

aguasvivas

Año XXXII / Número 199 / Precio 2,10 EUROS



Copa del Mundo de Duisburg

[5]

Campeonato de España de Maratón en Zamora

[8]

Jovino pide justicia en su regreso

[32]

La Copa de España al rojo vivo





AMURA CONTINÚA TRIUNFANDO JUNTO A LOS CAMPEONES

El haber estado presente en ATENAS 2004, y haber triunfado junto a los campeones, es una alegría más que AMURA otorga a todos los deportistas que eligen esta marca deportiva como

complemento a sus esfuerzos. Con su colección deportiva '05 AMURA triunfa, un año más, en diseño, calidad y prestigio. Ahora te toca a ti elegir AMURA para llegar lejos.

AMURA
®

"Si se pierde el respeto muy mal vamos"



Fotografía portada: J. R. Inclán

Aguas Vivas

Revista Oficial de la RFEP
Fundada en 1969

REDACCIÓN - ADMINISTRACIÓN
PUBLICIDAD Y SUSCRIPCIONES

C/ Antracita, 7 3º

28045 - MADRID - ESPAÑA

Tlf. 91 506 43 00 Fax. 91 506 43 04

Móvil 620 266 505

Email: eprendes@rfep.es

Presidente

Santiago Sanmamed Lora

Coordinador

Jesús Rodríguez Inclán

Redactor Jefe

Enrique Prendes

Redacción

Inclán, Prendes, N. Mariño

Fotografías

RFEP, Inclán, Prendes y Cucurull

Foto Poster Central

Etzaniz

Diseño

Andrés Meixide

Maquetación

Quique Alonso

Corrector

Luis Matilla

Imprime

GRAFICAS DIUMARO

Publicidad

eprendes@gmail.com

Soporte Técnico

www.dualnet.net

Depósito Legal

M. 1680.1969

ISSN 1699-745X

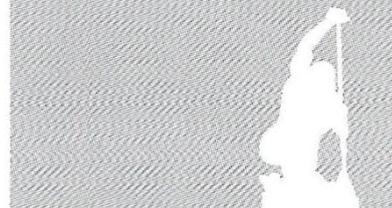
Lo que el viento nos dejó

Hace unos meses escuchaba en una radio local, un debate sobre la calefacción de un pabellón de deportes. Los afectados, deportistas de baloncesto, balonmano, fútbol-sala y otros deportes, no podían hacer bien sus entrenamientos por culpa del frío. Suena un poco a risa, pero es cierto. Es la vida real de mundo del deporte pero no del nuestro. El piragüismo es diferente, se practica al aire libre y en un medio agresivo que es el agua y con las incertidumbre de la presencia o no del viento, nuestro gran enemigo. Podemos tener muchas cosas previstas, campo de regatas, motoras, voluntarios, protección civil, casi todas, pero el viento no.

Es verdad que tenemos que elegir los escenarios de las competiciones con el máximo cuidado y que los intereses deportivos deben prevalecer sobre los económicos. Aunque la realidad es que mientras en la mayoría de las especialidades sobran propuestas, para la modalidad de pista hubo tan sólo cinco para un calendario de siete competiciones. No hay pistas y donde las hay no tienen el material adecuado, ni mantenimiento, ni su actividad principal es el piragüismo y mucho menos las competiciones que no tienen ni el más mínimo interés en organizar, y mucho menos de pagar por ellas, más bien pretenden cobrar. Hay quien tiene fijada una tasa de más de seis mil euros por día de pista y sin el material preciso para el desarrollo de la competición. Esa es la verdad. Sin embargo, en el tiempo que llevamos al frente de la RFEP, vamos para seis años, es la primera competición de pista que se suspende y coincide en la misma semana que desaparece el velero "Movistar" en la Volvo Ocean Race, el Giro de Italia suspende una de sus etapas más emblemáticas y sin salir de casa, el Slalom de Irún, tuvo dificultades para celebrarse porque el viento movía las puertas constantemente. No se nos puede culpar de temerarios, son simplemente circunstancias de nuestro deporte, que convive a diario con la climatología y de un fin de semana nefasto para todos.

Santiago Cesar Sanmamed Lora

Presidente de la RFEP



En los JJ.OO de Sydney poco faltó para la suspensión total y vimos con pena unas competiciones totalmente alteradas por el viento y las olas. En Atenas muy poco faltó para tener que suspender una de las jornadas empezando a las siete de la mañana, y estamos hablando de JJ.OO. Sin ir más lejos, la primera cita internacional de la temporada, la Copa del Mundo de Duisburg, volvió a tener al viento y a las olas como triste protagonista..

Que Muñeos sea un lugar idóneo para una regata de pista es discutible, la realidad es que allí se han celebrado muchas competiciones durante más de diez años, ésta ha sido la cuarta Regata Nacional y nunca se había suspendido ninguna. Prever una climatología tan adversa en pleno mes de Mayo es imposible, como lo demuestra el hecho de que al día siguiente la competición se hubiese desarrollado sin el más mínimo problema.

Ni a mí ni a nadie le parece mal que clubes, entrenadores, palistas y aficionados se reúnan y hagan sus propuestas y que en esos momentos de enfado se critique a la RFEP y que en cierto modo "se pasen" eligiendo una comisión técnica. La RFEP tiene suficientes órganos de gestión, que entre sus obligaciones está la responsabilidad de dar soluciones a todos estos problemas, y así lo están haciendo. Lo que no me parece bien y no es bueno para el piragüismo es que algunos actúen con oscuras intenciones y aprovechen cualquier circunstancia para criticar desproporcionadamente a la RFEP. Parece que todo es culpa de la RFEP cuando en realidad se buscan intereses de otro tipo y todos lo sabemos.

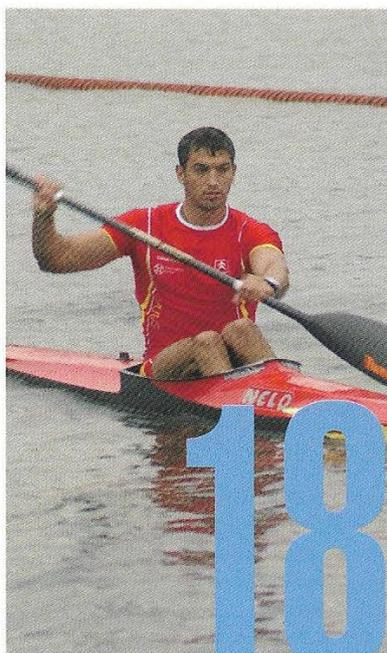
Tampoco está bien insultar, calumniar a los que estamos llevando la RFEP utilizando, o no, medios anónimos. Si se pierde el respeto muy mal vamos a ir, hay muchas formas de hacer correctamente lo mismo.

Curiosamente en Sevilla, sinónimo de buen tiempo, también se han suspendido competiciones y no porque no funcionase la calefacción.



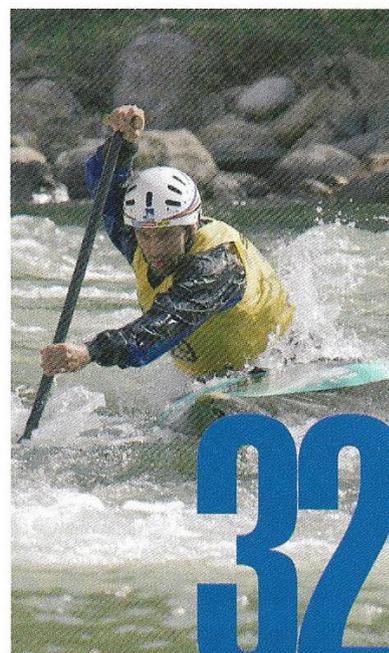
5

Ensayo general para la Copa del Mundo



18

Carlos Pérez plata en la Copa del Mundo de Duisburg

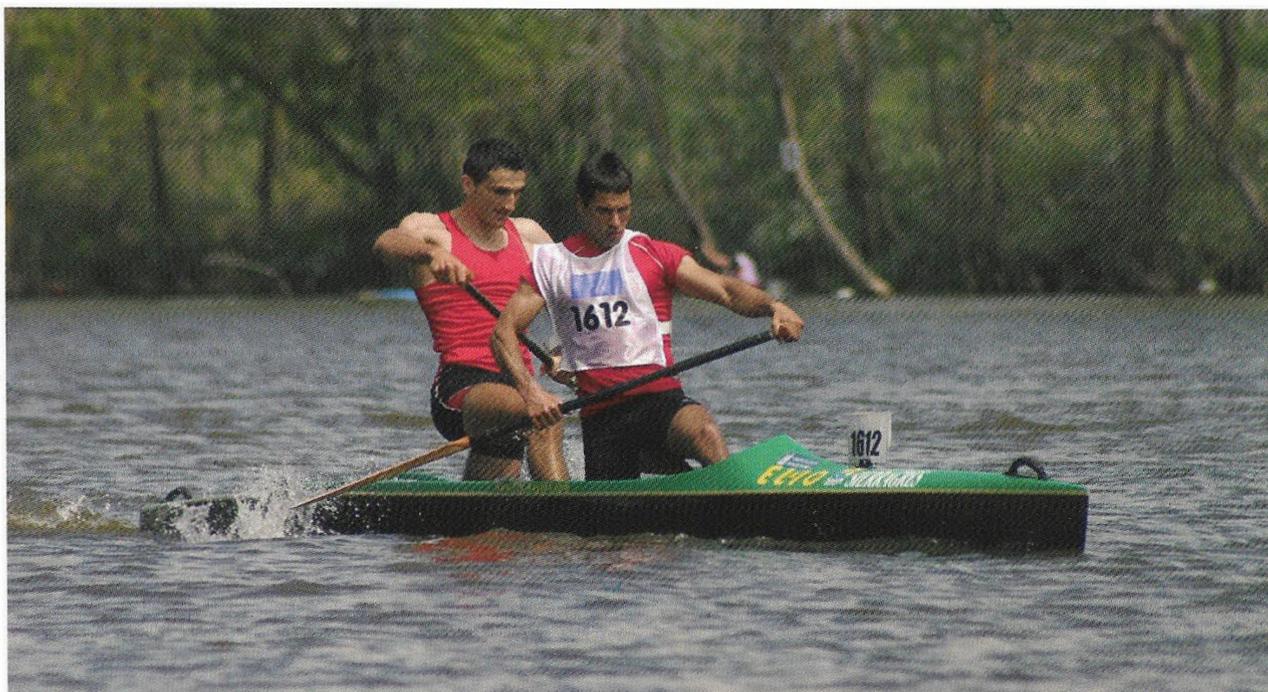


32

Cadí y Atlético a por la Copa de España de Slalom en la Seu

[8] Jovino González pide justicia - [10] Noticias Breves - [12] Contamos las paladas: Regata Nacional de 1.000 metros - [14] Regata Nacional de 500 metros - [16] Nuestros Técnicos: Pablo Tenreiro emigra a Murcia - [20] Tercer Grado: Jana Snidakova, una princesa en piragua - [22] La copa de España de Promoción - [24] Clasificaciones oficiales 2006 - [26] Nuestros Clubes: Donostia Kayak - [28] Al límite: Córdoba acoge la 1ª Regata de Nacional de Maratón - [30] España en Piragua: Federación de Castilla-La Mancha - [35] Periodismo deportivo - [36] Entramos en Aguas Bravas: El Sol-Ter domina en Rodeo - [38] Hablamos con los árbitros: Pachú analiza el arbitraje español - [40] Kayak Polo en acción: Una liga loca - [45] Hacia dentro: Sobre el uso de la palabra barco (IV) - [44] Piragüismo y turismo: Deporte y medio ambiente - [46] Galicia apuesta por el Kayak de Mar

La Agrupación Deportiva Zamora gana el Campeonato de España de Maratón



Óscar Graña y Ramón Ferro de Illa de Arousa aparecieron a última hora para imponerse en la categoría C-2 Sénior

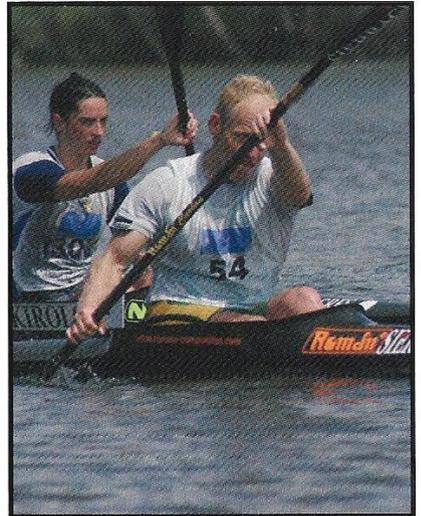
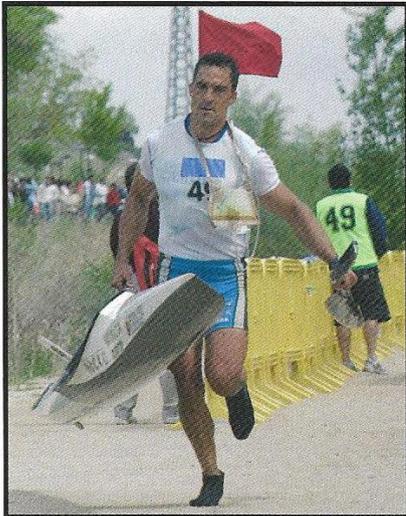
Gran espectáculo deportivo el vivido en Zamora el pasado mes de Mayo con la disputa del Campeonato de España de Maratón. Los favoritos no dieron opción a sus rivales y demostraron su capacidad de adaptación al recorrido, que acogerá también la Copa del Mundo de Maratón los días 10 y 11 de Junio, bajo la atenta mirada del seleccionador nacional Román Mangas. La presencia de miles de aficionados a lo largo del recorrido en el Parque de las Pallas-Barrianda de Asturias aportaron el complemento necesario a un espectáculo deportivo de primer nivel que TVE se encargó de promocionar

En la clasificación final por equipos los locales del Club Iberdrola-Agrupación Deportiva Zamora se mostraron superiores a todos, sumando un total de 261 puntos. Con 7 medallas (2 de oro, 3 de plata y 2 de bronce), los zamo-

ranos fueron los que más veces se subieron al podium. En categoría Sénior plata para los hermanos Del Teso en K-2, en juveniles oro para De Dios y Vicente y bronce para Esteban y Macías en K-2, también en Damas pero en K-2 la se-

gunda medalla de oro para los zamoranos con Barrios y Galán, y bronce para el K-1 de Veronica Carballes. Completaron la cosecha de medallas del Iberdrola las segundas plazas de los cadetes Carlos Garrote en K-1 y de Marques y Pastor en K-2 Damas. Dos equipos gallegos, As Torres Romería Vikinga de Catoira con 227, y el Breogan Outón Xunqueiriña con 220, acompañaron a los zamoranos en el pódium. Completaron la lista de los cinco mejores clubes nacionales los gallegos del Kayak Tudense y los madrileños del Piragüismo Aranjuez. También hay que destacar el sexto puesto del equipo vasco del Donostia Kayak y de los asturianos del Villaviciosa-El Gaitero que ocuparon la séptima plaza.

La atención se centraba de manera prioritaria en la jornada dominical con la disputa de las pruebas en categoría Sénior, donde no hubo apenas sorpresas. Se consumó la prevista ausencia de Manuel Busto por lesión y Emilio


Secuencias de un gran campeonato

Merchán del Canoa Kayak Zamora, vigente Subcampeón del Mundo, se impuso en K-1 sobre la distancia de 36 kilómetros con un tiempo de 2 horas 51 minutos y poco más de 32 segundos. A más de 37 segundos llegó el asturiano del Villaviciosa el Gaitero Rafael Carril. La tercera plaza fue para Kilo Vega, del Piragüismo Astur, a casi dos minutos de Merchán. En C-1 el también Subcampeón del Mundo Alfredo Bea del Breogan Outón Xun-

Emilio Merchán aprovechó la ausencia de Manuel Busto para ganar en K-1

queirriña dominó la prueba en compañía del también breoganista Manuel Antonio Campos. Bea completó los 28 kilómetros previstos para los canoístas Sénior con un tiempo de 2 horas 34 minutos y poco más de 16 segundos. Dos segundos más tarde llegó Campos y el vasco del Donostia Kayak Aitor Arrieta llegó a más de 8 minutos. En categoría femenina, la veterana palista del Fuentes Carrionas Mara Santos superó en la llegada más emocionante de la jornada a las otras favoritas al triunfo, Amaia

Osaba, del Náutico Canoa Kayak, y la gallega de As Torres de Catoira María Pérez Piñeiro. Poco más de dos segundos fue la diferencia entre ellas, con un tiempo para Santos de 2:37:57:02.

En las embarcaciones de equipo en la categoría Sénior tampoco hubo sorpresas, con victoria para los internacionales palentinos del Club Palentino de Piragüismo Jorge Alonso y Santiago Guerrero, con un tiempo de 2:44:11 :410. A continuación llegaron a la meta los hermanos Del Teso, de la Agrupación Deportiva Zamora, a 8 segundos de los primeros, y Muñiz y Nachón, del Piragüismo Astur, en tercera posición. En Damas Sénior, clara superioridad de las internacional Olatz Alkorta y Tania Lois, del Donostia Kayak, que aventajaron en más de 5 minutos a las gallegas de As Torres Elvira Longa y Natividad Busto y en 9 minutos a las zamoranas del Piragüismo Duero Fernández y García. Por último la presencia a última hora de Óscar Graña y Ramón Ferro, terceros en los últimos campeonatos del Mundo, dejó sin opciones al resto de participantes, que ante la ausencia de los gallegos en la lista de inscritos, se veían con opciones de luchar por el campeonato. Rodríguez y Pizarro, del Piragüismo Aranjuez, y Martín y Ionut, del Alberche Kayak, llegaron a más de 5 minutos de los pontevedreses.

El sábado 6 de Mayo se disputaron las pruebas en la categoría Cadete con victoria de los locales del Piragüismo Duero Santiago Fernández y Miguel Fraile en K-2, Elisa Vázquez y Sheila Sáez, del Cisne en K-2 Damas, y Piñeiro y Leiracha, del Ría de Aldán Hermanos Gandón, en C-2, en lo que respecta a las embarcaciones de equipo. En las pruebas individuales, victoria del canoísta coruñés del Náutico Firrete Miguel Soro y de los kayakistas

La llegada de K-1 Damas fue la más igualada con suspense hasta el final

Iñigo Peña, del Itxas Gain Elkarte, y Ainara Portela, del Cisne Agrupación Deportiva. La jornada del sábado se completó con el IV Máster de Maratón para veteranos.

La categoría juvenil compartió protagonismo con la Sénior en la segunda jornada. En C-1, victoria del canoísta del Kayak Tudense Manuel Garrido por delante de los también gallegos del Breogan Outón Xunqueiriña Ribadomar y Budiño. En K-1 masculino Jaime

Ruud Heyselaar, delegado técnico de la FIC, espectador de excepción en el Campeonato de España de Maratón

Llegó a España con el tiempo justo para trasladarse a Zamora y poder contemplar el desarrollo del Campeonato de España de Maratón que se ha celebrado en el mismo escenario donde tendrá lugar, los días 10 y 11 de junio, la Copa del Mundo de Maratón.

Ruud Heyselaar, holandés, pertenece a esa infranqueable piña que constituye el Comité de Maratón de la Federación Internacional de Piragüismo, controlan y supervisan cualquier competición internacional de la especialidad que pertenezca al calendario internacional, y visitó Zamora en calidad de Delegado Técnico para conocer in situ los pormenores del escenario, proponer modificaciones y marcar directrices.

De hecho el Comité Internacional miró con lupa la convocatoria de esta Copa del Mundo antes de que les llegara a todos los países invitados y desembarcarán en el lugar de la competición unos días antes de que empiece. El mismo Ruud será oficial jefe de la competición asistido por el británico Alan Laws y con el danés Han Faas como responsable del recorrido. Cuatro árbitros españoles se incluyen en la Selección que la FIC ha hecho de árbitros internacionales para esta competición, M^a Jesús Llevot y los tres hermanos González Blázquez, Pedro Bautista, Jesús María y José Carlos.

Cuando Ruud llegó al escenario del Campeonato de España de Maratón, el pasado 6 de mayo, lo primero que le sorprendió fue la cantidad de vehículos, remolques y piraguas que encontró en los lugares preparados para los clubes hasta el extremo de preguntarse si todos eran españoles.

Con la ayuda de un GPS midió escrupulosamente, acompañado por José Andrés Román Mangas y Pedro Alegre, todo el recorrido para comprobar que se ajustaba a lo establecido por el reglamento. Valoró la organización, equipo humano y material dando su conformidad a cuanto pudo ver en acción. No dudó en considerar que la organización de este Campeonato de España, por la cantidad y calidad de los competidores, resultaba más compleja que la que necesitará la Copa del Mundo de Maratón.

Y se fue tan tranquilo, seguro de que Zamora será cálida ciudad anfitriona para todos los equipos como lo fue para él, y convencido de que la infraestructura montada para esta Copa del Mundo será toda una garantía para la competición.

Carbajo, del Racing Valladolid, se impuso al madrileño del Piragüismo Aranjuez David Rodríguez y al asturiano del Piragüismo El Sella Adrián Bouzán. En Damas, primera plaza para Laura Pedruelo, del Piragüismo Duero-Zamora, por delante, de la lucense Ana del Campo, del San Ciprian, y de Verónica Carballes, del Iberdrola. Por último, en embarcaciones de equipo, victorias de los gallegos del Illa de Arousa Agra y García en C-2, la mencionada de De Dios y Rubén Vicente del Iberdrola en K-2 hombres y de sus compañeras de equipo Barros y Galán en Damas.

La competición sirvió para poner a punto todo el operativo necesario para la Copa de Mundo del próximo mes de Junio. El ensayo general se saldó con matrícula y los pequeños problemas en la salida por la gran afluencia de público que resta espacio a los participantes será una de las cuestiones a mejorar. La calificación de excelente otorgada por el juez internacional Ruud Heyselaar invitan al optimismo de todos los estamentos implicados en la organización. La puesta en funcionamiento de

la página web oficial de la Copa del Mundo de Maratón de Zamora 2006, www.wcmzamora-canoe06.com, se convierte en el mejor vehículo de comunicación para mantenerse al día de todo lo que va sucediendo al respecto de

una de las citas internacionales más importantes de las que se celebran este año en España.

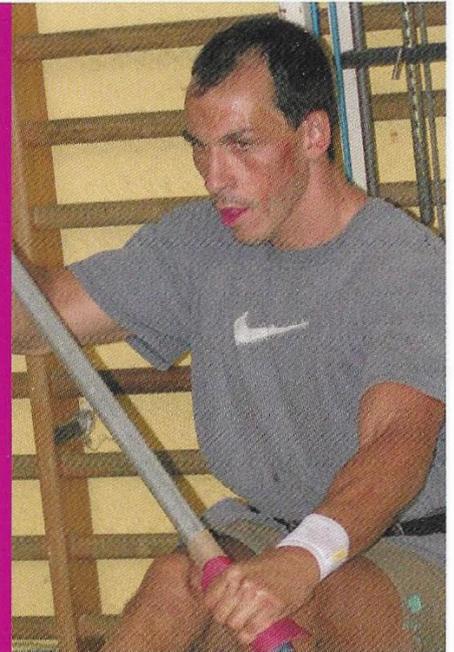
CLASIFICACIÓN POR CLUBES

PUESTO	CLUB	PUNTOS	AUTONOMÍA
1.	Club Iberdrola-Agrupación Deportiva Zamora	261	Castilla y León
2.	Club As Torres-Romería Vikinga de Catoira	227	Galicia
3.	Club Breogán-Outon Xunqueiriña	220	Galicia
4.	Club Kayak Tudense	183	Galicia
5.	Club Escuela Piragüismo Aranjuez	154	Madrid
6.	Club Donostia Kayak K.E.	150	País Vasco
7.	Club Piraguas Villaviciosa-El Gaitero	136	P. de Asturias
8.	Club Itxas-Gain Kirol Elkartea	134	País Vasco
9.	Club Piragüismo Duero-Zamora	131	Castilla y León
10.	Club Piragüismo Illa de Arousa	126	Galicia



“Me utilizaron 15 días antes de la olimpiada para intentar demostrar que el deporte español iba limpio”

Jovino González fue apartado del equipo nacional de Piragüismo a escasas semanas de su participación en los JJ.OO. El kayakista gallego se había ganado su pase a los JJ.OO en los Campeonatos de Europa disputados en Poznan unas semanas antes. Hubiese sido su 3ª olimpiada. Pero un control de madrugada tiró por tierra su brillante carrera deportiva, intachable hasta la fecha. El positivo por EPO, que cayó como una bomba en la concentración española, se resolvió en tiempo record, sin contraanálisis y con 2 años de sanción para el deportista. Jovino, que siempre defendió su inocencia, asumió con resignación el castigo impuesto pero sigue reclamando justicia y más ahora cuando la Agencia Mundial Antidopaje reconoce que ha habido errores en los controles de EPO. Esta es la historia de un deportista de élite que lo había dado todo por el deporte español. Desde entonces no se ha vuelto a fiar de nadie.



Varios estudios científicos han reclamado en los últimos años una revisión de los controles de EPO para que no se cometan injusticias como la que posiblemente se cometió en su momento con Jovino González. La justicia dio la razón en su momento a un triatleta belga, Beke, que como Jovino defendió siempre su inocencia y que decidió recurrir a un grupo de científicos que llegaron a la conclusión de que cuando se hace ejercicio de alta intensidad y de larga duración hay una serie de proteínas que se filtran a la orina que tienen el mismo peso molecular al de la eritropoyetina recombinante (EPO) y que pueden confundir al anticuerpo encargado de identificar la eritropoyetina. El juez encargado de resolver el caso de Rutger Beke sentenció amparado en los informes presentados por los peritos, expertos independientes nombrados en el juicio, que no existían pruebas científicas que avalaran el hecho de que hubiese utilizado EPO. El test de EPO es muy complicado y depende además de la rigurosidad no sólo de las condiciones de almacenamiento y transporte sino de la capacitación y el celo de los laboratorios encargados del proceso de verificación. El problema es que los

anticuerpos utilizados no están diseñados para la identificación específica de la eritropoyetina y por lo tanto pueden reaccionar con otras proteínas que pueden aparecer en la orina que son generadas por el propio organismo. Los deportistas de élite en momentos de máxima carga de trabajo pueden generar determinadas proteínas que pueden ser las causantes de un falso positivo. Se dan de manera transitoria en situaciones de ejercicio a muy alta intensidad y demostrado científicamente hace décadas. Hay deportistas que por sus características fisiológicas particulares o por las características del propio entrenamiento desarrollado pueden tener concentraciones más elevadas del normal.

La Agencia Mundial Antidopaje (WADA) informó ya en el 2003 de que era conveniente en determinados supuestos solicitar un análisis a otro laboratorio antes de dar un falso positivo y desde Enero de 2005 se cambiaron los criterios de interpretación del proceso de verificación para que se tuvieran en cuenta determinadas situaciones como la comentada que pudieran llevar a una interpretación errónea. Estableciéndose la obliga-

toriedad de un segundo informe confirmatorio de otro laboratorio especializado. Los controles de EPO en si mismo no son determinantes es preciso una interpretación de los mismos, porque en los controles de eritropoyetina aparece también la endógena, la generada por el propio organismo, y hay unos criterios para determinar si se ha utilizado la eritropoyetina recombinante o exógena. Por ese motivo determinados casos de positivos por EPO en los primeros meses de Enero de 2005 se han reevaluado y se han anulado los test porque no se puede afirmar con certeza el resultado de positivo por EPO.

La pregunta que inevitablemente surge en esta situación es ¿por qué si se anulan sólo los positivos posteriores a Enero de 2005 si el problema de interpretación obviamente se ha podido producir antes de esa fecha? Es inevitable pensar que en el fondo de la cuestión puede estar el hecho de que las consecuencias de haber dejado injustamente a más de un deportista fuera de una olimpiada serían imposibles de remediar y de compensar. Con todo esto sobre la mesa y el reconocimiento publicado por la WADA se abre

¿Y si Jovino era inocente?

Nadie va a la cárcel si no se demuestra que es culpable, salvo por error judicial. La presunción de inocencia es una regla básica para nuestra sociedad, es preferible un culpable en libertad que un inocente en la cárcel. Si aun por encima no tienes antecedentes y tu prestigio profesional ampara una trayectoria intachable y la pena aplicable es de corta duración es muy probable que puedas disfrutar de libertad hasta que se realice el juicio y aunque se te declare culpable en el juicio es muy probable que no se acabe en la cárcel. ¿Por qué a Jovino González se le condenó sin pruebas concluyentes? ¿Por qué no se le defendió como se merecía conforme al currículo deportivo intachable que atesoraba? ¿Por qué se le instó a que renunciase al contraanálisis? Cuando está a punto de cumplirse la condena de 2 años que se la aplicó a un indefenso Jovino, la Agencia

Mundial de Antidopaje reconoce que han existido errores en algunos test de EPO en circunstancias semejantes, de máxima exigencia deportiva, como la que vivía Jovino cuando dio positivo, una realidad por otra parte que habían destapado anteriormente numerosos estudios científicos. ¿Por qué no se utilizaron todos los medios legales posibles para defender la honorabilidad del deportista cuando un análisis exhaustivo de los hechos podía amparar, como mínimo, una situación de duda razonable sobre el positivo? Todo parece indicar que Jovino no fue más que una cabeza de turco de una loable campaña de tolerancia cero mal entendida. Son demasiadas las dudas que quedan en el aire y demasiada la hipocresía con la que se afronta este problema del doping, pero la tolerancia cero debe de empezar por no condenar a ni tan siquiera un sólo deportista inocente.

un nuevo espacio de análisis en el momento en que Jovino está a punto de cumplir su sanción.

verdad que tiran de la manta y sacan a la luz a todos los que están detrás de toda esta gente.

gañado y súper utilizado por el CSD.

¿Te sentiste indefenso?

Jovino González: Siempre dije que yo no me había dopado y que no sabía si fallaba el sistema o el personal de la RFEF. Podía haber evitado el control porque no era obligatorio que estuviera en el hotel, pero no tenía nada que ocultar. Decidí aceptar la sanción porque no quería que mi caso se convirtiera en un caso eterno.

¿Vas a intentar limpiar tu nombre?

Supongo que esperaré un poco a ver como se van desarrollando los acontecimientos. Ya sólo me quedan dos meses de sanción, ya no es mucho. Da igual lo que demuestres o no. La gente piensa lo que quiere pensar y ya está. Armstrong no dio positivo nunca y todo el mundo dice que se dopa. Una persona que en principio no tiene que limpiar su nombre lo tiene súper manchado, yo que ya lo tengo manchado como lo voy a limpiar, imposible.

¿Cómo se consigue mantener la ilusión?

Hay momentos en que tienes ganas de dejarlo todo. Pero cada vez queda menos. El 4 de agosto se cumple la sanción. Ha habido momentos muy duros. Siempre dije que iba a volver a competir y lo voy a hacer.

Lo ocurrido estas últimas semanas con el ciclismo no ayuda a tu situación

Ni me ayuda, ni me perjudica. Lo único que me alivia es saber que el cinismo del Consejo Superior de Deportes lo están erradicando de alguna manera. Espero que no sea una cortina de humo y que estén haciendo algo. A ver si es

¿Te sentiste poco apoyado?

El CSD me ha utilizado para vender una imagen de limpieza que se está demostrando hoy en día que no existe. Me utilizaron 15 días antes de la olimpiada para intentar demostrar que el deporte español iba limpio.

¿En aquel momento dudaste de tu médico?

Si claro. A día de hoy sigo dudando. Porque a día de hoy sigo sancionado. Nadie se ha puesto en contacto conmigo del CSD al respecto de lo que tú me comentas. Aunque encajara en este caso, qué pasa, me quitan la sanción, como me compensan estos años. Lo que si que me planteo ahora es que hacer. ¿Entrenar menos? no vaya a ser que vengan a hacerme otra vez el control y vuelva a dar positivo por haber entrenado mucho y vuelva a dar positivo, intentaré no tener momentos de máxima carga. Cuando di positivo era la semana de máxima carga de todo el periodo preolímpico, previo al inicio del periodo de súper compensación. Habrá que entrenar menos.

¿Alguien te ha ofrecido alguna vez la posibilidad de doparte?

No, no. Ni directa ni indirectamente.

¿Te sientes engañado?

Es que es eso. Santi me dijo que renunciara al contraanálisis que le habían dicho en el CSD que así quedaba el tema zanjado. Me presionaron unos y otros en muy pocas horas. Me he tirado de los pelos mil veces por haber renunciado al contraanálisis. Me siento súper en-

Los recuperadores

Los recuperadores pretenden que el metabolismo del deportista pueda seguir produciendo energía. Tratan de que todas las sustancias nutritivas las tenga en una cantidad adecuada, de forma continua, con ayudas ergogénicas. Poco a poco van surgiendo carencias en el deportista de élite a medida que la exigencia física es mayor. Cada organismo tiene sus carencias. Muestran diferencias unos deportistas de otros pero se suele aplicar unos recuperadores genéricos, carbohidratos, aminoácidos y antioxidantes. Pero es cierto que en ese proceso se le puede aplicar EPO al deportista sin que él sea consciente. La EPO estimula la producción de glóbulos rojos, los encargados de transportar el oxígeno al músculo. Así el músculo tiene más oxígeno en el metabolismo aeróbico, el más económico.

¿Has vuelto a confiar en algún médico?

No, no. Yo ahora mismo no tomo nada de nada. Ni me he vuelto a pinchar recuperadores ni tomo proteínas ni nada de nada. Asumiría la supervisión de un médico, no tengo ningún inconveniente pero las pastillas que se las tome él, yo no me las tomo.

El deportista paga el precio.

El trabajar sin un control médico sin embargo puede repercutir negativamente en un deportista de élite, en una disminución de la duración de su carrera deportiva y de su rendimiento. Son motores obligados a una exigencia máxima continua, es necesario cuidarlos y llevar un control fisiológico continuado.



Para los Campeonatos del Mundo de Aguas Tranquilas, Pedro González Blázquez ha sido designado como único árbitro español.



Los Campeonatos del Mundo de Aguas Tranquilas tendrán lugar en Szeged, del 17 al 20 de agosto, y el único representante español en el arbitraje internacional de esta competición será Pedro González Blázquez, a quien se le han encomendado tareas del control de embarcaciones. Para esta competición José Perurena López ha sido nombrado miembro del Jury.

El Campeonato del Mundo de Slalom Sénior se celebrará en Praga, del 2 al 8 de agosto, y ahí contaremos con Nuria Vilarubla como diseñadora de recorrido y con Martínez Vesga como Juez de Puerta. Este mismo árbitro, y también como Juez de Puerta ha sido nombrado para el Campeonato del Mundo de Slalom en categoría Júnior.

El Campeonato del Mundo de Maratón, tanto para Sénior como para Júnior, se celebrará los días 23 y 24 de septiembre en la ciudad francesa de Trémolat Dordogne. José Carlos González Blázquez y M^a Jesús Llevot serán los representantes españoles en el arbitraje internacional de este Campeonato. A esta competición también acudirá como miembro del Jury José Perurena López.

Además Pedro González Blázquez y Salvador Fontana Esteve han sido designados como árbitros internacionales en el Campeonato de Europa de Aguas Tranquilas, tanto en la categoría absoluta como en la de Junior y Sub-23.

El Campeonato de Europa de Aguas Tranquilas para la categoría Sénior se disputa en Racice, República Checa, del 6 al 9 de julio, y para esta competición la Asociación Europea de Canoa ha designado a Pedro González Blázquez como Juez de Recorrido y a

Salvador Fontana en el Equipo de Control de Embarcaciones.

El resto de los árbitros de esta competición se reparten entre dieciséis nacionalidades diferentes.

El Campeonato de Europa de Aguas Tranquilas en categoría Júnior y Sub-23 se celebrará en el Canal Olímpico de los Juegos de Atenas, del 27 al 30 de julio. Para esta competición, a la que acudirán árbitros de dieciséis países, han sido convocados Salvador Fontana, como Juez de recorrido, y Pedro González, en el Control de Embarcaciones.

Con estos nombramientos la ECA ha correspondido plenamente a la propuesta que, en su día, formuló la Junta Directiva de la RFEP de árbitros internacionales para estas dos pruebas.

Al día de la fecha, en la Federación Internacional de Canoa tienen renovado su título de árbitro internacional cuarenta y seis colegiados, de los que once son de Maratón, ocho de Slalom y el resto de Aguas Tranquilas.

Adjudicadas en Comisión Permanente la ayuda a quince clubes para la compra de furgonetas Citroën.



En la reunión del pasado 29 de abril la Comisión Permanente la RFEP adjudicó una ayuda de 9.000 euros para la adquisición de una furgoneta Citroën a cada uno de los siguientes clubes: Club Donostia Kayak K.E., Club Oviedo Kayak-Feve, Club Piragüismo Penedo, Club Náutico Rodeira de Cangas, Club Piragüismo Cambados, Club Piragüismo Illa de Arousa, Club de Piragüismo Rianxo, Club Cofradía de Pescadores Portonovo, Club Náutico Firrete, Sociedad Deportiva Gauzon-La Chalana, Escuela Piragüismo Mar Menor, Club Escuela Piragüismo Aranjuez, Real Club

Náutico de Pollença, Real Club Náutico Puerto de Santa María, Club Náutico de Sevilla.

La operación parte de un 35% de descuento gracias al convenio existente entre la RFEP y la Citroën. En reserva quedan los clubes Club de Mar Ria de Aldán-Hermanos Gandón, Club Natación Langreo, Club Piragüismo Duero-Zamora, Club Los Rápidos-Arias y Club Itxas-Gain Kirol Elkartea.

Para la temporada que viene se pretende continuar la operación con 20 clubes, los reservas de este año tendrá preferencia, y la ayuda federativa será de 6.000 euros.

Reconocimientos al Merito deportivo



David Cal y Manuel Busto han sido propuestos para la Orden al Mérito Deportivo, la distinción les será entregada por Su Majestad El Rey y viene a premiar su brillante carrera deportiva.

Por otro lado, a petición del Presidente de la RFEP, se inician expedientes informativos para presentar ante la Asamblea General la solicitud de Placa al Mérito Piragüístico de la RFEP, al Real Club Náutico de Sevilla, con D. Francisco Leal como instructor y a D. Juan José Ricon Soliño a la Medalla al Mérito Piragüístico, ejerciendo como instructor D. Modesto Teijeiro.

Ejercicio económico de 2005

Se ha cerrado definitivamente el ejercicio económico 2005, que presenta una saneada gestión, entre otras cosas por la contribución de patrocinadores que empiezan a colaborar con nuestro deporte y por el control que se lleva fundamentalmente en las partidas más grandes. Aun así, el cierre presenta un déficit

de 24.000 euros que habrá que ir enjugando en los próximos ejercicios.

Por otro lado, el presupuesto para 2006, presentado al Consejo Superior de Deportes sobre la base del que conoció la Asamblea General, se ha cerrado en 4.873.000 euros, que puede llegar a 5.200.000 si se cierran unas ayudas extraordinarias que se han solicitado al Consejo Superior de Deportes.

En este presupuesto se recoge la subvención del Consejo Superior de Deportes de algo más de tres millones de euros, lo que supone un incremento del 3,7%, y haber colocado a la RFEP como la tercera Federación Nacional Deportiva con más subvención, por detrás de atletismo y natación.

Este año se celebran en España, la Copa del Mundo de Maratón, en Zamora y la Copa del Mundo de Slalom, en La Seu d'Urgell, ambas los días 10 y 11 de junio.



La Copa del Mundo de Maratón tendrá lugar en Zamora sobre el circuito que últimamente se viene utilizando para las pruebas del calendario estatal de Maratón. Comenzarán los días 7 y 8 de junio con las competiciones para Masters y los días 10 y 11, en el mismo circuito para las categorías Júnior y Sénior. El sábado 10 de junio tendrán lugar las pruebas en embarcaciones individuales desde las 09,30 de la mañana para los junior, sobre una distancia de 20,1Km. A partir de las 12,30 horas se celebrarán las pruebas de los senior, los hombres harán 36,2 Km. y las damas y la canoa 28,15 Km.

El domingo 11 de junio, también desde las 09,30 de la mañana y sobre las mismas distancias, tendrán lugar las pruebas en embarcación doble.

España presentará una Selección completa que intentará un resultado histórico en una especialidad en la que es Campeona del Mundo.

En La Seu d'Urgell, en el Canal Olímpic del Parc del Segre, se celebrarán las pruebas de Slalom de la Copa del Mundo 2006. Esta es una clásica del calendario internacional que este año comenzará el sábado 10 de junio, a las 10,00 de la mañana, con pruebas clasificatorias que darán paso a las finales que tendrán lugar en este Canal Olímpic el domingo 11 de junio a partir de las 09,30 horas.

Estas dos competiciones internacionales suponen un buen punto de encuentro para todos los aficionados que quieran disfrutar de piragüismo al más alto nivel.

Modificaciones en el Reglamento de Slalom



Se han aprobado en la última reunión de la Comisión Permanente de la RFEP modificaciones en el reglamento de Slalom. Se trata de adaptarlo a las nuevas reglas que está incluyendo la Federación Internacional y afectan especialmente al diseño de las embarcaciones, sus medidas, así como criterios de puntuación en maniobras y puertas.

Ruta Marah Júcar

Un año más la Asociación Cultural Marah Nui organiza un acontecimiento piragüístico y cultural bajo el lema los secretos del agua. Durará del 1 de julio hasta el 23 del mismo mes, por toda la ribera del Júcar desde su nacimiento en Tragacete hasta la desembocadura en Cullera.

Todos los interesados que quieran cono-

cer detalles de esta expedición pueden encontrar más información en su página web: www.marahjucar.com

Kayak de Mar en Fuerteventura



La apuesta por el piragüismo y en especial por el Kayak de Mar en Fuerteventura tiene nombre propio, Braulio Fernández González. La figura de este piragüista asturiano afincado en Corralejo, en el ayuntamiento de la Oliva, ha revolucionado la apuesta en este municipio por el piragüismo y los resultados se muestran en la nutrida representación de niños en las competiciones que se desarrollan en las Islas Canarias. Más de 30 niños de entre 8 y 14 años y 20 adultos, aficionados todos ellos al Kayak de Mar constituyen el sólido baluarte en que se sustenta la apuesta del Club Piragüismo Corralejo. En los próximos días inaugurarán una sede de primer nivel a escasos metros del mar. Una infraestructura perfectamente equipada que se convertirá sin lugar a dudas en un referente del piragüismo en la isla y con la ilusión y afición a este deporte de Braulio, Monitor además de la Escuela Náutica de la Oliva, a buen seguro que el crecimiento de este deporte en las Islas Canarias tiene otro punto de referencia en Corralejo. Con el aliciente de la Isla de Lobos a poco más de media hora del puerto como alternativa prioritaria para los aficionados al Kayak de Mar y la experiencia en el mundo del piragüismo de Braulio Fernández en el trabajo con los más pequeños este ayuntamiento mayorero a buen seguro que se convertirá poco a poco en uno de los referentes del Kayak de Mar en España y del piragüismo canario. Para los más experimentados ya está preparándose la ruta en Kayak de Mar alrededor de la isla de Fuerteventura. Una auténtica aventura.



Los equipos gallegos, protagonistas en la regata celebrada en Asturias

El Embalse de Santa Cruz de Trasona vibró los días 22 y 23 de abril en la prueba disputada sobre la distancia de 1.000 metros, convocada como parte de una Liga Nacional que en esta temporada está haciendo saltar todas las previsiones. Ochenta y cuatro clubes, con más de seiscientos palistas inscritos, la flor y nata del piragüismo de aguas tranquilas, en este campo de regatas que inauguraba balizaje mostrándose aún más espléndido de lo habitual

Galicia al asalto del pódium aunque cada vez se lo pongan más difícil y por todos los lados empiecen a parecer valores nuevos o consolidados, cuando no renacen otros de sus cenizas. Los clubes Breogán Outón Xunqueiriña, Kayak Tudense y As Torres Romería Vikinga de Catoira coparon las tres primeras plazas de esta Copa de España. El Club Talavera Talak se quedó a tan sólo dos puntos del pódium, algo que hace poco tiempo nadie podría sospechar, pero así está evolucionando el piragüismo, creciendo en su base y con un nivel entusiasta en la competición. El trabajo desarrollado en el club toledano se vio ya recompensado el año pasado con el premio al mejor entrenador de la temporada 2006 a su técnico Luis Brasero, que sigue demostrando esta temporada que se están haciendo bien las cosas. La comunidad gallega metió entre los diez primeros clasificados a otros dos clubes, el Piragüismo Poio, que fue quinto, y el Club de Mar Ría de Aldán, que se clasificó en octava posición.

Ver a Jaime Acuña, Ekaitz Saies, Javier Hernanz, David Cal, Alfredo Bea, David Mascato, Beatriz Manchón, M^a Isabel García y Jana Smidakova copando los mejores puestos no deja de tener su atractivo por mucho que venga repitiéndose. Son valores decisivos para sus clubes y en ellos se fundamenta tanto triunfo, otros andan en la senda y tarde o temprano se convertirán en el relevo natural de tanta estrella,

aunque el camino sea duro y cueste mucho trabajo. Y si no que se lo pregunten a Diego Cosgaya, el año pasado campeón del Mundo en todo lo que se propuso como Júnior y que en esta temporada estrena categoría.

En semifinales pocas sorpresas. Diego Cosgaya, no tuvo un buen debut en la categoría Sénior.

Una excelente climatología acompañó a los deportistas en primera jornada de la Regata Nacional de 1000 metros. David Cal, Julio Moreno y Beatriz Manchón fueron los mejores en las series clasificatorias. Después, en las semifinales, casi todos los favoritos se clasificaron para las finales.

En K-1 Sénior Damas Beatriz Manchón volvió a ser la más rápida. Se impuso a Jana Smidakova y María Pérez Piñeiro. Isabel García a Ana Varela y Tania Lois, mientras que Teresa Portela se imponía en la semifinal más floja a la mallorquina del RCN de Palma de Mallorca Blanes y a la gallega de As Torres de Catoira, Elvira Longa.

En C-1 David Cal se reafirmó como claro favorito aunque el ourensano Pablo Blanco Miragaya marcó el mejor tiempo en semifinales. David Cal fue el primero en clasificarse por delante de Grigore y Daniel Costa. José Luis Bouza



Las piraguas abarrotaron el parking de Trasona

ganó la segunda semifinal al asturiano Rafael Menéndez y a un Alfredo Bea que estuvo a punto de quedar fuera de la final. Pablo Blanco ganó la tercera por delante de David Costa y de David Mascato.

En K-1 el extremeño Julio Moreno volvió a ser el más rápido en semifinales, imponiéndose en la primera a Pablo Baños y Álvaro Fernández

Fiuza. En la tercera Ekaitz Saies presentó sus credenciales para la final imponiéndose a Javi Hernanz y Carlos Pérez, en una final anticipada. Pero la segunda semifinal fue la más dura y el catalán Damián Vindel se impuso al pontevedrés Jaime Acuña y al andaluz Manuel Muñoz, Saúl Craviotto fue cuarto, Llera quinto y Diego Cosgaya sexto, el palentino no pudo celebrar su debut en la categoría Sénior metiéndose en la final.

En C-2 los internacionales del Breogán Empresas Outón Xunqueiriña Alfredo Bea y David Mascato se confirmaron como claros favoritos para la final al igual que el K-2 de Teresa Portela y María Pérez en Damas. En K-2 vencieron los asturianos del Grupo Cultural Covadonga Hernanz y Blanco, los extremeños del lujtanam Moreno y Valle y los gallegos del Piragüismo Poio Acuña y Domínguez.

En las finales el marinense Jaime Acuña fue la gran sorpresa

A nivel individual hay que hacer especial mención al gallego Jaime Acuña, del Piragüismo Poio Alianza Española, que fue sin duda la sorpresa del campeonato, superando en una final muy igualada al vasco Ekaitz Saies, vencedor el año pasado, y al asturiano Javier Hernanz del Grupo Cultural Covadonga, que fue tercero en Sénior K-1.

A Hernanz, del Real Grupo Cultura Covadonga, no se le escapó la victoria en K-2 en compañía de Jaime Blanco, en una gran prueba donde impusieron un excelente ritmo logrando el triunfo por delante de los extremeños Julio Moreno y Juan Antonio Valle.

En C-1, el gran protagonista fue una vez más el Campeón Olímpico gallego David Cal, que realizó una extraordinaria carrera en la que tuvo serias dificultades gracias a la oposición de los también gallegos José Alfredo Bea y David Mascato, ambos del Breogán, que le siguieron en la meta del embalse asturiano.

Bea y Mascato, haciendo pareja en C-2, fueron los vencedores de esta categoría por delante de los hermanos Daniel y David Costa, del Kayak Tudense.



Jaime Acuña del Piragüismo Poio Alianza Española se impuso en el K-1 1000 contra todo pronóstico

En categoría femenina, una vez más las grandes protagonistas fueron las componentes del equipo nacional, aunque la victoria en K-1 fue para la sevillana del Círculo de Labradores, Beatriz Manchón, que fue muy superior al resto a pesar de entrenarse al margen del equipo concentrado en Pontevedra. Las palistas asturianas y componentes también del equipo nacional, Isabel García, del Gauzón de Luanco, y Jana Smidakova, del Oviedo Kajak-FEVE, fueron las que la acompañaron en el pódium en una prueba muy brillante.

En K-2, la victoria fue para las palistas gallegas Teresa Portela y María Pérez Rial, del Club del Mar Ría de Aldán Hermanos Gandón, que consiguieron la victoria realizando una gran prueba e imponiendo un gran ritmo para alzarse con brillantez con el triunfo por delante de las maratonianas donostiarras Olatz Alkorta y Tania Lois, del Donostia Kayak.

CLASIFICACIÓN POR EQUIPOS

PUESTO	CLUB	PUNTOS	AUTONOMÍA
1.	Club Breogán-Outón Xunqueiriña	439	Galicia
2.	Clubkayak Tudense	285	Galicia
3.	Club as Torres-Romería Vikinga de Catoira	176	Galicia
4.	Club Talavera Talak	174	Castilla-La Mancha
5.	Club de Piragüismo Poio-Alianza Española	133	Galicia
6.	Club Cisne Asociación Polideportiva	130	Castilla y León
7.	Club Iberdrola-Agrupación Deportiva Zamora	125	Castilla y León
8.	Club de Mar Ría de Aldán-Hermanos Gandón	124	Galicia
9.	Club Círculo de Labradores Asoc. Deportiva	122	Andalucía
10.	Club los Gorilas de Candas	119	Asturias



Ni David Cal ni nadie El temporal de viento obligó a suspender la regata

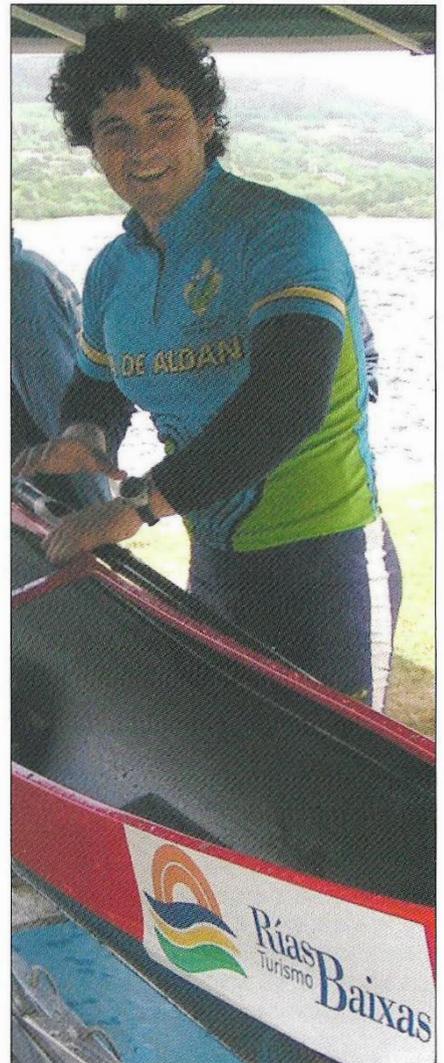
Si la climatología condicionó la primera jornada de la Regata Nacional de 500 metros que se disputaba este fin de semana en el Embalse de As Conchas en Muiños (Ourense), el desenlace de la competición se anticipó a la primera hora de la mañana del domingo y el fuerte viento, que generaba un oleaje que hacía impracticable el campo de regatas, terminó por tirar por tierra el esfuerzo de todos los empleados de la FGP, RFEP y clubes. No hubo más remedio que suspender la competición. El fuerte viento y la lluvia no tuvieron ni tan siquiera en cuenta la visita prevista del Presidente del Comité Olímpico Español, Alejandro Blanco, y desde primera hora azotó con una violencia inesperada en estas fechas la provincia de Ourense y el resto de Galicia

El comité de competición se reunió a primera hora del domingo y tomó la decisión de suspender cautelarmente durante una hora el desarrollo previsto de la competición, al igual que había ocurrido en la primera jornada. Sin embargo, la mayoría de los clubes participantes se mostraron disconformes con la decisión y obligaron a dar por finalizada la competición ante unas adversidades tan severas que parecía difícil que fueran a remitir y dado que la presencia de clubes de las Islas Baleares, Canarias o Melilla, entre otros, dependían de enlaces aéreos.

El viento y la lluvia ya marcaron la primera jornada de la Regata Nacional de 500 metros. La fuerza del viento, que fue en aumento a medida que avanzaba la jornada, condicionó la competición dejando fuera de las finales a alguno de los favoritos. Por la tarde llegó a suspenderse la competición durante una hora ante las tremendas dificultades generadas por el viento, lo que motivó que las semifinales de equipo finalizaran con cierto retraso.

David Cal fue descalificado en el pesaje

Los más afectados por las inclemencias meteorológicas fueron los canoístas, sobre todo los diestros y aquellos que participaban por las calles 1, 2 y 3. Sin embargo, la sorpresa más destaca de la jornada saltó con la descalificación de David Cal, que después de pasearse en su semifinal y vencer sin problemas con el mejor tiempo de todas las series, a pesar de salir en la calle uno, fue descalificado en el control de pesaje. Su canoa pesaba casi 400 gramos menos de los 16 kilos que es el peso reglamentario. Ante la situación los jueces, un poco sorprendidos, no tuvieron más remedio que descalificar al Campeón Olímpico, que se tomó la noticia con incredulidad, pero con tranquilidad, como lo demuestra la foto que se adjunta. El despiste de David vino motivado porque decidió cambiar de Canoa ante las inclemencias meteorológicas. En ese momento le puso los pesos que tenía en la Canoa con que tenía previsto competir, sin que le permitieran los jueces comprobar si el peso era el correcto en la nue-



Cal se tomó con filosofía la descalificación

va embarcación. Confiado en que al ser más alta sería más pesada decidió salir al agua con el resultado ya señalado. Lo que a priori dejaba la final de C-1 más abierta que nunca terminó por quedarse en una ilusión ante la suspensión de la segunda jornada.

En lo que respecta a los kayakistas masculinos, el extremeño del luxtanam-Monteoro Julio

Moreno, los gallegos del Piragüismo Poio Alianza Española Jaime Acuña y Álvaro Fernández Fiuza, el asturiano de Los Rápidos Arias Omar Calzón y el andaluz del Club Abedul Manuel Muñoz presentaron sus credenciales para alzarse con la victoria al día siguiente, después de haber superado, no sin esfuerzo, las durísimas condiciones metereológicas tanto en el contrarreloj como en las semifinales.

En lo que respecta a las Damas las palistas que integran el equipo nacional demostraron su superioridad, a pesar de que acabaron las semifinales con caras de asombro y comentando que jamás habían paleado en unas condiciones tan adversas. Teresa Portela y María Pérez Rial del Ría de Aldán Hermanos Gandón, Jana Smidakova, del Oviedo Kayak Feve, María Isabel García del Gauzón-La Chalana, y Ana Varela, del Kayak Tudense, fueron las más rápidas.

Después del descanso para comer se reinició la competición el sábado por la tarde con un viento aun más intenso, que estuvo a punto de provocar la suspensión definitiva de la 1ª jornada. La competición llegó a estar paralizada durante una hora, pero pudo reanudarse y se completó el programa establecido.

En las categorías Sénior, victoria en Damas de Busto y Longa de As Torres de Catoira, María Pérez y Teresa Portela, del Ría de Aldán, y de Fraile y Fernández, del Piragüismo Duero Zamora, en cada una de las tres semifinales. En K-2 Sénior masculino los hermanos Domínguez, del Piragüismo Poio Alianza Española, vencieron en la primera semifinal, Piña y Rodríguez, del Kayak Tudense, en la segunda, y en la tercera, otro K-2 gallego fue el mejor, el del internacional Borja Prieto y Feijoo, del Grupo Xuvenil Endesa. También protagonismo gallego en las 2 semifinales de C-2, con victoria de los breoganistas Sánchez, y Ramos en la primera y de los internacionales, también del Breogan Outón Xunqueiriña, Alfredo Bea y David Mascato, que fueron los únicos internacionales convocados para la Copa del Mundo de Duisburg que participaron en la cita ourensana.

La junta directiva de la RFEP tendrá en fechas próximas que tomar una decisión al res-



El sábado el viento ya generaba un oleaje impropio de un embalse

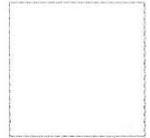


Las favoritas también lucharon contra las condiciones metereológicas

pecto del criterio que se va a aplicar ante la suspensión de una prueba de la Liga Nacional Hernando Calleja, que obviamente afecta a la clasificación general.

Una vez suspendida la competición, cerca de una treintena de equipos se reunieron para valorar la situación y decidieron firmar un escrito dirigido a la RFEP con varias alternativas al respecto para que sean valoradas por la junta

directiva de RFEP, así como la solicitud de la constitución de un comité dedicado a valorar la idoneidad de los campos de regatas donde se van a desarrollar las competiciones de la Liga Nacional para evitar situaciones como la creada en la RN de 500, aunque obviamente la climatología es impredecible y siempre cabe la posibilidad de que se produzcan situaciones como la vivida, que nadie podía prever y de la que no existen precedentes en los últimos años.



“Puedo asegurar que vamos a estar entre los seis mejores de la Liga Nacional”

Pablo Tenreiro

Director Técnico de la Asociación Deportiva Pinaterense-Grupo Caliche

Natural de Pontedeume, nacido en el 17 de Noviembre de 1.969. Paso de ser canoísta a técnico en el Náutico Firrete, Grupo Xuvenil y Ría de Betanzos, los tres clubes más importantes de la provincia de A Coruña, para dar el salto el 1 de Noviembre de 2002 al equipo nacional. De entrenar a los kayakistas al equipo Damas en Abril del 2003 para ultimar la preparación junto a Vallejo de los JJOO de Atenas 2004. En el 2005 se encargó de la preparación de parte del equipo Canoa hasta que fue despedido iniciando una polémica cruzada con la RFEP que llega hasta nuestros días. Después de su salida del equipo nacional tuvo que emigrar a la Región de Murcia donde actualmente dirige de manera brillante el futuro de la Asociación Deportiva Pinaterense-Grupo Caliche

Aguas Vivas - Del Equipo Nacional a la Sociedad Deportiva Pinaterense.

Pablo Tenreiro - Volver a un club no es ningún deshonor, más bien todo lo contrario, ésta es mi profesión. Aquí es más sudor y en lo otro es más pensar. En un club hay que hacer de todo.

¿Cómo fue el cambio de Galicia a Murcia?

Este año esta siendo un año a nivel personal fantástico. El que si fue un año muy malo fue el 2005. Muy, muy malo, a nivel humano, a nivel familiar, a todos los niveles, ahora mi mujer esta en Galicia para dar a luz, y es una etapa di-

ficil sin mi familia. Yo soy una persona muy sencilla. Prefiero llegar a casa y tener a mi familia cerca. Para mi es importantísima la familia.

¿Injustamente despedido de la Selección?

No, simplemente despedido. No entro a valorar eso. Evidentemente el Director Técnico nunca quiso contar conmigo, nunca trabajó conmigo y nunca me quiso. Si continué en la etapa de Suso Morlán es porque Santi Sanmamed se lo impuso, y cuando Santi me canso, de tanto que le rompía la cabeza Suso, pues me despidió.



Pablo se siente decepcionado con la RFEP

JJ.OO. de Atenas 2004

La verdad es que fue un momento muy triste. Se dijo que nosotros anduvimos vendiendo humo, de que íbamos a traer una medalla, pero las medallas en la olimpiada están muy caras. No se vendió humo, trabajamos muy duro, impresionantemente duro, el equipo humano y profesional fue impresionante, buenísimo. No tengo más que hablar maravillas de aquel equipo. Fue una experiencia inolvidable. El cambio de 2004 a 2005 fue un cambio como del día a la noche. Para nosotros fue una decepción muy grande no porque esperásemos más, sino porque habíamos trabajado como animales y cuando trabajas tan duro eres ambiciosos, y siempre estuvimos muy lejos de las medallas y la verdad que fue un palo muy grande.

¿Cómo te sentaron las críticas de Suso Morlan a vuestras decisiones en esa etapa?

Yo te puedo decir que no tiene ni p... idea. Te puedo garantizar que le he dado mil vueltas a esa planificación. El insiste en que aceleramos la preparación, supongo que ha leído alguna vez

algo de macrociclo integral. No tiene ni idea de la planificación que nosotros hemos llevado a cabo. Te puedo garantizar que no fue una planificación acelerada. Mas bien todo lo contrario y salir en la distancia de competición de 200 metros no acelera nunca jamás una preparación ni una puesta a punto y menos con unos talentos naturales como los que teníamos. Cuando salimos a competir al 200 era como un premio para ellas, porque siempre estuvimos machacando la resistencia. Puedo asegurar que a pesar de todas las medallas logradas en el 200 no se ha preparado nunca esa distancia. Sí es cierto que siempre hemos incidido en el trabajo de la fuerza y eso siempre ha mejorado nuestras prestaciones en la velocidad. Para mí no hemos llegado acelerados. La medalla de oro del europeo fue la medalla de plata de la olimpiada, la de plata del europeo fue la de oro de olimpiada. No había nada acelerado.

¿Guardas rencor a alguien?

Yo soy una persona muy noble, me considero una buena persona. Y desde luego mi sentimiento fue negativo hacia Santi Sanmamed y Suso Morlan. Recientemente con Santi tuve una conversación telefónica en la que me reprochó el que hubiese denunciado a la RFEP, pero yo me he presentado a todos los actos de conciliación y ellos a ninguno. He intentado tener un acercamiento porque me gustaría retirar todas las denuncias contra la RFEP, porque es mi deporte y vivo de esto. Yo estaría encantado de sentarme a llegar a un acuerdo y retirar todas las denuncias. Santi insiste que no tiene nada en contra de mí, pues yo en contra de Santi tampoco, simplemente estoy decepcionado, nada más.

Mirando hacia el futuro ¿cómo decidiste irte a Murcia?

La verdad fue una aventura, fui un fin de semana conocí esto, lo vi muy verde, muy verde, pero me transmitieron muy buenas sensaciones y decidí emigrar.

¿Es una muestra de que nuestro deporte se esta profesionalizando?

La verdad es que sí, tengo un presidente que transmite muchas ilusiones, habla por ahí como si tuviera aquí al mejor entrenador del universo, pero simplemente tiene un currante. Yo



La foto parece escenificar la distancia entre Pablo y Morlán antes de salir para Atenas2004

hago de todo, tengo a muchísima gente echándome una mano.

¿Hay diferencias entre Galicia y Murcia?

Estoy encantado, el ayuntamiento es una barbaridad lo que apoya al deporte aquí, al igual que las empresas. Fue una sorpresa para mí llegar aquí cobrar un sueldo digno, tener una casa pagada y libertad para trabajar. A mí me gusta

Suso Morlán no tiene ni idea de la planificación que hicimos para Atenas

pasar desapercibido. Nunca me gustó ser protagonista. Pero la verdad en mi club me siento súper bien atendido. A nivel federativo la Federación de Murcia tiene que dar un salto. Galicia es otro mundo es otra galaxia, a nivel organizativo a nivel presupuesto, no hay ninguna otra autonomía que esté ni de lejos a su altura.

Movemos cerca de 200 licencias con un trabajo de promoción que funcionó muy bien. Los

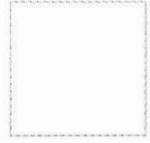
criterios que aplico aquí son los que he aplicado toda mi vida, no he inventado nada nuevo.

El futuro pasa por la Copa de Promoción y la Liga Nacional.

Los dos objetivos que has mencionado, no lo dudes, están sobre la mesa, Y en la Liga nacional te puedo garantizar y asegurar que vamos a estar entre los 6 mejores. En menos de un año hemos conseguido importantes éxitos, estoy convencido de que en un par de años podemos optar a ganar la Liga Nacional. Y a medio plazo intentar meter a algún chico en el Equipo Nacional. Pero falta la otra pieza del puzzle que es trabajar con los cadetes en un Centro de Tecnificación que es lo que se tiene en Galicia. Hay que ir a la dinámica que tienen en Galicia, es una gran dinámica de trabajo, los resultados están ahí.

La apertura del cierre de control.

Si abrimos o se cobra más a los organizadores o aumentamos los premios porque si llevas más niños a las competiciones y ganas lo mismo en premios las cuentas no salen. Si tanto abres la mano en la promoción, que no me parece mal, la problemática de Júnior a Sénior se traslada de Infantiles a Cadete.



La medalla de plata de Pérez Rial salva la actuación del Equipo Nacional en la Copa del Mundo de Duisburg

Duisburg ha puesto en marcha la máquina del mundial que tendrá lugar en esta misma pista el próximo año, aunque ha sido evidente que todavía falta mucho por engrasar. Cincuenta y un países en competición dan para hacer un buen test a la organización y a los equipos, prácticamente todos los grandes han estado aquí, y algunos con su mejor artillería.

El equipo español acudía con Carlos Pérez en K-1 para la distancia de 500 metros, Ekaitz Saies para los 1000 metros, Beatriz Manchón como única representante femenina, el C-2 de Alfredo Bea y David Mascato para ambas distancias y dos K-2, Vindel y Llera en 500 metros, y Baños con Cosgalla para cubrir la distancia del kilómetro.

Duisburg es una pista complicada donde el viento te la juega, más aún en unos días de lluvia y frío como los que se han vivido en esta Copa del Mundo y a los que ya no estamos acostumbrados a estas alturas del calendario.

Carlos Pérez llegó cómodamente a su final donde bordó un carrerón que le valió la medalla de plata, salió muy convencido de que podría con todos y al final tuvo su recompensa, un pódium detrás del canadiense Adan Van Koeverden. Y aquí concluyó la actuación del gallego, que sabe que en su arranque y durante la primera parte de carrera puede coger una ventaja que vale un pódium, si aguanta.

Estaba tan seguro de su carrera que antes de salir para disputar la final le pidió a su técnico, Jesús Pallares, que le prestara el chándal para recoger la medalla. Y así lo hicieron.

Beatriz Manchón se cargó al hombro las dos distancias. En 500 metros pudo haber llegado a más, pero al final se vio relegada a la final B, donde se impuso al resto de la concu-

rrencia. Aquí estuvieron disputando las medallas la sueca Paldanius, la canadiense Furneaux y la sempiterna Josefa Idem, lo que da una idea del nivel de la prueba.

En 1000 metros la cosa pintó peor desde el principio para Beatriz, la semifinal se disputó con rachas de viento fuertes y molestas, sobre todo para las calles menos protegidas que en Duisburg, ya se sabe, son desde la tres en adelante. Había demasiado movimiento en el agua, lo que no beneficia a la sevillana que se sabe más frágil en estas condiciones. Por la calle seis fue cuarta en la semifinal y tuvo que conformarse con disputar la final B. Esta prueba la ganó la alemana Katrin Wagner, seguida de la Idem y con una tercera posición que se encontró Adi Gafni, de Israel, que corrió por la calle uno.

En C-2 Alfredo Bea y David Mascato no parece que hayan llegado en su mejor momento, incluso Fredi venía arrastrando un catarro que los fríos días de la Copa del Mundo le llegó a alcanzar el oído el día de las semifinales. Se defendieron no obstante con su veteranía, y mantuvieron el tipo en eliminatorias con soltura, pero en ambas semifinales ofrecieron un aspecto muy diferente. Sin suerte en semifinales, especialmente en 1000 metros, cuando la pista ofrecía su peor aspecto se vieron en la final B, donde lograron una discreta posición. En C-2 ganaba una embarcación nueva de Cuba, seguida de polacos y húngaros que metieron en esta final de primeros hasta dos embarcaciones.



Perucho llegando segundo en la final de K-1 500

Ekaitz pudo haber entrado en la final de los 1000 metros, le superó el ruso Antón Ryakhov por tres centésimas siempre sangrantes, máxime cuando te revuelves como un jabato para lograr algo tan difícil como aquí ha sido llegar a la gran final con nombres de prestigio como Adan Van Koeverden, el neozelandés Fouhy o el noruego Larsen, con los que el vasco se ha tenido que medir. Y Ekaitz lleva mucho tiempo sin

competir a nivel internacional. En su final fue cuarto, muy perjudicado por el viento en una calle maldita.

Y acabamos con los K-2, también con gran nivel y firmas de prestigio, con doblete de algunos países de los tenidos como grandes. Damián y Llera salieron animados, pero quedaron descolgados a las primeras de cambio, bien en eliminatorias, quedaron en semifinales en sexta posición alcanzando un lugar en la final B gracias al crono, pero muy lejos de la final A. En su prueba definitiva ocuparon un discreto cuarto puesto.

Peor fue la actuación de Pablo Baños y Diego Cosgalla, única embarcación que no llegó a ninguna de las finales. La sensación de que no encontraban un ritmo adecuado para la carrera estuvo siempre presente. No conviene sin embargo olvidar que el palentino empieza a rodarse como Sénior en estas competiciones para mayores y eso se nota. No estuvieron finos a pesar de que Cosgalla, especialmente y por él reconocido, salió agotado, mientras que su compañero de embarcación reconocía una actuación poco convincente.

Ganó esta prueba la embarcación alemana formada por Ihle-Wagner, seguida de los húngaros Kammerer-Kucsera y de los daneses Spiid-Nielsen.

Acabó la Copa con la sensación de que los grandes, sin dejar de serlo, están poniéndose a punto para mayores retos. Algunos no han podido evitar algún pequeño revolcón y hay medallistas olímpicos que se han arrastrado por la final B. Otros, en cambio nunca defraudan a la afición.

Para Eduardo Herrero, gran parte de los pobres resultados del equipo español se deben al estado de la pista, aunque siempre es importante acudir a Duisburg, máxime un año antes de un mundial que será clasificatorio para los Juegos Olímpicos y donde el sorteo de las calles va a resultar de vital trascendencia. Quizá por esto, opina el Director Técnico, han venido tantos países a competir. Algunos, como China, de quien se espera una campanada en cualquier momen-



Perurena entrega la medalla a Perucho



Diego Cosgaya y Pablo Baños, faltos de acoplamiento, no rindieron como se esperaba

to, han utilizado esta Copa del Mundo como selectivo para el mundial. No obstante, Eduardo Herrero destaca el resultado de Pérez Rial, al que califica de excelente; de la K-2 de Pablo Baños y Diego Cosgalla esperaba algo más y, al igual que de la de Fran Llera y Damián Vindel, que entiende van retrasados en su preparación.

Jesús Pallares no deja de hacer su reflexión: "Este tipo de pruebas nos viene bien para saber

como vamos en nuestra preparación, nos faltan competiciones internacionales y aquí se ha podido ver". No quiere concluir el técnico sin resaltar la actitud de Ekaitz: "ha competido realmente bien".

Acabó la Copa y se abren claros en el horizonte, es el regalo que dejamos a la siempre atenta y eficaz organización alemana. La próxima semana tendrán sol en Duisburg.

20



Contamos
las paladas

Tercer Grado a
Jana Smidäkova



“A mi gusta que me den caña, tienes que entrenar mucho y sufrir para tener buenos resultados”

Jana Smidäkova

La Princesa
asturiana del piragüismo

Nació en la República Checa y con 7 años se vino a España con sus padres para iniciarse en el mundo del piragüismo en el año 1.997. Tenía 13 años y una de las tantas charlas de piragüismo que se desarrollan por la geografía española la llevó a realizar un curso de iniciación que descubrió a una de las perlas de nuestro deporte. El apoyo de sus padres y sus condiciones innatas para el deporte fueron el complemento necesario para que su carrera deportiva en el mundo del piragüismo, iniciada en los Carballones, la llevara a convertirse en el buque insignia del Oviedo Kayak Feve y en una de las más firmes promesas del piragüismo español. Positiva como nadie, con su prudencia y su constancia en el trabajo estamos seguros de que llevará al piragüismo femenino asturiano a cotas jamás alcanzadas.



Fue elegida la mejor palista española del 2005

muestra tremendamente ilusionada por hacerlo con Portela en el K-2. “Yo estoy muy ilusionada con el K-2. Bueno ya se ha visto que ahora mismo está claro que no hay K-1. Bea demostró que en K-1 está más fuerte que nosotras y por desgracia quedó demostrado que no está para meterse en una final. Yo creo que el K-1 es muy complicado y son muchos años de preparación y yo de momento estoy muy centrada en el K-2 y muy motivada”. No duda en afirmar que está muy compenetrada con Teri “Si, si, si muy bien. Tanto dentro como fuera del kayak. Con Teri, muy bien”. Agradece además el respaldo del técnico. “Cuando ves que el propio Suso tiene ilusión con el K-2 te motiva aun más”.

El objetivo para esta temporada va en la misma línea, pero se muestra prudente como en ella es habitual “Hay que ir poco a poco, para ser un buen deportista siempre tienes que tener tu meta puesta alta. De momento, el año pasado quedamos cuartas en el K-2. El

Con su sonrisa permanente y su mirada siempre amable es un auténtico placer compartir unos minutos con Jana Smidäkova, una princesa sobre una piragua que aporta dosis de plasticidad a este deporte nunca antes vistas.

Empezó en esto del piragüismo animada por su madre y por su afición al deporte y no se arrepiente para nada. “Que va, que va. Mi madre decía que era muy bonito practicar deporte en contacto con la naturaleza”, dice.

A pesar de su juventud su carrera deportiva está plagada de éxitos entre los que resul-

ta difícil escoger cuál de ellos le ha hecho más feliz “Tengo unos cuantos. Mi momento de mayor alegría fue cuando salí a competir por primera vez fuera de España. Era juvenil de primer año. Cuando me llamó Suso Morlán para venir a entrenar en el K-4”. No duda en reconocer que la marcha de Sonia Molanes le abrió la puerta del equipo “Estuve en el momento adecuado en el lugar adecuado, tuve la suerte de que Sonia se retirara, tuve un control con Sandra, gane yo y hasta ahora”.

Desde que era juvenil de segundo año se ha acostumbrado a subir al pódium y ahora se

objetivo de este año pienso que debe ser mejorar ese resultado. Tuvimos la medalla casi en la mano, pero así son las cosas del deporte”

Con Pekín en el horizonte apuesta por ir paso a paso. “Pekín lo veo muy lejos pero también creo que hay que ir poco a poco, que hay que ir paso a paso, para que lo más alto llegue en Pekín. Siempre estás con la ilusión

“Aprendo rápido las cosas, soy capaz de corregir rápido los fallos”

de ir al mundial y traer una medalla pero eso es muy complicado y hay que estar con los pies en el suelo, siempre. Por muy bien que entrenes, y aunque hagas un buen tiempo, no puedes dejar que se te vaya la cabeza”. El sentido del humor y el optimismo de esta chica te contagian de manera inevitable y entre sus sueños está el éxito en los JJ.OO. “Medalla en una olimpiada. Me da lo mismo el color de la medalla, de momento me vale cualquier color, una vez que tenga una o dos, como David, ya lo pensaré, y si es de dos en dos, como él, mejor”. Su actitud positiva le permite ignorar los malos recuerdos y aprender de cada experiencia. “Siempre tienes momentos un poco más tristes pero no recuerdo uno en especial. A Atenas llegamos como terceras en el europeo y antes terceras en el mundial, íbamos con expectativas, aunque el resultado no salió como hubiéramos querido. Queda como una experiencia más de la que hay que aprender”. Y también exige el reconocimiento por el resultado conseguido. “Siempre se habla de la olimpiada como lo más alto a lo que llega un deportista y luego consigues un quinto puesto, que en realidad era el mejor puesto que lograba un K-4 femenino español en una olimpiada, y se pasa un poco por alto”.

A Jana le gusta hablar en el agua y no se piilla los dedos en pronósticos gratuitos. “Yo la verdad es que soy muy cautelosa, antes de

competir prefiero ser más cautelosa y si hay que hablar prefiero hacerlo después”.

Sus entrenadores deben de estar encantados con ella porque afirma sin pudor que su principal virtud es casi la soñada por cualquier técnico. “Que aprendo rápido las cosas, soy capaz de corregir rápido los fallos. Creo que aun me queda mucho margen de progresión”.

Un elenco de entrenadores de lujo han tenido la suerte de dirigir a la asturiana que desde luego no tiene pelos en la lengua. ¿Vallejo o Suso Morlán? “Suso Morlán. Yo lo tengo claro. De Vallejo siempre te quedan cosas buenas y otras no tan buenas como siempre que estas entrenado con una persona. Es una época pasada. Con él también tuvimos buenos resultados y hay que quedarse con lo bueno. No significa que con Vallejo no haya estado a gusto. Pero es evidente que me gusta más como entrena Suso. Yo apoyo a Suso, me gusta mucho su forma de entrenamiento. A mi me gusta que me den caña, porque sé que tienes que entrenar mucho y darte mucha caña para tener buenos resultados, hay que sufrir mucho”. Desde luego Suso debe de estar encantado con Jana porque lo que muchos critican de su forma de trabajar es lo que más valora la perla asturiana. Pero no lo único “Además Suso te anima mucho, a mi Suso me anima mucho. Puedes hablar con él y cuando le comentas algo te da argumentos para rebatirlos o bien te da la razón cuando le presentas una teoría convincente”. Lo cierto es que la Smidáková ha disfrutado en su carrera deportiva de grandes entrenadores que es imposible que no hayan cogido cariño a la dulce palista de origen checo “Antes también fui entrenada por Seguin y Luisa Álvarez. Cada entrenador marca parte de tu vida deportiva. Yo recuerdo mucho a Luisa, todavía ahora si necesito cualquier cosa, Luisa está ahí para ayudarme y apoyarme”.

Ni cambiando de tema conseguimos sacarle un pronóstico a Jana, que demuestra con hechos que su prudencia es una más de sus virtudes. ¿Alguna medalla en el Europeo o en el mundial este año? “Creo que para hablar de medallas aún es pronto. Sí que estamos motivadas, pero aún queda mucho. De mo-



El K-2 de Teresa y Jana nos dará muchos éxitos

mento estoy centrada en el K-2 pero tampoco hay nada decidido, nuestros puestos no son fijos. Tampoco sabemos cual es el K-4 que va a ir al mundial”

Se ruboriza y se siente alagada cuando le comento que su plasticidad en el agua es muy agradecida para la cámara de fotos y me dice “A mi padre también le gusta verme palear, pero mi padre no cuenta” y se ríe mientras le pregunto si ya es capaz de ganar a David Cal con quien comparte entrenamiento. “David es mejor referencia que podíamos tener. En la olimpiada el mejor K-1 de chicas hizo un segundo peor que el C-1. Sabemos que ganar a David es difícil, pero hay que ir a por ello, pero de momento estar lo más cerca posible de él es buena señal”.

Inteligente, simpática, trabajadora y centrada muy centrada, si a esto unimos juventud y extraordinarias condiciones físicas, estamos sin duda ante una de las grandes figuras de nuestro deporte, el tiempo nos dará o quitará razones. Suerte Jana, te la mereces.



La Copa de España de Promoción batiendo records



Palma de Mallorca se merece repetir como sede de la Copa de España de Promoción

Arranca la temporada con la 1ª regata en Pollença (Palma de Mallorca) con una participación de 499 palistas, 91 palistas más que el año pasado y dos clubes más.

Al principio quiero recordar que en los clubes e incluso en mí, todo eran dudas y preocupaciones del viaje en barco, pero cuando fue acercándose la fecha, la cosa iba poniéndose mejor, con muchas inscripciones y familiares que querían ir a Baleares. En el hotel que aconsejó la organización se registraron más de 1.000 personas. Esto creo que fue el acierto más grande de la regata, tener a todos los piragüistas en un mismo hotel, todo parecido a una villa olímpica, restaurantes, bares, campo de regatas, hotel, tiendas..., increíble tener un campo de regatas atreviéndome a decir casi perfecto. Unos decían que el agua estaba dura, pero yo digo que perfecta para las categorías de infantiles, por la posibilidad y seguridad de nuestros palistas de tocar fondo y subirse otra vez en la piragua sin necesidad de lancha. En cuanto a la organización, qué puedo decir, impresionante, un 10. Yo llegué a Baleares, acompañado por Alfonso Samper y Juan Úbeda, presidente de la Escuela Piragüismo Mar Menor, que me ayudaron a montar el campo de regatas. Ellos también se quedaron impresionados con la amabilidad con la que nos trataron los del Club Náutico Puerto de Pollença, organizadores de esta prueba, estando al frente de la organización mi gran amigo Quico. Digo amigo porque nos trató como si fuésemos amigos de siempre. Una gran persona que cuando hablábamos de intentar ha-

cer una regata de promoción en Baleares se le iluminaron los ojos por la ilusión de llevarse una regata a su club como premio a sus niños. Lo único que tengo que decir es gracias a Quico y al equipo de Pollença. Espero que repitáis.

En cuanto a los resultados, se alzaba con el primer puesto As Torres-Romería Vikinga de Catoira y sorprendía la Asociación Deportiva Pinatarense con el segundo puesto por clubes, y en tercer lugar la Escuela Piragüismo Aranjuez.

En la segunda regata de promoción, En Santiago de la Ribera (Murcia), muchos más nervios que en la primera, ya que estábamos en casa y todo tenía que salir perfecto. Sabíamos que era casi imposible mejorar lo de Baleares. Todos sabemos que en el Mar Menor predominan los vientos fuertes y que era un riesgo organizar una regata de infantiles, pero lo íbamos a intentar. Cuando se acercaba la fecha, y el tiempo se preveía malo para ese fin de semana, el presidente de la Federación de Piragüismo de la Región de Murcia, Alfonso Samper, me dijo si era posible tener una alternativa de campo de regatas y montar otro en San Pedro del Pinatar, y le dije que era difícil, que nunca se había hecho. Él se empeñó en hacerlo, e incluso en ayudarme a hacerlo junto con los directivos y padres del Mar Menor, y no se equivocó. Gracias Alfonso por ese consejo que salvó la regata. Se decidió hacerla en San Pedro, el Domingo a las 18.00 h.

Tengo que dar las gracias al Ayuntamiento de San Pedro del Pinatar, a través de su conce-

jal de Deportes, Pedro, que se ofreció a darnos todo lo que nos hiciera falta para poder realizar la regata lo mejor posible, esto nos da confianza de poder solicitar más regatas para Murcia. Siempre que contemos con la colaboración de ambos ayuntamientos ya no se corre el riesgo de suspender la regata.

El Ayuntamiento de San Javier ofreció una paella gigante para 1.000 personas al finalizar la competición y la concejalía de Turismo, con nuestro amigo Diego Aguilera, regaló camisetas para todos los palistas.

Al fina todo parece ser que salió bien, la regata se realizó en San Pedro del Pinatar y la entrega de medallas y paella, en Santiago de la Ribera. Tengo que dar las gracias a mucha gente que estuvo al 100% para que todo estuviese a punto y que en el momento de las competiciones no faltase de nada. En primer lugar a Juan Úbeda, presidente de la Escuela Piragüismo Mar Menor, y a su junta directiva, Antonio Torralba, Ernesto Bordonado, Diego Zamora, Chiqui, Eduardo Galán, el incombustible Joselete, padres y palistas que colaboraron en todo, hasta tener 7 lanchas en la zona de regatas. Alfonso Samper, quien desde las 6 de la mañana con un camión de su empresa estuvo cargando junto con Juan la megafonía, carpas, mesas, sillas, todo lo necesario para trasladar la regata a San Pedro. Increíble la primera salida se dio puntual, a las 09:05, por que se volcó una niña, sino se daría a las 09:00 h.

En cuanto a la participación, señalar que superó a Baleares, llegando a los 594 palistas y 76 equipos, con una salida de 167 embarcaciones. Un diez para el equipo de árbitros y la Juez árbitro que dominó todo sin ningún problema, y al equipo de resultados, muy rápido.

En cuanto a los resultados, el Pinatar volvía a sorprender, pero esta vez con el primer puesto y el trofeo se quedaba en casa de lo murcianos. Esto demuestra el nivel que Murcia está alcanzando en esta categoría. El segundo puesto fue para As Torres-Romería Vikinga de Catoira, y el tercero, para el Club Cofradía de Pescadores de Portonovo, que lograba un pódium en Copa de España 20 años después.

BIENVENIDO A PUERTO



AISTER



DISEÑO, FABRICACIÓN Y MONTAJE DE PUERTOS DEPORTIVOS "LLAVE EN MANO"

- Equipo propio de ingeniería de diseño y dpto. de calidad.
- Fingers muy reforzados con flotación sobredimensionada.
- Instalaciones especiales para ríos y embalses.
- Bombas portátiles contra incendios adaptadas a circulación sobre pantalanés.
- Módulos flotantes para suministro de combustible, con recogida de derrames.
- Recogida de aguas residuales en módulos portátiles o instalación general integrada.
- Torretas de suministro de energía eléctrica y agua homologadas por la U.E., en acero inoxidable.
- Pantalanés fijos de hormigón sobre pilotes.
- Portalones de acceso a pantalanés con cerradura con control magnético.
- Torres de pilotaje con capacidad de perforación en roca.
- Pantalanés super-reforzados para pesqueros y megayates

Tel.: +34 902 160 266 - Fax: + 34 902 160 300.

info@aister.es / www.aister.es



V Liga Nacional de Piragüismo "Hernando Calleja"

COPA DE ESPAÑA DE PISTA			CLASIFICACIÓN GENERAL			
PUESTO	CLUB	PUNTOS	PUESTO	CLUB	PUNTOS	
1	Club Breogan-Outon Xunqueiriña	220	1	CLUB AS TORRES-ROMERIA VIKINGA DE CATOIRA	628	
2	Club Kayak Tudense	210	2	CLUB BREGAN-OUTON XUNQUEIRIÑA	615	
3	Club as Torres-Romeria Vikinga de Catoira	198	3	CLUB KAYAK TUDENSE	598	
4	Club Iberdrola-Agrupacion Deportiva Zamora	195	4	CLUB IBERDROLA-AGRUPACION DEP. ZAMORA	593	
5	Club Talavera Talak	193	5	CLUB ESCUELA PIRAGÜISMO ARANJUEZ	557	
6	Club de Mar Ría de Aldán-Hermanos Gandón	188	6	CLUB DE MAR RIA DE ALDAN-HERMANOS GANDÓN	550	
7	Club Cisne Asociación Polideportiva	183	7	CLUB DONOSTIA KAYAK K.E.	548	
7	Real Grupo de Cultura Covadonga	183	8	CLUB CISNE ASOCIACION POLIDEPORTIVA	538	
ASCENSOS DESCENSOS Y TRAVESÍAS			9	CLUB ITXAS-GAIN KIROL ELKARTEA	534	
PUESTO	CLUB	PUNTOS	10	CLUB PIRAGÜISMO DUERO-ZAMORA	532	
1	Club As Torres-Romeria Vikinga de Catoira	315	11	CLUB SOCIEDAD DEPORTIVA SANTIAGOTARRAK	519	
2	Club Breogan-Outon Xunqueiriña	312	12	CLUB PIRAGÜISMO ILLA DE AROUSA	506	
3	Club Kayak Tudense	308	13	CLUB PIRAGUAS VILLAVICIOSA-EL GAITERO	505	
4	Club Iberdrola-Agrupacion Deportiva Zamora	301	14	CLUB TALAVERA TALAK	496	
5	Club Donostia Kayak K.E.	288	15	CLUB DEPORTIVO SAN CIPRIAN	469	
6	Club Escuela Piragüismo Aranjuez	283	16	CLUB NAUTICO O MUIÑO DE RIBADUMIA	448	
7	Club Piraguas Villaviciosa-El Gaitero	277	17	CLUB OVIEDO KAYAK-FEVE	448	
7	Club Hotel Convento i Piragüismo Duero-Zamora	277	18	CLUB IUXTANAM-MONTEORO	442	
COPA DE ESPAÑA DE PROMOCIÓN			19	ASOC. DEP. PINATERENSE-GRUPO CALICHE	436	
PUESTO	CLUB	PUNTOS	20	CLUB NAUTICO FIRRETE	426	
1	Asociacion Deportiva Pinatarense-Grupo Caliche	430	21	CLUB DE PIRAGÜISMO "EL SELLA"	418	
2	Club As Torres-Romeria Vikinga de Catoira	430	22	CLUB LOS RAPIDOS-ARIAS	412	
3	Club Escuela Piragüismo Aranjuez	397	23	CLUB PISUERGA DE VALLADOLID	404	
4	Club Cofradía de Pescadores Portonovo	393	24	CLUB NATACIO BANYOLES	394	
5	Club Iberdrola-Agrupacion Deportiva Zamora	387	25	CLUB DE PIRAGÜISMO RIANXO	393	
6	Club Itxas-Gain Kirol Elkartea	385	26	CLUB NAUTICO CASTELLON	388	
6	Club Piraguas Villaviciosa-El Gaitero	385	27	CLUB LOS GORILAS DE CANDAS	382	
8	Club de Mar Ría de Aldán-Hermanos Gandón	381	28	CLUB PIRAGÜISMO CAMBADOS	363	
8	Club Nautico de Sevilla	381	29	CLUB CIRCULO MERCANTIL DE SEVILLA	361	
10	Club Kayak Tudense	379	30	CLUB DE PIRAGÜISMO TAXAMAR	359	
COMPETICIONES INTERNACIONALES AGUAS TRANQUILAS			31	ALBERCHE KAYAK CLUB	357	
COMPETICIONES PISTA		FECHA	COMPETICIONES MARATÓN		FECHA	
Cto. De Europa Senior Racice (Rep. Checa) Senior		06/09 Julio	I Copa del Mundo (Zamora) Senior		10/11 Junio	
Cto. De Europa Atenas (Grecia) Junior y Sub23		03/06 Agosto	Regata Int Crestuma (Portugal) Junior y Veteranos		17/18 Junio	
Cto. Del Mundo Senior Szeged (Hungria) Senior		17/20 Agosto	II Copa del Mundo Trencin (Eslovaquia) Sen. Jun. Vet.		08/09 Julio	
			Cto. Del Mundo Trémolat Dordogne (Fra.) Sen. Jun. Vet.		23/24 Sept	
			32		CLUB PIRAGÜISMO CUENCA	354

COMPETICIONES INTERNACIONALES AGUAS TRANQUILAS		COMPETICIONES MARATÓN		FECHA	
COMPETICIONES PISTA		FECHA		FECHA	
Cto. De Europa Senior Racice (Rep. Checa) Senior		06/09 Julio		I Copa del Mundo (Zamora) Senior	10/11 Junio
Cto. De Europa Atenas (Grecia) Junior y Sub23		03/06 Agosto		Regata Int Crestuma (Portugal) Junior y Veteranos	17/18 Junio
Cto. Del Mundo Senior Szeged (Hungria) Senior		17/20 Agosto		II Copa del Mundo Trencin (Eslovaquia) Sen. Jun. Vet.	08/09 Julio
				Cto. Del Mundo Trémolat Dordogne (Fra.) Sen. Jun. Vet.	23/24 Sept

I Liga Nacional de Aguas Bravas

CLASIFICACIÓN GENERAL			COPA DE ESPAÑA DE SLALOM		
PUESTO	CLUB	PUNTOS	PUESTO	CLUB	PUNTOS
1	CLUB ATLETICO SAN SEBASTIAN	842	1	Club Cadi Canoe-Kayak	426
2	CLUB CADI CANOE-KAYAK	823	2	Club Atletico San Sebastian	421
3	CLUB SOCIEDAD DEPORTIVA SANTIAGOTARRAK	792	3	Club Sociedad Deportiva Santiagotarrak	417
4	CLUB DEPORTIVO MIÑO DE GOIAN	764	4	Club Nautico Mig Segre	386
5	CLUB PIRAGÜISMO PENEDO	742	5	Sociedad Deportiva Beti-Busti	383
6	ASOC. PIRAG. DE CIUDAD RODRIGO CAPITAN NEMO	670	6	Club Tea de Mondariz Balneario	376
7	SOCIEDAD DEPORTIVA BETI-BUSTI	661	7	Club Arrepions de Aguas Bravas	371
8	CLUB TEA DE MONDARIZ BALNEARIO	658	8	Club Deportivo Miño de Goian	368
9	CLUB ARREPIONS DE AGUAS BRAVAS	654	ESTILO LIBRE		
10	ASSOCIACION ESPORTIVA PALLARS	645	PUESTO	CLUB	PUNTOS
11	CLUB DE PIRAGÜISMO SALT-TER	597	1	Club de Piragüismo Salt-Ser	325
12	CLUB KOXTAPE PASAI DONIBANE	559	2	Club Deportivo Miño de Goian	307
13	CLUB NAUTICO MIG SEGRE	483	3	Asoc. Piraguista de Ciudad Rodrigo Capitan Nemo	290
14	SICORIS CLUB	391	4	Sociedad Excursionista de Malaga	278
15	CLUB DEPORTIVO FORTUNA	286	5	Club Piragüismo Penedo	271
16	REAL CLUB NAUTICO DE SAN SEBASTIAN	281	6	Club Atletico San Sebastian	201
17	SOCIEDAD EXCURSIONISTA DE MALAGA	278	7	Real Club Nautico de San Sebastian	198
18	CLUB ESCUELA MUNICIPAL PIRAG. CALASPARRA	265	8	Club Arrepions de Aguas Bravas	196
19	CLUB KAYAK PREMIA DE MAR	189	DESCENSO AGUAS BRAVA		
20	CLUB DEPORTIVO ELEMENTAL SPEEDKAYAK	187	PUESTO	CLUB	PUNTOS
21	CLUB CANTABRIA CANOE KAYAK	185	1	Sicoris Club	215
21	CLUB DE PIRAGÜISMO LAS GRAJAS	185	2	Asoc. Piraguista de Ciudad Rodrigo Capitan Nemo	201
21	CLUB SALVAMENTO Y PIRAGÜISMO VAL MIÑOR	185	3	Club Deportivo Elemental Speedkayak	187
24	ALBERCHE KAYAK CLUB	182	4	Clubkoxtape Pasai Donibane	187
25	CLUB PIRAGÜISMO PICO AZUL	181	5	Club Piragüismo Penedo	185
25	CENTRO EXCURSIONISTA DE LA COM. DE BAGES	181	6	Club Cantabria Canoe Kayak	185
27	ASOCIACION DEPORTIVA PIRAGÜISMO COLINDRES	180	7	Club Sociedad Deportiva Santiagotarrak	183
28	CLUB PIRAGÜISMO LEGANES	179	8	Alberche Kayak Club	182
28	CLUB VALLHERMOSO-RETIRO	179	9	Centro Excursionista de la Comarca de Bages	181
30	CLUB S.D. PIRAGÜISMO SANTANDER	97			

COMPETICIONES INTERNACIONALES AGUAS BRAVAS

COMPETICIONES Slalom	FECHA	COMPETICIONES Slalom	FECHA
II Copa del Mundo Augsburg (Alemania) Senior	02/04 Junio	Cto. Del Mundo Praga (Rep. Checa) Senior	02/06 Agosto
III Copa del Mundo La Seu D'urgell (España) Senior	09/11 Junio	Cto. De Europa Nottingham (GB) Junior y Sub23	25/27 Agosto
III Copa del Mundo La Seu D'urgell Junior y Sub-23	09/11 Junio	Descenso Senior: Cto. Del Mundo Karlovy Vary	17/18 Junio
Cto. Mundo Solkan (Slovenia) Junior y Sub23	06/09 Julio	Rodeo Senior: Cto. De Europa Nottingham (GB)	27 Junio/02 Julio
Cto. De Europa L'argentiere la Bessée (Fra.) Senior	30 Junio/02 Julio	Kayak Polo: Cto. Del Mundo Amsterdam (Holanda)	10/13 Agosto



La ilusión por el piragüismo en Euskadi

Si hay que hacer bagaje de estos años de club, creo que la balanza se inclina hacia el lado positivo, como se diría en términos futbolísticos, "por goleada". Medallas en campeonatos y copas, palistas del club en regatas internacionales, pódium por clubes, vaya el sueño de todos, pero lo mejor de todo son ELL@S, las personas que hacen que el sueño se convierta en realidad.



Cuando comenzamos nuestra andadura, lo hicimos con la ilusión de quién comienza esperando algo nuevo. Nuestro paso durante 10 años por un club como es Donostia Arraun Lagunak nos había enseñado que intentar que una sección de piragüismo conviva en un club de remo en el País Vasco no es tarea fácil. El remo, al ser considerado como deporte autóctono, arrastra miles de aficionados decantados por el color de una trainera sólo comparable en parte a la marea de gente que acude a Asturias a ver el descenso del río Sella. Además de aficionados, suele llevarse parte del capital de aquellos que quieren invertir en esto de la sponsorización al deporte.

En circunstancias parecidas se encontraba la sección de piragüismo del club Atlético

Trintxerpe, con ganas de desarrollarse pero sin los medios necesarios para ello.

Vimos entonces la posibilidad de unificar las dos secciones de ambos clubes y crear un club nuevo, sólo de piragüismo.

Por otra parte veíamos que en Donostia había clubes de piragüismo con proyección incluso internacional que practicaban la modalidad de aguas bravas o kayak de mar pero había una carencia en lo que respecta a la modalidad de aguas tranquilas.

Dado que la mayoría de los deportistas del club eran de Donostia y Oarsoaldea, nos decidimos a crear un club nuevo aquí en San Sebastián. Pero nos encontramos con que no

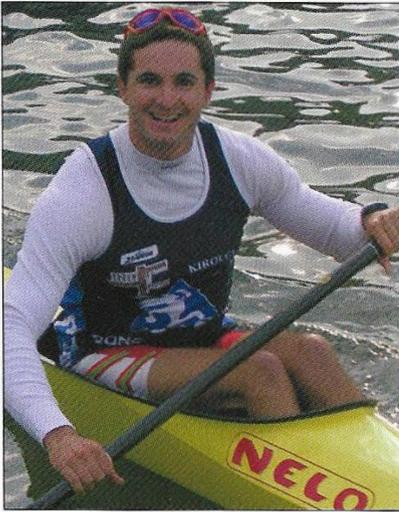
teníamos un lugar para practicarlo en condiciones ni tampoco un sitio donde guardar el material. Tuvimos la suerte entonces que el club Atlético Trintxerpe nos cediera el uso de parte de sus instalaciones en la bahía de Pasaia, lugar en el que seguimos estando ubicados hasta la fecha.

Desde enero de 1998, año en que constituimos el club Donostia Kayak KE, hemos comprobado como el consistorio municipal donostiarra ha ido cambiando hasta cuatro veces los planos de lo que será en un futuro, un centro para deportes náuticos en el mismo San Sebastián, en las riveras del río Urumea. La construcción de un nuevo barrio en la zona hace que se vaya a demorar aún más si cabe, la edificación de nuestro ansiado club. En palabras del concejal de turno "Hasta que no se coloque la bombilla de la última farola del paseo, no se va a edificar nada". ¡Vaya qué hay que jod!

Pero si conseguimos aguantar de prestado sin desmoralizarnos tres o cuatro años más, se nos abrirá un panorama de cuento de hadas, donde podamos dar cursillos en verano, donde firmemos convenios de colaboración con los colegios de la zona, donde podamos gestionar la utilización del gimnasio, donde por fin podamos generar recursos propios y quizás una salida laboral para palistas del club que se han preparado académicamente para ello.

Pero volviendo la vista hacia atrás, lo que en un principio fue una tonelada de ilusión sin saber muy bien dónde nos estábamos metiendo, fue tomando forma. El club nuevo era un banco de cuatro patas donde se asentaban los deportistas y el resto de la junta directiva: Juantxo era el presidente y la cabeza visible (esto no va con segundas), Joseba se encargaba de la parte federada, Iñaki Lois de los infantiles y yo hacía la parte de secretaria y lo que se terciara.

Me encanta recordar hoy a palistas consumados como Olatz, Tania, Ekaitz, Asier, Aitor, Iru, Xabi en sus comienzos de infantiles y ver hasta dónde han llegado gracias a su esfuerzo, entrega y dedicación sin dejar aparcados los estudios. He oído mil veces decir orgulloso a Joseba en las asambleas del club a los padres



Ekaitz Saies, palista del Equipo Nacional.

que el piragüismo no es incompatible con los estudios si se ponen ganas y buen ejemplo de ello son en su mayoría los palistas que he mencionado.

También quisiera destacar la ilusión y las ganas que las nuevas generaciones del club ponen cada día para disfrutar de este deporte.

En la parte menos alegre, están los que lo han ido dejando por diferentes razones, buenos palistas y excelentes personas que tomaron un día la decisión de tomar otros caminos. Entre ellos está Juan txo, creador y presidente de Donostia Kayak hasta hace dos años. Quiso que su vida tomara otro rumbo diferente donde el piragüismo no tenía cabida. Fue entonces cuando el banco se convirtió en una banqueta de tres patas y hubo que reorganizarlo todo. El equipo técnico se vio incrementado con la incorporación de Nagore con los alevines, palistas Sénior formaron parte de la junta directiva y yo recogí el legado de Juan txo.

Tengo que reconocer que no creo que haya muchos Josebas o Iñakis por este mundo de Dios que dediquen casi todo su tiempo libre a entrenar después de su jornada laboral a cambio únicamente de la satisfacción que les reportan los propios deportistas en cada regata y en cada competición. Mi caso es diferente. Dicen



Tanis Lois y Olatz Alkorta son pieza clave del Equipo Nacional de Maratón

que si no puedes cambiar el destino, cambia de actitud, y no tuve más remedio que cambiar. Este cambio me obligó a dejar el arbitraje por incompatibilidad con el reglamento y con mi tiempo, pero tampoco me importó demasiado porque lo que tenía que aportar a ese mundo, creo que ya lo había hecho.

No quisiera pecar de ilusa ni de irrealista. Todo no ha sido un camino de rosas. Tenemos los nudillos pelados de llamar a puertas que no se abren para conseguir esponsorización y nos cuesta, como a la mayoría, cada vez más llegar al final de la temporada. La furgoneta dijo en Pollença que después de haber rodado 305.000 kilómetros, no pensaba andar ni un kilómetro más. Por suerte somos uno de los clubes agradecidos esta temporada con la ayuda de la RFEP y de Citroën.

El tema del falso positivo de Ekaitz, nos atacó donde más nos podía doler como allegados y como club a la honradez y a la dignidad. Nos llenó de amargura y de tristeza durante 5 años a los que le conocemos de cerca, a sus amigos y compañeros del club. Pero la vida hay que vivir-la siempre hacia delante, hacia atrás, ni para co-

ger carrerilla.

Esta temporada 2006 se presenta más ilusionante que las anteriores. En primer lugar porque Ekaitz regresó al equipo y a la alta competición participando en la Copa del Mundo de Duisburg, donde ocupó la cuarta plaza en la Final B. La K-2 Dama Sénior formada por Tania y Olatz está más compenetrada y asentada que nunca. Tienen su primera gran cita en la Copa del Mundo que se va a celebrar en Zamora.

La cantera ya consagrada, con Beñat, Lander, Antton, Iñigo, Aritz, Andoni y demás palistas, viene pidiendo paso y quiere hacerse un huequecito entre l@s grandes. En fin, que esta puede ser una temporada deportivamente hablando, y sin ser engreídos, muy buena.

Hace tiempo que leí un proverbio árabe que decía así: "Yo creía que era desgraciado porque no podía comprarme zapatos hasta que conocí a un hombre que no tenía pie".

Ahí está la esencia. Ser capaces de mirar hacia el futuro de manera positiva y con ilusión, dejando lo malo aparcado en la cuneta.



Los favoritos dominan el Maratón de Córdoba

Córdoba acogió el pasado sábado 8 de Abril la primera cita con la disciplina de Maratón de la temporada 2006. Era la primera competición del calendario de la Copa de España de Ríos y los equipos gallegos coparon el pódium. El marco escogido era inigualable. Una ciudad de ensueño y un Guadalquivir que enamora sirvieron de sede para una competición de primer nivel a la que los deportistas pusieron el colorido necesario para que esta cita deportiva se convirtiera en un espectáculo inolvidable



Manuel Busto parece que le tiene tomada la medida a Emilio Merchán

El Breogán Empresas Outón Xunqueiriña que sumó un total de 287 puntos se proclamó campeón. As Torres Romería Vikinga de Catoira ocupó la segunda plaza, con 275 puntos, y la tercera plaza fue para el Kayak Tudense, con 177 puntos. El Talavera Talak, con 170, el Donostia Kayak, con 168, y el Iberdrola Agrupación Deportiva Zamora, con 167 puntos,

se quedaron a las puertas del pódium. La competición estuvo dominada por los favoritos, que no dieron opción a sus rivales, copando las primeras plazas.

Manuel Busto refrendó su buen momento de forma y recién llegado de su victoria en el Campeonato de España de Invierno se impuso

en su especialidad, en la primera cita con el Maratón. Emilio Merchán sólo cedió al final por poco más de medio segundo, el del Club Canoa Kayak Zamora sólo pudo reeditar la final de K-1 de los últimos Campeonatos del Mundo. Tercero en el pódium, el compañero de equipo de Busto en el Piragüismo Astur, Kiko Vega.

En K-1 Damas, la veterana Mara Santos del Club Fuentes Carrionas no se dejó sorprender por la otra favorita a la victoria final, la palista del Náutico Canoa Kayak de Pamplona, Amaia Osaba. La tercera plaza, para Naiara Gómez del Barrika Piragua Taldea. En canoa el internacional del Breogán Empresas Outón Xunqueiriña Manuel Antonio Campos confirmó los pronósticos y logró la victoria. Eso sí, con más autoridad de lo previsto, a Aitor Arrieta del Donostia Kayak. Tercero, Sami Grigore, también del Breogán Outón Xunqueiriña.

Los pronósticos también se cumplieron en las embarcaciones de equipo. En K-2, victoria de Alonso y Guerrero del Palentino de Piragüismo. Los hermanos Del Teso, de la Agrupación Deportivo Zamora, no fueron rivales para los palentinos. La tercera plaza fue para Polo y Feijoo, del Grupo Xvenil Endesa. Las internacionales del Donostia Kayak Alkorta y Lois mostraron la misma superioridad sobre sus rivales. Las gallegas de As Torres de Catoira Busto y Longa llegaron a más de cuatro minutos. Fraile y Fernández, del Piragüismo Duero Zamora, lograron la tercera plaza. Más de cuatro minutos también fue la diferencia que separó a la tercera mejor Canoa del Mundo, la de los gallegos del Illa de Arousa Ferro y Graña de sus inmediatos se-

guidores, los madrileños del Piragüismo Aranjuez, Pizarro y Rodríguez. Dos minutos después llegaron Martín y Ionut del Alberche Kayak.

En la categoría Júnior, en K-1, victoria del madrileño del Piragüismo Aranjuez David Rodríguez, por delante de Adrián Bouzán, del Sella, y de Andrés Pérez, del Kayak Tudense. En K-1 Damas Laura Pedruelo, del Piragüismo Duero Zamora, se impuso Eva Barrios de la Agrupación Deportiva Zamora, y a la palista del luxtanam Monteoro Verónica Moreno. El mejor canoista Júnior fue el gallego del Kayak Tudense Manuel Garrido, por delante de dos canoistas del Breogán, Budiño y Ribadomar. En embarcaciones de equipo Júnior: Olazábal y Zabala, del Santiagotarrak, en Damas, los canoistas del Villaviciosa El Gaitero, Berros y Oro y los kayakistas Vicente y de Dios de Iberdrola Agrupación Deportiva Zamora fueron los mejores.

En categoría Cadete los kayakistas del Talavera Talak Álvaro Burcio y Rodrigo Cubelos fueron primero y segundo, con poco más de un segundo de diferencia. En Damas, Ainara Portela, del Cisne, superó por escaso margen a Beatriz Burcio, del Talavera Talak. Entre los canoistas Miguel Salgado, de As Torres de Catoira, precedió en la meta a Jacobo Domínguez, del Breogán en menos de tres segundos. En K-2 Cadete, Germade y Caneda, del Breogán Empresas Outón Xunqueirña, en K-2 Damas, Sáez y Vázquez, del Cisne, y en C-2, Conde y Romero, de As Torres de Catoira, completaron la lista de ganadores.



Muchos aficionados andaluces disfrutaron de la prueba sobre todo en la salida y en los porteos

CLASIFICACIÓN FINAL POR CLUBES

PUESTO	CLUB	PUNTOS	AUTONOMÍA
1.	Club Breogán-Outón Xunqueirña	287	Galicia
2.	Club as Torres-Romería Vikinga de Catoira	275	Galicia
3.	Club Kayak Tudense	177	Galicia
4.	Club Talavera Talak	170	Castilla-La Mancha
5.	Club Donostia Kayak K.E.	168	País Vasco
6.	Iberdrola-Agrupación Deportiva Zamora	167	Castilla y León
7.	Club Escuela Piragüismo Aranjuez	151	Madrid
8.	Sociedad Deportiva Santiagotarrak	139	País Vasco
9.	Club Piraguas Villaviciosa-El Gaitero	114	Asturias
10.	Club Piragüismo Duero-Zamora	100	Castilla y León

El pavimento rústico andaluz.



SIERRAGRES

Patrocinador Oficial del Equipo Nacional de Maratón de la Real Federación Española de Piragüismo.



Políg. Indtal. "El Caño I" Tlf.: 34+957 36 40 60 - Fax: 34+957 36 40 62 www.sierragres.com | sierragres@sierragres.com | 14220 ESPIEL (Córdoba)

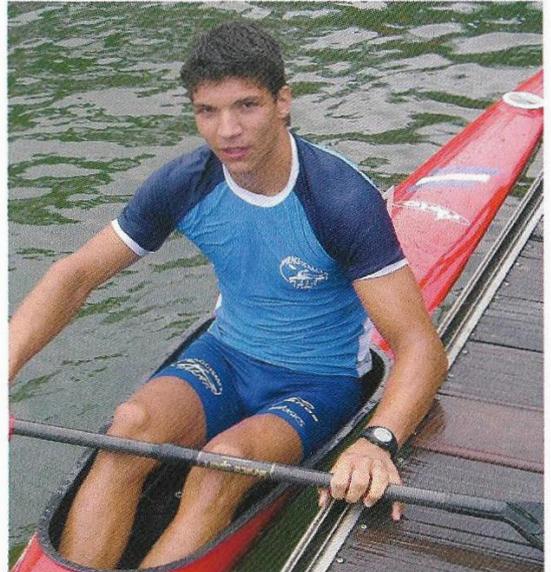


“Me desespero viendo la imposibilidad de crecer”

**Antonio Castañón
Álvarez**

**Presidente de
la Federación de
Castilla La Mancha**

Antonio Castañón es presidente por accidente. Un percance en moto le hizo aterrizar en la piragua, se considera muy lejos de lo que entiende por un vocacional del puesto, por otro lado nada atractivo para él.



El Talavera Talak es una cantera de campeones

Sin apoyos institucionales, sin patrocinadores que muestren el más mínimo interés por este deporte está condenada cualquier intención para hacerlo crecer. “Aquí hay una gran tarea por desarrollar, pero eso conlleva muchísimo trabajo y se necesita tiempo y gente que te ayude. Y en este sentido tengo que manifestar mi desencanto total con unos y con otros, porque tampoco en la Junta Directiva encuentro colaboración alguna”.

Sin embargo, un vistazo sobre los datos más recientes de esta Federación indican que La de Castilla La Mancha es una Autonomía que, a pesar de su juventud, va creciendo y ofrece números muy aceptables, con resultados deportivos notorios, ahí está el Club Talavera Talak, codeándose con los mejores en la Liga Nacional, el Centro de Cuenca, referente para el Slalom que muchos quisieran poder disfrutar, y un entrenador reconocido a nivel nacional por su vertiginosa trayectoria. “Efectivamente pero eso es tarea de unos pocos, Susana que ha sido una de las que más ha bregado por esto, contra viento y marea, o Luis Brasero, un entrenador que de la nada ha sabido montar un Club del nivel del Talavera Talak, sin olvidarnos de Alberto Lumbreros,

que está centrado en el Slalom, en Cuenca, donde está haciendo una gran labor”.

Pero eso es todo, a nivel administrativo yo me limito a dar curso a los asuntos de trámite y a desesperarme viendo la imposibilidad de crecer, con trabas por todos lados, bofetadas y tantas limitaciones como encuentras. En general el piragüismo está así por todos los lados, quitas el noroeste de España, Galicia y algo más por el norte, y se acaba. Algo que no se corresponde con la belleza de este deporte, es complejo, pero tiene gancho, mi hijo lo practica y yo mismo, para evadirme de tanto problema, suelo darme reconfortantes paseos en piragua, lástima no haberlo descubierto antes.

La pregunta se hace evidente, Antonio, ¿cómo Presidente de esta Federación Autónoma, qué futuro ves? “Esperar a que acabe el año lo antes posible y dejarlo”.

Categorico, sabedor de que no tiene opciones para hacer crecer más a la Federación de Castilla La Mancha como le pide su espíritu, forjado como hombre de empresa, considera lo más oportuno dejar cuanto antes una Presidencia para la que no tiene tiempo ni me-

dios, y a la que llegó, sin otra alternativa, para cubrir un hueco provocado por un voto de censura.

Pero la historia de la Federación Autónoma de Castilla La Mancha necesariamente hay que ligarla a uno de sus más firmes fundamentos, Susana García-Heras Delgado, así lo recomienda su actual Presidente, Antonio Castañón, que reconoce en ella a una gran colaboradora, y el piragüismo nacional que igualmente reconoce en Susana la decidida intervención que ha tenido en el crecimiento de esta Federación Autónoma de la que fue Presidente durante cuatro años en el arranque de 2000.

Ocupando la Vicepresidencia de esta Federación Autónoma, Susana García Herás, hoy en día sigue dispuesta a echar una mano para desatascar el mogollón que aún perdura. “El inicio de esta Federación tienen su origen en el club Talavera cuando se vincula a la entonces organizada Operación 92, que ya venía andando hacia algunos años. Sí es verdad que anteriormente por estas tierras ya se practicaba piragüismo, pero la Federación Autónoma se constituye hacia el año 1984,

ya de acuerdo con la nueva estructura del deporte federado actual".

Otro lugar de solera fue Ciudad Real, con un destacado palista que fue Carlos Gómez Ayala, que inclusive llegó al Equipo Nacional, o Guadalajara, concretamente en Trillo que siempre ha estado muy ligado al piragüismo turístico. En Cuenca fueron los integrantes del Club Las Grajas los que iniciaron el piragüismo decantándose por el slalom, lo que dio origen a la creación de otro club más interesado en las aguas tranquilas, el Piragüismo Cuenca.

Cuenca ha sido un buen punto de referencia para esta Federación "La Confederación Hidrográfica ha montado en esta ciudad un canal de slalom tantas veces como las crecidas se lo han llevado. Hoy en día el tema no está resuelto, aún sigue sin resolverse debidamente la regulación de ese río, y es una lástima porque es una obra que ha acometido con todo el interés del mundo la confederación y el propio Ayuntamiento de Cuenca, que ha colaborado tanto como la Diputación, que viene apoyando todas nuestras actuaciones".

Luego está el trabajo que ahí desarrolla Alberto Lumbreras, después de la semilla que dejó Luis Grau, que estuvo volcado en el desarrollo del Slalom, intentando formar una escuela. Aquí también ha estado involucrado Daniel Zamora Bustamante, otro técnico al que hay mucho que agradecer desde el piragüismo de esta Comunidad.

Sin embargo, no parece que haya muchos técnicos aunque los que estás mencionando son de categoría. "Así es, hace años se hizo un curso de entrenadores y ahora hay otro en perspectiva que queremos convocar en el mes de octubre, un ritmo insuficiente que nos genera bastante déficit en este estamento".

A nivel de competición, parece que el Kayak Polo pega en Castilla La Mancha y tú, concretamente, ahora estás involucrada como máxima responsable a nivel nacional "Eso sí que está suponiendo una gran carga para mí, pero es cierto que el Kayak Polo se desarrolla a buen ritmo en esta Federación Autonómica,



Luis Braser Merino, del Talavera Talak, fue elegido en el 2005 mejor entrenador del año

lo inició el Club Piraguada, en Guadalajara, luego ha venido Valdepeñas, el Oxio Club, en Toledo y otros muchos que están favoreciendo el rápido crecimiento de esta especialidad. Y crece porque hay gente que tira de ello aunque también hay medios, Valdepeñas es una ciudad con muy buenas condiciones para la práctica del Kayak Polo".

Para que una Federación Autonómica salga adelante hay que contar, y mucho, con las ayudas de la Consejería correspondiente, entre otras instituciones y patrocinadores. ¿Cómo lleváis la relación con vuestra Dirección General de Deportes? "Son francamente fluidas, convoca subvenciones como supongo hacen en todos los sitios y recibimos nuestra asignación anual para actividades ordinarias, 24.000 euros para este año. Lejos de lo que pueda recibir fútbol, que tiene una asignación cinco veces superior a la nuestra, o la Federación de Galgos, que también tiene una subvención mayor que el piragüismo. Luego hay oportunidad de conseguir ayudas concretas para determinados acontecimientos, como puede ser la organización de competiciones, cursos, o los programas especiales para jóvenes promesas o las becas olímpicas. Y en este sentido hay muy buena sintonía y estamos dando una acertada respuesta a los requerimientos que nos hace la comunidad. La promoción puede ser un claro exponente y si

te mueves bien puedes conseguir mucho apoyo".

Hablando del piragüismo en Castilla La Mancha no podemos evitar mencionar al Club Talavera Talak. "Es un gran club que está trabajando a un gran nivel, sus éxitos son de Luis Braser Merino, que tiene el gusanillo del piragüismo metido muy dentro y ha configurado un grupo de trabajo que le está funcionando muy bien y como consecuencia de estos resultados va alcanzando diferentes ayudas. Tanto haces, tanto vales. Es el único Club de la ciudad con instalación deportiva y mueve cerca de 400 niños al año".

Y a nivel de organización de competiciones, ¿cómo anda esta Federación? "La organización de competiciones es muy compleja en piragüismo, si bien es verdad que puedes recibir ayudas a costa de mucho trabajo, personalmente he tenido experiencias que me han dejado agotada y que dan pocas satisfacciones. Además, debo decir que tampoco estoy de acuerdo con la carga económica que supone la adjudicación de estas pruebas por parte de la RFEP".

Así va avanzando esta Federación Autonómica de Piragüismo, con limitaciones, esfuerzos y mucha voluntad de quienes asumen su gestión.



La Copa de España de Slalom volverá a decidirse en el Campeonato de España en la Seu

El Atlético San Sebastián logró imponerse con cierta comodidad en la 5ª cita del calendario de la Copa de España de Slalom disputada en el Río Bidasoa en Irún. Con su segunda victoria consecutiva, alcanza el liderato de la clasificación con 531 puntos, aunque empatado con el Cadi Canoa-Kayak, que terminó segundo en Irún. Un año más, la Copa se decidirá en la última cita puntuable del año, el Campeonato de España de Slalom, que se disputa el próximo 17 de Julio en el Parc del Segre de La Seu D' Urgell (Lleida). Entre el Cadi, vigente Campeón, y el Atlético San Sebastián estará el Campeón.

del Atlético, que arrebató la tercera plaza a Sarai Irastorza, la internacional del Santiagotarrak. Jon Ergüin, del Atlético San Sebastián, fue también netamente superior a los demás en su C-1, superando incluso en más de 8 segundos al internacional olímpico del Mig Segré, Jordi Sangrá. La tercera plaza, para el otro canoísta concentrado en Chile, Ander Elosegui, del Santiagotarrak.

Por su parte, Carles Juanmartí, del Cadi que si había disputado la primera cita de la temporada en Galicia, se impuso en K-1, dejando al portugués Iván Silva, ganador de la prueba gallega, a más de 13 segundos, relegado al 6º puesto. La segunda plaza fue para el internacional Ander Díez del Santiagotarrak a poco más de 5 segundos y la tercera, para Mikel Sarasola del Atlético San Sebastián, que sorprendió a Guillermo Díez Canedo que terminó 4º.

El cadete Marcos Lage consigue la primera medalla de la historia del Slalom gallego

El Club gallego Tea de Mondariz Balneario fue el único equipo no catalán o vasco que se coló en los puntos, en el puesto 8º, logrando un resultado histórico para el Slalom gallego, la primera medalla en una competición de la Copa de España que logra un palista de esta comunidad, Marcos Lage logró la medalla de bronce en C-1 Cadete.

El Santiagotarrak da la sorpresa y se reencuentra con la victoria en Orthez

Orthez tomo el relevo de la cita prevista en Cuenca ofreciendo un campo de regatas de gran nivel en un paraje de extraordinaria belleza que sirvió para que el Santiagotarrak consiguiese una victoria en Copa de España que se les resistía desde hace mucho tiempo a los de Irún.

Guiller Díez Canedo del Cadi volvía a ganar en Copa de España secundado en el pódium por Ander Díez y Javier Taberna, los dos del Santiagotarrak.

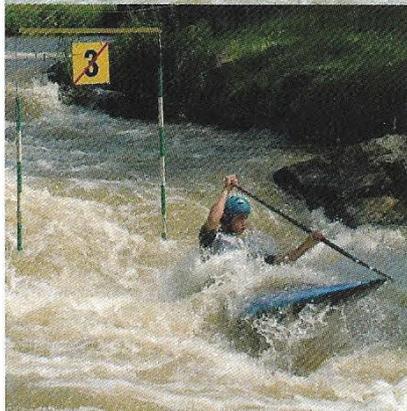
El Cadi Ganó en Sort

El Cadi Canoe Kayak sumó 135 puntos y consiguió su segunda victoria consecutiva en la Copa de España de Slalom al imponerse en el Campo de Slalom del Río Noguera Pallaresa en la 2ª Competición del calendario disputada en la localidad leridana de Sort.

El Santiagotarrak arrebató la segunda plaza por equipos al Atlético San Sebastián, 120 puntos para los de Irún y 112 para los de San Sebastián. El Mig Segré ocupó la cuarta plaza con 54 puntos y los vascos del Deportivo Fortuna, la quinta plaza.

La internacional Maialen Chourraut reapareció con victoria. Juanmartí y Ergüin dominan el kayak y la canoa

A título individual, destacada actuación de los palistas del Equipo Nacional que debutaban en su mayoría en esta segunda cita nacional de la temporada. Maialen Chourraut del Atlético San Sebastián fue la sorpresa agradable de la jornada al demostrar en el agua que parece plenamente recuperada de sus operaciones de hombro. Se impuso con asombrosa autoridad a todas sus rivales. Segunda fue la también internacional Jone Otaño del Santiagotarrak, a 27 segundos de Maialen, y tercera, Tolosa Ainhoa,



El Slalom de Irún es un clásico de la Copa.



El espectáculo del Slalom visitó tierras francesas

En la categoría femenina Sénior de nuevo Maialen Chourraut, del Atl. San Sebastián subía a lo más alto del pódium por delante de Sarai Irazoza y Jone Otaño. Las canoas fueron para Jordi Sangrá, del Mig Segre, por delante de Ander Elosegui y Sergi Punzano.

El Atlético San Sebastián logra su primera victoria de la temporada en Asturias

Hay que remontarse a la década de los 90 para recordar la última visita de la Copa de España de Slalom a Asturias. El regreso fue por todo lo alto y a pesar de la ausencia de los internacionales españoles concentrados en Alemania el espectáculo vivido nada tuvo que envidiar a las mejores jornadas de Slalom que se pueden disfrutar en España. El río Sella nos descubrió un recorrido muy técnico y, aunque un poco justo de agua, el desarrollo de la competición fue espectacular.

El Atlético San Sebastián logró por fin su primera victoria de la temporada después de que el Cadi se hiciera con las dos primeras citas y el Santiagotarrak se impusiera en la tercera de las competiciones de la temporada. El equipo de San Sebastián logró un total de siete medallas. En categoría Sénior, victoria de Aritz Fernández y medalla de bronce para su compañera de equipo Ainhoa Tolosa. En juveniles, oro para el C-2 de Goikoetxea y Larrañaga, también medalla de oro para el canoísta Javier Saenz y bronce para Iñaki Gi. Completaron el medallero de los vascos

las cadetes Garazi Urkiola y Teresa Larumbe, plata y bronce, respectivamente.

En categoría Sénior en K-1 por detrás de Aritz se clasificaron Marc Domenjo, del Cadi, y Javier Taberna, de la Sociedad Deportiva Santiagotarrak. En C-1, victoria de Ander Elosegui, del Santiagotarrak, por delante de Sergi Punzano del Mig Segre y de Joan Marc Pasques, del Cadi. En categoría femenina, victoria de Anna Farnes, del Cadi, que aventajó en

Los palistas del Equipo Nacional sólo participaron en Sort y Orthez

más de 7 segundos a Saioa Santiago, del Santiagotarrak, y a Ainhoa Tolosa.

Por primera vez en la Copa de España de Slalom tres equipos gallegos entran en los puntos junto a tres equipos vascos y tres catalanes

La presencia de asturianos y madrileños por primera vez en la temporada en la Copa de España de Slalom nos llena de ilusión para el futuro de la especialidad en estas comunidades autónomas. También por primera vez estuvo presente la Asociación Deportiva de Ciudad

Rodrigo Capitán Nemo, que debutó con una medalla de plata en la categoría de veteranos protagonizada por Juan José Sanchez. Sin duda hay que destacar la progresión del Slalom gallego, que por primera vez en su historia consiguió situar a tres equipos entre los mejores de España. Quinta plaza para el Tea de Mondariz Balneario, 7ª para el Arrepions de Aguas Bravas y 8ª para el Deportivo Miño-Os Teixugos Diz Formoso. A este notable éxito de puntuar tres equipos gallegos hay que añadir la cosecha de cuatro medallas para los deportistas gallegos. Tres medallas para el modesto Club Tea de Mondariz Balneario: plata para el canoísta cadete Marcos Lage, plata para el C-2 Júnior de David Lage y Rubén Rodríguez y bronce del C-2 Júnior de Moroño y Certal. El Deportivo Miño Os Teixugos completó el medallero gallego con la medalla de bronce del veterano Vittorio Baglione en la prueba en la que ganó el vasco Ignacio Gallastegi, de la Sociedad Deportiva Beti Busto.

Segunda victoria consecutiva del Atlético San Sebastián que empata como líder con el Cadi

En Euskadi el Atlético San Sebastián sumó 164 puntos, por delante de los 136 puntos del Cadi y de los 127 puntos logrados por el Santiagotarrak. Los de San Sebastián lograron 10 medallas (1 de oro, 5 de plata y 4 de bronce), completando una gran actuación que lo sitúa con opciones de cara a luchar en la última



jornada por la Copa de España. La única medalla de oro de los vascos la consiguió el C-2 de los juveniles Goikoetxea y Larrañaga, que se impusieron a los C-2 gallegos del Tea de Mondariz Bañerío de Fernández y Rodríguez, plata, y Moroño y Certal, bronce, únicas medallas que se escaparon a vascos y catalanes. La victoria del Atlético se fraguó en la categoría Sénior con 7 medallas de las 12 en disputa. En K-1 Damas, plata para Goikoetxea y bronce para Ainhoa Tolosa en la prueba ganada por la palista del Cadi Anna Farnes. Las 6 chicas del Atlético sólo fueron superadas por la catalana Farnes. En K-1 Hombres, plata para Aritz Fernández y bronce para Mikel Sarasola, con victoria para Javier Taberna, del Santiagotarrak. En C-1, también dos medallas con Igor Juanikorena segundo y tercera plaza para Odei Areta, con victoria en la categoría para Sergi Punzano, del Mig Segré. Por último medalla de plata para el C-2 de Izagirre y Olasagasti con victoria de Forne y Alsina, del Cadi. La presencia en el pódium de los ganadores se completó con el canoísta juvenil Javier Saenz, tercero, y con la cadete Garazi Urkiola, plata en K-1.

Por lo demás destacar las victorias de los canoístas del Mig Segré Marcel Alberts en C-1, por delante de Xavier Ganyet, del Cadi, y de Joan Cinca en Cadetes, con la tercera plaza para su compañero de equipo Jesús Pérez. El Santiagotarrak dominó la final K-1 Juvenil masculino con Juan Crespo y la final K-1 Cadete Damas con Uxue Santiago mientras que el Cadi no dio opción en la final juvenil de Damas, con Sandra Clotet por delante de su compañera de equipo

Montserrat Garcia, con tercera plaza para Leire Fernández que consiguió la única medalla para el Beti Busti, y victoria también para el Cadi, con Alberto Diez Canedo en K-1 Cadete que superó a 5 de los representantes del Santiagotarrak que le siguieron en la clasificación, con plata para Díez y bronce para Portos.

Por último señalar que de nuevo 3 equipos gallegos se metieron en los puntos con destacada 5ª plaza para el Tea de Mondariz Bañerío por detrás del Mig Segré.

La Liga Nacional aparece liderada por tres equipos gallegos

En lo que respecta a la **clasificación general de la Liga Nacional de Aguas Bravas** sorprende que a pesar del dominio de vascos y catalanes en la Copa de España de Slalom tres equipos gallegos aparecen liderando de manera aplastante la Liga Nacional, con el Penedo de Caldelas de Tui como nuevo líder con 742 puntos por delante del Deportivo Miño Os Teixugos-Diz Formoso, con 668, y tercera plaza para Arrepions con 654. El Cadi aparece en la 4ª plaza con 626 puntos, el Atlético San Sebastián 5º, con 622, y el Santiagotarrak 6º, con 604 puntos. No debemos olvidar, sin embargo, que falta aun la disputa de 8 competiciones puntuables, entre ellas las cuatro de la Copa de España de Promoción de Slalom que puntúan doble.



Nuevas autonomías se incorporan a la Copa

ARREPIONS



Avd. de la Concordia, 31 36700 TUI
Tif. 986603009/986607063 fax986607528
http:// www.arrepions.com
E-mail:arrepions@arrepions.com

Importador de:





1. Valoración general de nuestro deporte
2. El futuro del piragüismo

3. Tratamiento de nuestro deporte en su medio
4. ¿Qué es lo que más destacas de nuestro deporte?



Victoriano
Resp. de deportes de La COPE y El Correo Gallego en Pontevedra

"La Liga de Clubes de piragüismo no es una competición lo suficientemente atractiva para el gran público"

1 Yo creo que se han aprovechado los éxitos de los JJ.OO y las medallas conseguidas por los palistas en las distintas competiciones internacionales. Sin duda el piragüismo gallego que se ha alcanzado un nivel que es de consolidación importante, mantener esa posición en si mismo no es tarea fácil, cuanto más superaría.

El piragüismo no aparece en la medida que se merece en los medios

2 Tenemos que decir que estamos en un país eminentemente futbolero, y eso es así. Quizás gran parte de culpa la tenemos los medios de comunicación. Más que deporte el fútbol hoy en día es un producto de marketing. El piragüismo es minoritario en cuanto a la atención que le presta el gran público.

3 Sin duda alguna lo que tiene interés informativo para oyentes, lectores o televidentes son las competiciones de alto nivel. Atendemos la demanda que se nos pide por parte de los oyentes. Si te pasas una semana sin hablar de fútbol, pues mal lo llevas. Las grandes citas y poco más.

4 La pista de Verducido es una instalación absolutamente necesaria para este deporte en Galicia. Va a permitir traer aquí competiciones de alto nivel, ocupación hotelera y meternos más en ese deporte.



Guillermo Martínez
Redactor de deportes de la Voz de Asturias

"Hay buenos piragüistas, médicos, entrenadores, hay de todo... debemos darle un tratamiento importante"

1 Por los resultados obtenidos quizás ha habido un pequeño bajón pero no tanto como se cree porque seguimos teniendo bastantes figuras que están siempre arriba y saliendo gente joven como Jana Smidakova. Sigue siendo un deporte de referencia en Asturias.

2 Igual que David Cal o Manuel Busto si siguen surgiendo figuras como ellos esto puede ir a más pero si no surgen figuras y no alcanzan cotas importantes y baja de nivel pues también bajaría la información.

3 Intentamos dar todas las noticias de piragüismo que son relativamente importantes pero tampoco tenemos excesivos medios y las notas de prensa de la RFEF,

Sigue siendo un deporte de referencia en Asturias

siempre nos ayudan mucho para completar la información. Tratamos las competiciones internacionales y también las nacionales porque los asturianos son referentes. Interesa porque hay una gran tradición del Piragüismo, 4 Somos el periódico del Descenso del Sella. Es nuestra máxima en este deporte. Es una fiesta peculiar además de deportiva es una fiesta también folclórica, igual no llega al nivel de los San Fermínos, pero es una fiesta similar a esta. Piraguas y fiesta.



David Acevedo
Coordinador de Deportes del Diario de Pontevedra

"Cuando no lleguen los resultados se valorará lo que nos ha dado el piragüismo al deporte gallego"

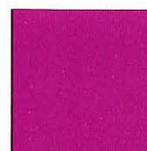
1 Yo creo que Galicia sigue siendo una potencia a nivel nacional. Hay muy pocos deportes en los que haya tan amplia representación en los equipos nacionales de piragüismo. Que en la Liga Nacional los primeros puestos estén ocupados por clubes gallegos es un gustazo que no se produce en ningún otro deporte importante. Galicia es un modelo que debe ser copiado en el resto de las comunidades autónomas.

Nos interesa el piragüismo, independientemente de la categoría y de los resultados

2 Estoy tremendamente preocupado por la situación de Verducido. Una vez que se ha hecho lo más difícil, la obra más importante creo que sería muy decepcionante que no se terminase.

3 Yo creo que hemos llegado a unas cotas importantes. A nosotros nos interesa el piragüismo, es una apuesta muy clara por el piragüismo, independientemente de la categoría y de los resultados.

4 La cantidad de los chavales que lo practican y que para muchos el piragüismo es una forma de sentir. Lo que ocurre con el piragüismo es increíble y se ha sabido prolongar esa situación. Para muchos pueblos el piragüismo es una manera de expresarse.



Virtudes Fernández
Periodista de deportes de la TVE

"Vivimos en la dictadura del fútbol con un deporte que lo aglutina todo y se lo lleva todo"

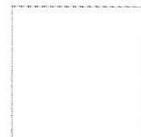
1 En España hay un deporte que se difunde y el resto va un poco en función de figuras puntuales, yo creo que el piragüismo es uno de estos deportes. El piragüismo, poco a poco, va cogiendo auge, es un deporte que a la gente le encanta que ves a mucha gente practicando piragüismo en cualquier sitio, incluso aquí en Madrid en el Retiro o la Casa de Campo. Es un deporte que va para arriba.

2 La gente se interesa un poco en función de los medios. Yo creo que estamos dando bastante en la tele gracias a los éxitos de David Cal o Teresa Portela.

Pero depende mucho su futuro de esas figuras puntuales

3 Creo que al piragüismo se le está dando bastante bola en TVE. Este año hemos estado haciendo cosas en Córdoba, en Zamora y volveremos a estar en la Copa del Mundo de Maratón. No retransmisiones sino reportajes de 10 o 15 minutos. Estamos todos un poco desconcertados porque la gente sólo ve en televisión cuatro cosas muy puntuales.

4 Me alucinó ver el ambiente superbueno en competición. Poder estar con deportistas que son Campeones del Mundo y que son accesibles, que puedes estar con ellos tranquilamente, eso me sorprendió.



El Sal-Ter no da opción y asegura su victoria en la Copa de España en Galicia

El Club Sal-Ter de Girona se convierte en el virtual ganador de la Copa de España de Estilo Libre y toma el relevo de los gallegos del Deportivo Miño Diz Formoso, ganador de la Copa del año pasado. Los catalanes no dieron opción y primero en la Ola urbana de Güell en Girona y más tarde en el Rulo de Freiria, los discípulos de Joaquín Fontané demostraron que su apuesta decidida por el Estilo Libre se hizo acreedora al título



La ola urbana de Güell congregó a numerosos aficionados en la competición disputada en Girona

Ejercieron de anfitriones en la cita que inauguraba la Copa de España de Rodeo y aprovecharon el factor cancha para alzarse con la victoria. Los catalanes demostraron su buen conocimiento de la ola urbana de Güell para delante de su público, demostrar sus credenciales para la presente temporada. El Sal-Ter sumó un total de 269 puntos, por 237 los gallegos del Teixugos Diz Formoso. La tercera plaza muy lejos de estos dos equipos para los también gallegos de Arrepions, con tan sólo 52 puntos. Demasiadas ausencias, quizás las más doloro-

sas las de los palistas vascos, impidieron que el espectáculo fuera completo. La ola de Güell, además de no ser muy exigente, limita las posibilidades de las maniobras aéreas por la escasa profundidad, pero su principal aliciente es que está en pleno centro de Girona, lo que facilita el acercamiento de esta disciplina al público en general.

En lo que respecta a los resultados individuales, destacar la victoria de Manuel Antonio Díaz, de los Teixugos Diz Formoso, en K-1

Sénior, por delante del catalán del Sal-Ter Sergi Camps y del también teixugo Pablo Valcárcel que partía como favorito a la victoria final y que se tuvo que conformar con la tercera plaza. En C-1 Sénior pudimos disfrutar de las maniobras de uno de los mejores especialistas, Jordi Domenjo del Cadi, que se impuso con comodidad a los gallegos de los Teixugos Diz Formoso Emilio Rodríguez y Pablo Valcárcel. Completaron la lista de ganadores en la categoría Sénior la vasca del Atlético San Sebastián Jus Ergüin y el malagueño Juan Diego Cano, el mejor especialista nacional de Squirt.

El Sal-Ter dominó las categorías Cadete y Júnior, acaparando la mayoría de las medallas de la familia Serrasolses. En categoría cadete victorias del kayakista Adria Bosch y del canoísta Aniol Serrasolses, que ocupó también la segunda plaza en K-1. El resto de las medallas en categoría cadete se las llevaron los Teixugos, con Carlos Álvarez e Ignacio Carrera en Canoa, y Pablo Vicente en Kayak. En Júnior Ginesta Serrasolses en K-1 Damas y Ger Serrasolses en K-1 y C-1 fueron los mejores.

El rulo de Freiria en el Miño, en la localidad pontevedresa de Crecente, confirmó al Sal-Ter como líder de la clasificación de la Copa.

El Sal-Ter sumó un total de 366 puntos y sorprendió a los locales del Deportivo Miño Os Teixugos-Diz Formoso. Los vigentes campeones terminaron segundos con 307 perdiendo gran parte de sus opciones de reeditar el éxito conseguido el año pasado. La tercera plaza en la prueba fue para el Capitán Nemo de Ciudad Rodrigo con 118 puntos. El Club Náutico San Sebastián fue cuarto con 45 puntos, mismos puntos que sumaron los quintos clasificados, los gallegos del Club Tea.

Problemas con el caudal del agua impidieron que la competición respetase el horario establecido y la competición centró definitivamente el grueso de su programa en la mañana del sábado con las preliminares y finales de K-1 y C-1 en todas sus categorías. La jornada domi-



nical se reservó para la disputa de las finales de Squirt.

El Sal-Ter fraguó su victoria con la extraordinaria actuación del Júnior Berd Serrasolses, que consiguió tres medallas de oro.

En K-1 Sénior Edu Etxeberria, del Náutico San Sebastián, confirmó los pronósticos y logró la victoria, aunque el gallego de los Teixugos Pablo Valcárcel se lo puso difícil y a punto estuvo de arrebatarle la primera plaza. La tercera posición, para su compañero de equipo y Responsable de la Sección de Aguas Bravas y Responsable de la FGP David Castro.

En K-1 Júnior victoria de Gerd Serrasoles i Sola del Sal-Ter por delante de dos gallegos Aaron Serantes, de Arrepions, y de David Fernández, del Tea. En K-1 Cadetes, primera plaza para Pablo Vicente En categoría femenina, sólo presencia en Júnior con victoria de la catalana Serrasoles.

En C-1 Sénior, poca participación y victoria de Gerd Serrasoles, del Sal-Ter, por delante del Teixugo Emilio Rodríguez. En cadetes, dominio también del Sal-Ter con Aniel Serrasoles. Esta jornada se completó con la categoría de vetera-



El Rulo de Frieira es uno de los escenarios clásicos en Galicia

nos con victoria de Joaquín Fontané del Sal-Ter.

La jornada dominical tuvo como protagonista a la modalidad de Squirt con dominio Teixugo en la categoría Sénior, con victoria de Pablo Valcárcel por delante de su compañero de equipo Manuel Antonio Díaz, y tercera plaza para el malagueño Juan Diego Cano, del S.E

Málaga. En categoría Júnior Gerd Serrasoles del Sal-ter logró su tercera medalla de oro del fin de semana. Segunda plaza para Jesús Pérez del Capitán Nemo y medalla de bronce para Serantes de Arrepions. En cadetes el Teixugo Carrera y en veteranos Fontané que logró su segundo oro completaron la lista de vencedores.

EMOCION KAYAK DE MAR

BIDASOA KAYAK

<http://www.bidasoakayak.com> - E-mail: info@bidasoakayak.com
Políg. Industrialdea - C/ Gabiria, 102 - 20305 IRUN (Guipuzcoa) Tel.: 943 62 61 44 Fax: 943 62 10 50



“Mi sueño real en el arbitraje es dejar los cargos”



**José Manuel
Sánchez Moure**

**Presidente del Comité
Gallego de Árbitros y
Vicepresidente del
Comité Nacional
de Árbitros**

“Pachú”, como así es conocido por todo el mundo el protagonista que hoy llega a esta sección, es profesor por vocación y árbitro por casualidad. Empezó en el mundo del piragüismo con 12 años como palista y al poco tiempo con 16 años ya se hizo entrenador porque apenas había técnicos en Galicia por aquel entonces. Con 16 años ya estaba paleando y entrenando a un grupo de gente incluso mayor que él. Entonces militaba en el Club Cisne de Pontevedra, para continuar en el Ría de Pontevedra y de ahí pasar al Club Piragüismo Portonovo con 17 años donde estuvo unos 15 años como entrenador. En ese periodo sacó el título de árbitro para conocer mejor el reglamento. Sus obligaciones familiares le alejan del piragüismo unos años pero regresó para abordar la dura tarea de modernizar el arbitraje gallego. Ahora la RFEP trata de sacar partido de su capacidad de entrega y de su extraordinaria preparación para que este colectivo sea respetado como se merece



Aguas Vivas - Más que un árbitro eres un enamorado del piragüismo

José Manuel Sanchez Moure: Empecé en el arbitraje más que nada por echar una mano porque realmente no es una faceta que a mi me entusiasme del piragüismo.

Quando mis hijos crecieron como tenía el título de árbitro, que lo tenía no por ser árbitro sino por saber más del reglamento para realizar mejor mi labor de técnico, pues ya me pusieron a arbitrar y en menos de un año ya debute como juez árbitro. Era un piragüismo entre amigos que crecía muy rápido pero a la vez con muchas carencias.

Profesor y autentico referente del arbitraje gallego y ahora nacional

Soy Presidente de Comité Gallego de Árbitros desde hace 6 años y Vicepresidente del Comité Nacional, desde hace unos meses, echando una mano cuando el presidente los necesita y



colaborando en los nombramientos. En Galicia la confianza que han puesto en mí es total.

¿Qué objetivo prioritario te marcaste como Presidente del Comité Gallego?

Una de las cosas que me propuse cuando acepté el cargo de presidente del Comité Gallego era formar árbitros. Había muchos árbitros auxiliares pero prácticamente había 10 árbitros básicos y 4 nacionales. Era un coto muy cerrado, poder ascender puestos era imposible. Era una incongruencia que a nivel nacional los palistas coparan los mejores puestos y sin embargo a nivel arbitral estábamos a años luz del resto de España. Sobre todo por titulación no por formación. En Galicia hay alrededor de 70 árbitros de Aguas Tranquilas y hay fines de semana en verano que no llegan.

Una vez titulada la gente el objetivo era lograr que la gente saliera a nivel nacional a arbitrar, hasta hace cinco años salían 3 o 4 árbitros y ahora salen aproximadamente 20 árbitros a regatas nacionales y en regatas nacionales en Galicia casi el 100% de los árbitros.

Objetivos del Comité Nacional para mejorar el arbitraje

A nivel nacional lo que se ha intentado ya anteriormente Ovies y que empezó a conseguir el anterior presidente con el que también colaboraba desde la FGP es la democratización del comité arbitral. Lo consiguió aumentando el número de jueces árbitros que actúa a nivel nacional y modificando el sistema de designación para las regatas intentando que se muevan árbitros de todas las autonomías.

Eres árbitro internacional de Aguas Tranquilas

Soy árbitro internacional de pista. Y la otra gran ilusión mía era que árbitros gallegos tuvieran la titulación internacional. A nivel internacional el coto sí que es mucho más cerrado. Tienen su grupo de trabajo y no lo varían. En unos JJ.OO o un Campeonato del Mundo los intereses son muy grandes, se juega mucho y entonces hay que llevar a la gente que está bien formada y que sabes que va a responder. Lo ideal es tener árbitros internacionales y que cuando haya una regata internacional en

España, aunque los árbitros de peso son nombrados por la internacional y vienen de fuera, que los auxiliares sean españoles. Podremos decir así con orgullo que todos los auxiliares que llevamos a una competición tienen la titulación internacional. Después de mucho pelear, porque no fue fácil el organizar el curso, por fin el año pasado en el Simposio Internacional se consiguió que un buen número de árbitros nacionales consiguieran el título internacional.

Problemas que se mantienen en el colectivo arbitral

Yo lo que creo que es que hay una falta de cultura deportiva grande, que es labor no del árbitro sino del entrenador. Si hay que reseñar que

Los árbitros deben tener una uniformidad para dar una presencia. Es importante la puesta en escena

hay muchos entrenadores que están corrigiendo este defecto. Yo soy uno de esos árbitros de que en la salida no perdono una y tengo fama de eso. Si todos salen del mismo sitio ganará el más fuerte, ¿por que alguno tiene salir con ventaja?, yo no doy salida aunque tenga que retrasarla el tiempo que sea necesario.

Problemas preocupantes en el arbitraje

En Galicia hay un problema importante con el pago a los árbitros. La problemática es que adelantas dinero para asistir a las regatas e incluso pidiendo días de vacaciones de tu trabajo. Es una asignatura pendiente el que te vayan pagando por regata o por mes. A nivel nacional el problema más preocupante, que es una asignatura pendiente, es el tema del uniforme. Ahora vas a una regata nacional y ves a los árbitros uniformados pero no es igual en todos. Camisetas de color salmón, más clara, más oscura, uno con anorak verde otro granate, to-

dos oficiales pero de diversas temporadas generando una uniformidad variable.

A mí me preocupa la imagen porque es la imagen global de la federación. Es importante la puesta en escena. Si todos los trabajadores de la RFEP estén perfectamente uniformados y luego los árbitros cada uno con una equipación distinta falla algo. Los árbitros deben tener una uniformidad para dar una presencia.

¿Tenemos en España la última tecnología al servicio de nuestro deporte?

Siempre se puede mejorar pero creo que estamos bastante bien. Los problemas vienen motivados por las condiciones de los campos de regatas donde trabajamos. Tenemos video finish, el tema es el donde se realizan las regatas porque es tan sensible que en determinadas torres de control no se puede utilizar. En Aguas Bravas llevamos peleándonos con un sistema de chips que se utiliza en ciclismo. Pero en piragüismo es muy complicado. Para pista prácticamente lo tenemos desechado. Si sería aplicable a las regatas de ríos y se está estudiando para las pruebas de Slalom, pero el coste es muy alto y aun está en estudio.

Tu recuerdo más destacable de tu carrera como árbitro

Sacar adelante un Campeonato de España de Invierno que se celebró en Potodemouros en que todo falló y hubo que improvisar. Al final se salvó la situación con el apoyo de todos.

Tu objetivo como árbitro

Realmente en el piragüismo estoy porque me gusta. Cuando deje el arbitraje posiblemente siga colaborando con el Piragüismo. En esos momentos mi sueño real en el arbitraje es dejar los cargos que tengo. Depuse de seis años peleando yo creo que he llegado a mi tope de trabajo, creo que los objetivos que tenía marcados los he conseguido. Creo que he cumplido una etapa y tiene que entrar otra persona que entre con otras ideas nuevas. Mi objetivo es acabar esta etapa de transición que vivimos en el piragüismo gallego y dejar paso a otra persona.



La liga "loca"



La plasticidad de este deporte es una de sus principales virtudes que seguimos sin aprovechar para su promoción en los medios de comunicación

La nueva Liga Nacional de Kayak Polo nos tiene a todos un poco despistados. También a alguno de los favoritos a priori que aparecen relegados en la clasificación general. La Liga tiene además que ser un punto de inflexión para generar una mayor promoción de esta especialidad, pero para ello deben de implicarse todos los que de alguna manera participan en el circo del Kayak Polo, y eso no está pasando.

Centrándonos en lo estrictamente deportivo reseñar que el Club Madrileño Ciencias es el líder de la clasificación general disputadas 2 competiciones de la 1ª División, 2 de la División Única Femenina, 1 de la Sub 18, 3 de la 2ª División A y 2ª de la Segunda División B. Está es la nueva estructura de nuestro Kayak Polo con 5 categorías diferentes que se funden de manera unitaria en la 1 Liga Nacional. Entre los objetivos de la ampliación está el beneficiar a aquellos clubes que realicen una apuesta más amplia por este deporte, lo que le permite sumar puntos en todas las categorías. De ahí que el Madrileño Ciencias, hasta con dos equipos en categoría femenina, lidere con 316 puntos la clasificación por delante del Vallehermosos-Retiro con 288

puntos también con amplia presencia. Completan la lista de los cinco primeros el Náutico Umia, tercero, con 132 puntos, la Asociación Deportiva Pinatarense-Grupo Caliche con 127 y el Náutico Castellón con 123.

La justicia o no de este nuevo sistema puede ponerla en tela de juicio el ganador de la 1ª División el año pasado que con su apuesta exclusiva por el equipo masculino de la 1ª categoría aparece relegado en la Liga Nacional al 8º puesto. Pero lo que es indudable que el número de deportistas que practican Kayak Polo se ha ampliado, con un total de 38 equipos en competición, algunos obviamente pertenecientes al mismo club, y que estoy seguro va a

repercutir en un futuro mejor del Kayak Polo, El tiempo dirá si la decisión ha sido acertada pero a priori parece positiva aunque por momentos parezca que se premia más el número que la calidad, de poco serviría formar un gran equipo de Kayak Polo si no tiene a quien enfrentarse.

En el análisis diseccionado por categorías destacar en la 1ª División Masculina el golpe de efecto del Náutico Castellón que con su victoria en la primera cita disputada en Madrid y su tercer puesto en Valencia lidera la clasificación con 73 puntos. La Asociación Deportiva Pinatarense-Grupo Caliche que llegó a las dos finales disputadas sin conseguir hasta ahora la victoria es otra de las agradables sorpresas de la temporada. Los murcianos marchan segundos a un punto de los primeros. Los vigentes Campeones de Liga, el Kayak Polo Malaga- Universidad Laboral con 71 puntos es el terero en la clasificación. La sorprendente quinta posición que ocupó en el primer torneo se vio compensada con su victoria en Alaquás. Los equipos gallegos del Náutico Umia y del Grupo Xuvenil completan la lista de los cinco primeros en la categoría élite del Kayak Polo.

En la categoría femenina el Vallehermosos-Retiro y el Madrileño Ciencias vuelven a reeditar los duelos de anteriores campañas y marchan



Es un poco culpa de todos el que las gradas sigan estando vacías

empatados a puntos en los alto de la clasificación con una victoria para cada equipo. En Sub 18 el liderato es para el Madrileño Ciencias, triunfador en la única competición disputada por delante del Club Piragua Valdepeñas y del Vallehermoso-Retiro.

En la Segunda División A el Club Natacio Banyoles, vencedor de los tres torneos disputados, es primero por delante del Valdepeñas y del Madrileño Ciencias. Mientras que en la Segunda División B el Piragüismo Arcos es el actual líder con dos victorias, segundo el Valenciano de Piragüismo y tercero el Alberche Kayak.

LIGA NACIONAL DE KAYAK-POLO 2006

1.	MADRILEÑO CIENCIAS	316
2.	VALERMOSE-RETIRO	288
3.	NAUTICO UMIA	132
4.	ASOC. DEP. INATARENSE	127
5.	NÁUTICO CASTELLÓN	123
6.	PIRAGUA VALDEPEÑAS	98
7.	NATCIÓN BANYIOLAS	78
8.	KAYAK POLO MÁLAGA	71
9.	DEPORTIVO ELEMENTAL	71
10.	DEPORTIVO FOLIXIA 2000	67



PIRAGUAS PARIENTE POLLEDO, S.L.

WWW.PARIENTEPOLLEDO.COM

PIRAGUAS - PALAS - COMPLEMENTOS



EXPOSICIÓN Y VENTA: C/ ZELUAN, 27-33418 GOZON-ASTURIAS-ESPAÑA
 TELEFONO: 985.55.17.91
 FAX: 985.55.17.91
 MOVIL: 619.31.18.47
 E-MAIL: PARIENTEPOLLEDO@YAHOO.ES



COMPETICIÓN: PISTA - MARATÓN - RÍOS - TRAVESÍAS.

KAYAK DE MAR: COMPETICIÓN Y TURISMO.

TURISMO E INICIACIÓN.






Sobre el uso de la palabra "barco" (IV)



José Montes Miranda

Ex seleccionador nacional

Nunca más, basta ya de de barcos. Tengo que reconocer que cuando iniciamos la publicación de este trabajo de Pepe Montes tenía mis dudas al respecto del objetivo que pretendía el bueno de Pepe. Por aquel entonces ya le advertí que al finalizar la publicación de su trabajo continuaríamos el debate con un espacio que se titularía ¿Por qué no barco al hablar de piragua?. Esa puerta sigue abierta para el que la quiera defender, pero no seré yo el que lo haga, porque a mí me ha convencido. Creo que en la labor de todos y cada uno de nosotros esta el defender y potenciar el lenguaje propio de nuestro deporte, cada uno desde su posición.

(Viene del número anterior)

Y sigue de barcos. Cuando parecía que se aclaraba un poco el horizonte en lo referente al uso indebido de la palabra "barco" sustituyendo a la de "piragua" o a la de "kayak", cuando estamos hablando de piragüismo surgen ciertos aficionados inclusive directivos de la FEP, de la FGP y de Castilla y León para abajo, incluidos los zamoranos, que siguen usando la palabra barco en toda serie de conversaciones. Todavía en el boletín de piragüismo llamado K-4, publicado por el Club Madrileño Alberche, en una crónica de Darío Crespo refiriéndose al Campeonato de España de Kayak Polo disputado en Murcia en el año 1997, se refiere a fallos en la organización en estos términos "hubo mu-

chos fallos en el material empleado, como la falta de balones y de barcos adecuados para esta competición". Era lo que faltaba, no sabíamos que con los barcos se podía jugar al Kayak-Polo, sería en todo caso una competición de Barcos-Polo, ¿a donde vamos así?.

En las crónicas del Descenso del Sella del 98, la Nueva España vuelve a reincidir " nada más darse la salida dos barcos se colocaron en cabeza" Una vez más nos metían barcos en el puente de Arriondas.

Como dato curioso debemos señalar la inscripción admitida por la FEP del Club Amigos del Remo de Zamora. Debería de ser Amigos del



Piragüismo pero datos históricos amparan la denominación y el origen de este club que debemos respetar, aunque desde estas líneas les invitamos a que cambien el nombre en la primera ocasión que encuentren.

Existen verdaderos aciertos que mejoran el lenguaje, pero existen también muchas meteduras de pata que le perjudican. Algunas de estas aportaciones a las que nos referimos proceden de la calle. Las usa y las jalea la gente y luego con algo de retraso las adoptan los expertos en el diccionario oficial. Hay que reconocer que el uso de las palabras "barco" o "bote" en vez de "piragua", "kayak" o "embarcación" están tan traídas que se las han quedado para si un gru-

po de aficionados del piragüismo algunos de los cuales han regido o rigen en este momento los destinos de este deporte en España. Esta forma de hablar un tanto o bastante inapropiada más bien resulta oportuna usarla en lances de salón, para jugar a la ingeniosidad, mientras tomamos café o unas pastitas. Pero si queremos llamar a las cosas por su nombre hay que usar las palabras "piragua", "kayak" o "embarcación" para todo aquello que se lo merezca. Debe de ser una obligación para todos los que amamos este deporte y que llevamos intentando imponer su uso para el buen progreso de nuestro deporte. Creo que es necesario sentar el precedente de que no debemos de entrar en el terreno de las discusiones innecesarias y si entrar en un dialogo sereno con quien corresponda y más íntima y concretamente con la RFEP si procede. Si se nos acepta esta proposición dialogaremos con quien sea necesario y si no se nos acepta entraremos en el terreno del reproche y la protesta pues no es justo que se nos ignore.

Todavía a finales de los años 90 y en el Siglo XXI se mandó a la prensa asturiana una nueva protesta por la actuación nefasta, una vez más, del Locutor de TVE Rafael Recio, en una retransmisión del Descenso Internacional del Río Sella. Este lamentable locutor, que presume de buen conocedor de nuestro deporte, es una

vergüenza para toda la familia del piragüismo que repetidas veces a solicitado que no sea el encargado de destrozar este espectáculo deportivo con el constante uso de la palabra "barco" o "bote" en vez de "piragua" o "canoa". La RFEP, primera interesada por velar por nuestro deporte debería ser la más interesada en evitar la presencia de semejante locutor. Con el lema "Defendamos el Sella y al piragüismo español" ha llegado la hora de decir que no se puede seguir así. Por eso me gustaría acabar esta lectura recordando a todos los buenos aficionados al piragüismo que basta ya de barcos. Iniciemos todos unidos una labor de depuración de nuestro lenguaje empezando por los entrenadores palistas, árbitros, monitores y aficionados en general.

De la misma manera que la Real Academia de la Lengua mira por la pureza de nuestro lenguaje, teniendo como lema "Limpia fija y da esplendor" nosotros como piragüistas debemos velar por la pureza del lenguaje de nuestro deporte usando las palabras apropiadas y con el lema "Claridad, nobleza y prestigio". Si algún aficionado en general considera que el uso de la palabra barco es adecuado que nos lo diga a efectos de tener la oportuna reunión que pueda derivar hacia un comentario constructivo con la sana intención de convencerle o en todos caso

que él nos convenza a nosotros. ¿Qué motivos hay para el uso de la palabra barco? ¿En donde escuchó esa palabra aludiendo a nuestro deporte por primera vez? ¿Dónde la leyó por primera vez?

En nuestros distintos contactos en el extranjero y en las traducciones que hicimos de diversos libros ingleses, alemanes, checos, rusos, etc., nunca tuvimos la oportunidad de traducir la palabra barco. También puedo asegurar que en nuestros contactos con el piragüismo nacional e internacional la palabra que nos ocupa no puede tener cabida como una alternativa válida, no cabe en la cabeza de nadie llamar barco a una piragua. Vamos a buscar el vocabulario adecuado que siempre tuvimos desde los comienzos del piragüismo con las innovaciones pertinentes, tal y como señalamos, pero sin caer en estas incorrecciones, no vaya a ser que la RFEP acabe llamándose Federación Española de Barcos. Sería el colmo de los colmos además de bochornoso.

Don José Montes Miranda, allá donde estés, puedes descansar tranquilo porque tu cruzada por dignificar el piragüismo seguirá viva en muchos de nosotros. Nunca más un barco navegará por nuestras Aguas Vivas. Gracias y hasta siempre.

COMO SUSCRIBIRTE A AGUAS VIVAS 2006

Suscripción anual a la Revista de la Real Federación Española de Piragüismo

D./Dña

Domicilio

Población Provincia C.P

Telefono / Móvil Fecha

ORDEN DE DOMICILIACIÓN BANCARIA

Banco o Caja Sucursal

Titular de la cuenta

Nº Cuenta

Entidad Sucursal D.C. Nº de cuenta

Deseo suscribirme a la revista Aguas Vivas, editada por la Real Federación Española de Piragüismo por un importe de 10 Euros anuales por los 5 números de 2006, que recibiré en la dirección indicada.

Real Federación Española de Piragüismo

C/Antracita 7- 3º 28045 Madrid

Telefono: 91 506 43 00 - Fax: 91 506 43 04

Email: correorfe@rfep.es

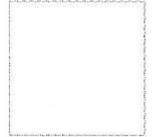
Recorte, rellene y entregue a su Banco o Caja para evitar posibles gastos de devolución.

Banco o Caja

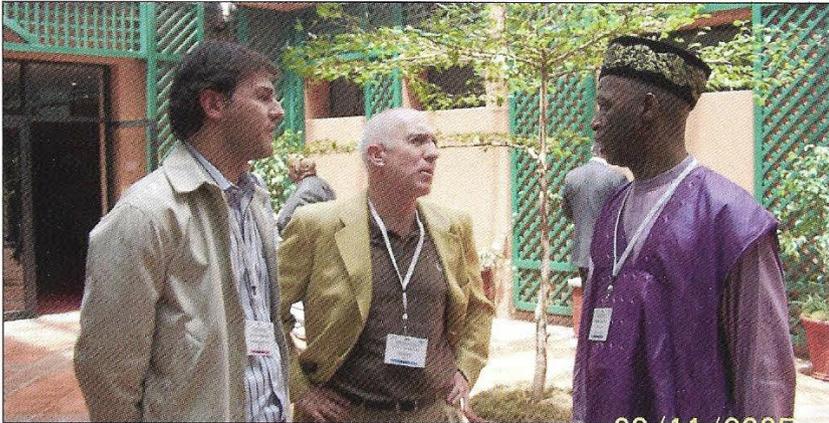
Muy señores míos, ruego que con cargo a mi cuenta, atiendan hasta aviso en contra el recibo anual que será presentado por la Real Federación española de Piragüismo, correspondiente a la suscripción anual de la Revista Aguas Vivas.

Nombre Firma

Nº de cuenta



Legado humano y medioambiental



La delegación española no faltó a la cita con el medioambiente

A finales del año 2005, en la sede de las Naciones Unidas en la ciudad de Nairobi (Kenia), se celebró la VI Conferencia Mundial del Deporte y Medio Ambiente, organizada por el Comité Olímpico Internacional y el PNUMA (Programa de Naciones Unidas para el Medioambiente).

En conformidad con la filosofía del olimpismo y los principios fundamentales de la Carta Olímpica, el Movimiento Olímpico juega un papel importante, reconociendo su responsabilidad en el proceso de la protección del medio ambiente, con enfoque hacia el desarrollo sostenible. La primera conferencia mundial sobre deporte y medio ambiente se convocó en el año 1995 en Lausana y a partir de este momento, las Conferencias se celebran cada dos años. La Comisión "Deporte y Medio Ambiente del COI se encarga de planificar y participar en las conferencias mundiales. Bajo su responsabilidad, se elaboran y divulgan iniciativas pedagógicas, se intercambia información, se coopera con todas las instituciones, se premian iniciativas relevantes en la materia y se contribuye al desarrollo tecnológico y ecológico. El papel de la Comisión es educar, estimular y apoyar acciones concretas.

La reciente Conferencia se celebró bajo el lema "Deporte, Paz y Medio Ambiente". Destacaron varias presentaciones de Miembros y dirigentes del COI, de representantes de Federa-

ciones Internacionales (FI) y Comités Olímpicos Nacionales (CON), de Comités Organizadores para los JJOO, de la WFSGI, de instituciones, organizaciones no gubernamentales, de autoridades y de expertos.

La primera sesión plenaria trató el tema del vínculo entre el deporte, la paz, el entorno y el

Se trató la relación entre el deporte, paz, el entorno y desarrollo sostenible

desarrollo sostenible. Se prestó especial atención a la sensibilización de los jóvenes para los valores medioambientales a través del deporte. Se analizó el potencial del deporte para el desarrollo sostenible desde su dimensión económica y comercial.

En las siguientes sesiones destacaron temas sobre el papel del Movimiento Olímpico para el Desarrollo Sostenible. Sesiones paralelas, muy entretenidas, aportaron datos sobre el deporte y la sociedad, sobre su dimensión humana en el desarrollo sostenible. Se enfocaron cuestiones de la política y el deporte a favor de la paz, de la prevención o de la reconstrucción después de conflictos bélicos.

En la sesión plenaria dedicada al legado humano y medioambiental de iniciativas y proyectos olímpicos y deportivos destacó la presentación del alcalde de Aranjuez, Jesús Dionisio Ballesteros, quien explicó como la herencia del trabajo para un proyecto olímpico puede contribuir al desarrollo de una ciudad como Aranjuez, conservando su espíritu de trabajar la naturaleza para transformarla en un paisaje de gran valor cultural y medioambiental.

La instalación deportiva se analizó como zona intermedia entre el entorno natural y el construido, para que ejerza de protectora de la naturaleza, dando a la vez calidad de vida y espacios de riqueza urbana. El paisaje cultural de Aranjuez, declarado por la UNESCO Patrimonio de la Humanidad, que da una proyección única al Canal de Remo y Piragüismo, impactó a la asamblea. Durante la presentación se subrayaron otros puntos clave de este proyecto innovador: el soporte coherente de transporte colectivo; la calidad y variedad del espacio público, fusión entre deporte, cultura y medio ambiente; la diversidad de las tipologías residenciales; la arquitectura y el urbanismo bioclimático; la capacidad de atracción de actividad económica; la ecocomunidad que se crea en torno al deporte y la búsqueda de la excelencia ambiental; la colaboración de los técnicos con los representantes de las federaciones de remo y piragüismo como garantía de calidad para la instalación.

Fundamentales para el proyecto fueron los objetivos medioambientales y la búsqueda de resultados positivos que caracterizaron el concepto de sostenibilidad de la Candidatura de Madrid, presentados también en esta Conferencia por su responsable, A. Lucio.

En la Conferencia estuvo representada la Cátedra Olímpica J.A. Samaranch de la Universidad Camilo José Cela de Madrid. El tema de la educación y la sensibilización por los valores ambientales del deporte forman parte de sus objetivos principales en la divulgación del Olimpismo como enseñanza curricular.

La declaración final de la Conferencia, que subrayó el vínculo del Movimiento Olímpico con

los principios medioambientales hizo una síntesis del periodo concluido para abrir el camino para las actuaciones en los próximos años. Se reconocieron los fuertes vínculos que unen el deporte y la paz, la seguridad y la protección del Medio Ambiente. Éstos son algunos de los puntos de dicho documento:

Se reconoce el ejemplo establecido por el COI en sus iniciativas para la reducción del impacto medioambiental en los grandes eventos deportivos. Se mencionan los esfuerzos de las FI en la materia y el trabajo de los COJO.

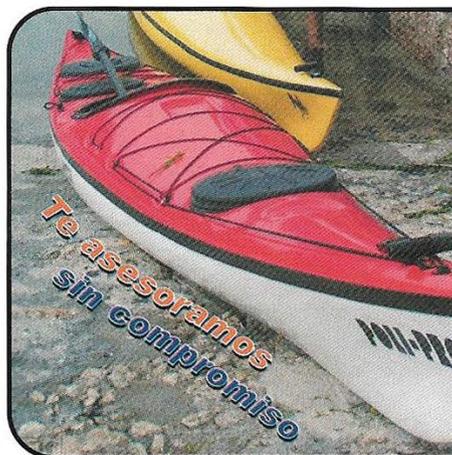
Se acepta de manera satisfactoria la publicación de la guía del COI sobre el deporte, el medioambiente y el desarrollo sostenible y se aconseja su uso por las Federaciones Internacionales y los CON. Se recomienda que las Federaciones Nacionales incorporen actividades para promocionar el desarrollo sostenible y la paz a través de su deporte.

Se reconoce la importancia del papel del deporte en la lucha contra el Siday para que las mujeres alcancen su autonomía.

Se recomienda dar más énfasis en los procesos de sensibilización y compromiso, así como en la identificación de los ejemplos de buena práctica para que se hagan públicos. La educación y la divulgación de los valores medioambientales a través de los medios de comunicación deben de ocupar un lugar privilegiado en los programas de trabajo.



Se presta especial atención a la sensibilización de los jóvenes con los valores medioambientales



Te asesoramos
sin compromiso

Club Piragüismo Val Miñor

Distribuidor oficial para Galicia de Poli-pro Canoas y Kayaks
Pruebe nuestros nuevos modelos de Kayak de Mar en el Club Val Miñor
en Camping Baiona Playa y Puerto de Santa Marta en Baiona (Pontevedra)

K-1 Xatrac, Strenc, Squadron y Aquilia
K-2 Galiota

Tel: 627 828 647
www.multiocio.org
eprendes@teleline.es





Concentración de Kayak de Mar en la Ría de Vigo



Una concentración ideal para iniciarse en el Kayak de Mar

Galicia por fin ha apostado de manera decidida por el Kayak de Mar. Nuestras rías y costas son el paraíso de cualquier aficionado a esta especialidad. Un paraíso desconocido para la gran mayoría pero que con la constitución del Comité Gallego de Kayak de Mar se va a tratar de mitigar esta situación. El comité, constituido por la practica totalidad de los que han demostrado a lo largo de estos años que llevan el Kayak de Mar en el corazón, se convertirá en el hilo conductor de voluntades y en el escaparate que necesitaba esta especialidad que emerge con más fuerza que nunca en las rías y costas de toda Galicia

CALENDARIO OFICIAL DEL COMITE GALLEGO DE KAYAK DE MAR 2006

IV Concentración de kayak de mar Marín - Aldán - Cangas (Ría de Pontevedra e Vigo)	17 y 18 de junio
IV Concentración de kayak de mar Costa Serena (Baiona-Panxón- Islas Cies)	02 de julio
II Concentración Mariña Lucense	13 de agosto
Festa do Turismo Náutico 2006 (Ría de Vigo)	19 de agosto
I Concentración Kayak de Mar Sanxenxo - Illa de Ons - Sanxenxo (Ría de Pontevedra)	26 y 27 de agosto
I Concentración de kayak de mar Cangas - Illas Cies - Cangas (Ría de Vigo)	09 e 10 de septiembre
III Travesía en Kayak los embalses del río Navia (Occidente asturiano)	23 de septiembre
VIII Concentración de kayak de mar Aldán - Illa de Ons - Aldán (Ría de Pontevedra)	7 y 8 de octubre
II Concentración Invernal de Kayak de Mar (Embalse de Riaño - León)	17 y 18 de febrero de 2007

El Club Piragüismo Vilaboa es una de los clubes gallegos que más tarde ha llegado a este mundo del Kayak de Mar, pero desde su ubicación privilegiada en el fondo de la Ría de Vigo se convierte en una alternativa perfecta sobre todo para aquellos que se inician en la especialidad. El pasado 13 y 14 de Mayo organizó la primera de las concentraciones del amplio calendario gallego para el 2006, la II Concentración Ensenada de San Simón. Esta cita tiene como atractivos diferenciadores la posibilidad de adentrarse en las entrañas del río Verdugo, con parajes de extraordinaria belleza, y en abrir la posibilidad de visitar la Isla de San Simón una de las joyas de la ría de Vigo, con acceso restringido y que sirvió de resguardo a los kayakistas participantes hasta que llegó la noche. Éste es el segundo gran atractivo de esta concentración, la posibili-

dad de realizar una travestía nocturna que partió de la citada isla a las 23.00 h. con destino al conocido puente de Rande, que une la ciudad olívica con la península del Morrazo. Este último tramo de la travesía duró aproximadamente tres



horas, con el apoyo inestimable de la luna llena para descubrir nuevas sensaciones en la navegación en Kayak de Mar. Como toda buena concentración, la travesía está rodeada de actividades complementarias y así en la jornada dominical se practicó senderismo hasta el Lago Castiñeiras para disfrutar en perspectiva del recorrido realizado por el mar en la primera jornada y disfrutar a modo de despedida de una churrascada que sació sobradamente las exigencias de los más de 30 participantes.

El Comité Galego de Kaiak de Mar esta integrado en la FGP, por lo que toda la información al respecto de las actividades que desarrolla (concentraciones, cursos, etc) puedes encontrarla en la pagina web de la FGP www.fegapi.org.



COMITÉ OLÍMPICO ESPAÑOL



Compartimos su mismo sueño

Son muchos los esfuerzos, los sacrificios, las horas de entrenamiento empleadas por nuestros deportistas para lograr un puesto en el podium. ADO comparte esos mismos sueños. Algo posible gracias al respaldo de las principales empresas del país. Marcas que batan records de confianza en el deporte olimpico español.

www.ado.es

NUTREXPA



Allianz



Aldeasa



Loterías y Apuestas del Estado



ADO





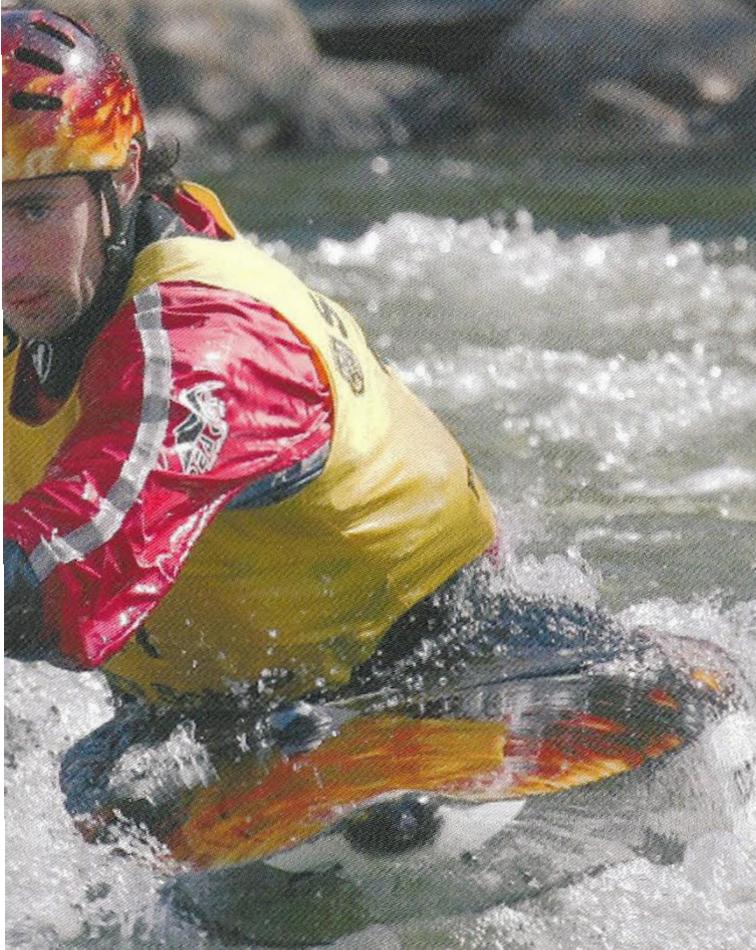


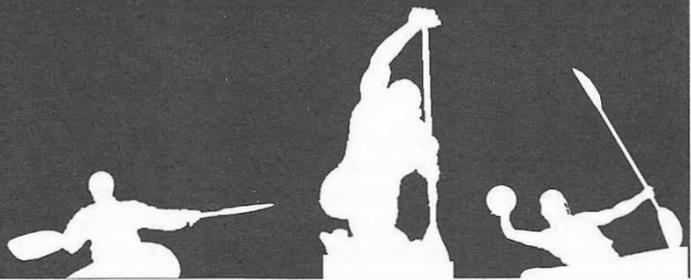
CONSEJO SUPERIOR
DE DEPORTES



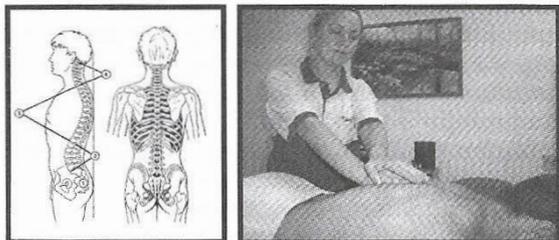
REAL FEDERACIÓN
ESPAÑOLA DE CANYONING

Jon Ergüin





Las lesiones de espalda en la práctica del piragüismo y su control



1. PARTE TEORICA:

1.1. Definición del concepto a estudiar, tipos de lesiones y actuación inmediata.

Podemos definir lesión como la percepción dolorosa es decir la experiencia sensorial y emocional desagradable relacionada con el daño en los tejidos, real o potencial, o descrita por el paciente como relacionada con dicho daño". (International Association for the Study of Pain).

Esta percepción dolorosa se recoge por la estimulación de unos receptores específicos llamados nociceptores que se encuentran distribuidos prácticamente por todo el organismo (piel, cápsulas articulares, músculo esquelético, etc.), y que transmiten la señal hasta la médula y sistema nervioso hasta originar una respuesta. La mayoría de las lesiones son en realidad la consecuencia de la repetición de gestos deportivos inadecuados, generándose una lesión aguda, accidental, donde la colisión o el choque vence la resistencia de los tejidos. A pesar de que los tejidos estén adaptados a ese esfuerzo, la lesión es mucho mayor por la velocidad desarrollada hasta el impacto. En contraposición, lesión deportiva crónica es la que tiene lugar por la repetición de un gesto deportivo que, sumado en el tiempo, va produciendo en un organismo un microtraumatismo, "lesión por sobrecarga", porque la carga de trabajo fue mayor a la que es capaz de soportar un tejido determinado (tendón, ligamento o músculo, componentes todos ellos del aparato locomotor).

1.2. Lesiones deportivas

- Óseas
- Articulares; capsulitis o artritis traumática \ esguince \ luxaciones (una vez recolocadas, se han de inmovilizar 3 semanas para que cicatrice el desgarro).
- Musculares - tendinosas

Entre los diferentes tipos de lesiones que podemos encontrarnos más frecuentemente en la práctica del piragüismo serían:

Lesiones musculares: Se pueden diferenciar el tirón, la contusión, el calambre y la rotura.

El tirón muscular: Sería la extensión excesiva de un músculo, por encima de su capacidad fisiológica (suele haber desgarro de fibras musculares). Los síntomas serían: dolor agudo en la zona lesionada, pérdida de función de la parte afectada y puede aparecer hematoma.

La contusión muscular: Es un golpe contundente sobre el músculo. Los síntomas serían dolor y hemorragia pequeña-moderada.

El calambre muscular: Es la contracción espástica, mantenida e incontrolada de un músculo o grupo de músculos. Sus síntomas serían dolor agudo y pérdida de movilidad.

La rotura muscular: Supone la quiebra o solución de continuidad de un músculo. Existen diferentes grados, desde la rotura completa de algunas

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Las lesiones de espalda en la práctica del piragüismo y su control

Curso de Técnico Deportivo Superior Nivel III

Gregorio Iglesias López

Curso 2004-2005

ÍNDICE

1. Parte teórica

- 1.1. Definición del concepto a estudiar, tipos de lesiones y actuación inmediata
- 1.2. Lesiones deportivas
- 1.3. Actuación en general ante una lesión deportiva
- 1.4. Lesiones de espalda
- 1.5. Etiología y factores que originan lesiones
- 1.6. Anatomía de la espalda
- 1.7. Lesiones de la espalda en piragüistas y tratamiento
- 1.8. Métodos de intervención y prevención
- 1.9. Cuidados de la espalda
- 1.10. Masaje en el deporte (cuidado de la espalda)

2. Parte práctica

- 2.1. Descripción del proyecto de investigación
- 2.2. Justificación
- 2.3. Muestra de estudio
- 2.4. Hipótesis de trabajo
- 2.5. Recursos implicados
- 2.6. Temporalización y contexto
- 2.7. Conclusiones
- 2.8. Anexos
- 2.9. Bibliografía

fibras, sin afectación del tejido de sostén, hasta la rotura completa de todos los haces musculares situados bajo una aponeurosis. Los síntomas dependen de su gravedad: dolor agudo o punzante en el momento de la lesión, en la rotura parcial, el dolor puede inhibir la contracción muscular y en la total, el músculo no puede contraerse, deformidad, puede producirse espasmo muscular y a partir de las 24 horas pueden aparecer signos de hemorragia.

Lesiones tendinosas.

Se pueden distinguir las inflamatorias: tendinitis y peritendinitis.

La tendinitis consiste en la inflamación del tendón y de la vaina tendinosa. Según el dolor, se valora el grado de la lesión en función de cómo sea:

- Estadio I. Dolor de baja intensidad.
- Estadio II. Dolor que aumenta con la práctica deportiva.
- Estadio III. Dolor que impide la actividad deportiva.
- Crepitación a la palpación.

Los síndromes por abuso. Estas lesiones se producen por sobrecarga o microtraumas repetidos en el sistema músculo-esquelético. Los tipos de lesión:

- Las heridas: Serían producidas por una rotura o interrupción de la superficie de la piel, de las mucosas o de un órgano, producidas por traumatismos. Sus síntomas serían: dolor, hemorragia y dependiendo del tipo, (incisas, contusas y punzantes), separación o no de los bordes.
- Las ampollas: Son una lesión elemental de la piel sobre elevada y llena de líquido. Los síntomas serían: dolor y un acumulo de suero entre los estratos rasgadura intraepidérmica).
- Las quemaduras por fricción. Provocarían una descomposición de un tejido orgánico, por lo general la capa externa de la piel, tras una caída (durante el entrenamiento o competición) sobre una superficie sintética. Sus síntomas serían: dolor, enrojecimiento, puede producirse abrasión y aparecer ampollas. Rozaduras del palista contra la piragua o pala.

1.3. Actuación general ante una lesión deportiva

Esta se realizará de manera inmediata y los pasos a seguir serán.

- Examinar la lesión.
- Frio local.
- Vendaje compresivo.
- Reposo.
- Si es posible, elevar la parte lesionada.
- Acudir al médico.
- En la fase aguda NO APLICAR CALOR. El tratamiento con calor no debe iniciarse, al menos, hasta que hayan pasado 48 horas.
- Tratamiento inmediato específico

1.4. Lesiones de espalda.

En general, practicar deporte ayuda a mejorar el estado de salud general, y también el de la espalda. No obstante, algunos deportes aumentan el riesgo de padecer dolores de espalda, especialmente si se practican de forma intensa o competitiva. Son aquellos que:

- Obligan a realizar movimientos de flexo-extensión de la columna, especialmente con carga, torsión brusca o mantenida.
- Someten la columna a vibraciones, o tienden a desarrollar más la musculatura de un lado que la del otro (canoas), generando así a la

larga un desequilibrio en la dinámica de la columna, en su reparto de cargas e incluso en su estática.

Sin embargo, la realización de un programa de ejercicios que desarrolle adecuadamente la musculatura de la columna y la utilización de un material deportivo adecuado puede disminuir el riesgo que suponen algunos deportes como es el caso del piragüismo. Es necesario someterse a un reconocimiento médico antes de iniciar una nueva actividad deportiva. No sólo para valorar el estado de su espalda, sino también para evaluar su sistema cardiovascular y su estado general de salud, con el fin de recomendar las pautas de ejercicio más adecuado. Además, si su columna le duele al realizar algún deporte o ejercicio físico debe interrumpirlo y acudir a un especialista.

La musculatura de la espalda también trabaja en movimientos para los que aparentemente no debería emplearse, puesto que contribuye a mantener el equilibrio cuando se mueven distintas partes del organismo. Por eso, es siempre recomendable que antes de hacer cualquier deporte se ha de comprobar que la musculatura de la espalda está bien desarrollada. Cuanto más desarrollada esté y más equilibrada sea, menor riesgo tendrá de lesionar la espalda haciendo cualquier tipo de deporte. Con ese fin, puede ser recomendable realizar durante un tiempo ejercicios específicos para desarrollar la musculatura de la espalda, antes de iniciar la práctica de cualquier deporte.

La mayoría de las lesiones deportivas son el resultado de un entrenamiento inadecuado, defectos estructurales y debilidad del cuerpo. Un gran número de personas que comienzan un programa de ejercicios sufre una lesión deportiva en un lapso de tiempo no muy largo. No obstante si se toman las precauciones adecuadas estas se pueden evitar.

Las normas básicas para prevenir una lesión deportiva son:

- Un calentamiento adecuado antes de cualquier actividad física de alta intensidad para lograr un progresivo ajuste en todos los frentes, orgánicos, neuromusculares, bioquímicos, y psicológicos.
- Ejercitar los distintos tipos de grupos musculares.
- Tras el ejercicio, no parar de golpe, sino realizar una actividad más lenta y relajada, el deportista logrará de forma consciente y activa que el organismo recupere en forma paulatina la relativa normalidad después del esfuerzo. que permitirá, una vuelta a la calma del sistema cardiovascular y también una mejor limpieza del ácido láctico acumulado.
- Unos estiramientos adecuados, para mejorar la capacidad de los músculos de contraerse, así como su rendimiento, reduciendo de este modo el riesgo de lesiones.
- Los ejercicios de estiramiento pueden mejorar la capacidad de los músculos de contraerse, así como su rendimiento, reduciendo de este modo el riesgo de lesiones.

En el caso específico de la espalda debemos añadir a lo anteriormente dicho lo siguiente:

- Realizar ejercicios de inclinación de la pelvis para reducir la curvatura excesiva de la parte baja de la espalda.
- Ejercicios de fortalecimiento abdominal, a fin de ayudar a estabilizar la espalda.
- Estiramientos de la parte baja de la espalda.

Las causas que los especialistas en deporte atribuyen gran parte de la

responsabilidad de las lesiones a lo que ellos denominan factores predisponentes. Una inadecuada superficie de juego, elementos deportivos impropios, etc. pueden someter al físico a un esfuerzo superior al requerido en condiciones normales. Pero esto no es todo, también existen errores técnicos de diversa índole que pueden llevarnos a una lesión prácticamente segura. En este sentido, tanto el deportista como su entrenador y su médico deben estar en todo momento conscientes de que:

- Cada disciplina deportiva tiene su técnica, la cual ha sido desarrollada a lo largo del tiempo y probada en innumerables atletas. Tratar de ir en contra de esas normas técnicas es buscar el fracaso seguro.
- A la vez, esa técnica debe ser adecuada a cada deportista en particular. Atletas naturalmente dotados para una práctica son capaces de producir un alto rendimiento en poco tiempo, ajustándose estrictamente a la técnica correcta. Otros, al encontrar naturales resistencias en su organismo, tratan de forzar esas normas para producir un mejor rendimiento, poniéndose en riesgo.

El más alto objetivo del deporte no debería ser el mayor rendimiento a cualquier precio, sino el creciente bienestar físico, mental y social del atleta. Para cumplirlo, respetar las normas técnicas y los propios límites bajo la guía de buenos especialistas, es un camino seguro y sin riesgos.

1.5. Etiología y factores que originan lesiones

Etiología de las lesiones. Todas las personas tienen tejidos susceptibles de lesionarse por debilidad intrínseca o factores biomecánicos. Por ejemplo, los Pacientes con lordosis lumbar exagerada tienen un riesgo elevado de padecer dolor lumbar cuando manejan un bate de béisbol, y los Pacientes con pronación excesiva de los pies pueden presentar dolor en la rodilla cuando corren distancias largas. Sin corrección, el riesgo de lesión crónica es elevado porque en todos los deportes se producen movimientos específicos repetitivos. El dolor suele desaparecer cuando se abandona la actividad, pero reaparece cada vez que se reanuda.

Existen factores intrínsecos y extrínsecos que hacen que los tejidos sean susceptibles a lesionarse:

- **Factores Intrínsecos** estarían: Los desequilibrios biomecánicos, musculares y otros factores anatómicos.
- **Factores Extrínsecos:** Errores de entrenamiento, técnica defectuosa, calzado inadecuado, superficies incorrectas, ...

Uso excesivo. La causa más frecuente de lesión muscular o articular es el uso excesivo (sobrecarga). Si se continúa con el ejercicio cuando aparece el dolor se puede empeorar la lesión. El uso excesivo puede deberse a no respetar el descanso de al menos 48 h tras un ejercicio intenso, independientemente del grado de preparación.

Cada vez que se someten a esfuerzo los músculos, algunas fibras se lesionan y otras usan el glucógeno disponible. Debido a que sólo las fibras no lesionadas o aquellas que conservan una función glucolítica adecuada funcionan bien, el ejercicio intenso solicita el mismo esfuerzo para menos fibras, aumentando la probabilidad de lesión. Las fibras tardan 48 h en recuperarse y aún más para reponer el glucógeno. Los deportistas que trabajan a diario deben someter a esfuerzo diferentes regiones del cuerpo.

La mayoría de los métodos de entrenamiento recogen el principio de difícil-fácil, es decir, ejercicio intenso un día (correr a un ritmo de unos 2 km

en 5 min) y con un ritmo más lento el día siguiente (2 km en 6 a 8 min). Si un deportista se entrena dos veces al día, cada trabajo intenso se debe seguir de tres esfuerzos leves.

Factores biomecánicos. Los músculos, tendones y ligamentos se pueden lesionar cuando están débiles para el ejercicio (se pueden fortalecer mediante ejercicios de resistencia, con pesos progresivos). Los huesos se pueden debilitar por osteoporosis. Las articulaciones se lesionan con más frecuencia cuando los músculos y ligamentos que las estabilizan se encuentran débiles.

Las anomalías estructurales pueden ejercer una sobrecarga irregular en determinadas regiones corporales (p. ej., dismetría). La carrera en pistas con bancada o terrenos con desnivel requiere un mayor esfuerzo de la cadera de la pierna que golpea contra el suelo, aumentando el riesgo de dolor o lesión en esta zona.

También podemos clasificar las causas de las lesiones deportivas según sean sus factores:

Factores endógenos:

- Tolerancia al esfuerzo individual
- Límite de cansancio y esfuerzo
- Capacidad de regeneración y fatiga
- Estado físico del sistema músculo-esquelético y sistema de estabilidad
- Estado de salud; infecciones, alteraciones psíquicas...
- Edad
- Alteraciones en la dieta, nutrición, sueño, afectan en el rendimiento y en la aparición de lesiones.

Factores exógenos:

- Planificación del entrenamiento
- Tipo de superficie donde se realiza la actividad (medio acuático; mar abierto, puerto, playa, río, pantano...)
- Estado del material deportivo (pala, piragua...)
- Técnica del deporte
- Climatología

1.6. Anatomía de la espalda

La espalda tiene como eje principal a la columna vertebral que está conformada por muchos huesos, ligamentos, discos y músculos que la sostienen. La composición completa de la espalda consta de:

- La columna vertebral normal del adulto tiene 7 vértebras cervicales (**cuello**)
- 12 torácicas cervical (**porción superior de la espalda**)
- 5 lumbares grandes (**porción inferior**). Las vértebras lumbares son más grandes porque deben soportar gran parte del peso corporal
- El sacro, que comprende 5 vértebras fusionadas, se localiza **bajo las vértebras lumbares**
- 3 vértebras, también fusionadas
- Médula espinal
- Discos intervertebrales
- Músculos

Mención especial merece la parte baja de la espalda o parte lumbar de la espina dorsal está constituida por las últimas 5 vértebras de la colum-

na vertebral, ya que aquí es donde se producen la mayoría de las lesiones en los piragüistas. Las vértebras son los huesos de la espina dorsal. Su misión es la de un andamio, sujetando la caja torácica, al mismo tiempo que otorga protección a la médula espinal.

Las vértebras están unidas entre sí lo mismo que los eslabones de una cadena mediante las caras articulares que proporcionan movilidad al conjunto. Entre las vértebras, se sitúan los discos intervertebrales, que son como almohadillas amortiguadoras.

El disco está constituido por un ligamento que conecta dos vértebras y que está formado por dos partes: El annulus, o disco exterior responsable de la conexión entre vértebras El nucleus pulposus que la parte interna, formada un cartilago más blando cuya función es la absorber los impactos o choques que se producen durante el movimiento. Las raíces nerviosas conectan las terminaciones nerviosas de las extremidades con el cerebro a través de la médula espinal

1.7. Lesiones de espalda en el piragüista y tratamiento.

Las lesiones de espalda son las dolencias y lesiones que se producen en los huesos, ligamentos y músculos de la columna vertebral. Son unas de las patologías más frecuentes del ser humano, por nuestra postura bípeda. Prácticamente desde que nacemos (a partir del momento en que empezamos a andar) y durante toda la vida estamos levantando cosas de manera automática. La incorrecta manipulación de los objetos que cargamos y el adoptar posturas inadecuadas en las actividades que desarrollamos diariamente, puede causarnos dolores o lesiones que nos incapaciten. En el cuerpo humano hay alrededor de 206 huesos que unidos forman el esqueleto; el encargado de proporcionarnos una resistencia estructural además de proteger los órganos vitales y servir de punto de anclaje a los músculos. Formando parte del esqueleto está la columna vertebral o raquis. Se constituye por la superposición de treinta y tres huesos llamados vértebras, separadas unas de otras por los discos intervertebrales y unidos entre sí por ligamentos. En las vértebras se insertan músculos de distintas regiones que proporcionan una gran movilidad a la columna vertebral, sirviendo a su vez de estuche protector a la médula espinal y sus envolturas. El raquis es un órgano resistente y flexible esencial en el mantenimiento del equilibrio que desempeña un papel importante en la mecánica de todo el cuerpo. Aunque su cometido principal es soportar el peso del tronco, extremidades superiores y la cabeza (transmitiéndolo a través de la pelvis a las extremidades inferiores), no es un sistema rígido sino que está dotado de una amplia movilidad que resulta de la suma de los movimientos parciales que se realizan entre cada par de vértebras contiguas, ayudado por los discos intervertebrales, auténticos amortiguadores de la columna.

La postura bípeda (de pie), impone importantes tensiones a la espalda, sobre todo a la altura de la charnela o bisagra lumbo-sacra (donde se unen la columna lumbar con el sacro), que unido a la falta de ejercicio, la manipulación de cargas y la longevidad humanas, provoca las lesiones de espalda. Una causa cada vez más frecuente de lesiones de espalda radica en los accidentes y el las lesiones a la hora de realizar deportes.

Las alteraciones musculares más frecuentes en la espalda son:

Agujetas

Dolor y rigidez muscular que aparece después de un esfuerzo físico intenso y/o poco habitual.

Teoría de la lesión metabólica; acumulación de lactatos a nivel muscular. Los ejercicios anaeróbicos fomentan la aparición de lactatos, y también el ejercicio de media intensidad y larga duración.

Teoría de la lesión mecánica; Esta se observa a nivel del microscopio electrónico, se observa una serie de microrrupturas a nivel de la línea Z de los sarcómeros. Estas producen microedemas, pérdidas del líquido sarcoplasmático. Es frecuente en deportistas que han realizado ejercicios de contracción excéntrica de la línea Z. Explica la aparición del dolor y la rigidez muscular

Actuación:

Primeras 24h:

- Crío masaje
- Baños fríos

Primeras 48h:

- Termoterapia superficial (jacuzzi, IR (infrarrojos))
- Masaje de descarga (amasamiento, fricciones, estiramientos, disminución del tono: SUAVE)
- Estiramientos hasta el límite del dolor; disminuye el tono, reabsorbe microedemas, relaja tono)

No se recomienda el reposo absoluto, lo mejor es hacer ejercicio físico de intensidad moderada- baja.

Calambres

Contracción tetánica involuntaria de muy breve duración. La causa principal es la pérdida de electrolitos de sal mineral a través de la transpiración, debido a un esfuerzo físico intenso, con mucho calor y de larga duración... Deshidratación. La segunda causa se produce por una acidosis intrafibrilar (acumulación de ácido láctico)

Tratamiento:

- Rehidratación, de agua con algún líquido con electrolitos, sales..
- Disminuir la carga de intensidad
- Estiramientos musculares moderados
- Tratamiento sobre el punto de dolor con un cubito de hielo. Masaje

Contracturas musculares (aguda)

Contracción involuntaria duradera o permanente de uno o más grupos musculares. Un calambre es el aviso de que viene la contractura.

Tratamiento:

- Actuación inmediata, estiramientos pasivos.
- Hielo intensivo, 15-20min.
- Masaje descarga
- Disminución de la carga en el próximo entrenamiento. Entreno más regenerativo

Sobrecarga muscular

Debido a la realización de un sobreesfuerzo continuado y repetido que excede de su resistencia y/o capacidad de carga individual. Sensación de musculatura engarrotada.

En la exploración se encuentra un aumento del tono y una pérdida de flexibilidad y rigidez.

Es una lesión que no obliga al deportista a parar, por tanto se acumula y puede aparecer más grave, tipo distensión...

Tratamiento:

- Masaje de descarga, eliminar contracturas
- Estiramientos analíticos
- Criomasaje inmediatamente después del entreno
- Buena recuperación en el momento de finalizar el ejercicio físico, lavado activo, rodar 15-20min.

Distensión muscular

Afectación funcional del músculo sin llegar a la lesión anatómica. Es una agresión sobre la elasticidad del músculo pero sin sobrepasarse.

Sensación de pinchazo en un determinado grupo muscular, que como mínimo obliga al deportista a disminuir mucho la intensidad del ejercicio, si es que no ha de llegar a parar.

En la exploración habrá dolor en la palpación, dolor difuso poco concreto de todo el vientre muscular. También sentirá dolor en los estiramientos pasivos.

Tratamiento:

Primeras 24horas.

- Crioterapia intensiva, cada 2-3h.

Primeras 48horas.

- Masaje descontracturante sin incidir excesivamente en la zona dolorosa
- Estiramientos analíticos hasta el límite del dolor

A partir del 3er 4to día:

- Alguna técnica de fricción profunda sobre el punto concreto del dolor (Tecn. Cyriax)

No esta recomendado el reposo absoluto, harán ejercicios de intensidad moderada-baja. Hasta el límite de la molestia.

Esguince Lumbar

Se produce al realizar una fuerza de intensidad suficiente que pueda producir un desgarrar en los músculos y tendones de la zona lumbar. Los factores de riesgo incluyen una lordosis lumbar acentuada, una pelvis inclinada hacia adelante, unos músculos paravertebrales débiles y poco distensibles, unos isquiotibiales poco distensibles, una musculatura abdominal débil y una estructura lumbar intrínsecamente débil. El deportista se percata de una posible lesión durante la práctica deportiva porque durante el giro, al empujar o al traccionar dolor lumbar brusco. Al principio se puede continuar con el ejercicio, pero después de 2 a 3 h se produce una hemorragia que distiende los músculos y tendones y el espasmo muscular resultante produce un dolor intenso que empeora con los movimientos de la espalda. El deportista prefiere permanecer en posición fetal, con las rodillas flexionadas y la columna lumbar arqueada hacia atrás (es decir, el tronco flexionado).

En la exploración física puede existir dolor localizado o espasmo e hipersensibilidad difusa en la región lumbar, agravados por cualquier movimiento, especialmente por la flexión hacia adelante. El dolor localizado en la columna lumbar, asociado con aumento importante del mismo en

extensión, debe hacer que se sospeche la presencia de espondilolistesis (fractura de la porción interarticular).

Tratamiento:

Las primeras 24horas:

- Reposo
- Crioterapia
- Compresión en la zona

A partir 48horas:

- Crioterapia
- Ejercicios para fortalecer los músculos abdominales y paravertebrales
- Estiramientos para recuperar la flexibilidad y elasticidad de la zona lumbar

La lordosis lumbar exagerada aumenta la tensión sobre los músculos y ligamentos que estabilizan la columna. El grado de afectación viene determinado por la inclinación de la pelvis. Los ejercicios que producen inclinación hacia atrás de la parte superior de la pelvis reducen la lordosis lumbar. Así, se deben acortar los músculos rectos del abdomen por medio de ejercicios contra resistencia y elongar los músculos isquiotibiales y cuádriceps mediante ejercicios de estiramiento. El tratamiento a largo plazo consiste en la realización de ejercicios lumbares.

Esguince intercostal

La lesión traumática en los músculos que unen las costillas (internos, medios y externos) que juegan un papel de primer orden en el acto respiratorio y los nervios intercostales que irrigan e inervan parte del tórax.

- Los síntomas del esguince intercostal causan dolor en el proceso respiratorio, y con limitación dolorosa en la movilidad tanto de extensiones como torsiones de espalda.

Tratamiento:

Consiste fundamentalmente en el reposo.

Si es muy doloroso, se puede colocar un vendaje funcional

Latigazo cervical

Lesión cervical producida por una sucesiva flexión y extensión brusca y excesiva del cuello. Esa combinación puede causar sucesivamente un esguince cervical en la fase de flexión y, sobretudo, una lesión de la articulación facetaria de la columna cervical en la fase de extensión.

Se produce típicamente por un choque frontal. El impacto frontal induce la flexión excesiva del cuello y, justo después, la fuerza de reacción causa su total extensión. Además, todo ello se produce muy rápidamente, sin que dé tiempo a que la musculatura ejerza su función protectora.

- Los síntomas en el latigazo cervical causan dolor local intenso en la zona del cuello, con contractura muscular y limitación dolorosa de la movilidad. Puede acompañarse de vértigo o sensación de inestabilidad, y dolor referido a la nuca o el brazo.
- Riesgos: No tiene ningún riesgo para la vida ni la función, pero el dolor puede cronificarse.
- Diagnostico: Suele hacerse mediante la historia clínica y la exploración física. La radiografía sólo sirve para descartar la existencia de fracturas o luxaciones en las vértebras cervicales.

Tratamiento:

En una primera fase se pueden usar los mismos tratamientos que se indican en el dolor de espalda común. Existen muchos tratamientos y los que han demostrado ser eficaces se combinan en una pauta progresiva.

Inicialmente suele ser suficiente usar fármacos o realizar una intervención neuroreflejo-terápica si el dolor persiste pesar a los fármacos durante más de 14 días.

El latigazo cervical que causa una afectación importante de la articulación facetaria es una de las indicaciones concretas de la rizolisis, que consiste en destruir los nervios presentes en la articulación para evitar que sigan transmitiendo dolor. Antes de hacerlo, hay que comprobar que ese es el origen del dolor y que su realización será eficaz, con la sistemática que se describe en el apartado correspondiente. Por otra parte, es posible que el efecto de la rizolisis sea transitorio y sea necesario repetirla en el futuro.

Ruptura muscular

Lesión anatómica, ya que se sobrepasa el límite de la elasticidad muscular.

En la exploración, el deportista nos refiere sensación de pinchazo con imposibilidad de seguir el ejercicio, impotencia funcional. Hay dolor en la palpación, concreto y diferenciado. Dolor en la contracción isométrica y en el estiramiento pasivo.

Siempre se produce un derrame debido a la rotura fibrilar, pero no tiene por que verse el hematoma., se ve si la lesión es a nivel superficial.

Tratamiento:

Las primeras 24 horas:

- Crioterapia intensiva
- Reposo absoluto
- Vendaje compresivo

A partir 48 horas:

- Crioterapia intensiva
- Algunos ejercicios suaves (remar en Kayakergometro con la pala muy suave y con un vendaje funcional).
- Masaje muy suave (para hacer técnicas profundas esperaremos una semana)

Contraindicaciones:

Estiramientos analíticos hasta que pasen dos semanas

Recuperación de la musculatura

- 1.- Ejercicios isométricos (reorientan las fibras para que cicatricen con un orden)
- 2.- Ejercicios concéntricos (si los anteriores van bien)
- 3.- ejercicios excéntricos

1.8. Modelos de intervención de prevención

El tratamiento debe empezar con la prevención.

Cuando la lesión aparece, deben darse soluciones individualizadas y combinar el tratamiento médico con el podológico y fisioterapéutico.

Prevención:

El **calentamiento** implica ejercitar los músculos de forma relajada duran-

te unos minutos antes de un esfuerzo intenso. Unos pocos minutos de ejercicio pueden elevar la temperatura muscular hasta los 38°C, haciendo que el músculo sea más elástico, fuerte y resistente a la lesión. El calentamiento activo por el ejercicio prepara los músculos para un trabajo intenso de manera más eficaz que el calentamiento pasivo con agua caliente, bolsa de calor, ultrasonidos o lámpara de infrarrojos.

El **estiramiento** no previene la lesión, pero puede mejorar el rendimiento, alargando los músculos para que puedan desarrollar un esfuerzo mayor. El estiramiento se debe realizar tras el calentamiento u otro ejercicio. Para evitar una lesión directa, los deportistas nunca hacen un estiramiento superior al que pueden mantener durante 10 seg.

El **enfriamiento** (descenso progresivo hasta detener el ejercicio) puede prevenir el mareo y el síncope. En una persona que hace ejercicio intenso y se detiene bruscamente, la sangre se puede quedar estancada en las venas dilatadas, produciendo mareo y síncope. El enfriamiento mantiene el aumento de la circulación y ayuda a eliminar el ácido láctico del torrente circulatorio. No previene el dolor muscular del día siguiente (agujetas), que está producido por lesiones de las fibras musculares.

1.9. Cuidado de la espalda

Una práctica que los deportistas y entrenadores debían conocer es la de los masajes, en este caso nos centraremos en la espalda ya que después de un ejercicio intenso y vuelta a la normalidad, una parte importante de una correcta recuperación es la tonificación muscular y la relajación. Principalmente de esta parte del cuerpo donde reside la columna vertebral.

Con la aplicación de las distintas técnicas de masaje en deportistas se consiguen principalmente lo siguiente:

- Calmar los esfuerzos realizados por el deportista, ya que el masaje favorece la recuperación de los distintos sistemas musculares.
- Evitar accidentes debidos al esfuerzo muscular.
- Calmar posibles dolores de terminaciones nerviosas.
- Descongestionar y eliminar desechos debido al ejercicio excesivo.

1.10. Masaje en el deporte (Cuidado de la espalda)

Antes:

Prepara al individuo para la actividad física. Es un apoyo al calentamiento. Maniobras superficiales de carencia rápida, buscando la tonificación; fricciones, vibraciones y percusión.

No utilizar cremas vasodilatadoras con intención sustitutoria del calentamiento, porque es calor químico.

Es un masaje breve e intenso, nos permite hacerlo por encima de la ropa.

Durante:

Soluciona los problemas musculares que se puedan producir durante la actividad física. Inicio de contracturas, contusiones...

- Actuación condicionada al tiempo del que disponemos
- Masaje que busca la relajación de una contractura
- Criomasaje para actuar sobre una contusión para evitar el edema
- También se puede volver a estimular al individuo, de cara a la segunda prueba (eliminatória - semifinal - final, ...)

Nunca, relajaremos la musculatura.

Después:

Inmediatamente después del ejercicio:

- Masaje para ayudar a eliminar los productos tóxicos acumulados durante la actividad.
- Lo más eficaz, es el criomasaaje. De 0-3h después del ejercicio, relaja y disminuye el tono.

A partir de las 24 horas:

- Masaje de descarga. Elimina contracturas, fibrosis...
- Maniobras lentas, profundas, amasamientos. Podemos compararlas con estiramientos analíticos de la zona de la lesión. Mínimo 30min, el de espalda. Evita la aparición de posteriores problemas más graves.
- Es importante que el masaje lo realice un fisioterapeuta, con el material adecuado, buena temperatura, tranquilidad.
- Se utilizarán aceites o cremas blancas. Ni productos antiinflamatorios, ni antiálgicos... si el deportista lo desea, se lo pondremos una vez finalizado el masaje.

Lo ideal, en todos los casos es poder tener a disposición del deportista un fisioterapeuta, o bien, un masajista, lo cual evidentemente en la mayoría de los casos no es posible, por ello a continuación vamos a describir unas técnicas básicas para poder aplicar a nuestros deportistas, una vez terminada toda la sesión de entrenamiento, y referidas a la espalda.

Lo primero que hemos de tener es al deportista relajado, sobre una camilla a fin de soltar los músculos de la zona, empezaremos con una fricción de abajo arriba empezando por los músculos esplenios descendiendo y subiendo a lo largo de toda la espalda con nuestras manos totalmente abiertas, después cambiaremos el sentido del centro hacia fuera a modo de un vaciamiento de la tensión, con especial atención al trapecio, deltoides, infraespinosa y dorsal ancho.

Seguidamente y ahora con los puños (manos cerradas) realizaremos una fricción sobre los músculos antes reseñados, en sentido arriba abajo en la espalda, una vez terminado con este proceso (unos 5 minutos), amasaremos toda la zona de abajo-arriba desde la primera vértebra sacra y con las yemas de los dedos subiendo hasta la nuca, para bajar posteriormente por el encajamiento de las vértebras dorsales, lumbares y sacras.

Finalmente y con las manos estiradas igual que antes, pero llegando hasta el trapecio, bajando con las palmas de las manos planas hasta el final de la columna vertebral, se termina con movimientos laterales para dejar relajada toda la espalda.

En caso de notar nudos o zonas de tensión bajo la piel, hemos de insistir particularmente en esos puntos.

2. PARTE PRÁCTICA

2.1. Descripción del proyecto de investigación.

El presente proyecto de investigación tratará de analizar los factores que influyen en la proliferación de lesiones en la práctica del piragüismo de un grupo de palistas del RCN de Palma, así como la evaluación de la efectividad del protocolo de intervención en caso de ocasionarse una lesión.

Los resultados de este proyecto se compararán con el número de lesiones sufridas por los palistas en temporada anterior.

2.2. Justificación.

A lo largo de estos años de entrenador con el RCN de Palma, mi preocupación por la prevención de lesiones ha sido una constante. Analizar la planificación de los entrenamientos para contemplar la parte preventiva ha sido y es uno de los objetivos planteados. Así y todo cada año, existen determinadas personas que a lo largo de la temporada tienen alguna lesión de carácter leve o moderado, en pocas ocasiones graves pero que de alguna manera afectan al ritmo del entrenamiento y a la progresión del palista. Es por ello que temporada tras temporada se trata de planificar la actuación de cara a la prevención por un lado y a tener claro un protocolo de intervención profesional, técnico para paliar lo antes posible la lesión y no perder tiempo de actuación.

2.3. Muestra de estudio.

La muestra de estudio la componen treinta y seis palistas, distribuidos en las siguientes categorías:

Categorías	Masculino	Femenino	Total
Alevín < 13	2	2	4
Infantil 13 - 14	9	3	12
Cadete 15 -16	7	1	8
Júnior 17- 8	2	4	6
Senior > 18	2	2	4
Veterano > 40	1	1	2
Totales	23	13	36

2.4. Hipótesis de trabajo.

Podemos barajar varias hipótesis de trabajo:

A mayor control en la parte del calentamiento, correcta ejecución de los ejercicios y una posición corporal adecuada en el paleo, menos posibilidades de lesiones en los palistas.

A mayor conocimiento de la morfología y condición física del palista por parte del entrenador, menos posibilidades de lesiones.

A mayor potenciación de las partes deficitarias de la condición física del palista, menor número de lesiones.

A una actuación inmediata en el momento de producirse la lesión, disminuyen los daños y mayor rapidez en la recuperación.

2.5. Recursos implicados.

- recursos humanos:

- ☒ Pertenecientes al RCN:
 - Palistas: treinta y seis palistas
 - Entrenador/es: Dos
- ☒ Pertenecientes al equipo médico:
 - Médico: Uno, especialista medicina del deporte
 - Fisioterapeuta: Uno

- recursos económicos:

- ☒ Financiación de los gastos originados por la atención médica o fisioterapéutica.
- ☒ Pago de la mutua de deportes

2.6. Temporalización y contexto.

El trabajo comprenderá un periodo de estudio de abarcará desde el

comienzo de la temporada (octubre 2004) hasta abril (2005).

El contexto será el espacio en el cual se desarrolla la práctica del entrenamiento y competición.

Entrenamiento de tierra: instalaciones del gimnasio del RCN de Palma

Gimnasio de 420m2 dotado de:

- Barras de espaldaras
- Dos Bancos de Abdominal
- Banco de Lumbar
- Maquina de tracción (Jalón dorsal)
- Maquina de Pectoral
- Banco de Bíceps
- Maquina Multifunción (Jalón dorsal, Tríceps, Remo con cable a una u dos manos, extensión y tracción en polea, alta y baja, barras)
- Banco de press tras nuca
- Dos bancos de press de banca
- Soporte con juego de pesas
- Soporte con cinco barras libres
- Banco para tríceps en paralelas, barras y elevación de piernas
- Banco de tracción dorsal
- Maquina de tríceps
- Banco de remo
- Dos cintas de carrera
- Cuatro Bicicletas estáticas
- Escalera

- ☒ Piscina climatizada de 18 metros y 4 calles
- ☒ Piscina de 25 metros y 8 calles
- ☒ Paseo marítimo, longitud de hasta 8000 metros usada para las actividades de carrera.

Entrenamiento en agua: instalaciones marítimas del RCN de Palma

☒ Lamina de agua en buenas condiciones hasta 500 metros, a partir de esta distancia, esta limitada por las condiciones meteorológicas y tráfico portuario (viento, oleaje).

Competiciones: calendario de competiciones hasta Cto España de finales de abril de 2005:

- ☒ Octubre: Control físico en tierra
- ☒ Noviembre: Dos regatas autonómicas
- ☒ Diciembre: Controles físicos, tierra y agua
- ☒ Enero: Control físico tierra y agua, regata autonómica, todas las categorías
- ☒ Febrero: Dos regatas autonómicas.
- ☒ Marzo: Campeonato de Cataluña, Campeonato de Baleares.
- ☒ Abril: Campeonato de España, días 2 y 3.
- ☒ Abril: Copa de España de pista 1000 m

2.7. Conclusiones.

Las tres lesiones de espalda, observadas, una vez que se ha incidido en un mayor control de sus estiramientos, (Psoas zona lumbar, isquiotibiales y espalda), y de la potenciación de los grupos musculares deficitarios (abdominales y oblicuos), no se han vuelto a repetir las molestias en ninguno de los tres palistas. (anexos 3, 9 y 11)

En las fases de cambio del entrenamiento de general a especial, se han

detectado en algunos palistas molestias de espalda, por lo que se hace preceptivo una adaptación mas progresiva y una potenciación adecuada en los grupos musculares que así lo precisan.

Se ha potenciado de forma general, para todos los palistas los estiramientos de zona lumbar y isquiotibiales, así como la potenciación de abdominales y oblicuos, lo que ha generado una mejora en la técnica, mayor amplitud en la palada y reducción en las ligeras molestias de espalda que en ocasiones comentan los palistas.

2.8. BIBLIOGRAFÍA

Resumen de las características fisiológicas del canoa-kayak. Publicado en el vol. I de Comunicaciones Técnicas de la Federación Española de Piragüismo, 1988.

Fernández B., Pérez-Landaluce J. y Terrados N.: **Valoración funcional en canoistas de elite.** Medicina y Deporte, 3, 5: 47-49, 1989.

Fernández B., Terrados N., Pérez-Landaluce J. y Rodríguez M.: **Patología del piragüismo.** Archivos de Medicina del Deporte 35:315-319, 1992.

Pérez-Landaluce J, Rodríguez Alonso M., Fernández García B., Seguí Santos J, García Busto O. y Terrados N. **Ahorro energético y metabólico de la navegación en la estela en piragüismo.** Archivos Medicina del Deporte, vol.XIV, 58: 103-108, 1997.

Pérez-Landaluce López, J., Rodríguez Alonso, M., Fernández García, B., Terrados, N., García-Herrero, F., y Cobos Trellez, J. **Relación del VO2max específico y umbral láctico (4mmol/l) con el rendimiento de mujeres kayakistas de alto nivel durante un año de entrenamiento.** Archivos de Medicina del Deporte. Vol XV, 67: 385-390. 1998.

Pérez-Landaluce, J., Rodríguez-Alonso, M., Fernández-García, B., Bustillo-Fernández, E. and Terrados, N.: **Importance of wash riding in kayaking training and competition.** Medicine and Science in Sports and Exercise. 30(12):1721-1724, 1998.

Pérez-Landaluce, J., Rodríguez-Alonso, M., Fernández-García, B., Bustillo E. and Terrados, N.: **Aerobic power and anaerobic capacity in junior and senior women kayakers.** The south African Journal of Sports Medicine. 7(1):13-16, 2000.

Terrados N., Pérez-Landaluce J. Y Fernández García B.: **Nuevos aspectos del metabolismo energético y de la fatiga en deportes de larga duración.** Deporte Salud y Entrenamiento. 1:10-14, Octubre de 2001.

Cinética del oxígeno en el piragüismo de competición. Comunicación en el III Congreso Nacional de la Federación Española de Medicina de Deporte. Murcia, septiembre de 1989.

Terrados N. y Fernández-García B.: **Termodinámica y ejercicio físico. En: Fisioterapia ante los riesgos derivados de la práctica deportiva.** Editado por Universidad Rey Juan Carlos, Fundación Real Madrid y Funderforsora. ISBN: 84-931229-6-3, Madrid 2002.

Patología del piragüismo. Fernández B., Terrados N., Pérez-Landaluce J. y Rodríguez M.: Archivos de Medicina del Deporte 35:315-319, 1992.

MIRANDO POLO DEPORTE

MIRANDO POLO FUTURO



Programa de axudas a clubs deportivos

1,5 millóns €

Organización de eventos deportivos

370.000 €

Organización Regata Príncipe Asturias

50.000 €

Axuda a 22 clubs de piragüismo da Provincia

77.750 €

Os valores do deporte son os que levan a **Deputación de Pontevedra** a apoiar a súa práctica a través de diferentes plans e infraestruturas.

A **Deputación de Pontevedra** establece colaboracións coa Administración autonómica para promover a construción de pavillóns e instalacións para a práctica do deporte e a organización de eventos e actividades deportivas en boa parte da provincia.

Miramos polo deporte, miramos pola xuventude, miramos polo futuro, miramos por tí.

A **Deputación** tamén traballa por e para o Deporte.



DEPUTACIÓN DE PONTEVEDRA