

AGUAS VIVAS

edita. FEDERACION ESPAÑOLA DE PIRAGÜISMO



**Tampoco en Sydney
BEA Y MASCATO, A PUNTO**

**Mundiales de Kayak-Polo
POR PENALTIS**

N.º 172

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

Tanto de todo para no conseguir nada. Una vez más los Juegos Olímpicos nos dejan con ardor en las entrañas y una sensación que oculta cualquier otro destello.

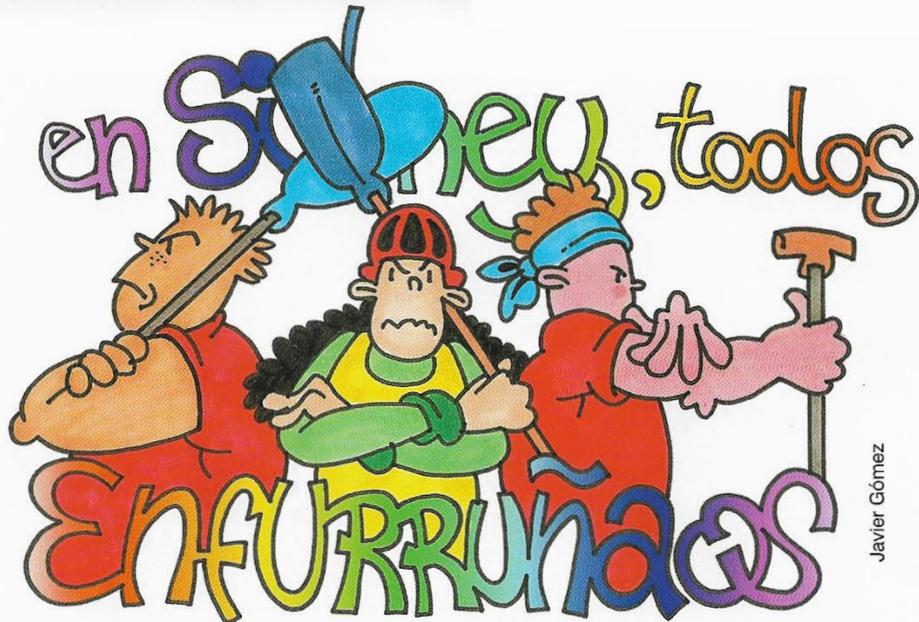
Son así los avatares del mundo federado que se juegan el ser o no ser cada cuatro años ante la mirada expectante de propios y extraños.

Cimentado el equipo sobre lo que parecían realidades, asistido como pocas veces, cargado de ilusiones y con mucho trabajo a sus espaldas se han ido escalando posiciones para iniciar su autodestrucción cuando más cerca se estaba de los Juegos y la posibilidad de luchar por una medalla se vislumbraba como algo más que una utopía.

Causas aparte, que siempre podrán encontrarse y ocultarse, nunca podremos olvidar que esta ha sido la

OPCIÓN PERDIDA





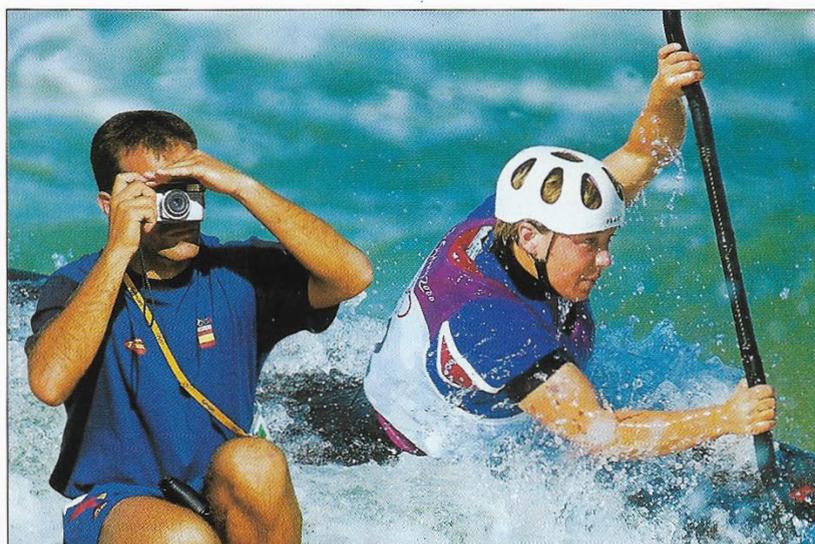
El equipo de slalom culminó el '99 una buena temporada subiéndose al carro olímpico en los mundiales de La Seu d'Urgell. Todo un récord y una esperanza.

Pocos meses después, tras el titánico esfuerzo que supone para cualquier mortal permanecer entrenando tres meses en el canal olímpico de Australia, aislado y en medio de la nada, el equipo empieza a dar muestras de descomposición, para saltar en pedazos con unos resultados malos de los que solo se libraría **María Eizmendi** con su paso a la final donde se mantuvo a la altura de su potencial. Abierta la crisis, con gente por los quirófanos y cambios a última hora que no han servido para nada, cuestionado el técnico y su sistema de trabajo, no se vislumbra horizonte alguno con un equipo que ha evidenciado que no por disponer de más medios a su alcance es capaz de luchar por un resultado digno.

La realidad es que se trata de un colectivo muy cortito sostenido por media docena de clubs, que ofrecen pocas alternativas. Y sin embargo, habrá que seguir inten-

Las pruebas de slalom acabaron pronto para nuestro equipo. El K-4 femenino fue la opción más lamentable.
Fotos de Javier Soriano

Pocos, Rotos y mal Sydney, la evidencia d



tándolo, el slalom se afianza cada vez más en el programa olímpico y esto, ya se sabe, resulta definitivo en el trato de una federación.

En pista, prácticamente todo el equipo en finales era solo un espejismo, el trabajo de los últimos años había llevado al podium a las damas en cinco ocasiones y el K-4 figuraba en todas las quinielas olímpicas, **Jovino** venía de ser cuarto en los mundiales, el C-2 como buena caja de sorpresas, albergaba cualquier susto y **Merchán** había sembrado el desconcierto ganando al mismísimo **Holmann** en la Copa del Mundo, allá en Duisburg.

Sin embargo, inexplicablemente, todo esto en vez de convertirse en un bálsamo de aceite para afrontar la última parte del gran reto, abre la caja de los truenos y en poco tiempo el K-4 estrella, la mejor opción a decir de unos y otros, se quiebra. No merecía ninguna tal despropósito después de tanto trabajo. A **Jovino** y a **Merchán** se les convierte en

**Sydney ha ofrecido
unos Juegos
fabulosos al mundo
entero y nosotros
hemos dejado
escapar otra
oportunidad de pasar
a la Historia.**

banderas de diferentes causas y antes de que pudiera demostrar algo se niega crédito al nuevo K-2 femenino que **Jesús Cobos** monta a última hora, quizás con la esperanza de salvar los muebles.

A estas alturas el equipo carecía del bien más preciado para el pira-

güista: el equilibrio. Roto y agredido, en Sydney se ha evidenciado un mal generalizado, los guetos y las luchas intestinas que han dado al traste con ilusiones que cada vez se veían más cerca de la realidad.

Mención aparte merece la canoa, **Crespo** por entregado y el C-2 de **Alfredo Bea** y **David Mascato** por lo que pudieron ser. Desaprovecharon la opción más clara para dar el do de pecho contra viento y marea; en 1.000 metros entregaron una medalla que se pronosticaba suya y en 500 metros a punto estuvieron de arrebatársela a los favoritos, pero allí queda su esfuerzo que bien merece el tratamiento de gesta.

Nadie regala nada en unos Juegos y es necesario el esfuerzo de todos en una misma dirección con un mismo interés y la cabeza en su sitio para afrontar con éxito el reto olímpico. Nada más y nada menos.

J.R. Inclán

avenidos e un mal generalizado





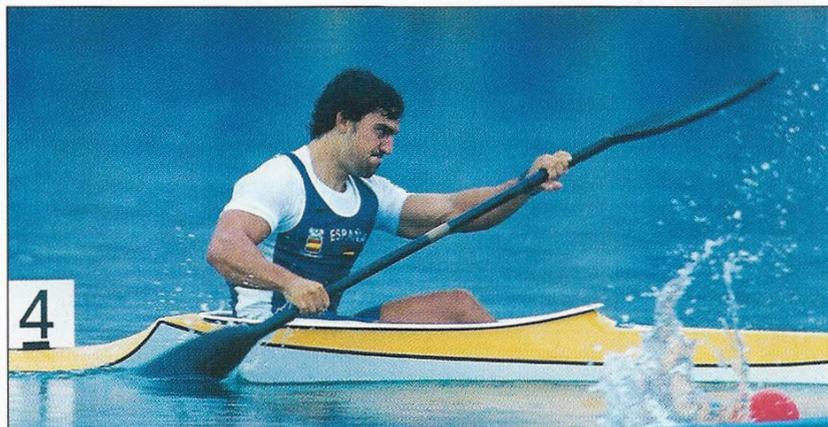
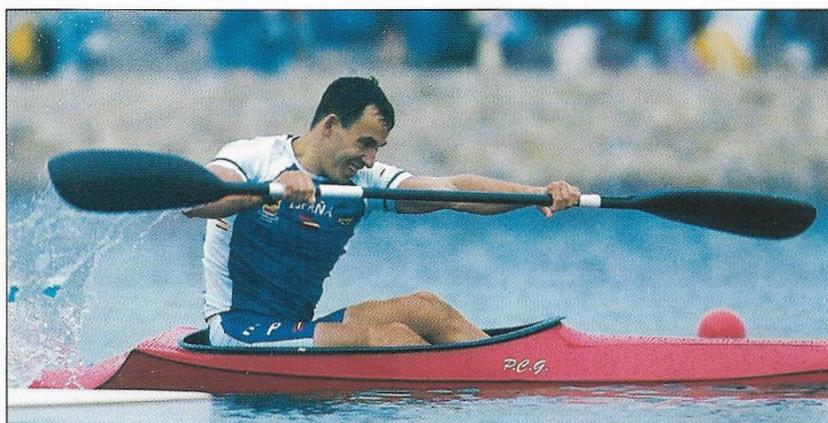
Análisis de la Dirección Técnica



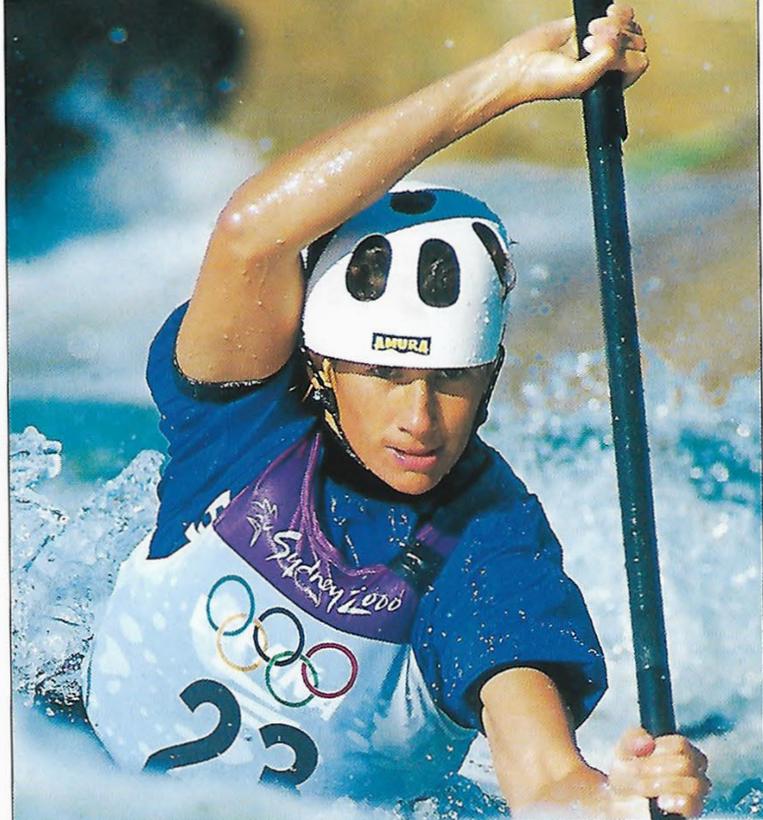
POR DEBAJO de nuestras POSIBILIDADES

Después de la tempestad se suele decir que viene la calma. Con tranquilidad, **Aguas Vivas** ha tratado de sacar conclusiones sobre la participación de la selección nacional de Piragüismo en los Juegos Olímpicos de Sidney.

El primero en ofrecer su reposado análisis es el actual Director Técnico, José Luis Sánchez.



Jovino, sexto en K-1 se sitúa entre los mejores. Merchán, justito en la final, también vale. Fotos de Javier Soriano



María Eizmendi dio la cara por todo el equipo de slalom.
El C-2 de Bea y Mascato ha sido el mejor.
Fotos de Javier Soriano

En Slalom, las opciones eran en la mayoría de los casos luchar por entrar en finales y sólo se pudo conseguir en el caso de **María Eizmendi**. En Canoa era complicado y no se hizo nada. En cuanto a los K-1, resulta que había diferencia entre ellos en las competiciones oficiales, pero al final quedaron emparejados en la clasificación.

En Aguas Tranquilas: En primer lugar, hay que separar el cuarto puesto conseguido por **David Mascato** y **Alfredo Bea** en C-2 500 metros. Está francamente bien, aunque sabe a poco, porque en la distancia de los 1.000 metros si tenían claras opciones, visto un poco como estaba la competición y tal como estaban paleando, teníamos esperanzas con esta embarcación. Si hubieran repetido el tiempo de la eliminatoria habrían estado segundos o terceros en la final. El noveno puesto, sinceramente, no es bueno. Mal.

El resultado de **Jovino González** me parece francamente bueno. Quedó sexto. No es su distancia y con las condiciones en que compitió me parece que el comportamiento en su prueba fue bastante centrado.

El resto: el K-2 damas de **Belén** e **Isabel**, bien en líneas generales.

El K-1 de **Emilio Merchán**, vistos los resultados en el Campeonato de Europa, y el hecho de que él hubiera elegido distancia, pienso que se esperaba más de él. Su actuación fue de más a menos. Las sensaciones y su rendimiento fueron mejores en la primera eliminatoria.



**El resultado de la C-2, francamente bien, aunque sabe a poco.
Jovino, bien;
de Merchán se esperaba algo mas.**

El K-4 femenino, probablemente, era la opción más clara. Analizado fríamente antes de los Juegos, había un hándicap importante, pues se pensaba que, al menos, tres embarcaciones estarían al completo y en condiciones normales estarían por encima de España. Eran Alemania, Hungría y Polonia. Eso antes de la competición.

Vistas las primeras eliminatorias y el rendimiento de todo el conjunto de participantes, nuestro K-4 tenía el mejor cuarto tiempo de todos los conseguidos. Muchas opciones.

Se trataba de un barco contrastado, con experiencia y con buenos resultados anteriores. Era la opción más clara. Quedar octavas fue una mala clasificación.

Lo positivo

El hecho de tener en K-1 dos embarcaciones a nivel de final. Está bien.

En damas, se ha incorporado nueva gente. Ha aparecido **Teresa Portela** e **Isabel** se ha integrado en el grupo.

Se han descubierto barcos interesantes.

El K-2 de **Isabel** y **Belén** es un barco estable por su forma de palear. Puede mejorar.

En Canoa, el cuarto puesto logrado en C-2 500 ha supuesto un sobreponerse al resultado que se obtuvo en 1.000 metros.

Lo negativo

Fundamentalmente, la desestructuración del equipo nacional. Se han deteriorado las relaciones internas y se ha creado un mal clima durante toda la competición. Todo eso ha sido francamente negativo.

Realmente, estos problemas no se produjeron en los Juegos, sino que vienen de un proceso anterior, aunque todo estalló allí, adquiriendo unos niveles preocupantes.

Mal ambiente, sobre todo se ve que no hay un objetivo común entre todos los componentes del equipo nacional. Los problemas persona-

les han sobrepasado su límite normal y se ha trasladado, desgraciadamente, al ámbito deportivo.

Ese mal ambiente ha afectado, evidentemente, a los resultados.

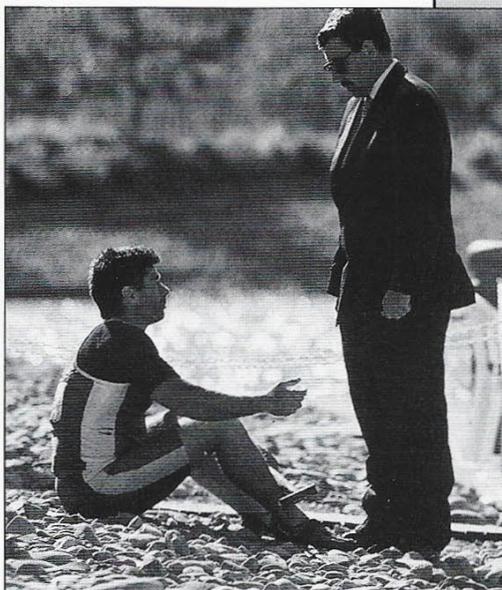
A partir del proceso anterior, habrá que tomar decisiones sobre el K-4 femenino. Lo tendrá que decidir el seleccionador femenino.

Se han deteriorado algunos barcos.

No veo lógico ni razonable que se hayan utilizado a los medios de comunicación como forma de solucionar los problemas personales. Las consecuencias son claramente negativas, porque no somos un deporte que salga a la opinión pública por nuestra imagen o resultados.

La imagen que se ha dado es muy pobre.

Han salido aspectos muy persona-



les que a quien más ha perjudicado es a los mismo perjudicados.

¿Soluciones? Trabajar y analizar con detenimiento todo lo que ha sucedido

A. Salinas

No pudo ser, Alfredo Bea se lamenta ante el presidente tras la carrera de los 500 metros. Foto J. Soriano

Jesús Cobos, entre



HA FA COHES

Se había conseguido un equipo completo, nada fácil teniendo en cuenta lo restringido de la convocatoria, en damas solo podían competir 17 k-1, 13 k-2 y 10 k-4. Lo más selecto de todo el mundo. Finalizados los Juegos, Jesús Cobos veía así el resultado de su equipo.

El K-4 femenino tenía serias opciones después de las primeras eliminatorias, pero el día de la final salió todo mal. Se impuso demasiado ritmo al principio. A lo mejor fue un exceso de stress.

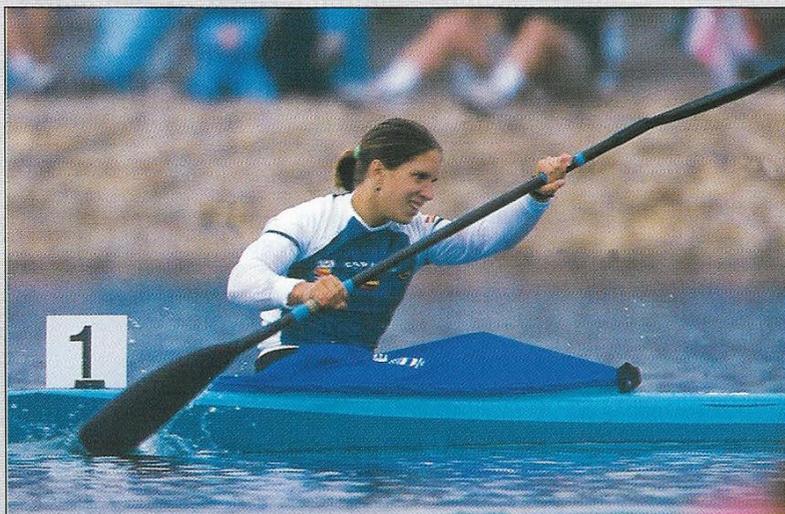
El K-2 era realmente nuevo. Con pasar a las finales ya era un éxito. Hubo un gran nivel en esta modalidad. Quedar séptimas es un buen resultado.

El K-1 de **Teresa Portela** se defendió en semifinales. Era un buen

nador femenino

LTADO SIÓN

Teresa Portela, una junior entre ídolos olímpicos.
Foto de Javier Soriano



“En mi vida había estado en un ambiente tan duro dentro del equipo.”

resultado. No se puede pedir más.

En mi vida había estado en un ambiente tan duro dentro del equipo. No hubo cohesión entre el grupo. Nunca me había ocurrido esto. En la Copa del Mundo, en Duisburgo, ocurrió totalmente lo contrario. En Sid-

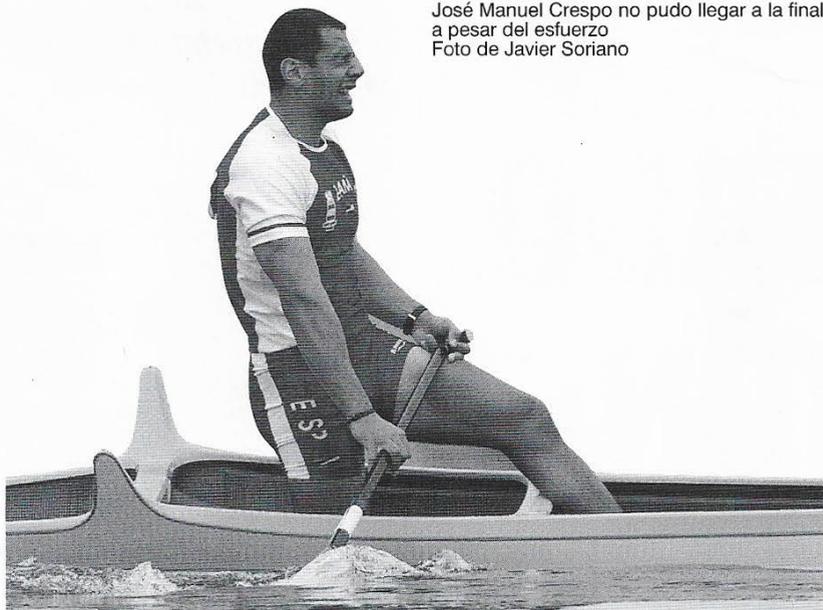
ney, cambió totalmente el panorama, creándose distintos grupos. Lo peor ha sido el ambiente. Habrá que meditar ampliamente sobre todo esto y pensar en positivo. Estas situaciones no benefician a nadie.

Alberto Salinas

Isabel y Belén improvisaron un K-2 que supo defenderse y puede prometer.
Foto de Javier Soriano

José Manuel Crespo no pudo llegar a la final a pesar del esfuerzo
Foto de Javier Soriano

Se me hace cuesta arriba escribir desde fuera ahora que no estoy dentro. Cuando se quiere profundamente algo, fuera o dentro, es lo mismo; ver las imágenes del gran escaparate de Sydney me pone de mal humor, tengo que reconocer públicamente que me han desilusionado. Igual que los hinchas del fútbol cuando pierden ese partido tan trascendente, me he quedado sin respuestas, la actuación de nuestros palistas no han colmado unos deseos basados en unas, inigualables, posibilidades reales de medalla.



Es el momento del SENTIDO COMÚN

Fides et ratio (Fe y razón) son las consignas de los campeones, fe en su proyecto y razón al culminar en el podium la entrega total a su obra. Hemos incurrido todos en la preferencia por el éxito fácil a la labor de investigar pacientemente lo que hubiéramos tenido que hacer para que los esfuerzos vertidos merezcan la pena, solo soñábamos con una puñetera medalla. Nadie duda que nuestros palistas querían ganar esa medalla

pero creer que es inalcanzable ha sido perjudicial para conseguirla.

Es ahora el tiempo de las reflexiones, el desembarco intelectual en la federación nos ha dado mejores equipos, el racionalismo nos ha dado mejores teorías, y los avances resultantes en la medicina, la ciencia y la ingeniería han traído a nuestro piragüismo un progreso tecnológico sin precedentes. Sin embargo, si echamos un vistazo a nuestro alrededor, nos percatamos de que los métodos han empeorado las cosas en lugar de

mejorarlas. Tantos micros, mesos y macros; R3, R5 y lactatos; el materialismo, la mecanización de las situaciones y la visión de las personas como piezas de un mecanismo, nos ha conducido a situaciones estúpidas en las que la naturaleza vale más que la razón y los sentimientos más que el intelecto; realmente, lo que hemos visto todos es lo que hay. Era un problema conseguir una medalla, de la noche a la mañana el problema ha desaparecido (no hay medalla), no existe ya el problema; ahora tendremos que buscar las excusas.

Para quienes siempre supieron que el piragüismo era bueno

Del análisis de nuestro reciente pasado, debemos desmenuzar todos los detalles hasta sus partes más simples posibles para revelar su estructura lógica. ¿Qué nos queda por hacer a los piragüistas? Mi respuesta es: menos o más, en función del punto de vista.

No observo en ninguno de nuestros palistas diferencias físicas, o enfermedad, o menos condiciones de las que pueden tener cualquiera de los campeones que les han ganado. A caso nuestros entrenadores son menos sabios, tienen menos medios, leen menos que los de los ganadores. Nuestros médicos conocen todas las últimas novedades de la medicina aplicada al deporte igual, o más, que los de los campeones. Para completar el círculo tenemos la dirección técnica más cualificada, docta y con todo el apoyo de la directiva para impulsar con brío los programas santo y seña de nuestro deporte. Y con todo esto ¿qué es lo que le pasa a nuestros resultados?

Yo he navegado durante doce años por el río del mandato de **Pachi**, entregado con más o menos acierto a las tareas que se me han encomendado. En el descenso hemos recogidos agua de muchos afluentes, **Mota, Sousa, Prono, Fuzeseri, Tatai, Nikonorov** y un largo etc... que ha quedado diluido en el tiempo.

Ahora, estamos inmersos en un proceso electoral que apunta cambios (sólo el cambio perdura), de nuevo se nos presenta la aventura

Si dentro de la piragua somos capaces de mantener una buena relación humana, esa será nuestra mejor fuente de poder.

del descenso de un río. Si dentro de la piragua somos capaces de mantener una buena relación humana, esa será nuestra mejor fuente de poder.

La perspectiva de estar ya tres meses! fuera de la federación, me permite mirar con otros planteamientos nuestros problemas. No merece la pena vivir en situaciones individualistas y por ello ahora aprecio más la lealtad de **Inclán**, la perseverancia de **Jose Luis**, el compromiso de **Santi**, la disposición de **Escriña** y la profesionalidad de **Jose Luis Sánchez**. Queridos amigos, de corazón, ahora debemos buscar el mejor camino, el que nos permita no sólo sacar el mejor provecho de una buena situación, sino también de una mala. Ante tanto río revuelto en este delta con tantos recovecos, tenemos que ser capaces de comprometernos a poner unos límites que sean respe-

tados por todos; sin estos límites hay menos razones para comportarse de un modo civilizado cuando surjan los conflictos.

Muchos de vosotros habéis realizado todos o parte de los tres grandes descensos de nuestros piragüismo, el de **Calleja**, el de **Fonseca** y el de **Perurena**. Ahora habéis cogido vuestros equipos de piragüismo y estáis subiendo a la montaña para iniciar un nuevo descenso, con puntos de embarque distintos, equipos distintos (aunque, por error informático claro, se han repetido algunos nombres en todos los equipos) pero todos tenéis que navegar por el mismo río. Como animales sociales que somos, somos más fuertes en grupo y cuando aunamos esfuerzos para alcanzar una meta común.

Amigos, "...¿dónde están las ilusiones por las medallas? Destruídas. ¿Dónde está el crédito de nuestros resultados? Desapareció. A partir de ahora termina la vida y empieza la supervivencia."

No dan más de sí las medallas de Los Ángeles 84, tenemos que tener ahora mucho sentido común, el momento merece la pena y desde esta ventana del piragüismo quiero ser el primero en ofrecer mi modesta colaboración a los que, finalmente, asuman este nuevo reto.

Manolo Pastrana

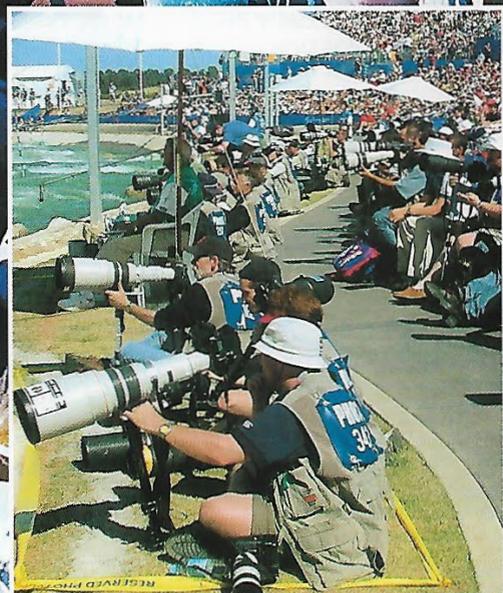
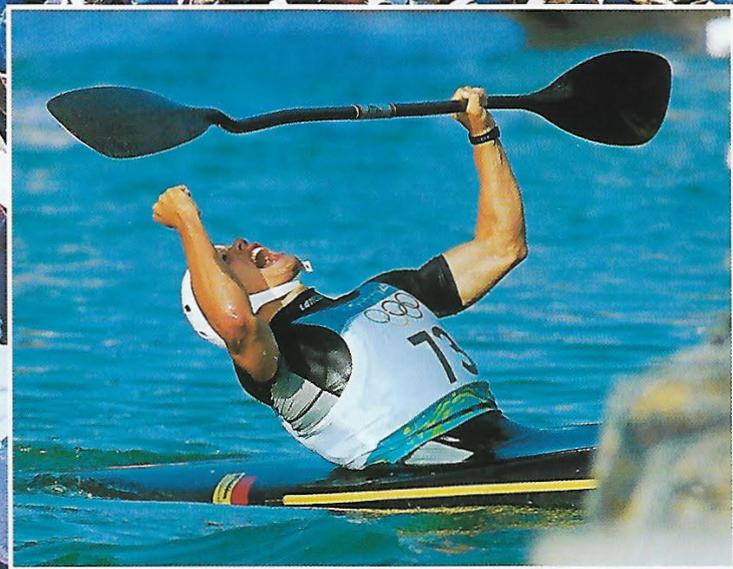
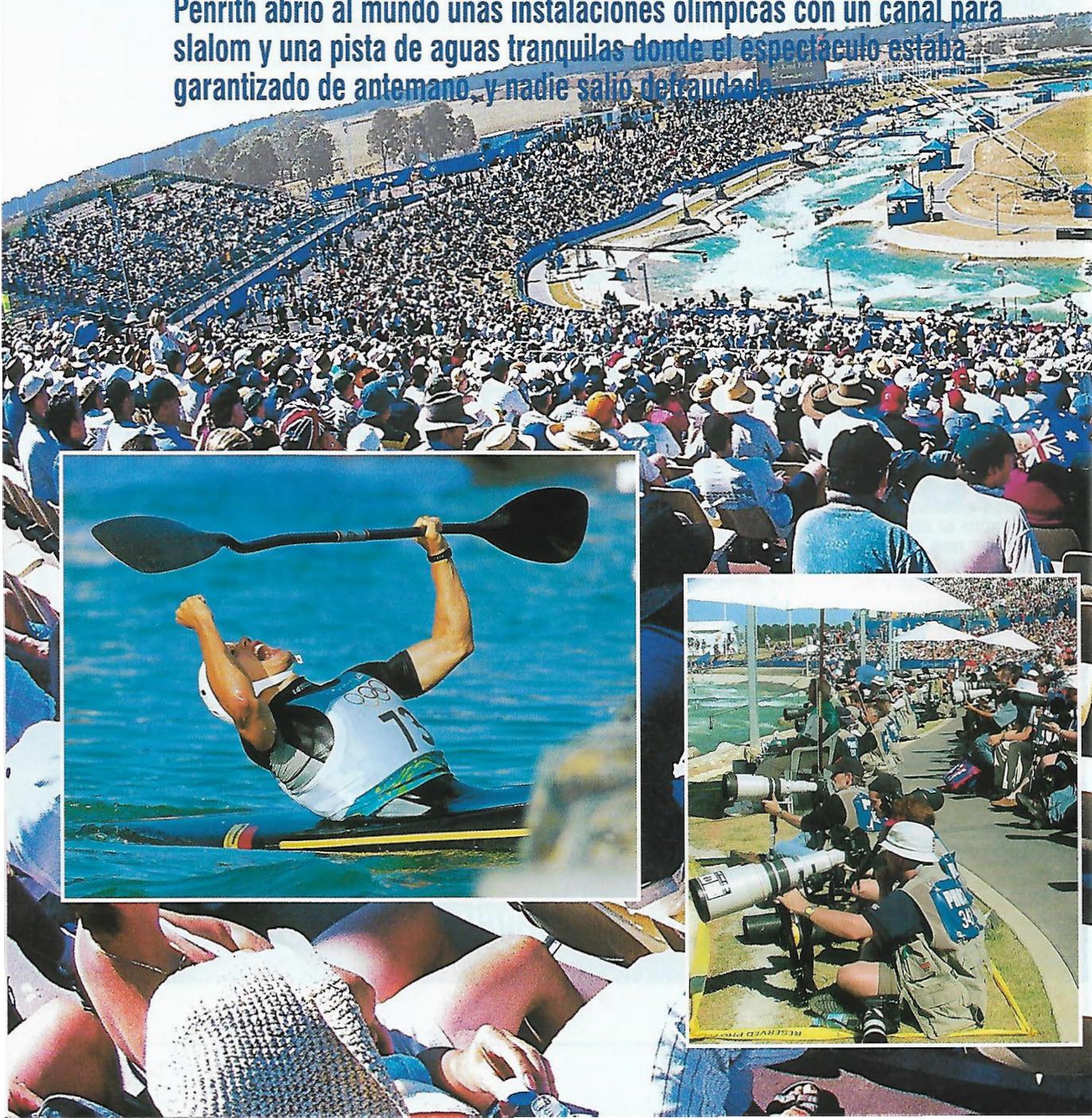


para algo, pero nunca supieron decir exactamente para qué

Pero hubo algo mas
en estos

JUEGOS de ORO

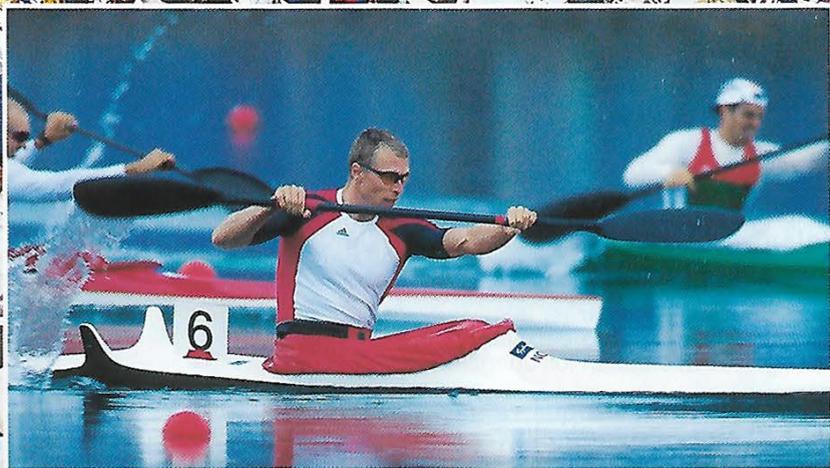
Penrith abrió al mundo unas instalaciones olímpicas con un canal para slalom y una pista de aguas tranquilas donde el espectáculo estaba garantizado de antemano, y nadie salió defraudado.



Las jornadas de piragüismo arrancaban con el slalom en un escenario de lujo, con 20.000 espectadores sentados aplaudiendo la evolución de los olímpicos, a su lado, el lago ha resultado ser un escenario a la altura de los 265 competidores

que han tomado parte en los XXVII Juegos Olímpicos, y que incluso en algún momento quiso medir sus fuerzas con la destreza de los campeones olímpicos. Lo intentó, pero no fue capaz de arrebatárles el oro, como no fue capaz de tambalear la sólida

estructura de una organización formidable. Mención aparte merecen los 47.000 voluntarios apasionados en su entrega a unos Juegos que consideraban suyos de corazón y que hicieron posible el perfecto desarrollo de esta maravilla olímpica.



Thomas Schmidt celebra su medalla de oro. La prensa gráfica siguió de cerca al slalom. Birgit Fischer, dos medallas de oro para Alemania. Holmann hizo lo mismo en el K-1 para Noruega. De fondo una impresionante panorámica del canal de slalom y, a la derecha el inicio de la pista de agua tranquilas. Fotos de Javier Soriano

Alfredo Bea y David Mascato llegaron a Sydney con la sensación de que podían hacer algo serio y estuvieron a punto de conseguirlo.

En pista 43 selecciones han tomado parte en estos Juegos Olímpicos y de ellas 14 han conseguido subir al menos en una ocasión al podium olímpico.

Todos los participantes en estos Juegos merecen un reconocimiento, llegar hasta aquí ya demuestra una calidad, pero sin duda alguna habrá nombres que brillarán con especial esplendor. **Birgit Fischer** se ha despedido en estos Juegos con dos medallas de oro que sumar a las tres que ya consiguiera en anteriores olimpiadas, con ella su compañera de equipo, la alemana **Katrin Wagner**, que la ha acompañado en dos ocasiones a lo más alto del podium.

También pasarán a la historia talentos de la categoría del noruego **Holmann** con sus dos medallas de oro en K-1, y los húngaros **Zoltan Kammerer** y **Botond Storcz** que consiguieron oro en K-2 y formando parte del K-4.

Con estas dos medallas de oro y las conseguidas por los canoista **Kolonics**, en C-1 500 metros y la pareja del C-2 **Novak** y **Pulai**, Hungría se alzaba a la primera posición del medallero olímpico.

España tenía depositadas sus máximas aspiraciones en el K-4 femenino que formaban, **Beatriz, Belén, Ana e Izaskun**, habían impuesto su categoría por todo el mundo a lo largo de los tres últimos años y estas esperanzas, lejos de tomar fuerzas, han ido debilitándose según se acercaban los Juegos.

Al final, las tensiones que se han ido acumulando entre ellas y la imposibilidad de intervenir por parte de quienes más de cerca venían viviendo esta situación, llevaron al equipo a competir en unas condiciones de crispación que condenaban, antes de la salida, cualquier opción al triunfo; un triunfo que jamás ha estado tan cerca de la mano en unos Juegos Olímpicos máxime cuando la tripulación pola-

ca, una de las selecciones a batir, no parecía encontrarse en su mejor momento.

Alfredo Bea y David Mascato llegaron a Sydney con la sensación de que podían hacer algo serio, y estuvieron a punto de conseguirlo en la distancia que menos les gusta y con unas condiciones atmosféricas adversas para palistas de sus características. A las primeras de cambios, sobre los mil metros demostraron que estaban para podium, pero antes de la gran final su cabeza abandonó toda opción, ofreciendo una imagen muy diferente a la de su valía.

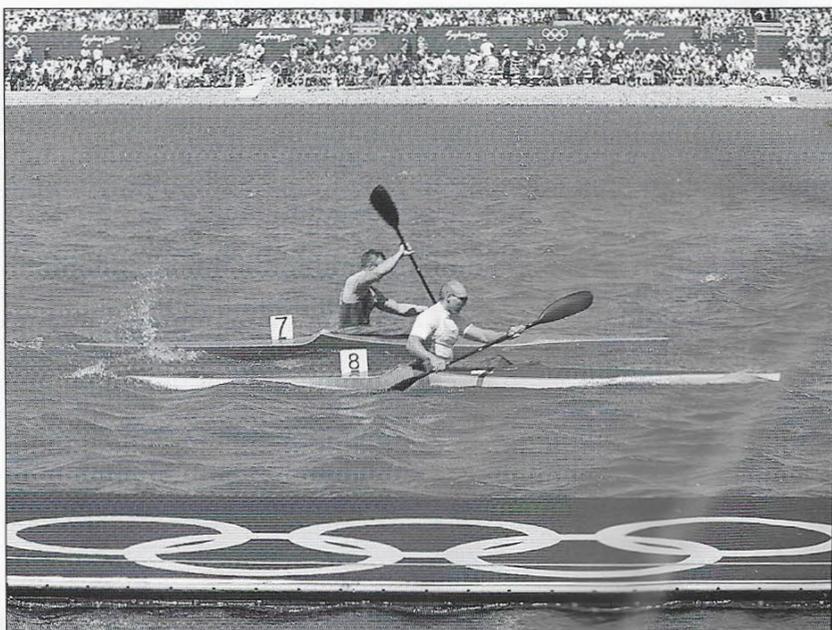
En 500 metros estuvo esta pareja a punto de alcanzar para España la tan deseada medalla olímpica, en la misma especialidad, en la misma distancia que se alcanzara la última allá por los años 84. Pero se quedó en el borde, cuartos, una vez más ahogando la bocanada de aire que tanto necesitaba el equipo español para seguir a flote.

El C-1 era cosa de **Crespo**, no le fue bien la competición a este palis-

ta que en los últimos años había disputado puestos importantes en los Campeonatos del Mundo, entre otras cosas, cuando alcanzó la clasificación olímpica, pero en Sydney, por debajo de sus posibilidades, se quedó fuera de la final.

En K-1, **Emilio Merchán** corrió la final olímpica sobre 1.000 metros, una distancia que eligió pero en la que quedó lejos de las expectativas que en torno a él se habían creado. Mejor le fue a **Jovino González**, alcanzó un sexto puesto en 500 metros, en condiciones extremas pero con un coraje que le sitúa entre los mejores. Ha sido, sin duda, el que mejor ha sabido mantenerse en su sitio ante los vientos tormentosos que han afectado al kayak español en Sydney.

Otra embarcación que ha vuelto de estos Juegos con la sensación de haber alcanzado su objetivo ha sido el K-2 de **Isabel García** y **Belén Sánchez**. La pareja formada a última hora y no exenta de críticas, demostró un buen ritmo de competición, compenetración y ganas de aspirar a todo. La ilusión



En Slalom, María Eizmendi, única española que conseguía meterse en finales firmaba un decimocuarto puesto y allí acababan todas las ilusiones del equipo.

de **Isabel** por mantenerse a la altura de una veterana de la calidad de **Belén** fue definitiva a la hora de luchar por un gran resultado que abre nuevos horizontes al piragüismo nacional.

Algo parecido a lo que puede ocurrir con **Teresa Portela**, la más joven del equipo que defendió el K-1 con todo su corazón, dejándose llevar de la emoción que supone participar en unos Juegos Olímpicos, cuando se es todavía juvenil.

Al final 83 participantes acudieron al Canal Olímpico de Slalom y España al completo con la confianza que se supone daba el conocer el canal como muy pocos gracias a las concentraciones que se habían llevado a cabo en Sydney a principio de la temporada. Pero no parece que este trabajo haya ayudado en nada.

Jon Ergüin, último en las pruebas clasificatorias vivía un efímero paso por estos Juegos, algo parecido a lo que ocurría con el C-2 de **Toni Herreros** y **Marc Vicente** o los K-1 de **Esteban Arakama** y **Carles Juanmartí**, eliminados de la competición en las pruebas clasificatorias. Realmente decepcionante.

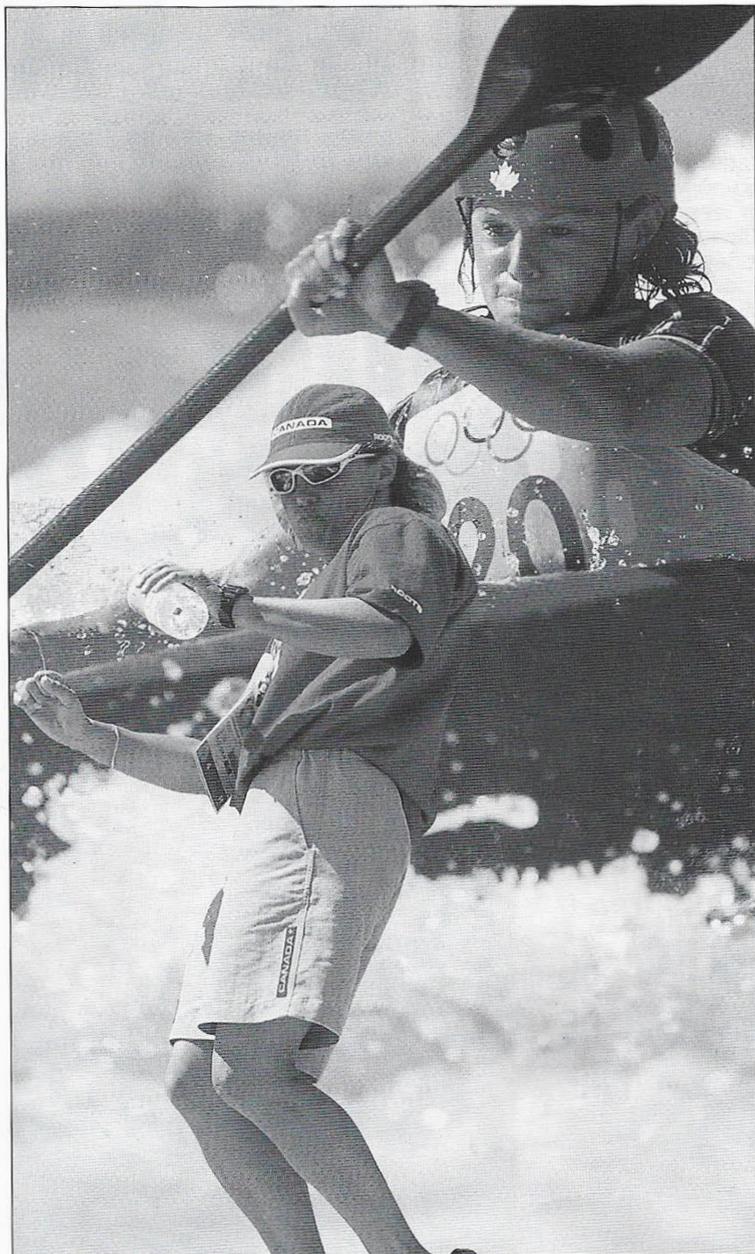
En el podium, Alemania se despedía con una medalla de oro de **Thomas Schmidt**, Francia una vez más acreditaba su buena línea con el oro de **Toni Estanguet** y las dos medallas de **Brigitte Guibal**, plata, y **Anne Lise Bardet**, bronce. Y seguía en el medallero Eslovaquia que hacía doblete en C-1, plata **Martikan** y bronce **Mincik** para adornar la medalla de oro de su C-2.

La República Checa se despachaba con el oro de **Hilgertova Stepanka** y el bronce del C-2, prueba en la que Polonia conseguía su única medalla de plata. Gran Bretaña también sube al podium una vez, **Paul Ratcliffe** fue plata en el K-1 masculino donde **Ferazzi** conseguía la medalla de bronce para Italia.

Acaba un ciclo olímpico en el que, sin duda, habrán quedado en el camino muchas ilusiones y renuncias, pero por encima de todo este esfuerzo destacarán los nombres de cuantos hicieron posible esta gran

competición, junto con un entusiasta equipo de voluntarios que han hecho que Sydney entre en la historia olímpica con todo su esplendor.

J. R. Inclán



España, octava en el Mundial de Brasil

SE FALLÓ en los PENALTIS

En Sao Paulo se celebró el Mundial de la renovación, la evolución que está viviendo el Kayak Polo por todo el mundo, obliga a los equipos a renovarse y Brasil ha dado buena fe de ello.



Resultados

Hombres

- 1º Gran Bretaña
- 2º Holanda
- 3º Alemania
- 4º Italia
- 5º Australia
- 6º Francia
- 7º Sudáfrica
- 8º España
- 9º Brasil
- 10º Suiza
- 11º China Taipei
- 12º Bélgica
- 13º Japón
- 14º Hong Kong
- 15º Estados Unidos
- 16º Canadá
- 17º Argentina

Damas

- 1º Alemania
- 2º Gran Bretaña
- 3º Francia
- 4º Japón
- 5º Australia
- 6º Irlanda
- 7º Nueva Zelanda
- 8º Canadá
- 9º Sudáfrica
- 10º Brasil

Gran Bretaña con un equipo joven, algo por otro lado bastante frecuente en estos mundiales, se ha alzado con el título de campeón del mundo, España quedaba en octava posición tras perder en los penalties antes Sudáfrica y la organización se veía superada por un calendario excesivamente apretado que da una idea por sí solo del crecimiento de esta especialidad.

El Mundial de Kayak Polo, celebrado en Sao Paulo (Brasil), en el mes de Julio puede considerarse como el de la renovación. Aquellas selecciones nacionales que han optado por incluir gente joven en sus filas han progresado notablemente, mientras que los equipos que decidieron seguir con la veteranía han bajado notoriamente en la clasificación general. España, que se situó en octavo lugar, uno más que en el I Mundial de Aveiro (Portugal), donde los españoles fueron séptimos, también continuó en la línea de aportar juventud.

El Campeonato del Mundo se lo adjudicó Gran Bretaña, precisa-

mente con un conjunto plagado de juventud, igual que Holanda, que constituyó la sorpresa del torneo, combinando fuerza con una voluntad enorme. La tercera plaza fue para la selección alemana, que también ha optado por la renovación en su plantilla.

España pudo ser séptima, lo que hubiera sido la repetición del Mundial de Aveiro, pero Sudáfrica se puso por medio y nos arrebató ese puesto en un partido agónico, casi eterno, con dos prórrogas, muerte súbita y dos tandas de penaltis. En la segunda, el equipo español salió derrotado, quedándose, por tanto, en la octava plaza. El análisis es que se ha consolidado la posición de España en el concierto mundial, situándose, al igual que en Portugal, entre los 8 primeros, classifica-



El Kayak Polo tiene cada vez más jugadas técnicas, pero la fuerza sigue siendo vital. La foto es de Frits Jager

ción que no es mala, si tenemos en cuenta que esta modalidad todavía no ha arraigado fuerte en nuestro país y que sólo se llevan dos años compitiendo a nivel internacional.

El séptimo puesto de Aveiro no fue una casualidad, ni tampoco la octava plaza de Sao Paulo. **Estamos ahí, que no es poco**, según comentario de uno de los componentes de la selección nacional. Sigue mandando el Viejo Continente por lo que se refiere en todo el mundo, con la única aportación **foránea** de Australia, que fue cuarta en Brasil.

La organización de este Mundial no estuvo a la altura de las circunstancias, demostrando que en este tipo de competiciones hay que mejorar bastante. El equipo español, junto con otras selecciones, tuvo que alojarse en los bajos de un estadio deportivo y sólo había una piscina

para toda la competición, lo que refleja que hubo retrasos en todos los partidos.

En el aspecto positivo, hay que comentar que España contó con el apoyo del público brasileño, que veía por primera vez esta modalidad deportiva. El comportamiento del grupo, en general, fue bueno, con las lógicas limitaciones de no contar

con una competición nacional que dure prácticamente todo el año.

En la próxima temporada está previsto el Campeonato de Europa, que se disputará en Polonia, mientras que en el año 2.002, el Mundial será en la localidad alemana de Essen.

A. Salinas



La posesión del balón resulta fundamental, protegerlo es lo difícil.
La foto es de Frits Jager

**Fabrica de
piraguas, canoas,
palas y
complementos**

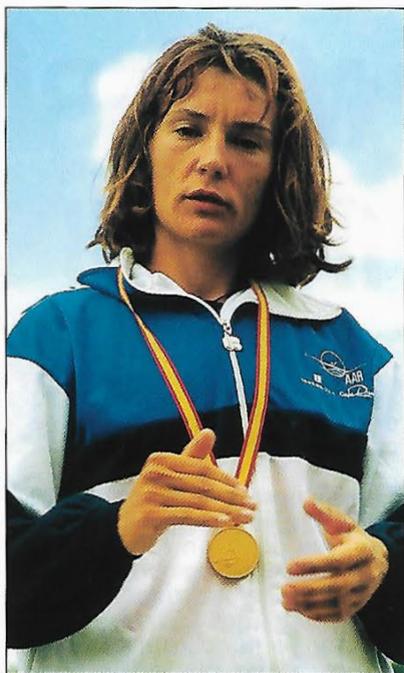
3
PIRAGUAS
PARIENTE POLLEDO, S.L.
Zelúan, 27 - Cozón
ASTURIAS
Tel./Fax: 985 55 17 91

**Zelúan, 27 - Cozón (Asturias)
Tel./Fax 985 55 17 91**

Treinta y cinco Clubs se dieron cita en la XXXIII edición de los Campeonatos de España de Carreras en Línea, en la categoría Senior, una competición que no termina en poner de acuerdo a los técnicos sobre la idoneidad de la fecha.

Pero, ahí queda la victoria del Club Iberdrola-Caja Duero Agrupación Deportiva Zamora, ampliamente distanciado del Breogan de O'Grove y del Club Autopistas Kayak Tudense que le acompañaron en el podium.

La estrategia de los clubs en este campeonato resulta definitiva a la hora de hacerse con el triunfo y muchas veces es necesario el sacrificio de sus estrellas en benefi-



Les pasa algo parecido a **Rodrigo Tiebo y Carlos Pérez Rial**, una pareja acreditada que consiguió dos medallas de oro y una más de plata para el club Ría de Aldan Hermanos Gandon.

Beatriz Manchón se proclamó campeona de España en K-2 con **Laura Cuendes** delante de la pareja que forman **Teresa Portela y Victoria Piñero** en la distancia de 500 metros. Después, en la distancia de 200 metros estas mismas embarcaciones cambiaron posiciones.

En esta misma distancia en C-2 **Borja y Christian Villar** conseguían

Belén Sánchez fue reina indiscutible en Trasona

La foto es de Jesús R. Inclán

Belén Sánchez REPOKER de ORO

En un Campeonato para Iberdrola-Caja Duero- Agrupación Deportiva Zamora

cio de sus puntos. Así vemos a palistas de talla diversificarse en todas las distancias y en todo tipo de combinaciones.

Aike González, Alfredo Bea, José Manuel Crespo, Jaime Acuña, David Mascato y Belén Sánchez ganaron en sus pruebas individuales y se repartieron en embarcaciones de equipo en función de las necesidades de sus clubs. Y aquí cabe destacar el esfuerzo de **Belén**

Sánchez que disputó cinco finales y en las cinco sacó medalla de oro, una buena aportación a la victoria fin Club Iberdrola-Caja Duero Agrupación Deportiva Zamoraero Zamora.

Hay otros palistas de reconocido nivel que optaron por embarcaciones de equipo directamente, es el caso de **Carlos del Teso y Emilio Merchán** que ganaron en K-2 y repitieron vicria con el K-4 de su club.

para su Club El Gaitero de villaviciosa una importante medalla de oro.

Hubo más y buenos competidores, pero quizás conviene destacar el afán de apoyo de muchos palistas que llegan incluso al sacrificio renunciando a títulos nacionales por apurar las posibilidades que les ofrece esta competición para que un club, el suyo, se alce con la victoria.

J. R. Inclán

Las MUJERES y el PIRAGÜISMO

Soy mujer, creo en las personas y en la igualdad de todos. Llevo década y media en el mundo del piragüismo. No he sido palista ni entrenadora, pero he conocido a mujeres que si lo han sido. Mujeres entrenan muchas horas y se entregan tanto como los hombres. Por eso creo que aunque se nos considera, no me parece que suficiente.

Gracias a **Musku**, amigo de estadísticas y porcentajes, he sabido que de los últimos 50 números de la revista **AGUAS VIVAS**, en sólo 12 ocasiones las portadas de las mismas han sido mujeres.

Sé que las mujeres somos tan fotogénicas como los hombres pero no debemos salir tan bien en las portadas. El número de practicantes femeninas de piragüismo es menor que el de hombres, sin embargo en estos últimos años, desde que **Juan Manuel** y **Juanjo** lograron ser campeones del mundo, han sido ellas junto a los canoístas, las que más éxitos internacionales han cosechado.

Mara, Teresa, Pilar, Izaskun, Belén, Sonia, Ana, Beatriz, María

Eizmendi, M^a Isabel, Amaia... y así podría seguir nombrando a un montón de mujeres que han llevado nuestro piragüismo hasta lo más alto.

En el colectivo arbitral, que es el que más conozco, hay muchas mujeres que son tan eficientes como cualquier hombre. Las mujeres hemos asumido todas las responsabilidades que se nos han dado y yo nunca me he sentido menos o más que nadie por ser mujer.

Pero me da pena que no sea así en todos los ámbitos que abarca el mundo del piragüismo.

Los medios de comunicación, no nos tratan igual en el piragüismo que en otros deportes. En las retransmisiones de atletismo por televisión casi el 50% de las imágenes son tanto de atletas hombres como mujeres.

Gracias a la retransmisión del descenso del Sella podemos ver piragüismo por televisión, pero el triunfo de las palistas

femeninas pasó prácticamente desapercibido.

No había helicópteros, ni podium en Ribadesella, ni himno para las vencedoras. Escasos 30 segundos sobre una retransmisión de hora y media. Lo que sí había y no se vio en televisión es el calor y el ánimo de la gente cuando pasaban.

Este escrito no es una crítica, más bien una esperanza para que se vayan haciendo mejor las

cosas y que todos, hombres y mujeres, sigamos aportando nuestro granito de arena para seguir trabajando por este deporte que todos queremos

M. S. Konde



No hay tantas opciones de fotografiar mujeres en la piragua, pero las que salen son las mejores.
Foto J. R. Inclán

TODO MARATHON



En maratón el esfuerzo se refleja en el rostro de todos los participantes. Las fotos han sido cedidas por la federación Navarra de Piragüismo

Campeonato de España en Azagra... SABEN LO QUE QUIEREN

Un año más, la localidad navarra de Azagra ha acogido la celebración del Campeonato de España de Marathon. Aquél Municipio tiene muy claro lo que quiere: deporte, piragüismo y una alta participación con buena organización. Por eso, nos ofrece un escenario al nivel de lo que se quiere, duro maratoniano, y una infraestructura que cada año mejora. Todavía queda mucho por hacer sin duda, pero cierto es que nos despedimos siempre con una agradable sensación.

El durísimo recorrido, en especial la subida hasta el porteo que algunos califican de interminable, hizo que notables palistas del escenario nacional tuvieran que arrojar la pala y decir adiós a la regata. También es verdad que a esas alturas, mediados de agosto, el cuerpo lleva encima toda una temporada que empezó en los fríos días del todavía invierno allí, en Sevilla.

Desde entonces han sido muchas regatas y muchísimos nervios. Y las dos cosas mellan poco a poco la

fortaleza de los palistas. A excepción, claro está, de aquellos Señores del Agua, dueños del mundo, que planifican estratégicamente la temporada sabiendo que tendrán un pequeño descanso en el asiento del avión que les llevará a Canadá al Campeonato del Mundo.

Estos deportistas de altísimo nivel no regatearon esfuerzos en Azagra. Nos dieron un espectáculo deportivo de primera magnitud. Entre ellos deseo destacar la actuación de **Juan Carlos López Villalobos**, ese tritón de Alar del Rey que siempre que obedece la orden de salida, atención, por favor..., se coloca en los primeros puestos y pone en vilo a todo el grupo de cabeza haciéndoles ver que el mínimo despiste les deja fuera de juego. Por eso, **Manolo Busto** no bajó la guardia ni un solo momento, poniendo en práctica aquello de que más vale un por si acaso que un quién lo diría. Por esto mismo se metió en el bolsillo el primer puesto en la categoría K-1 Hombre Senior.

Los que si pensaron que quién les

iba a decir a ellos esto, fueron los hermanos **Del Teso, Julio Martínez y Rafael Quevedo** a quienes los palentinos **Jorge Alonso y Santiago Guerrero** les sacaron tres minutos, tres de ventaja en meta en la categoría K-2 Hombres Senior. Al margen de esta anécdota, si es cierto que nos ofrecieron una interesantísima regata.

La damas de la categoría K-1 Senior no fueron menos generosas en su ofrenda deportiva. Durante los muchos kilómetros y porteos que tiene la prueba estuvieron proa con proa y sus palas cortaban el espejo del agua al unísono. **Mara Santos y Pilar del Villar** nos hacían vibrar cada vez que pasaban en los porteos una al lado de la otra, rechazando en ocasiones la asistencia que les ofrecían los delegados de equipo. Un ejemplo de sacrificio, casta olímpica y maratoniana. La primera se hizo con el primer puesto. Una vez más invito a la reflexión colectiva. En la próxima Gala de Piragüismo, la que cierra el milenio, propongo que se otorgue a **Mara Santos** el título de mejor



piragüista del año. Quien haya seguido su trayectoria sabrá por qué.

En la categoría C-1 HS **Alvaro Rodríguez** se hizo con el primer puesto seguido **Ramos** que hizo una regata inteligente intentando que el madrileño no se fuese muy lejos.

La clasificación por clubs resultó ser la siguiente: Primer Club el Iber-

drola-Caja Duero, segundo, Donostia Kayak y tercero Madrileño Alberche. Tres Clubs que han dejado, de la mano de sus palista, a esta prueba en lugar altísimo.

Con estos resultados habrá que considerar si resulta adecuado dotar al Comité de Marathon y Descenso de Ríos de tan escasos recursos económicos. Tengamos presente que el que más o el que

menos se inicia en la piragua en las orillas de los ríos y pantanos (o de los castizos estanques madrileños). Por eso no sería mala cosa captar la afición de los más jóvenes promoviendo nuestro deporte allí donde nace; en el agua. Tiempo habrá después de canalizar fondos hacia actividades más olímpicas y **medalleros**. Pero, insisto, reforzar un poco más el presupuesto para Ríos no hará nada más que bien para el piragüismo nacional en su conjunto.

Por último, debemos reconocer también el esfuerzo organizativo de **Gabriel Malón**, siempre acompañado y asistido de su esposa **Blanca Garralda**, verdadera piragüista de honor por el ingente esfuerzo que hace. Y, como despedida, agradecer al Alcalde de Azagra, **D. Basilio Fernández Laceras**, su disposición y ayuda por la cuales se ha podido desarrollar extraordinariamente esta maravillosa prueba. Espero que al año que viene nos veamos en el agua. Hasta la próxima temporada, amigos.

Miguel Alameda

CANOA **BIDASOA** KAYAK
MATERIAL DE PIRAGÜISMO

FABRICACIÓN PROPIA
PERSONALIZAMOS TU PIRAGUA
POL. IND. DE VENTAS. C/ GABÍRIA LOCAL 102 - 20305 IRÚN (GIPUZKOA) TFNO. Y FAX 943 62 61 44



PARC OLÍMPIC DEL SEGRE

PARC OLÍMPIC DEL SEGRE

i 34 - 973 36 00 92

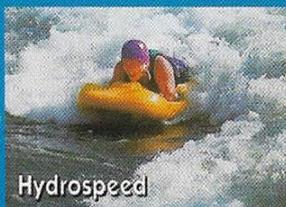
La Seu d'Urgell



Rafting



Piragüisme



Hydrospeed



Equitació



Bar-restaurant

Ajuntament de La Seu d'Urgell



Patrocinadores Equipo Olímpico Español Sydney 2000

ARGENTARIA	AGF AGF FÉNIX
Coca-Cola	Cruzcampo
Grupo Endesa	Ford
Loterías y Apuestas del Estado	NUTREXPA
CAJA MADRID	Campofrio
Central Hispano	la Caixa
"la Caixa"	LECHE PASCUAL
REPSOL	TABACALERA S.A.
Telefónica	



AGUAS VIVAS

Revista de la
Federación Española de Piragüismo
Septiembre - Octubre 2000 - Nº 172
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
IMPRIME: Gráficas Del Caz
Enrique Velasco, 12 dpdo. - 28038 MADRID
DEPOSITO LEGAL: M. 1680.1969

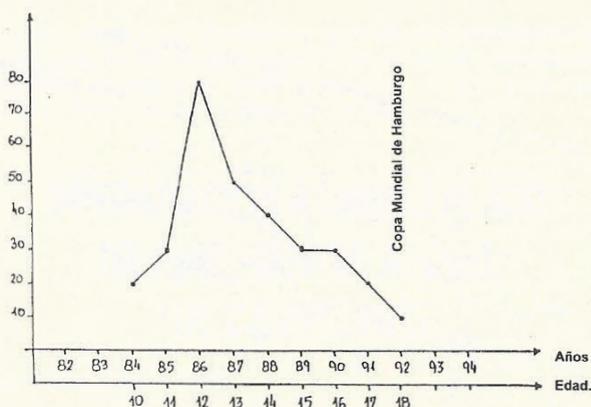


Figura 1.
El proceso de abandono en el club del Valle del Jordán entre 1985-1992.

Durante los años 1985 a 1994 estuvimos trabajando en un programa a largo plazo cuyos principios fueron:

1. Variedad en el entrenamiento.
2. Creación de una base social.
3. Aplazamiento de los ejercicios lácticos hasta la edad de 17 años.

Este programa ha dado unos resultados relativamente buenos. En los años 1991 a 1993 cuatro miembros de un club llegaron a las finales en los Campeonatos Mundiales Juveniles. Llegamos incluso a la cima, cuando recibimos una medalla de oro en la Copa Mundial Juvenil de Hamburgo en los 1000 m individuales. La edad media de abandono subió hasta los 17 años.

Una investigación que se efectuó en el Colegio Ohalo sobre deportes de piragüismo con niños reveló:

1. A los 13-14 años el factor social tiene un impacto crucial en la continuación de la actividad deportiva.
2. A más años de entrenamiento, hay menos probabilidad de un abandono temprano.
3. La motivación es el factor central e incluso el más importante en el proceso de preparación. En aquellos años en los que la edad media de abandono era los 14 años, un atleta dotado, cuando llegaba a la edad de un entrenamiento más avanzado y sistemático, se encontraba sin un grupo social de apoyo, excepto una relación atleta-entrenador que no es suficiente.

El sistema responsable de la identificación y promoción de piragüistas jóvenes tiene que buscar individuos que quieran invertir 6-8 años de entrenamiento en su juventud, hasta que consigan sus primeros logros importantes y 3-8 años adicionales para entrar en competiciones Olímpicas o Campeonatos Mundiales.

No podremos encontrar a esta persona en la línea central de nuestra juventud e incluso, después de su identificación, se le tiene que proporcionar una formación apropiada para el entrenamiento encaminado a conseguir grandes logros. Además, tendremos que disputar este atleta a otros deportes presentes en la región. Por ejemplo, en el Valle del Jordán, una región con 10.000 habitantes, se practican 15 deportes diferentes, sin incluir las muchas otras actividades que se ofrecen a los jóvenes locales.

Además, el deporte de piragüismo sufre de una falta de exposición a los medios, que lleva consigo una falta de fondos y así se agrava nuestra tarea de competir con atletas dotados.

Como resultado, seguimos luchando en dos niveles diferentes:

- a. Tratar de ampliar nuestras actividades para poder crear una atmósfera adecuada.
- b. Aplicar una estrategia de entrenamiento avanzada para los deportes de alto nivel.

Como uno de los dirigentes de este proceso, reconozco que en países pequeños como el nuestro, con muy pocos piragüistas, no podemos permitirnos ser exigentes en nuestros esfuerzos para identificar atletas dotados.

El programa tiene que conformarse con las tareas siguientes:

1. Crear una atmósfera favorable alrededor de atletas individuales, ampliando de forma artificial el número de jóvenes ocupados en los deportes de piragüismo.
2. Aumentar la atracción de los deportes de piragüismo especialmente para los jóvenes, para hacer que los prefieran a otros deportes.
3. Hacerlo tan atractivo que, incluso el hecho de que tengan que practicar este monótono deporte alrededor de 15 a 18 años para poder conseguir algún logro, no les desanime.
4. Mantener un nivel de entrenamiento que cumpla con los requerimientos de los deportes de alto nivel modernos.

Esta última tarea se contradice en cierto modo con las primeras tres tareas mencionadas anteriormente.

Hoy día sabemos que lo más importante en la fase inicial de entrenamiento es ver a cada uno de los jóvenes atletas como un desertor potencial. En efecto, muchos de nuestros jóvenes abandonarán a poco de empezar su actividad deportiva. Este abandono puede causar un daño importante e irreversible, por crear una impresión negativa o falsa del piragüismo entre sus amistades o parientes y eliminándolos así

de nuestro grupo de potenciales reclutas. Este es un problema grave en una región pequeña como la nuestra. Por consiguiente, tratamos de hacer que todos los niños se sientan bien después de todas y cada una de las sesiones de entrenamiento. Creemos que quien haya trabajado bastante tiempo en un lugar y se haya sentido a gusto allí, pasará a otros esta experiencia y su impresión positiva.

Para los menores de 14 años, el 70% del entrenamiento incluye ejercicios atractivos en tierra tales como natación, gimnasia, atletismo de pista y campo, juegos de pelota y otros deportes de moda. De este modo se podría entrenar a los jóvenes en varias actividades deportivas, de forma que pudieran destacar como uno de los atletas principales de su escuela, ganando así el respeto y el soporte social de un grupo diferente al suyo (en el club de piragüismo). Además, podríamos adquirir capacidades coordinativas generales que podrían servirnos cuando pasemos a la fase de entrenamiento siguiente.

Un entrenamiento sistemático se puede aplicar sólo en la edad de 15-16 años, siguiendo tres principios principales:

1. Énfasis en el entrenamiento aerobio.
2. Muy poco entrenamiento en velocidad.
3. Restricción de los ejercicios lácticos.

Muchas de las sesiones de entrenamiento y de las competiciones se realizaron en el campo de Maratón (5 - 20 km). Para conseguir en esta clase de competiciones un buen valor de resistencia se tiene que poner énfasis en una excelente técnica física. Para utilizar la ola del líder, se necesitan capacidades coordinativas. Aquí tampoco hay lugar para el entrenamiento láctico, que va acompañado de dolor. Estos ejercicios se practicaron durante las sesiones en tierra para evitar el nexo entre el dolor durante el entrenamiento y el trabajo con el kayak. Las series de competición de Maratón en España con su principal competición en el río Sella, fueron las más importantes de estos años.

Sólo a la edad de 17-18 años se empezó a incluir en el plan de entrenamiento los tres componentes principales: velocidad, resistencia y ejercicios lácticos (Fig. 2). Durante esta etapa perdimos a los menos capacitados, después de haber invertido bastante en ellos.

En vista de la complejidad de la organización y del entrenamiento de niños y de jóvenes en la fase juvenil, con una pequeña población y sin tradición deportiva, nos pareció que los dos problemas principales eran:

- a. Crear un respaldo social para los atletas de alto nivel.
- b. Construir un marco de entrenamiento apropiado y atractivo, basado en el cambio fisiológico que se

Niños 10-12	Niños 13-14	Cadete 15-16	Junior 17-18	Senior	Edad
2-3	3-5	5-7	9-12	9-18	Udad. en 1 semana
	70%	30%	30%-40%	20%-30%	
100%	30%	70%	60%-70%	70%-80%	Agua
250-400	4000	2000-3000	3500-4000	5000-6000	Km
I	II	III	IV	V	

Figura 2. Características del entrenamiento de piragüistas jóvenes y seniors.

produce en las diferentes edades.

Durante los años 1985-1992 conseguimos lo siguiente:

1. Una importante disminución de abandonos de atletas dotados.
2. Una distribución piramidal lógica y funcional de los diferentes grupos de edad.
3. El piragüismo ha llegado a ser uno de los deportes principales en el Valle del Jordán.
4. Por consiguiente, hay un flujo estable de un nuevo potencial de atletas alto.
5. Exitos atléticos a nivel internacional de jóvenes como resultado de este enfoque profesional y social (Fig. 3).

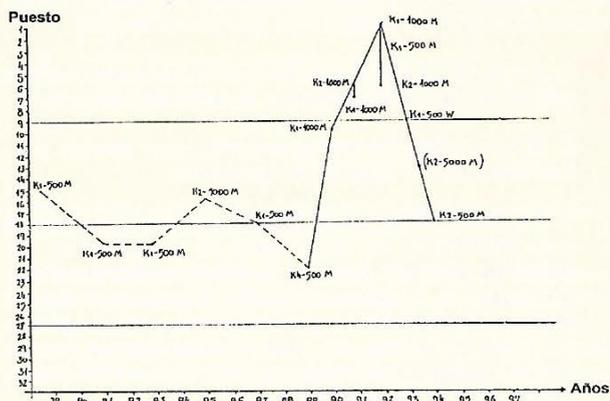


Figura 3. Tendencia de los logros de los piragüistas jóvenes el el Campeonato Mundial y en la Copa Mundial de 1979 a 1993.

6. Debido a la amplia base de los jóvenes dedicados al piragüismo, podemos empezar hoy en Israel a planificar y construir las estructuras apropiadas para el piragüismo de más edad.

Parece ser que la paciencia, cuando nos restringimos después de los logros inmediatos a seguir trabajando con los grupos de niños y jóvenes, es la razón del éxito actual del piragüismo en Israel.

PREPARACIÓN A LARGO PLAZO DE PINCIPIANTES A NIVEL DE CAMPEONES

J. Klementiev, PhD.

Entrenador de la Federación Nacional de Piragüismo de Polonia.

Un análisis individual del entrenamiento de deportistas distinguidos es de un interés obvio tanto para el uso práctico como para la ciencia deportiva.

El material objetivo del artículo presente está compuesto de datos sobre entrenamiento que contienen el resultado de pruebas y logros individuales en competiciones importantes durante el periodo de 1981-1990.

Analizando las principales directrices para la perfección del entrenamiento de los piragüistas mejores, podemos subrayar tres que son reconocidas generalmente tanto por los especialistas prácticos como por las publicaciones científicas:

- 1) plan de entrenamiento general;
- 2) elevación de la selectividad y eficacia de la exposición a sistemas energéticos específicos;
- 3) perfección de las tecnologías de entrenamiento basadas en la algoritmización y computarización del proceso de entrenamiento, introducción de un equipo nuevo de entrenamiento y de sistemas biotécnicos.

El análisis de las dinámicas a largo plazo del progreso individual en competiciones importantes muestra que se puede dividir en tres etapas (Cuadro 1).

La etapa primera cubre el primer periodo de competiciones en el campo internacional, es decir, 1981-1983. Se caracterizó por una especialización principal en canoa doble (pareja G. Runtsis y S. Osadchi) y concluyó con la obtención de una medalla de plata en el Campeonato Mundial de 1983.

La etapa segunda cubre el periodo de 1984-1987. En este espacio de tiempo se alcanzaron resultados considerables en la especialidad de canoa monopla, por ejemplo, la victoria en la regata internacional entre países socialistas "Amistad-84" y en el

Campeonato Mundial de 1985. El periodo de 1986-1987 se caracterizó por duras competiciones con los piragüistas más fuertes del mundo (A. Makarenky, O. Hoikrodt).

La etapa tercera de los años 1988-1990 se caracterizó por un mantenimiento estable del campeonato del mundo en la distancia de 10.000 m.

Un factor experimental de esta investigación es la autocomprobación de la estructura de ciclos de entrenamiento de un año basada en la combinación racional de cargas físicas dentro de los periodos de tiempo de mesociclos -tipos limitados en sus principales direcciones. Estos tipos de programas de entrenamiento consisten en etapas alternas con tres mesociclos cada una: dirigidos a la potencia aerobia y fuerza, resistencia especial y al esfuerzo, y fuerza rápida. El tomar parte en las competiciones al final de cada etapa es un elemento necesario de este programa de entrenamiento.

Cuadro 1.

Dinámica a largo plazo de los logros individuales alcanzados por I. Klementjev en las competiciones principales.

Fecha	Competición	Canoe tipo	Canoe tipo	Puesto	Tiempo
I stage 1981	USSR Championship	C-2	1,000 m	III	4.00.3
	World Championship	C-1	1,000 m	Reserva	
1982	Kopenhagen Regatta	C-2	1,000 m	I	3.29.45
	World Championship	C-2	500m	I	1.44.5
	(Be1grade)	C-2	1,000m	V	4.07.7
1983	Brandenburg Regatta	C-2	1,000m	I	3.48
		C 2	500m	I	1.49
	World Championship	C-2	1,000m	V	4.25
	(Tampere)	C 2	500m	II	2.01
II stage 1984	USSR Championship	C-1	1,000 m	I	3.57.0
		C-2	1,000 m	II	3.37.5
	International Competitions of the Socialist Countries "Friendship - 84" to the Program Gruenau	C-1	1,000 m	I	4.27.28
	Competition in Memory of Ryabchinskaya	C-1	500 m	II	2.07.62
1985	World Championship (Mehelen)	C-1	1,000 m	I	4.05
		C-2	500m	IV	4.01.8
1986	Competition in Memory of J.Ryabchinskaya	C-1	1,000 m	I	1.43.28
	World Championship (Montreal)	C-1	1,000m	II	3.57.1
1987	Seged Regatta	C-1	1,000m	I	3.59.56
		C-1	10,000m	II	46.48
	Brandenburg Regatta	C-1	1,000m	I	4.01
	World Championship (Duisburg)	C-1	1,000m	III	4.12
III stage 1988		C-1	500m	IV	1.56
	Duisburg Regatta	C-1	1,000m	II	3.52.48
1989	XXIV Olympic Games (Seoul)	C-1	1,000m	I	4.12
	Mehelen Regatta	C-1	1,000m	I	4.06.7
1990		C-1	10,000m	I	47.10
	Paris Regatta	C-1	1,000m	I	4.02
	World Championship (Plovdiv)	C-1	1,000m	I	4.00.0
		C-1	10,000m	I	46.34
1990	Paris Regatta	C-1	1,000 m	I	4.04
	World Championship	C-1	1,000 m	I	4.01.6
	(Poznan)	C-1	10,000 m	I	40.25

El autor siguió los principios de este programa de entrenamiento que le proporcionó un alto nivel de resultados del entrenamiento especial, así como sus fructíferos resultados deportivos en el periodo de 1988-1990. Este tiempo se distinguió por un énfasis importante en el desarrollo de capacidades básicas así como de la resistencia aerobia y de la fuerza máxima en las etapas precompetitivas (se utilizaron también medios de entrenamiento físico básico). En este periodo, las cargas físicas dirigidas al desarrollo de la fuerza máxima fueron de un 10-16% de la cantidad general (en años previos fue de un 3-5%).

Un análisis de la cantidad de cargas físicas especiales de las zonas intensivas I y II, muestra la tendencia de su elevación en la temporada competitiva -de 40% en 1982 a 53% en 1990 (Cuadro 2).

Analizando la estructura de un trabajo especial realizado por el autor y deportistas mundiales importantes se ve claramente que la cantidad general de entrenamiento fluctúa desde 3500 km a 4500 km por año (Cuadro 3).

M. Slivinsky es la excepción, ya que su cantidad de entrenamiento fluctúa desde 1950 km hasta 2850 km. Durante los últimos años de las competiciones, los atletas reducen las cantidades, pero los resultados son iguales.

Para revelar las leyes generales de las actuaciones con éxito se ha llevado a cabo un análisis especial por computadora de los diferentes factores de una estructura de entrenamiento de mucho tiempo de duración. Los datos se dividieron en dos grupos - cada uno de ellos se refiere a los años de éxitos y a los de fracasos (ver los resultados de las competiciones principales). Se empleó un ordenador IBM PC/AT con software standard. El análisis fue de carácter cualitativo y permitió revelar las tendencias generales.

La cantidad general de ejercicios de entrenamiento especial en los años de éxito es menos variable de un mes a otro (Fig. 1).

El ciclo de distribución en un año de las cargas físicas de las zonas intensivas I y II durante los años de éxito es más rítmico en comparación con el de los años poco afortunados (Fig. 2). Estos últimos se caracterizan por un alto nivel más prolongado de las cargas de las zonas I y II. Las etapas precompetitivas de los años de éxito se caracterizaron por una mayor cantidad de esta clase de cargas. Este hecho se ve por sí mismo más claramente en la distribución de las cargas físicas de la zona III. La cantidad de ellas fue mucho mayor en los meses X y XII de los años de éxito (Fig. 3).

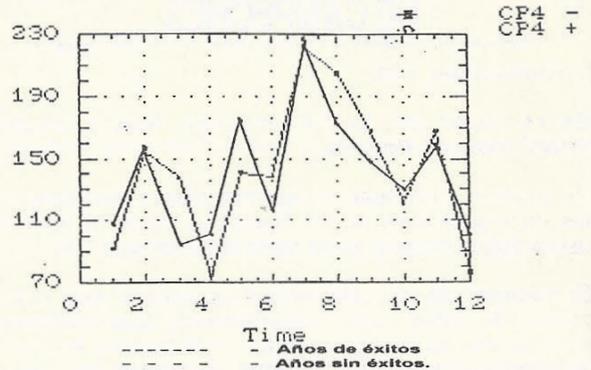


Figura 2. Distribución del volumen de paleo de la 1ª zona de intensidad dentro de la preparación anual (curvas promedio).

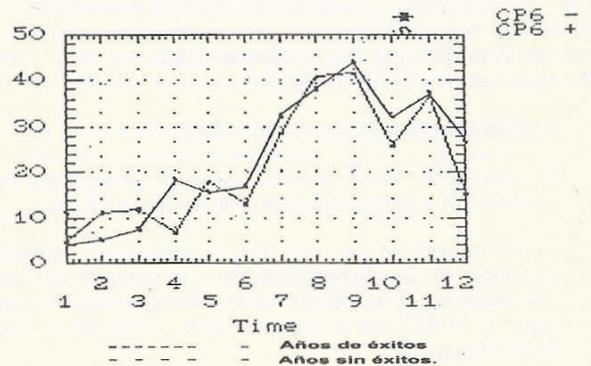


Figura 3. Distribución del volumen de paleo de la 3ª zona de intensidad dentro de la preparación anual (curvas promedio).

Las cantidades de carga absoluta de la zona intensiva IV son menores en los años de éxito en comparación con las de los años malos. Es evidente que este nivel de carga relativamente bajo dirigido al desarrollo de la fuente de provisión de energía glucolítica es una pecu-

Próximo Capítulo:

Seminario Internacional de Piragüismo. Israel 1994

PREPARACIÓN A LARGO PLAZO DE PRINCIPIANTES A NIVEL DE CAMPEONES (Continuará)

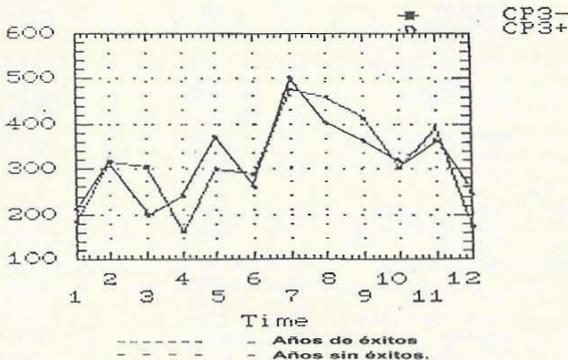
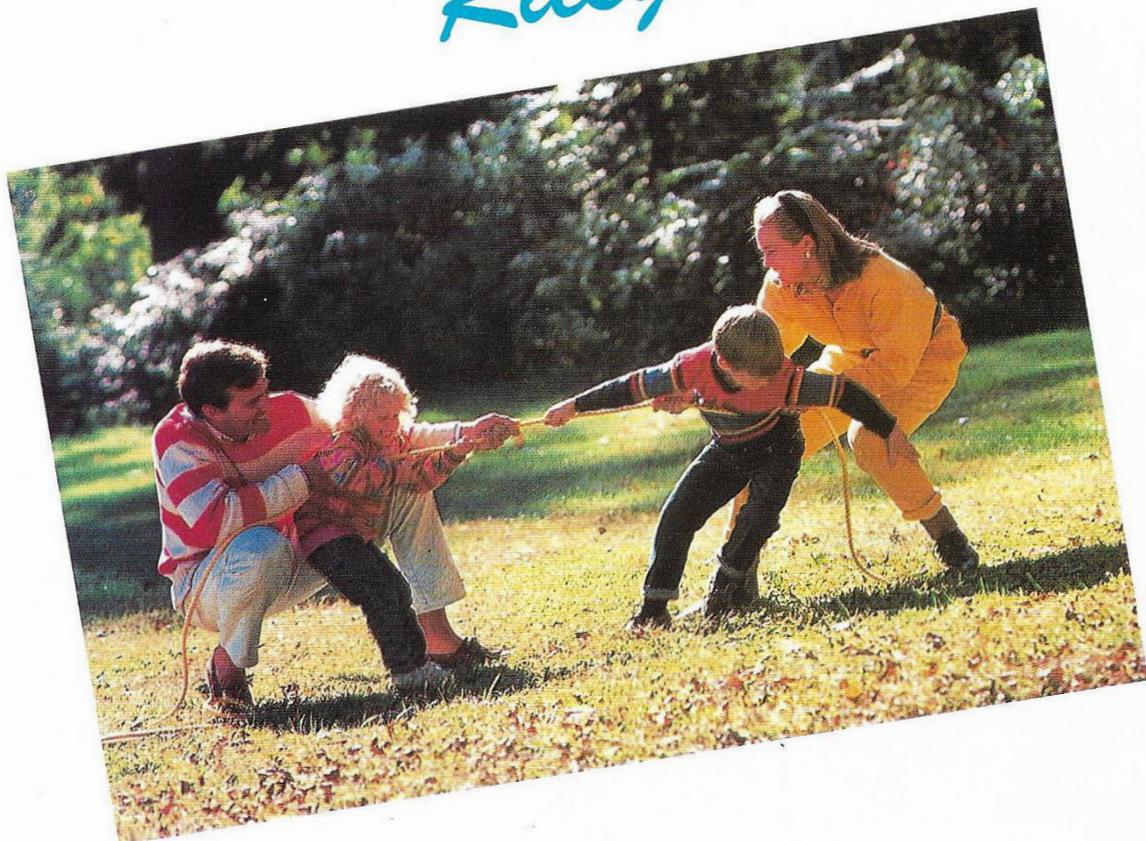


Figura 1. Distribución del volumen de paleo dentro de una preparación anual (curvas promedio).

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.*

