aquello de la clasificación olímpica, único justificante de la próxima temporada

para muchos, y España alzada a la octava posición, por detrás de Hungría, Rusia y Polonia, y Alemania, que algo parecido hizo en la antecala de los Juegos del 92.

A España estos Campeonatos no le han salido nada mal, pero podía haberle ido mucho mejor, los cuartos puestos son opción a medalla, tanto como las medallas son opción a quedarse apeadas del podium, y aquí conviene recordar ha habido milésimas decisivas, lo que habla por sí solo de la necesidad de no dejar nada en manos del destino si se quiere optar a una medalla que al mismo tiempo tienes que poner en manos del azar.

Es la grandeza de este deporte y, al tiempo, su miseria.

Rusia ha tomado el relevo en la cabeza de estos Campeonatos del Mundo de aguas tranquilas, se ha adjudicado ocho medallas de oro de las veintiséis que se disputaban, y de ellas tiene una parte importantísima **Maxim Opalev**, que ha impuesto su superioridad en todas



Alfredo Bea y David Mascato muy cerca del podium. Las chicas en K-4, cuartas.



las distancias con su C-1, acabando con los reinos de **Doktor** o **Dittmer** y, créanme, que sobrado, su embarcación en los rigurosos controles de peso da un kilo y medio más de lo necesario. Concesiones que hace el chaval.

En esta modalidad **José Manuel Crespo** conseguía un séptimo puesto en la distancia de 1000 metros, mientras que sobre 500 metros quedaba relegado a la final de segundos que sólo sirve para clasificar a unos pocos más en los Juegos Olímpicos de Sydney.

El equipo ruso ha sido el gran triunfador. España, octava, mereció algo más. Caroline Brunet reina indiscutible en K-1.

En C-2 sobre 1000 metros Rusia también consiguió la medalla de oro con la pareja formada por **Kovalev** y **Kostoglov** y fue en esta prueba donde nuestros veteranos, **Alfredo Bea** y **David Mascato**, conseguían el quinto puesto, a sólo milésimas de los canadienses. Mención especial merece Cuba, su canoa alcanzó la segunda posición, colgándose una espléndida medalla de plata.

Luego sobre 500 metros lograrían la auténtica hazaña, estuvieron a punto de subir al podium. El bronce se lo birló la misma pareja rusa que hizo ocho décimas menos que los españoles, que hubieran ganado la medalla de oro sólo con haber repetido el registro que tenían en semifinales 1'43"450.

O sea, que pueden acceder al podium en cualquier momento y no merece la pena echarle la culpa al

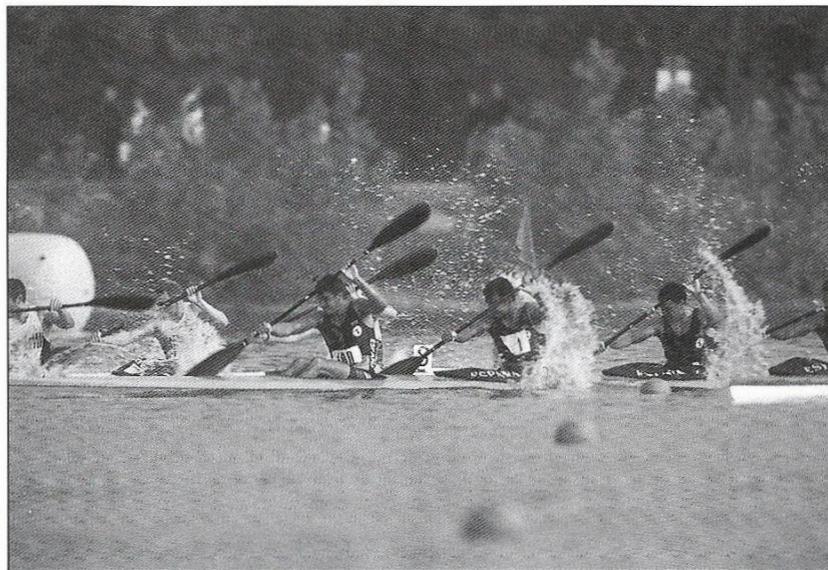
empedrado, los polacos ganaron esta prueba con una canoa Plastex de nuevo diseño, pero las medallas de plata y bronce fueron para húngaros y rusos con un modelo Struer de madera, nada innovador.

Hungría fue el segundo país en el medallero, seis medallas de oro, dos de plata y la friolera de ocho en bronce.

Ganaron entre otras el K-1 masculino con **Akos Vereckei** sobre 500 metros, donde **Emilio Merchan** corrió la final de segundos, consi-

se metieron en el mismo segundo que las españolas, para complicar más aún la situación.

Canadá aparece en el medallero en cuarta posición, pero en realidad su éxito se debe casi exclusivamente a una palista, la estrella sin duda de estos Campeonatos, la mejor piragüista del momento: **Caroline Brunet**, ganó medalla de oro en el K-1, sobre 500 metros, en 200 metros y en 1000 metros. Y haciendo pareja con **Karen Furneaux** consiguió medalla de plata sobre 500 metros, algo realmente insólito.



guiendo plaza olímpica y el K-4 femenino sobre 500 metros, donde **Beatriz, Izaskun, Belén** y **Ana** tenían serias esperanzas de subir al podium. Inalcanzable Hungría y Alemania, la consigna era vencer a Australia y asegurarse el bronce, se hizo así pero surgió Polonia que ha puesto toda la carne en este asador y acabó con la opción española.

Polonia ha tenido su fuerte en estos Campeonatos sobre la distancia de 500 metros y en embarcaciones doble. Ganó el K-2 masculino, el C-2 y la K-2 de chicas, prueba en la que **Beatriz Manchón** e **Izaskun Aramburu** se vieron relegadas al quinto puesto, lejos de lo que se esperaba y de ese 1'43" en que se metieron nada menos que cuatro embarcaciones, lo que da una idea de la igualdad mundial que existe al más alto nivel. Y no perdamos de vista a rumanas, ucranianas y bielorusas,

Alemania, siempre un coloso en nuestro deporte, subió dos veces al podium en primera posición, fue con **Lutz Liwowski** que se impuso como era de esperar en el K-1, 1000 metros, prueba en la que **Jovino González** consiguió la machada de colocarse en cuarta posición a menos de 20 centésimas del danés y medalla de bronce, **Tranum**, y superando a hombres de la talla de **Kolganov**.

Buenísima la carrera del gallego que ha demostrado categoría para codearse con la élite mundial y abrirse un hueco en el podium.

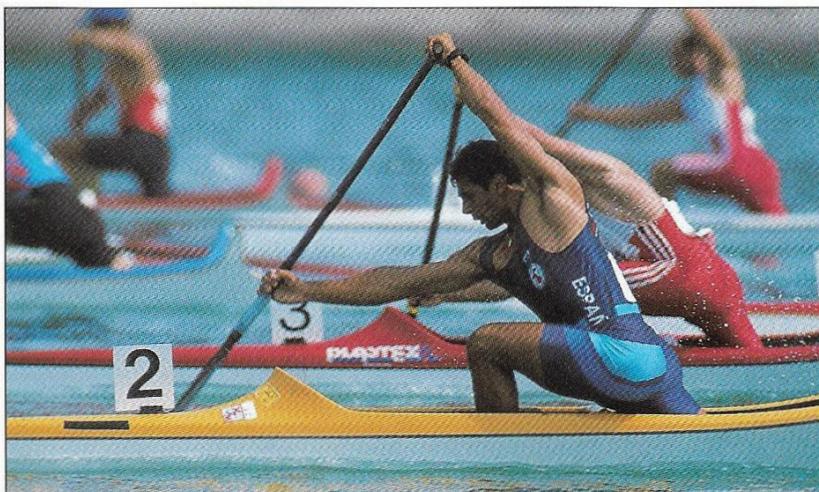
Alemania consiguió otras cuatro medallas de plata y cinco en bronce, a partir de este momento se abre un espacio con el resto de los países, Eslovaquia consigue una importantísima medalla en el K-2 masculino sobre la distancia de

1000 metros de la mano de **Baca** y **Riszedorfer** y otra en bronce en C-1 y sobre la distancia de 200 metros.

Australia consigue su medalla de oro con el K-2 femenino en la prueba de 1000 metros **Anna Wood** y **Katrin Borchert** superan a alemanas y húngaras que siempre han partido como favoritas en esta prueba. Luego con el bronce del K-2 masculino en 500 metros marcaría la diferencia sobre Israel y España.

Aparecemos empatados en este medallero, Israel consigue su medalla de oro con **Michael Colganov** y España sube a lo más alto del podium con el K-2 de **Beatriz** e **Izaskun** colocando a todo el equipo en su puesto.

Después aparecen los checos que aunque no consiguen oro si hay que reconocerles el valor de tres medallas de plata, dos de ellas con **Martin Doktor** y otra más de bronce



Sobre 200 metros en K-4 España consiguió la séptima posición. Crespo, en C-1, finalista con sitio para Sydney. Acuña, nuevo en esta plaza, corrió el K-1 sobre la distancia de 200 metros. Y Caroline Brunet canadiense y reina de estos Mundiales con sus cuatro medallas. Las fotos son de Javier Soriano.



Tantas tienes, tanto vales

PAÍS	ORO	PLATA	BRONCE
1. Rusia	8	3	2
2. Hungría	6	2	8
3. Polonia	3	4	4
4. Canadá	3	1	-
5. Alemania	2	4	5
6. Eslovaquia	1	-	1
6. Australia	1	-	1
8. Israel	1	-	-
8. España	1	-	-
10. República Checa	-	3	1
11. Italia	-	3	-
12. Rumania	-	2	2
13. Ucrania	-	1	-
13. Cuba	-	1	-
13. Noruega	-	1	-
13. Bulgaria	-	1	-
17. Dinamarca	-	-	1
17. Francia	-	-	1

que se adjudica el mismo canoista en la distancia de 1000 metros.

Tres medallas de plata también consigue Italia o, si lo prefieren ustedes, **Josefa Idem**, otro mito en el piragüismo femenino que ha redimido la actuación de un equipo anfitrión del que todavía se recuerda la gesta que consiguió en los últimos Juegos Olímpicos. Pero parece ser que eran otros tiempos.

Rumania ha conseguido con la tripulación del C-4 dos medallas de plata y una de bronce, y una de especial valor con el K-4 masculino sobre 1000 metros. Unas buenas medallas que han necesitado de unas tripulaciones perfectamente conjuntadas.

En el puesto número 13 de este medallero empatan con una medalla de plata Ucrania, Cuba, Noruega y Bulgaria, figurando en última posición Dinamarca y Francia, que han conseguido una medalla de bronce cada uno.

Todavía **Belén** daría una última muestra de su buen talante competitivo, disputó el K-1 sobre 200 metros donde fue quinta. Un gran puesto para una gran campeona y acabó la actuación española con el séptimo puesto de **Carlos Pérez**, **Rodrigo Tiebo**, **Emilio Merchán** y **Miguel García** en K-4 sobre 200 ms. prueba que ganó Hungría. El resto del equipo se difuminaba en semifinales, algunos como **Sonia Molanes**, **Jaime Acuña**, o el K-2 de **Rodrigo Tiebo** y **Carlos Pérez**, cuentan con el atenuante que para unos noveles supone el gigantismo de unos Mundiales, pero para otros, como es el caso de **Miguel García**, cuya actuación queda lejos de su valía, la justificación es mucho más rocambolesca.

Realmente no hay un equipo de kayak sólido, la temporada ha estado mal dirigida para estos palistas y el resultado se ve no sólo en la imposibilidad de configurar un K-4 con garantías de llegar a una final en distancia olímpica en los Mundiales, tampoco se ha podido montar un K-2 que al menos alcanzara la plaza para Sydney. En realidad sólo ha existido el puesto de **Merchan**, porque **Jovino** está llamado a luchar por mejores causas.

J. R. Inclán

OPINIONES DE LA GENTE

MAQUINAS Y VAGONETAS

Para Pepe Montes, sin una base de respeto, comprensión y entendimiento, no son posibles las relaciones en nuestro querido deporte.

Un observador especial acaba por reírse a mandíbula batiente, viendo quienes son los que reivindican, lo que reivindican, lo que excluyen y a quienes excluyen. Es decir, como se encasilla a las personas o como se levantan **banderas** especiales o se **marginan** a otros seres, por un quítame allá esas pajas...

Cada día resulta más difícil ser aséptico en este mundo loco en el que vivimos y en el que se cambia de idea o ideas, con más facilidad, que de camisa o de corbata. Hay que echarle mucho valor a la cosa para no enfadarse y acabar riéndose, procurando no sorprenderse por nada.

En el fondo uno dice con optimismo, algo así como: ¡Hay que ver cuántos son los que ahora dicen que se preocupan por el progreso del Piragüismo ¡... cada día más ... sin embargo, ya va a hacer treinta y ocho años... que pocos muy pocos se molestaban siquiera en hablar de este tema. A lo sumo para ellos esto del Piragüismo era una cosa incipiente.

Claro que los que se ocupan ahora o se preocupan, lo están en realidad por **sus** relaciones con el Piragüismo, y en ese **sus** entran solamente los de su color y los de su simpatía. El resto queda marginado o está marginado y yo pienso que ninguno de esos **marginadores** o **coloreadores** valen. Todo el que excluye o margina tiene un falso o deteriorado planteamiento de sus relaciones.

Sin una base de respeto, comprensión y entendimiento, no han sido, ni son, ni serán posibles las relaciones en nuestro querido Deporte del Piragüismo. Por lo menos las buenas, las eficaces. De esa base se puede ir a la justicia y de la justicia al afecto y al AMOR, bien entendido, es decir, al AMOR con mayúsculas porque no se trata de que guste o no. Lo que se trata es de que sea o no mejor la cosa.

En fin amigos, que nada nuevo hay bajo el **sol**, y todo estaba descubierto ya con anterioridad. Lo que pasa es que las modas son otras y los tontos de turno también. Las buenas relaciones en la familia



Piragüística, ya estaban descubiertas... aunque no aplicadas. Mucho me temo que tampoco van a ser bien aplicadas ahora, porque ni aquello ni esto son relaciones edificadas en una base firme y sólida con un vértice de transcendencia y entonces estaremos perdiendo lastimosamente el tiempo o dando patadas contra el agujón. De cualquier manera no estaremos obrando con los pies en la tierra y la mirada puesta, donde de verdad hay que ponerla.

El Libro de la Vida, con su interminable serie de páginas que fue redactando la experiencia de estos treinta y ocho años, nos muestra, que dentro de nuestra familia piragüística hay dos tipos humanos fácilmente definidos. Dos tipos cuya influencia en el campo de las Relaciones Humanas resulta muchas veces fundamental... influencia positiva en unos, negativa y pasiva en otros. Me explicaré.

A unos los llamamos **máquinas** - con perdón - y son las personas con criterios propios, con formación, con personalidad. Personas

capaces de decidir, de tomar iniciativas, de equivocarse y de reconocer sus propias equivocaciones, personas capaces de rectificar.

A los otros los llamamos **vagonetas** - también con perdón - y son los indecisos, o los que nunca saben a que carta se van a quedar a los que carecen de criterios propios y son campo fácil para los criterios prestados que de otros reciben. Personas influenciables, sin Norte, sin brújula, prestos siempre al **amén** del reconocimiento a lo que otros dicen, víctimas de cualquier idea bien promocionada y lanzada.

Para bien o para mal los primeros influyen en las relaciones humanas. Se les oye, se les escucha, se les sigue o se les niega, pero en todo caso dejan **huella**, marcan camino... arrastran tras de si...

Los segundos son siempre en todo caso elementos pasivos, van a donde se le lleva y no hacen si no, repetir como papagayos, las palabras las ideas o los conceptos que escuchan de otros. De ahí que a lo

peor, digan **si** donde mañana van a decir **no**, sin tener una clara idea de porque lo hacen, ni mucho menos de las tristes consciencias de sus irresponsabilidades.

Las **máquinas** como es natural, arrastra tras de si a las **vagonetas**. Las llevan a donde quieren y como quieren, influyen de tal modo sobre ellas, que estas últimas terminan por ser una pobre imagen de aquellas, una repetición hueca, vacía, gramofónica, de la irresistible personalidad de los primeros.

A la hora de planificar un programa, dentro de la Federación Española de Piragüismo o de cualquier organización Deportiva, hay que contar con las **máquinas**. Son el campo a mentalizar porque cada una de ellas, habrá después de influir, decisivamente, poderosamente, en el círculo de relación donde se mueven. Naturalmente, entre las **máquinas** y las **vagonetas** hay una serie de tipos intermedios a veces peligrosos, correveidiles, testaferros, simplemente listillos o aprovechados, cabos de varas, aduladores, etc. etc... que a espe-

cie de rémoras viven de las migajillas que les dejen las **máquinas** a las que equivocadamente sirven y que en ese campo de la Relaciones Humanas, son siempre elementos de elevado índice de peligrosidad, cuando su estúpido servilismo les lleva a realizar o a promover situaciones de signo negativo.

Por regla general desunen más que unen con su venenoso comportamiento que les hace reptar únicamente alrededor de sus víctimas inocentes y fáciles al engaño.

Son los oficiosillos, que se limitan siempre a vivir su propio presente, incapaces de intuir o servir a un futuro mejor. Son... en una palabra.. **Vividores**, que en su ignorancia, todavía no se han dado cuenta de que el presente es mañana futuro y que su vida está asentada en un terreno de arenas movedizas que acabará por tragárselos sin

remisión a la corta o a la larga y con ellos la lengua viscosa y sucia que dejaron tras de sí.

Uno, en su optimismo, todavía cree en el hombre y todavía espera que con unas buenas **máquinas** al máximo de su capacidad y responsabilidad, las Relaciones Humanas dentro de la familia Piragüística, pueden y deben de ser mejores cada día.

Uno, todavía cree que el hombre acertará a cumplir un plan previsto, que no es otro que el de convertir este mundo nuestro, de Selvático, en Humano y de Humano, en Divino, porque Dios ha condicionado al hombre.... la salvación del Hombre.

Salvación material y espiritual, porque ambas van unidas de forma inseparable y hasta en cierto aspecto, son una consecuencia.

El aquí y ahora y el después eterno son una misma línea y un solo trazo, que se va proyectando día a día, hora a hora, minuto a minuto, segundo a segundo, en la vida de cada hombre, inseparablemente unida a las líneas y a los trazos de

esos otros hombres con los que se relaciona, de modo más o menos frecuente y aun incluso, con los que no se relaciona, porque todo acto humano es como una onda que se expansiona y que termina por quedarse allá.... en un infinito, que como es natural no se acaba.

Acertar y comprender todo esto, y sobre todo, ponerse a cumplir la función individual que a cada hombre corresponde, es encaminarse por la senda difícil pero positiva, que lleva a buen fin.

Ya se sabe que no hay rosas sin espinas, ni hombre sin cruz. Pero lo importante es llegar con espinas y con cruz, cumpliendo esta función **positiva** de la **máquina** que arrastra consigo a las **vagonetas** por la única vía que lleva a la Estación... de la Eternidad...

Pepe Montes



BIDASOA
Canoe - Kayaks

FABRICACION PROPIA
Material de piragüismo

NUEVA DIRECCION
C/. Gabiria - Industrialdea Pab. 102 - 20305 Irún GUIPUZCOA
Tfno. y Fax 62 61 44

Las Siete Magníficas

En la Copa del Mundo Mara conseguía oro y el C-2 de Areal y Bernardo Merchan era bronce, luego fueron a los Mundiales de Győr y de allí se trajeron la medalla de plata de Santiago Guerrero y Jorge Alonso en K-2 y el juyi de Rafael Quevedo y Julio Martínez, rematando la temporada en los Campeonatos de Europa de Gorzow donde Julio Martínez y Rafael Quevedo conseguían la medalla de oro y Jorge Alonso y Santiago Guerrero la de bronce.

En damas Mara Santos sería protagonista de un doblete insólito en el podium, fue tercera en K-2 con Pilar del Villar y ganó medalla de plata en K-1.

Suman dos medallas de oro, otras dos de plata y tres de bronce, son un gran conjunto reconocido a nivel internacional que se ha ganado el respeto de todos.

Maratonianos y medallistas. Dos valores reconocidos gracias a su esfuerzo. La foto es de Román Mangas.

Han culminado una gran temporada planificada por José Andrés Román, técnico responsable, trabajador y veterano donde los haya, y no les ha podido ir mejor, superadas intrigas y posiciones, a veces muy partidistas, han pisado el podium en siete ocasiones, con lo que han cortado de raíz cualquier duda.



Hoy me dedicaré exclusivamente a comentar este éxito sin precedentes conseguido en el Maratón. En otra ocasión y poniendo todo el acento y cuidado de no pecar de soberbio, daré contestación detallada sobre alguna carta donde me aluden y que se adjuntó a la última reunión de la Comisión Permanente en la que, por cierto me encontré ausente habiéndose tratado un tema que

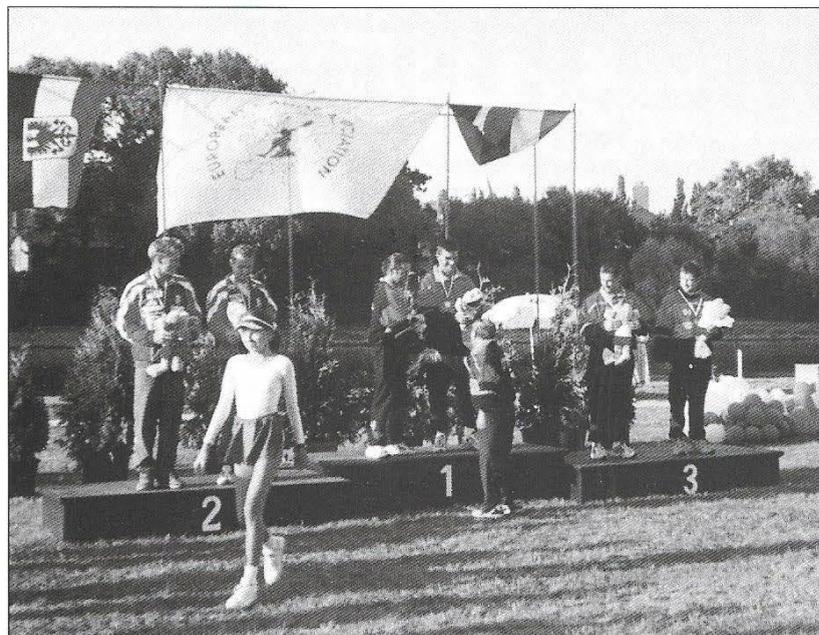
me afectaba, sin figurar en el Orden del día.

Volviendo al título de la crónica, comenzaré por dar las gracias a los muchos que de alguna manera habeis colaborado, como siempre, desinteresadamente para conseguir esta meta tan deseada y que no es cosa de un día, ni de un año, esta nueva etapa comenzó hace 7 años con un Campeonato de España en

Todos los palistas luchan hasta dejar su piel y es de agradecer ese pundonor y espíritu, pero el seleccionador en alguna ocasión, se ve más obligado de la cuenta.

Ribadesella, donde quisimos ponerlo en marcha de nuevo y sacamos 24 ó 25 piraguas y muchos **valientes** que venían del pasado, lógicamente ya mayores hoy; quizás no se les consideró en su día como se

demostrado experiencia, sabiduría, trabajo y otras virtudes para distribuir y colocar a cada uno en su sitio, hacer combinaciones de tal manera que al final los resultados no han podido ser más fructíferos:



España, primer clasificado, España, tercer clasificado. No es fácil meter a dos tripulaciones en un mismo podium pero en los últimos Europeos se ha conseguido. La foto es de Román Mangas.

merecían; ellos saben que hemos comentado este tema en varias ocasiones, pero no daré nombres (por ahora) por no extenderme y evitar omitir alguno; repito, gracias a los palistas, Clubs, entrenadores que tanto se esforzaron por esta dura modalidad, organizadores de ríos que hacen posible, de ahí salgan palistas marathónianos, etc, etc...

Expuesto todo lo anterior, no tengo más remedio que referirme al seleccionador del presente año **Andrés Román Mangas**, por entender que en gran medida, ha

Chequia, Copa del Mundo: Oro en K-1 dama senior y Bronce en C-2 senior.

Hungría, Campeonato del Mundo: Plata en K-2 hombre senior, 4º puesto en K-2 hombre senior - 6º puesto K-1 hombre senior y todo el equipo, excepto un K-1 hombre senior, colocados entre los 8 primeros.

Polonia, Campeonato de Europa: Oro en K-2 hombre senior y Bronce en K-2 hombre senior, damas Plata K-1 senior y Bronce K-2 senior (existió doblete).

Repito, él tiene, a mi entender, las ideas muy claras y que nadie se ponga nervioso, que en su mente, me consta, existe un amplio grupo, que hoy serán unos y mañana serán otros, puede tener algún fallo como humanos que somos, pero el

José Andrés Román un experimentado entrenador que ha consolidado un buen equipo. La foto es de J.R. Inclán.



que mejor se encuentre en cada momento tendrá su oportunidad, de eso estoy seguro.

En cuanto a comentarios que ya habían surgido; ¿no ha dejado al C-2 de su Club, que hacía sólo dos meses había sido medalla? Consideraba que ahora no se encontraban bien y se limitó a llevar solamente al K-2 precisamente Campeones de Europa en Polonia; ¿Cabe más honestidad?

El presente es este y por favor, repito, que no haya presiones; que algunos técnicos y directivos, la verdad han sido pocos, guiados por la pasión, deben saber que esto es otro mundo y se debe ir muy preparados, de lo contrario podemos correr riesgos, que pueden llegar a ser gravemente peligrosos; ahí no importa ya la clasificación. Yo

comento esto por lo que he visto en varias pruebas, pero todos los Técnicos sabéis que es así, mucho mejor que yo, profano en la materia.

Todos los palistas luchan hasta dejar su piel y es de agradecer ese pundonor y espíritu, pero el seleccionador en alguna ocasión, se ve más obligado de la cuenta.

Mención especial hago de **Liera**, por la mala suerte que ha tenido con problemas en la piragua en dos de las tres regatas aludidas, pero

De la azafata alemana de la compañía Lufthansa, pero hija de españoles de mi pueblo y amiga en la niñez; ¡que casualidad!, no tenemos más que agradecimientos, nos ha solicitado la revista **AGUAS VIVAS** para llevarla en el vuelo y haremos las gestiones oportunas para ello.

Ahora esperamos se resuelvan los problemas que quedan pendientes en la F.E.P. y esto será cosa de la Junta Directiva o reunión de la Comisión Delegada.



La suerte está echada, es el momento de la salida.
La foto es de Raymond Kamber.

no debemos olvidar el 6º puesto en K-1 en el Campeonato del Mundo. Animo **Alberto** que una de las botellas de champán regaladas por la azafata jefa de vuelo se encuentra esperando que el grupo de los **gorilas**, entre los que te incluyo cariñosamente, juntamente con el resto del equipo, damos cuenta de ella brindando en el momento oportuno.

Por último deseamos agradecer públicamente las ayudas económicas y de otra índole que están aportando a nuestros palistas maratonianos en muchas autonomías, por cierto, cada vez son más y debemos luchar para que sean todas.

Como comprendo que los nervios a todos, entre los que me incluyo, nos juegan malas pasadas, por mi parte, para el piragüismo en general; un saludo,

Wenceslao Santos

La temporada del 99

Copa del Mundo República Checa

Damas		
K-1	1ª	Mara Santos
Hombres		
K-1	11º	Luis Medrano
	14º	José Bustabad
K-2	11º	Ramón Cerra
		Walter Bouzan
C-2	3º	Pedro Areal
		Bernardo Merchan

Campeonato del Mundo Gjøer

Damas		
K-1	7ª	Mara Santos
	8ª	Pilar del Villar
Hombres		
K-1	6º	Alberto Llera
	17º	José R. Corral
C-1	8º	Alvaro Rodríguez
K-2	2º	Santiago Guerrero
		Jorge Alonso
	4º	Rafael Quevedo
		Julio Martínez
C-2	7º	Pedro Areal
		Bernardo Merchan

Campeonato de Europa Gorzow

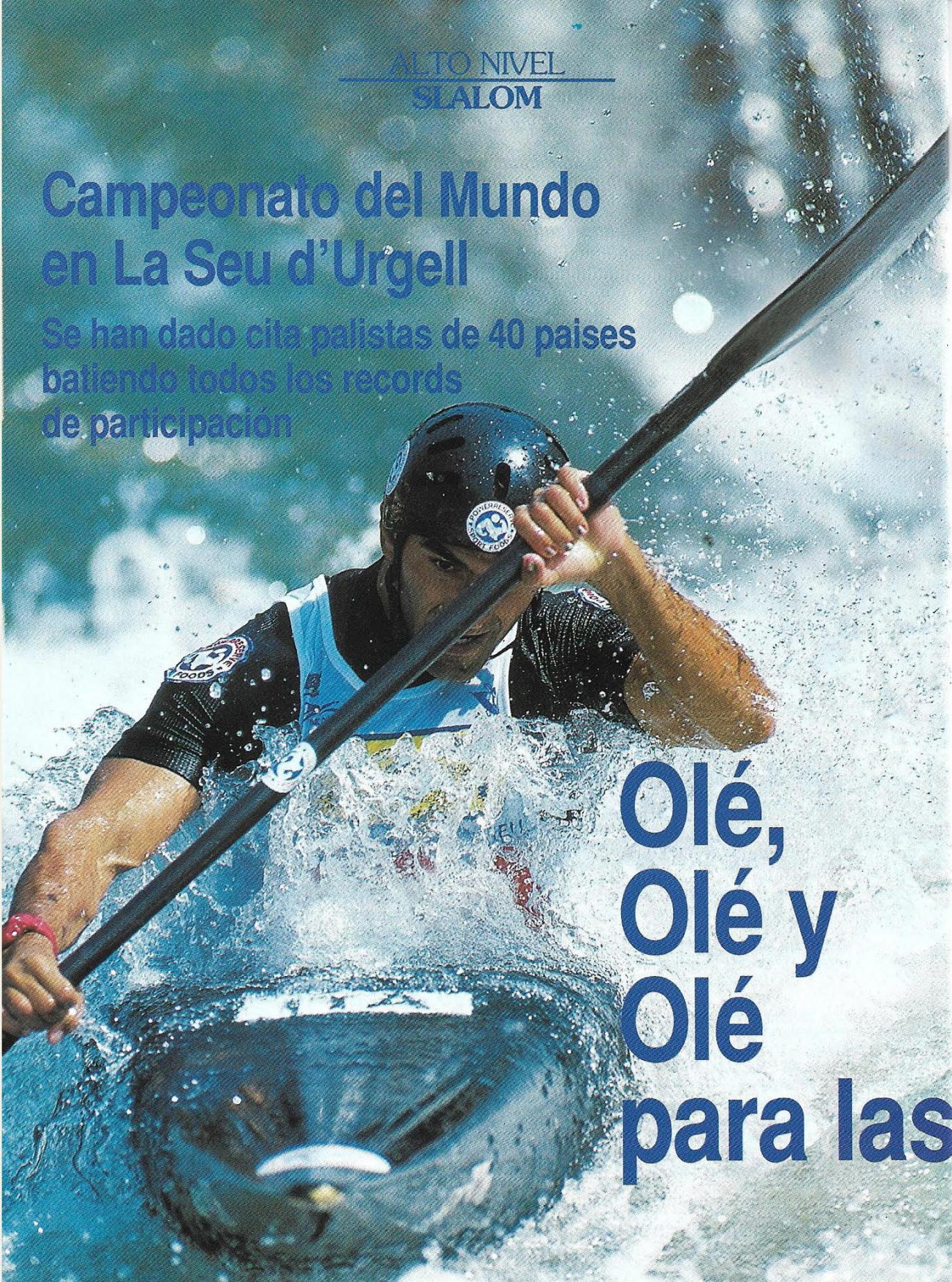
Damas		
K-1	2ª	Mara Santos
K-2	3ª	Mara Santos
		Pilar del Villar
	9ª	Tamara Benitez
		Blanca Arroyo
Hombres		
K-2	1º	Julio Martínez
		Rafael Quevedo
	3º	Jorge Alonso
		Santiago Guerrero
K-1	22º	Alberto Llera
C-1	9º	Olg Shelestenko
	10º	José C. Ramos

ALTO NIVEL
SLALOM

Campeonato del Mundo en La Seu d'Urgell

Se han dado cita palistas de 40 países
batiendo todos los records
de participación

Olé,
Olé y
Olé
para las



El equipo checo fue con tres

el gran vencedor oros y un bronce



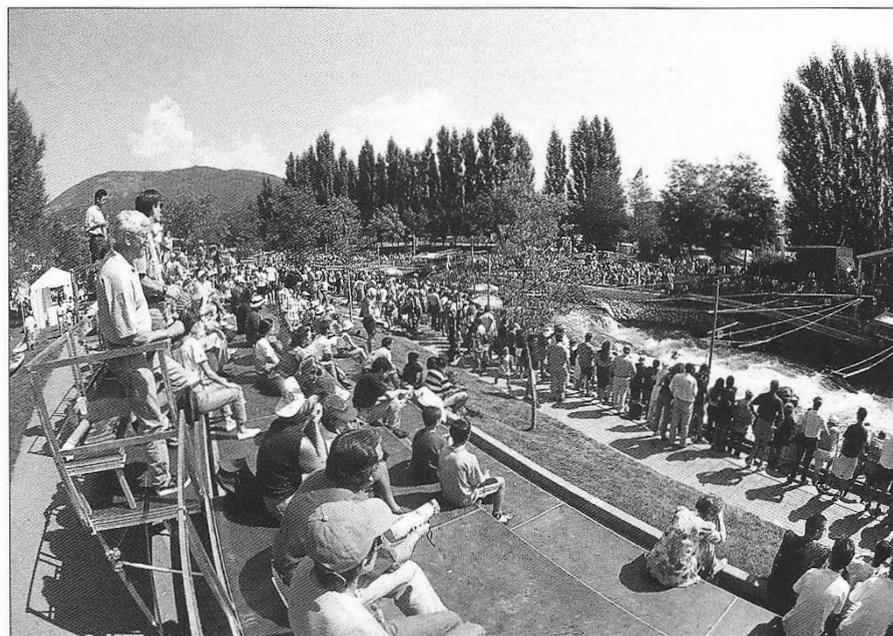
Hacia tiempo que no veía a ese amigo despistado que tiene cada ciudadano español. Resulta que es un hombre muy aficionado a los toros y, miren ustedes por dónde me lo encontré en La Seu d' Urgell, en el canal olímpico, con motivo del Mundial de Slalom, celebrado allí hace tan sólo una semanas.

Mariano, que es así como se llama mi amigo, me saludó todo alterado. - **Chico, no veas el lío en que me he metido. Me he tragado no sé cuantos kilómetros para venir aquí. Y resulta que eso de aguas bravas no tiene nada que ver con los toros. Chico, he metido la pata. Y ya no sé que hacer. Ahora tengo que convencer a la parienta de que no estoy en Andorra de lujo.**

Disimulé la carcajada porque no era cuestión de zaherir sus sentimientos. Intenté animarle porque estos taurinos son sentimentales e incluso románticos. Lo primero que le dije es que observara el entorno, maravilloso entorno, en el que se encuentra este canal artificial, cuya existencia se remonta a antes de los Juegos Olímpicos de Barcelona 92. Ya se apaciguó un poco al ver un horizonte tan verde.

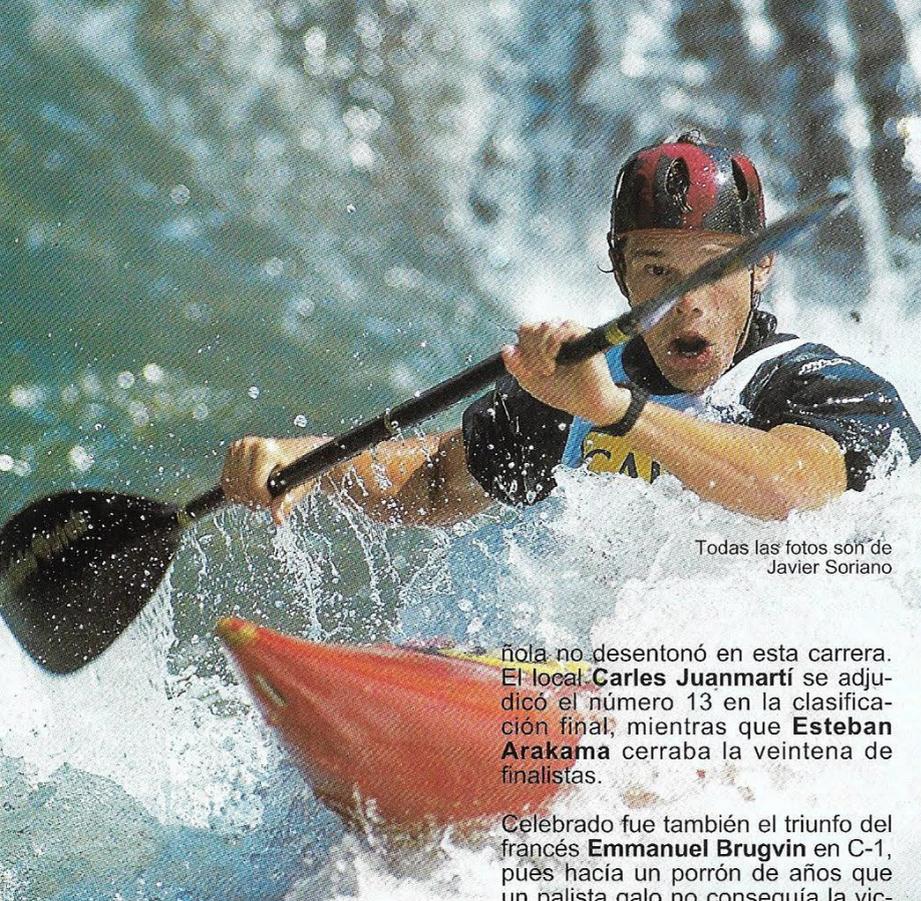
Inmediatamente, le toqué la fibra patriótica. Los taurinos aman la fiesta y todo lo que huele a patria.

- **Alégrate porque España acaba de conseguir en esta especialidad de Slalom clasificar cinco embarcaciones para la Olimpiada de Sydney, por delante de potencias como Italia, Polonia o Gran Bretaña.**



aguas bravas

Mariano comenzó a animarse. Le atraía el ambiente: cerca de quince mil personas abarrotaron el canal, plantado en plena urbe. Cuando vio varios cencerros le recordaron a



Todas las fotos son de Javier Soriano

ñaola no desentonó en esta carrera. El local **Carlos Juanmartí** se adjudicó el número 13 en la clasificación final, mientras que **Esteban Arakama** cerraba la veintena de finalistas.

Celebrado fue también el triunfo del francés **Emmanuel Brugvin** en C-1, pues hacía un porrón de años que un palista galo no conseguía la victoria mundialista en la mencionada especialidad. Costó destronar al eslovaco **Michal Martikan**, pero éste hizo una segunda ronda fatal, donde prácticamente perdió el oro, que se lo arrebató justamente el francés. En cambio, muy regular en los dos recorridos fue el austriaco **Robin Bell**, para quien sonó la campana con la medalla de plata.

Como siempre en este tipo de pruebas, la más espectacular para el público en general fue el C-2. Los checos **Marek Jiras** y **Tomas Mader** formaron una sociedad perfecta sumando un total de 224,46, mejor que los polacos **Staniszewski** y **Krzystof** y los franceses **Eric Biau** y **Bertrand Daille**. Los españoles **Toni Herreros** y **Marc Vicente** no sólo pillaron plaza para Sydney 2.000, sino que lograron el puesto duodécimo.

La final con más suspense fue en K-1 femenino, con victoria de la checa **Stepanka Hilgertova**. La reclamación presentada y resuelta al día siguiente de la final no la movió del podio, sí, en cambio a la norteamericana **Rebecca Bennet**,



La familia crece cada día más

Habló el actual presidente de la Federación Internacional de Piragüismo, **Ulrich Feldhoff**, durante la celebración de este Campeonato del Mundo de Slalom y, entre otras cosas interesantes, dijo que **la familia del piragüismo no hace nada más que crecer**. Y lo dice con fundamento porque en las últimas semanas se han registrado las altas de Vietnam y El Nepal como nuevos miembros. Significa esto que ahora mismo hay más de 110 federaciones nacionales en el seno de la Federación Internacional.

El reto más próximo de la Federación Internacional de Piragüismo se centra en **afianzar la presencia del Slalom en Sydney 2.000 y asegurarlo en Atenas 2.004**. Con esa acción, sería ya complicado eliminar esta modalidad tan espectacular del programa olímpico.

También en la FIC se está por la labor de ampliar el horizonte de modalidades. Por ese motivo, se han abierto las puertas sin pensarlo dos veces al rafting y al dragonboat. **Esto nos ha permitido entrar a fondo en Asia, Sudamérica y Oceanía**.

que fue relegada a la quinta plaza, perdiendo la plata, en beneficio de la polaca **Beata Grzesik** y la suiza **Sandra Friedli**. **María Eizmedi** no cumplió con las expectativas levantadas ya el año pasado en la Copa del Mundo, pues se quedó en las puertas de la final de esta modalidad

Florito y sus cabestros. Le expliqué que era para animar a los participantes y que hay gente que sigue a carrera limpia el recorrido de sus ídolos.

Y ya fue el delirio para mi amigo cuando vio al canadiense **David Ford** salir a hombros de sus compatriotas tras imponerse en las dos mangas del K-1 individual, la prueba que resultó muy espectacular y que se resolvió en los últimos minutos cuando el norteamericano **Scott Shipley** y el británico **Paul Rátcliffe** no pasaron con solvencia las puertas finales. Tan metido estaba en plena faena mi amigo que sacó el pañuelo para pedir orejas rabo para el vencedor. No hizo lo mismo la novia de **Ford**, que se lanzó al agua para ser la primera en abrazar a su amado. La participación espa-



Para Sydney

Solo 65 piraguas

País	K-1	K-1	C-1	C-2
	Dama	Hombres		
AUS	1	1	1	1
AUT	1	2	0	0
CAN	1	1	1	0
CRO	0	0	1	0
CZE	2	1	1	2
ESP	1	2	1	1
FRA	2	1	2	1
GBR	1	1	1	1
GER	2	1	2	1
IRL	0	1	0	0
ITA	1	2	0	0
JPN	0	1	0	0
MAR	0	1	0	0
MKD	0	1	0	0
NED	0	1	0	0
POL	1	0	1	2
SLO	1	2	1	0
SUI	1	1	0	0
SVK	2	1	2	1
USA	1	1	1	0
20	18	22	15	10

, aunque consiguió meter baza para los próximos Juegos Olímpicos.

En la final de equipos, Polonia triunfó en C-1. Para Alemania, fueron el K-1 masculino y el femenino y el C-2 para los checos.

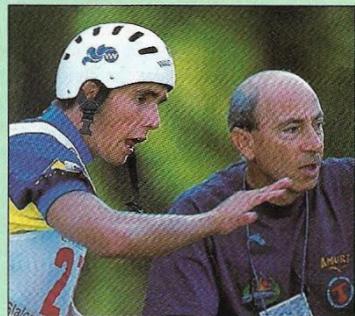
Y mi amigo **Mariano** se fue a Andorra para comprar tabaco dando pases de pecho por las esquinas.

- **Me apunto a las aguas bravas. Y olé.** Ya tenemos otro aficionado, aunque seguramente habrá más, pues las imágenes ofrecidas por TVE fueron bellísimas y, sobre todo, espectaculares.

Alberto Salinas

La satisfacción del deber cumplido

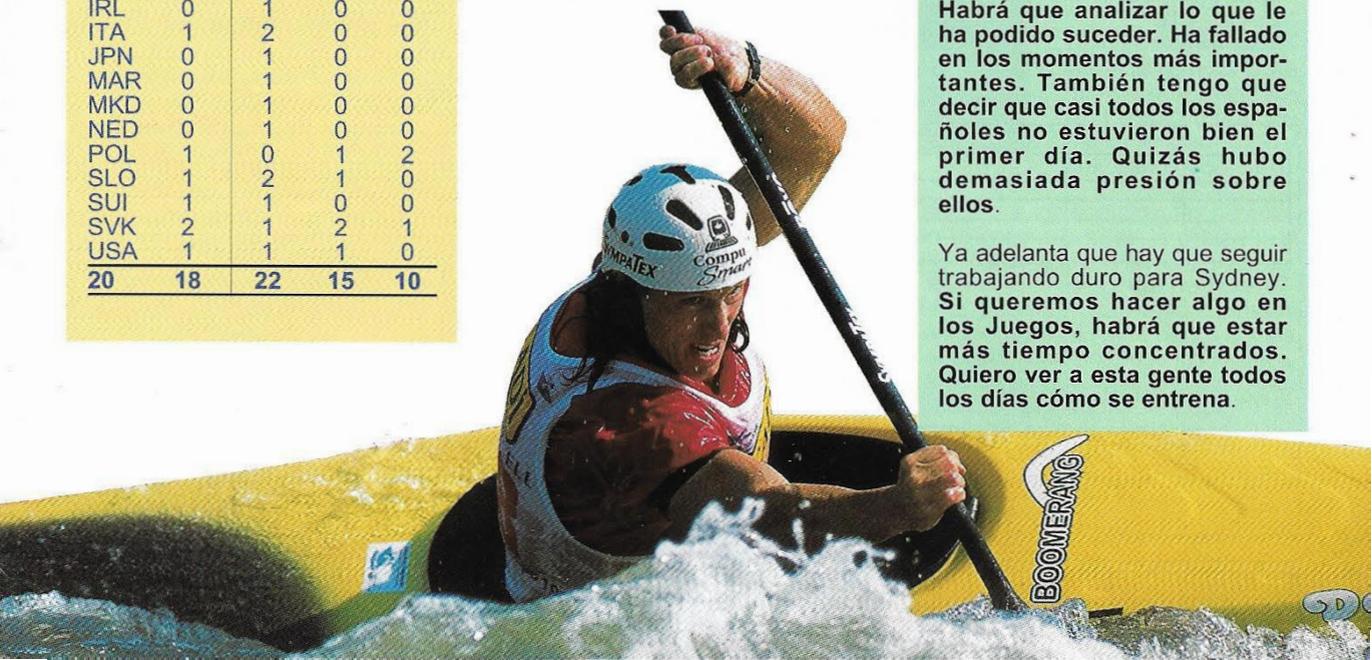
Se le nota radiante, con eso que se llama la satisfacción del deber cumplido, aunque ya aclara que de aquí a los Juegos Olímpicos de Sydney aún hay que trabajar más para que el nivel del slalom español siga



creciendo. **Roberto D'Angelo** opina que los cinco puestos conseguidos para la próxima Olimpiada hablan por sí solos. El primer objetivo para esta temporada ya se ha cumplido. Lo que se ha conseguido es algo grande. Se han obtenido más plazas que verdaderas potencias en esta especialidad.

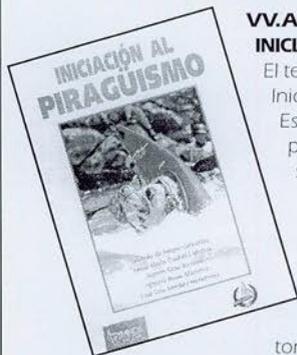
Pero no siempre aterriza la felicidad para todo el mundo. No se explica que **María Eizmendi** no pudiera ser finalista, cuando los entrenamientos indicaban que estaba en plena forma. Habrá que analizar lo que le ha podido suceder. Ha fallado en los momentos más importantes. También tengo que decir que casi todos los españoles no estuvieron bien el primer día. Quizás hubo demasiada presión sobre ellos.

Ya adelanta que hay que seguir trabajando duro para Sydney. Si queremos hacer algo en los Juegos, habrá que estar más tiempo concentrados. Quiero ver a esta gente todos los días cómo se entrena.



Bibliografía básica

PIRAGÜISMO



VV.AA.
INICIACION AL PIRAGÜISMO

El texto oficial del curso de Iniciadores de la Federación Española de Piragüismo, pretende que su contenido sirva para aprovechar al máximo las posibilidades que este deporte ofrece, sin renunciar a que el lector se introduzca en el campo de la enseñanza de piragüismo y tome contacto con la enorme

oferta de actividades que se desarrollan alrededor de nuestra Federación. Está organizado en jornadas, siguiendo la misma estructura del curso de iniciadores. Aborda temas tan variados como: las especialidades del piragüismo, las normas para elegir una piragua y cómo mantenerla, la estructura de nuestra Federación, orientación al futuro enseñante sobre qué enseñar y cómo enseñar, servir como guía del autoaprendizaje. Termina dando una muy útil y exhaustiva información sobre las numerosas competiciones y actividades que se realizan en nuestros ríos, embalses y costas. 1997. 17 x 24 cm. 200 págs. Nº 11056. Ptas. 1.500.

ENTRENAMIENTO



Varios
BASES TEORICAS DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Recopilación de aquellos temas relacionados con la Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo. Cualidades físicas. Cualidades coordinativas. Técnica Deportiva. 1996. 17 x 24 cm. 512 págs. Nº 10.597. Ptas. 4.500.



Varios
PLANIFICACION DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Aplicación práctica del proceso de planificación en el deporte. Organización de las estructuras intermedias en el entrenamiento deportivo. Modelos de planificación deportiva. 1996. 17 x 24 cm. 174 págs. Nº 10.598. Ptas. 2.300.



Varios
PRUEBAS PARA LA VALORACION DE LA CAPACIDAD MOTRIZ EN EL DEPORTE

Aportar instrumentos de evaluación de las principales capacidades, funciones, condicionales y constitucionales. 1996. 17 x 24 cm. Nº 10.733. Ptas. 2.500.



Año, V.
PLANIFICACION Y ORGANIZACION DEL ENTRENAMIENTO JUVENIL

El deporte en edad escolar y su evolución. Bases de la planificación y periodización. Técnicas y metodología. 1997. 17 x 24 cm. 224 págs. Nº 11.136. Ptas. 2.500.

ACTIVIDADES NATURALEZA



Pinos, M.
ACTIVIDADES FISICO DEPORTIVAS EN LA NATURALEZA

Un libro práctico para integrar las actividades en la naturaleza en el currículo de Educación Física Objetivos. Contenidos. Sesiones por ci-

dos. 1997. 14 x 21 cm. 188 págs. Nº 10829. Ptas. 1.600.



Pinos, M.
GUIA PRACTICA DE LA INICIACION A LOS DEPORTOS EN LA NATURALEZA

Deporte de orientación. Bicicleta de montaña. Senderismo. Escalada, espeleología y barranquismo. Supervivencia

deportiva. Tiro con arco. 1997. 14 x 21 cm. 220 págs. Nº 10824. Ptas. 1.600.



Pinos, M.
ACTIVIDADES Y JUEGOS DE E. FISICA EN LA NATURALEZA GUIA PRACTICA

Un amplio catálogo de actividades y juegos para excursiones, acampadas,

campamentos y colonias. 1997. 14 x 21 cm. 220 págs. Nº 10823. Ptas. 1.600.

RESISTENCIA



Navarro, F.
LA RESISTENCIA

Tipos de resistencia, la metodología del entrenamiento para su desarrollo, la programación del entrenamiento según las necesidades de las especialidades deportivas

y la utilización del entrenamiento en condiciones especiales. 1998. 17 x 24 cm. 500 págs. Nº 10987. Ptas. 4.000.

Unidades	Número	Artículo	Ptas.

Nombre o razón social

Domicilio

C.P. Población nº piso

Provincia Tfno. C.I.F.

El pago se realizará de la siguiente forma (más gastos de envío)

Contra reembolso

Tarjeta de crédito: VISA MASTERCARD AMERICAN EXPRESS

Nº tarjeta:

Fecha de caducidad:

Firma

Enviar a: Gymnos, Librería Deportiva Gymnos. García de Paredes, 12. 28010 Madrid
Tfno.: 91-447 82 97 - Fax: 91-447 18 56

Trescientos cincuenta y cinco atletas, 170 periodistas y 350 voluntarios

En un ambiente de amistad

Con una participación récord de 40 países representados por 355 atletas, junto con la celebración del 75 Aniversario de la Federación Internacional de Canoa hemos celebrado también el 50 Aniversario del primer Campeonato del Mundo de Slalom que tuvo lugar en Ginebra en el año 1949.

El programa se desarrolló en cuatro días, el mismo que ha sido aprobado para los Juegos del 2000.

A través de tres marcadores electrónicos, un sistema complementa-

rio de verificación y apoyo telefónico se han podido obtener los resultados de la competición en el tiempo récord de un segundo.

Los resultados individuales llegaban al mismo tiempo a las páginas de internet junto con imágenes cap-

tadas por una cámara de vídeo situada en la línea de llegada.

Los resultados fueron recopilados en papel y CD-Rom para su posterior distribución a las naciones participantes.

La competición se difundió por TVE, las televisiones Eslovaca y Eslovena, y por Eurosport. Más de 90 periodistas acreditados cubrieron la competición para los medios de comunicación de sus países.

Lo más importante era la clasificación olímpica para poder participar en Sydney, de acuerdo con el reglamento del COI y lo han conseguido 20 países.

Hasta este momento la participación olímpica ha sido en los Juegos Olímpicos de Munich, en 1972 con 16 naciones, después en La Seu d'Urgell en 1992 con 25 países y 135 atletas y en Atlanta con la participación de 30 países y 133 atletas.

Las medallas se las han repartido entre 11 países. Hay que reseñar que cualquier país podía conseguir clasificar el máximo número de embarcaciones en las cuatro categorías.

El Campeonato del Mundo ha tenido un buen desarrollo con un tiempo excelente y en un ambiente lleno de cordialidad.

Únicamente una apelación al Jurado, reclamando una penalización afectó a la ceremonia de premiación y al éxito completo.

Espero que los participantes apreciaran la hospitalidad de la ciudad y el entusiasmo de más de 350 voluntarios cuya dedicación ha hecho posible el perfecto desarrollo de estos Campeonatos. El área de los atletas y la proximidad de todos los hoteles, a los que se pueden ir andando, han ayudado, sin duda, a hacer más entrañable esta competición.

Ramón Ganyet

Fotos
Javier Soriano



Las cifras hablan

Las cifras dadas por la organización sobre este Campeonato del Mundo de Slalom son elocuentes y hablan por sí solas del éxito de esta competición:

Han intervenido 610 deportistas, entre piragüistas y oficiales.

Participaron 355 palistas.

Asistieron 170 periodistas, en representación de 22 países.

Como voluntarios han actuado 350.

Dos años de preparación para este evento deportivo.

Como rodaje previo se realizó el año pasado una prueba de la Copa del Mundo.

En los tres días de competición: 15.000 espectadores.

Ubicación del canal Parc del Segre en pleno centro. Sin problemas de aparcamiento. Acceso cómodo.

TVEspañola ofreció en directo todo el Campeonato del Mundo.

También fue ofrecido por 5 televisiones más.

Asistió toda la Junta Directiva de la Federación Internacional de Piragüismo.

Se celebraron además actos de tipo cultural.

Alberto Salinas



Por ahora hay ya en Israel varios grupos de niños de 10-11 años que han empezado a entrenarse sistemáticamente en kayak. Esta oportunidad puede ser uno de los privilegios de las regiones con largos veranos y con inviernos templados.

El contenido de la preparación a largo plazo se podría caracterizar brevemente por sus objetivos, cantidad de trabajo, métodos de entrenamiento que se utilizan y número de competiciones (Cuadro 1).

Cuadro 1.- CARACTERÍSTICAS GENERALES DE LA PREPARACIÓN A LARGO PLAZO EN PIRAGÜISMO.

Características	Preparación preliminar	Especialización inicial	Especialización avanzada
Objetivos	Técnica apropiada Resistencia al esfuerzo Resistencia aerobia Agilidad Resistencia	Capacidades motoras básicas Coordinación Flexibilidad Acondicionamiento de los músculos del tronco	Dominio técnico Fuerza explosiva y máxima Resistencia al esfuerzo específico Capacidad y potencia aerobia Capacidad y potencia anaerobia
Cargas de trabajo	4-5 cargas/semana (1-2:cargas ligeras, 1-2:cargas medias, 1:carga considerable) 1-2 cargas altas o considerables)	3-4 cargas/sem. (1-2 cargas/ ligeras, 1-2 cargas medias) cargas medias,	6-9 cargas/sem. (2-4 cargas/
Métodos	Ejercicios continuos uniformes y alternos Entrenamiento intervalo/circuito Juegos	Ejercicios continuos uniformes y alternos Juegos	Ejercicios continuos uniformes y alternos Intervalo de entrenamiento Repetición entrenamiento
Competiciones	7-9 competiciones/año (Específicas y no específicas)	Evaluación de la técnica Ejercicios de capacidad general Juegos	10-14 competiciones/año, 17-25 pruebas

Con referencia a la primera etapa, es necesario señalar el carácter multilateral del entrenamiento, su atracción y su parte relativa al estiramiento de los músculos del tronco diseñada para prevenir que no sufra daños en ejercicios especiales.

La etapa de especialización inicial corresponde generalmente al periodo de la pubertad. Por este motivo se recomiendan principalmente ejercicios extensivos

en el agua. Deberían usarse tanto ejercicios específicos como no específicos en el programa de competición. La etapa de especialización avanzada se caracteriza por el empleo de ejercicios realmente duros. Además, esta clase de entrenamiento es una parte obligatoria en la preparación. El próximo cuadro resume los tratamientos básicos característicos de las etapas de preparación a largo plazo (Cuadro 2).

Cuadro 2.- CARACTERÍSTICAS DE LAS ETAPAS DE PREPARACIÓN A LARGO PLAZO Y ENTRENAMIENTO EN PIRAGÜISMO.

Etapa	Edad (años)	Carga de trabajo por semana	Duración de la carga (minutos)	Horas de entrenamiento por año
Preparación preliminar	10-13	3-4	45-60	120-170
Especialización inicial	14-15	4-5	75-90	250-300
Especialización avanzada	16-18	6-9	60-120	600-750
Perfección deportiva	19-?	6-12	70-150	750-1200

La siguiente parte del artículo se refiere a los factores personales más importantes que determinan una pre-

paración fructífera en piragüismo. Son los siguientes:

- motivación,
- tolerancia al estrés,
- salud,
- condición morfológica,
- capacidades motoras,
- capacidad cardiorrespiratoria.

Dos de los factores mencionados arriba, la condición morfológica y las capacidades motoras serán analizados aquí, ya que pertenecen más que los otros al área de la metodología del entrenamiento.

La condición morfológica será considerada más abajo como un factor que depende fuertemente de la genética. Por ello, este factor se empleó ampliamente en la selección.

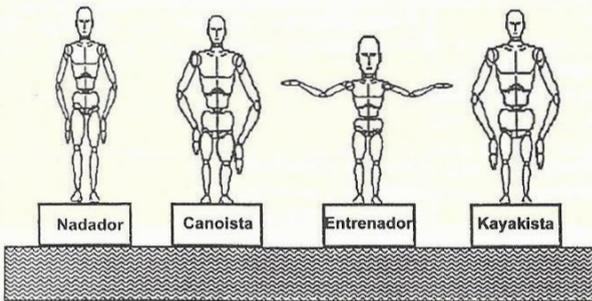


Figura 5.- Tipos específicos de cuerpo en deportes acuáticos.

La Figura 5 muestra en forma de caricatura algunas características del tipo corporal de kayakistas y piragüistas. En el Cuadro 3 se muestran los principales factores morfológicos y sus indicadores.

Cuadro 3.- Factores de predisposición morfológica e indicadores para una preparación fructífera en piragüismo.

Factores	Indicadores
Tamaño corporal	Altura Peso
Proporciones del cuerpo	anchura de hombros envergadura del brazo longitud del tronco
Composición del cuerpo	Masa ósea muñeca y tobillo cintura

Uno de los enfoques prácticamente más aceptables para el control del entrenamiento es la elaboración y utilización de las llamadas

características modelo. Estas características se desarrollan principalmente basándose en el examen de grandes grupos de atletas. En el Cuadro 4 se da un ejemplo de ese modelo.

Cuadro 4.- Características del modelo Antropométrico para Piragüistas Masculinos de 14 años.

Altura (cm)	Peso (kilos)	Longitud de mano (cm)	Brazo/altura
170	56'6	19'1	0'462

El modelo de características antropométricas sirve para evaluar la predisposición de algunos atletas a una preparación fructífera. Sin embargo, la previsibilidad de características seleccionadas es diferente. Por ejemplo, la longitud de los acoplamientos distales, tales como la mano, es de lo más previsible por el tamaño del cuerpo de los atletas jóvenes.

Otra característica importante de los palistas con éxito es una masa ósea relativamente alta. Por ejemplo, los nadadores y palistas de alto nivel no muestran diferencias significativas entre el tamaño del cuerpo y la longitud de los brazos, mientras que los piragüistas tienen una masa ósea mucho mayor que los nadadores. Según los datos, la diferencia media entre palistas y nadadores es de unos 3'5 kilos (Figura 6).

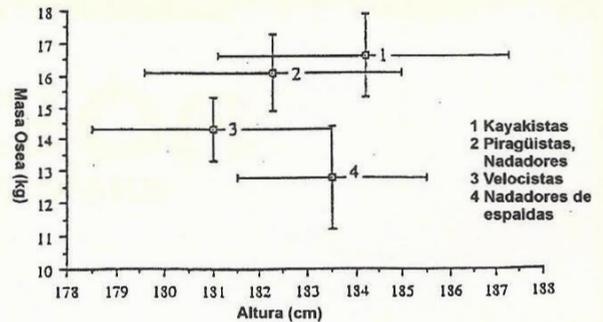


Figura 6.- Altura y masa ósea en palistas y nadadores de alto nivel.

Ciertamente, un esqueleto relativamente más sólido proporciona una ventaja en la transmisión del impulso de fuerza de la pala a la embarcación a través del cuerpo del palista. La circunferencia de muñecas y tobillos se puede utilizar para reconocer la solidez de huesos en los jóvenes.

El uso de las características modelo es particularmente adecuado para la evaluación de las capacidades motoras. En el diagrama siguiente (Figura 7) se presenta un ejemplo de tales características en concordancia con el esfuerzo máximo.

Actualmente existen dos enfoques básicos para evaluar las capacidades de esfuerzo en los palistas: el primero es el uso de ejercicios simulativos (esto requiere algún equipo especial y a veces sofisticado), el segundo, es la utilización de ejercicios muy extendidos y mundialmente empleados tales como el banco press/pull para caracterizar el potencial de fuerza general.

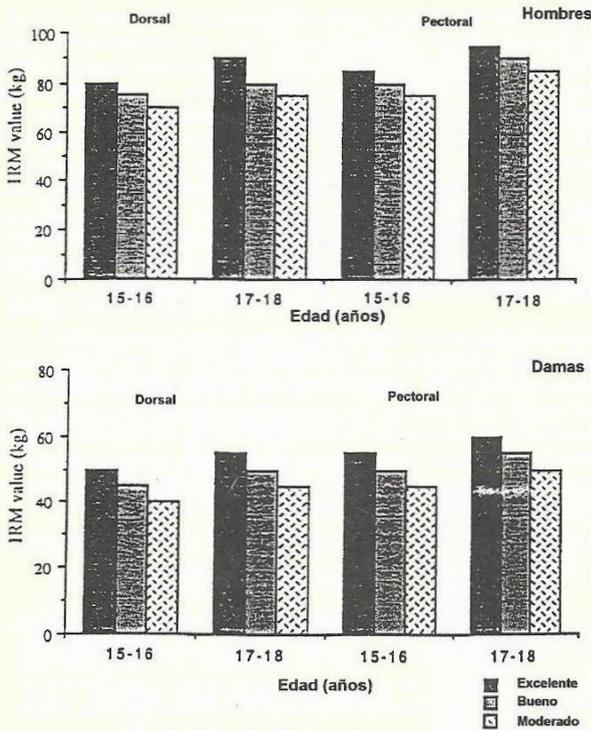


Figura 7.- Esfuerzo máximo evaluado en el ejercicio en un banco press/pull en piragüistas jóvenes masculinos y femeninos.

Sin embargo, una aplicación de estas características modelo ayuda a revelar los puntos débiles de la capacidad individual y a encontrar algunas limitaciones en el progreso de un atleta.

La tercera parte de este artículo contiene una consideración sobre la identificación de los atletas dotados. El esquema de la Figura 8 ilustra la lógica general de la identificación de atletas dotados basada en un nivel inicial y en la tasa de mejoramiento de las capacidades motoras.



Figura 8.- Identificación de atletas dotados basada en un nivel inicial y en la tasa de perfeccionamiento de capacidades motoras.

Como se desprende del esquema, se pueden reconocer a las personas altamente dotadas de acuerdo con un nivel inicial alto y una tasa alta de desarrollo de la capacidad motora. De hecho tales atletas se encuentran muy raramente porque normalmente las personas con un nivel alto inicial de una capacidad determinada no lo pueden mejorar tan rápidamente como las personas con un nivel inicial medio o bajo. El problema está en definir que nivel inicial y/o tasa de mejoramiento son altos, medios o bajos. Por esto, los resultados de las investigaciones longitudinales de las capacidades motoras específicas de los palistas son de un interés particular. El diagrama de la Figura 9 resume los datos de una investigación sobre un gran grupo de piragüistas jóvenes (un total de 90 atletas) durante un año de entrenamiento sistemático. Los atletas fueron probados en resistencia al esfuerzo con un ergómetro de brazos (el aparato de Huttel-Mertens) y para una preparación especial en un tanque de paleo con registro tensiométrico de movimientos característicos. Se calculó la potencia media en el paleo durante un minuto de esfuerzo máximo.

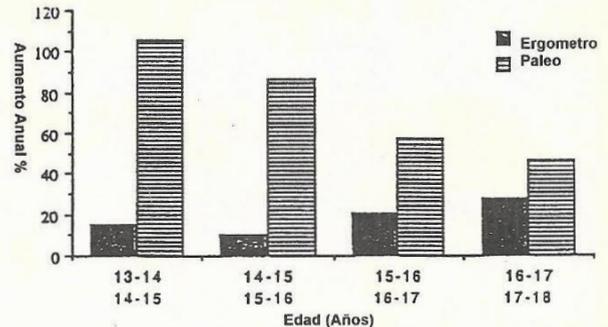


Figura 9.- Aumento anual de la capacidad de trabajo de piragüistas jóvenes medida en ergómetro y en tanque de paleo.

Se estableció que el aumento de una capacidad especial en kayak fue mucho mayor que el perfeccionamiento de la resistencia al esfuerzo medida por la ergometría. Otro punto fue que los valores medios de aumento de capacidad especial y de resistencia al esfuerzo se pueden utilizar para identificar la tasa de perfeccionamiento de la preparación en los palistas jóvenes.

A pesar de una evidencia lo más objetiva y precisa recibida por ergometría o por el registro tensiométrico de los movimientos en el tanque de paleo, estos datos no se pueden aprovechar para la actividad habitual de un entrenador. Por esto, es particularmente atractivo desde el punto de vista práctico un enfoque alternativo basado en la dinámica de los resultados deportivos. Es verdad que factores tales como el viento y las condiciones de variabilidad de las diferentes competiciones complica un análisis de los resultados temporales en piragüismo. No obstante, los mejores resultados en la actuación competitiva de cada año pueden tomarse de la historia deportiva individual para calcular una mejora anual. Ya se han emprendido tales investigaciones y análisis. El gran grupo de palistas de alto nivel (27

kayakistas, 32 piragüistas y 18 kayakistas femeninas) que consiguió las medallas en Campeonatos Mundiales o en Juegos Olímpicos senior o junior fue cuestionado retrospectivamente en relación con los mejores resultados anuales para los 500 metros en los cuatro años iniciales de preparación. La dinámica de los mejores resultados anuales y su mejora promedio año por año, se puede recomendar como características modelo para identificación de atletas dotados (Figuras 10 y 11). Los resultados de experiencias y análisis especiales muestran que la relación de mejora es más valiosa para la predicción con éxito de la preparación que el nivel inicial de preparación atlética.

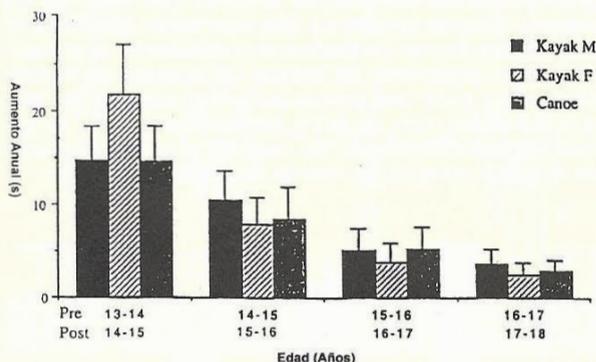


Figura 10.- Tasa de mejora de resultados deportivos en 500 metros.

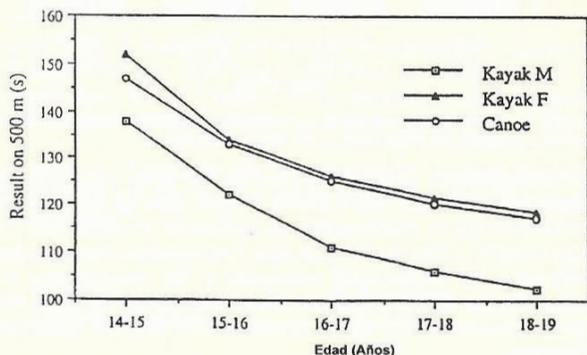


Figura 11.- Características modelo de palistas jóvenes.

Conclusión

El concepto actual de la preparación a largo plazo de piragüistas jóvenes sugiere la división de todo el proceso en cuatro etapas, cada una de las cuales estará caracterizada por objetivos apropiados, métodos de entrenamiento, combinación de cargas de trabajo y actividad competitiva.

Las historias de los atletas sobresalientes y la consideración de los datos científicos tienden a ser una

evidencia de apoyo para el comienzo temprano de un entrenamiento sistemático. Esto es particularmente importante para la explotación del periodo susceptible para el desarrollo de las capacidades coordinativas a la edad de 10-12 años. En la práctica corriente existe la contradicción de que la mayoría de los palistas empiezan el entrenamiento en kayak a la edad de 13-15, cuando los periodos susceptibles para la coordinación y la flexibilidad ya se han acabado. Ésta puede ser una de las razones para el hecho observado de que muchos de los piragüistas jóvenes tienen dificultades importantes en la técnica de pala.

Investigaciones retrospectivas en competidores de alto nivel revelan las peculiaridades en el desarrollo de su actuación deportiva y las "características modelo" para los grupos de diferente edad. Por tanto, se puede llevar a cabo la identificación de atletas dotados basándose en su nivel inicial, en la tasa de perfeccionamiento de su actuación y en las "características modelo" correspondientes a su edad.

FORMACION Y PERFECCIONAMIENTO DE LA CAPACIDAD EN ATLETAS JOVENES

Einar Rasmussen.
Entrenador nacional de Noruega.

En los años que van de 1967 a 1977 tuvo Noruega malos resultados en casi todos los deportes. Por esta razón se inició el proyecto

"88" con Tor Ole Rimjorde como líder. Los resultados mejoraron de forma sorprendente en muchos deportes durante los 10 últimos años. Las ideas básicas subyacentes en el proyecto "88" fueron:

- planificación a largo plazo;
- observar toda la vida del atleta (no sólo el entrenamiento);
- alta calidad en el equipo que apoya al atleta;
- educación del atleta en todos los aspectos de los deportes y de la forma de ser del deportista.

Próximo Capítulo:

Seminario Internacional de Piragüismo. Israel 1994

FORMACIÓN Y PERFECCIONAMIENTO DE LA CAPACIDAD EN ATLETAS JOVENES (Continuará)

TERNERA GALLEGA

Provee a la Selección Nacional de Piragüismo



La "Indicación Geográfica Protegida Terneira Gallega" ampara exclusivamente reses nacidas, criadas y sacrificadas en Galicia. Nuestras razas, nuestro clima que propicia excelentes forrajes, y el peculiar manejo de los animales por los labradores gallegos, hacen esta carne única y apreciada en toda Europa. Terneira Gallega, un producto con historia.



**Sólo si ve estas etiquetas
con la "T" tendrá la seguridad
de que es Terneira Gallega**

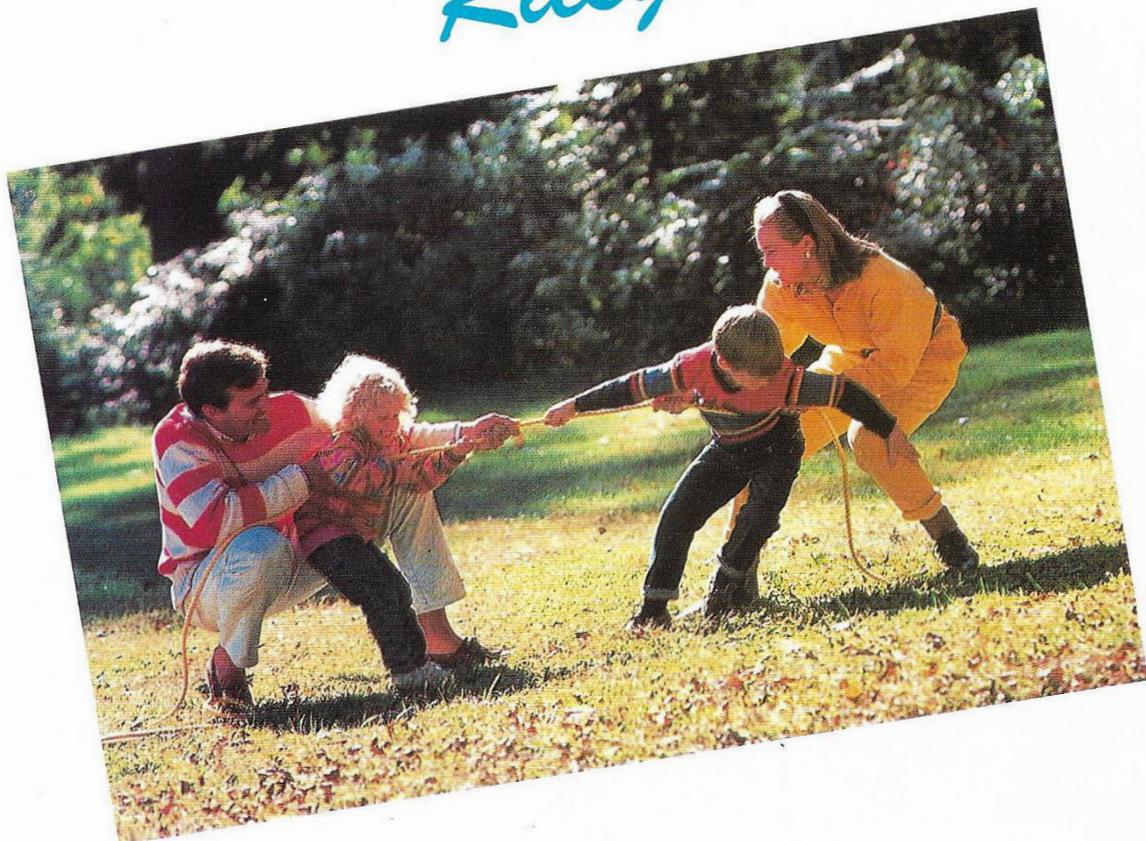


TERNERA GALLEGA
la carne con carné

Tels.: (981) 57 57 86 • 57 48 99 Fax: (981) 57 48 95
Apartado de Correos 2014
15680 Santiago de Compostela • España
Correo Electrónico: consejo@terneragallega.com
WEB: <http://www.terneragallega.com>

INDIVIDUAL

Riesgo



*Los esfuerzos que cada día aplicamos a
solucionar nuestras necesidades familiares
tienen una SEGURA RESPUESTA.*

*INDIVIDUAL RIESGO, una fórmula flexible,
de amplias coberturas, razonable coste y
además con beneficios fiscales.*

