



ANÁLISIS TÁCTICO DE LA PRUEBA DE 1.000 MTS. EN PIRAGÜISMO

Autora: M^a DE LOS ANGELES VIÑA RODRIGUEZ.

INDICE

- * Resumen
- * Introducción
- * La táctica en Piragüismo
 - Factores que condicionan la táctica
 - Elementos tácticos
 - Variantes en la distribución del esfuerzo
- * Análisis táctico de la final Olímpica de Barcelona'92
- * Análisis táctico de la final Olímpica de Atlanta'96
 - Comparación entre ambas pruebas
- * Conclusiones
- * Bibliografía
- » Anexo

RESUMEN

Partiendo de documentación bibliográfica, donde se buscarán diferentes visiones tanto de diferentes autores, como contrastadas en el tiempo, se sentarán las bases del planteamiento teórico de la táctica en Piragüismo y especialmente en la prueba que nos ocupa.

A raíz de esta recogida de datos se realiza un análisis práctico de las dos últimas finales Olímpicas de K-1 1 000 mts.

Se estudiarán por separado, basándose en el análisis de unas gráficas elaboradas con esta finalidad. Intentando establecer unas pautas generales en cada una de las pruebas para proceder, luego, a una comparación que determinará si se confirma la hipótesis planteada en el trabajo. Es decir, si en los últimos años ha habido una evolución táctica en dicha prueba.

Hemos concluido que las mayores diferencias se basan en un aumento de la uniformidad en la ejecución de la prueba y en el paso de un planteamiento regresivo a uno más progresivo en el que los palistas mejoran el último 250. Con ello se tiende hacia un planteamiento más anaeróbico de la prueba, donde los especialistas tienen tanto una potente salida como una igual potente llegada, con diferencias mínimas en los tiempos de ambos tramos.

Así también, y a raíz de unas entrevistas realizadas a algu-

nos palistas se han puesto de manifiesto algunas diferencias entre pruebas nacionales e internacionales.

INTRODUCCION

Este trabajo, basándose en el análisis de la táctica en la prueba de 1000 mts. en Piragüismo, pretende establecer si se han producido algunas variantes en la misma durante los últimos años.

Para ello, realizaré una revisión bibliográfica sobre el tema propuesto, recogiendo los diferentes factores que determinan la táctica en un deporte como el que nos ocupa. Para centrar el estudio me limitaré a la prueba de K-1, individual y llevada a cabo en un espacio separado con participación simultánea de los palistas que intervienen en una determinada regata.

Así pues, la parte central del problema será el análisis de las pruebas finales de las dos últimas Olimpiadas. Con el fin de encontrar similitudes y diferencias entre los planteamientos tácticos, tanto entre los participantes de cada una como entre ambas. Para ello contaremos también con las experiencias aportadas por algunos piragüistas presentes en Atlanta y/o en Barcelona, con los que hemos podido mantener unas entrevistas que enriquecerán las conclusiones.

El objetivo será conseguir determinar, si las hubiese, las variantes que se han producido en estos cuatro años.

La razón por la que he elegido este trabajo es por una combinación simple, quería estudiar sobre algo cercano a mi entorno y en lo que tuviese algún conocimiento, pero también despertó mi curiosidad la propuesta de analizar algo totalmente nuevo; así que he conseguido mezclar ambas propuestas pues, a pesar de años de experiencia como piragüista mis conocimientos sobre la distancia de 1 000 mts. son casi nulos (en lo que se refiere a competición), ya que esta distancia no entraba en el programa de las Damas.

Así pues, destacar que la idea partió del hecho de que este año se ha incluido esta distancia en las pruebas femeninas, con lo cual su importancia queda justificada. Queda, pues, este trabajo abierto y esperando una comparación entre la prueba en categoría masculina con la femenina. Aunque habrá que aguardar unos años para que los resultados de las Damas sean fiables para el análisis, dada la falta total de experiencia en dicha distancia.

LA TACTICA EN PIRAGÜISMO.

En la actualidad se define la táctica como "los modos más o menos racionales de conducción del certamen empleados por el deportista, supeditados a un determinado proyecto y plan de consecución del objetivo de competición" Matveiev 55

La táctica, por tanto, es una forma de competir planeada en base a las ocasionales circunstancias de cada carrera y en la rapidez técnica y capacidad del competidor.

Hoy en día, para obtener buenos resultados no sólo hace falta fuerza y resistencia, sino amplios conocimientos tácticos.

El sentido táctico es una aptitud, aunque con la debida instrucción se puede obtener, desarrollar y elevar a un alto nivel.

En la formación de un buen sentido táctico desempeña un papel importante el entrenador.

En el caso concreto de un deporte como el Piragüismo, en el que prima la resistencia, el problema táctico para el deportista es elegir cuál es la distribución óptima de su esfuerzo, en función de la distancia de competición, 500, 1000. El proceso de entrenamiento de esta distribución debe permitir ciertas modificaciones, que faciliten su imposición y utilización, durante la prueba, contra el resto de participantes.

La preparación incluye la estrategia, antes de la competición; y la táctica, ejecución durante la prueba.

La previa busca determinar, desarrollar y afianzar la variante o variantes tácticas más adecuadas para lograr el objetivo propuesto de nuestro palista. Mientras que, la ejecución táctica durante la prueba se centra en la aplicación de la variante táctica a la situación real de competición y de acuerdo siempre con su nivel de rendimiento y el objetivo a conseguir.

FACTORES QUE CONDICIONAN LA TÁCTICA

La formación de la táctica individual de los competidores de kayak y canoa depende de muchos factores, de los cuales enumeramos los principales:

-La rapidez, la fuerza, la resistencia y la técnica: es decir, hasta qué punto puede el competidor ejecutar las distintas misiones de orden técnico.

-El conocimiento de la posible técnica de los adversarios, la rapidez, resistencia, distribución de fuerzas, etc.

-Saber juzgar realmente hasta qué punto y de qué manera aplican los jueces de la carrera los reglamentos.

-El conocimiento del recorrido, factores cismáticos, las olas y la importancia que estos factores pueden tener durante la carrera.

Estos factores podemos desglosarlos y analizarlos más detalladamente:

Características de la competición.

1- Forma de la competición

-Según el programa del Campeonato del Mundo, con elimi-

natorias, repescas, semifinales y finales.

-Si es final directa.

En cualquiera de los dos casos se deben regular las fuerzas, de tal forma que se realicen las pruebas de la forma más económica posible y reservando la mayor cantidad de energía posible para el momento cumbre de la competición. Este momento está en función del objetivo a conseguir por el palista en esa competición; llegar a la final, a la semifinal, etc. Este objetivo viene determinado por el momento de la temporada y por el nivel de rendimiento o preparación en ese momento.

2- El calendario de la competición, tiempo que existe entre las diferentes pruebas. Nos muestra el tiempo que dispone el palista para su recuperación, determinando de esta manera el número de pruebas a participar. Si es insuficiente la recuperación, deberemos optar por elegir entre las diferentes pruebas en las que está inscrito en la competición u orientar nuestra preparación hacia un desarrollo de la resistencia que permita la recuperación del palista.

3- El horario de las pruebas, también nos indica cuándo deberemos realizar el máximo esfuerzo. No es lo mismo competir a las 9 de la mañana que a las 8 de la tarde o a las 2 del mediodía. Esta gran variabilidad de horarios debe tenerse en cuenta a la hora de programar la preparación. De tal manera que el palista esté acostumbrado a realizar los máximos esfuerzos a la hora del día a la que competirá.

Lugar de competición:

-Tipo de pista.

-Tiempos que normalmente se hacen en ella.

- Anchura de las calles.

- Si existe corriente en alguna de las calles.

- Profundidad de las diferentes calles y de las diferentes zonas de la pista, en especial salida y llegada.

Estos datos ayudan a determinar la variante táctica más efectiva para esa competición en concreto y las variantes tácticas a utilizar en función del lugar donde nos toque competir. Por ejemplo si la profundidad es escasa en los metros finales de la competición debemos buscar una variante que nos sitúe en buena posición antes de llegar a esta zona. Si nuestra calle tiene la zona final protegida por el viento debemos realizar una regata que nos permita llegar lo más descansados posible a este tramo, donde sacaremos el máximo provecho a nuestras capacidades.

Climatología:

Dirección del viento.

Lluvia y temperatura media en las fechas de la competición.

La dirección del viento, junto a los tiempos que normalmente se hacen en la pista, nos permiten fijar los objetivos, en cuanto a tiempo, que debemos conseguir.

La temperatura ambiente y la necesaria adaptación a ella son factores a considerar a la hora de planificar, no ya en la variante táctica, sino el lugar de entrenamiento previo a la competición.

Estado y objetivos del palista.

El estado del palista se refiere a su nivel de rendimiento actual. Esto define claramente el objetivo a conseguir en la

competición. El análisis de las características propias del palista y de sus actuaciones anteriores nos permite definir la variante táctica más provechosa para su persona, optimizando de esta manera sus cualidades más relevantes.

En otro tipo de competiciones donde el proceso de entrenamiento no se ha completado todavía, el objetivo de la competición es el testear o controlar la evolución de este entrenamiento. En este caso el planteamiento táctico depende únicamente de los objetivos marcados en la preparación del palista.

Adversarios:

El análisis de los adversarios es una fuente de información por partida doble. Por una parte nos ayuda a determinar las tendencias más exitosas que existen a la hora de distribuir el esfuerzo durante la competición, y por otra, el análisis de sus competiciones permite descubrir

características de su comportamiento que podemos contrarrestar con nuestra táctica. Por ejemplo, Palistas que basan su rendimiento con una gran salida pueden ser vencidos con una variante táctica que potencie la salida, reduciendo su ventaja inicial, reduciendo su ventaja inicial, que posteriormente es anulada con nuestra mejor preparación de resistencia específica.

Es fundamental también saber en que calle van a ir situados los adversarios, con el fin de establecer la estrategia más adecuada a las circunstancias.

ELEMENTOS TÁCTICOS

En Piragüismo existen dos tipos de competiciones con características muy diferentes: carreras en línea y fondo.

En las pruebas de fondo existe una gran interacción entre los competidores y el objetivo es ganar, por encima de planteamientos de máximo rendimiento. Es por tanto aquí donde de una forma más rica y variada se toman decisiones sobre la utilización de los elementos tácticos, tales como:

Conocimiento de los oponentes.
Elección del lugar de salida (si se puede)
Ritmo de salida.
Colocación durante los primeros metros.
Ritmo a utilizar durante el primer largo.
Colocación en la ciaboga.
Ritmo de paleo.
Ciabogas.
Ritmo en los últimos 1 000 metros.
Colocación en los últimos metros.

Pero no es este el caso que nos ocupa, sino las pruebas de carreras en línea en distancias olímpicas, también llamadas competiciones de pista, el competidor palea por su calle sin que exista relación con el oponente. Esto hace que en las competiciones se palee siempre a conseguir el máximo rendimiento en la distancia. En este caso predomina la **búsqueda de una distribución del ritmo de paleo** y por tanto de una **distribución del esfuerzo** que lo permita. En este caso el único elemento táctico es la distribución del esfuerzo.

La distribución económica del esfuerzo durante la competición parece ser la más económica fisiológicamente. Sin

embargo, esta regularidad que podemos apreciar en otros deportes no aparece en el Piragüismo.

Este deporte tiene ciertas características que marcan el desarrollo táctico de la competición:

A) La ausencia de un tiempo récord o de tiempos de referencia fiables.

B) La no existencia de condiciones standard de competición y entrenamiento que nos permitan abordar el entrenamiento de ritmo de una forma más rigurosa, relacionando intensidad y tiempo, o distancia y tiempo.

C) La salida supone un gasto energético suplementario que penaliza el desarrollo posterior de la competición.

D) El estado del agua y la aparición de olas, producidas por las embarcaciones que van por delante, limitan la diferencia o ventaja que podemos dar a nuestros competidores, puesto que dificultan el normal desplazamiento de la piragua.

E) La variabilidad en la velocidad de la piragua es muy limitada, lo que reduce las posibilidades de remontar una posición retrasada durante la competición.

F) Psicológicamente es difícil dar ventaja a un adversario, previendo un posterior derrumbamiento que nos permita alcanzarlo de nuevo.

G) Las modificaciones en la velocidad de desplazamiento son más estables en las embarcaciones de equipo y a medida que aumentan sus integrantes, que en las monoplazas.

VARIANTES EN LA DISTRIBUCION DEL ESFUERZO.

Para la distancia de 1000 metros, en la que basamos el trabajo, la necesaria uniformidad en la distribución del esfuerzo se ve reforzada por la duración de la prueba. En este caso las relaciones entre los tiempos de paso son mucho más estables que en los 500 metros.

Los **primeros estudios sobre la táctica en las carreras de 1000 mts.** apuntan a una salida con mucho vigor y un paleo con fuerte ritmo durante los primeros 400 ó 500 mts.; después de llegar a esta altura, la mayoría de los participantes disminuían el ritmo, debido al gran esfuerzo realizado. Ganaban estas carreras los competidores que tenían mayor resistencia y mayor capacidad en los últimos metros de la carrera. Más adelante las características de la prueba fueron cambiando, a una salida vigorosa sucede una fuerte aceleración de la embarcación durante 200 ó 500 mts.; luego, durante 700 a 800 mts., hay que palear con fuerte ritmo hasta que llegar a meta.

Próximo capítulo

ANÁLISIS TÁCTICO DE LA PRUEBA DE 1.000 MTS. EN PIRAGÜISMO

Lo más importante es que el competidor debe palear el recorrido con ritmo uniforme y la embarcación se debe desplazar lo más uniformemente posible, ya que la resistencia del agua aumenta al cuadrado de la velocidad de la piragua.

El ritmo con el que se debe palear depende de la capacidad del competidor.

El **palista rápido** comienza a palear con fuerte ritmo hasta los 700 u 800 mts. ; a partir de ahí pasea con menos intensidad y luego gradualmente, aumenta el ritmo hasta la meta. Si no comienza a palear con el ritmo propio al que está habituado, sino que conscientemente ejecuta los movimientos con mayor lentitud, en teoría, para el final de la carrera, no puede quedarse rezagado; pero en la práctica está demostrado que si el competidor no obtiene ventaja al comienzo de la carrera, para los momentos finales se fatiga de la misma manera que si hubiera comenzado la carrera con un fuerte ritmo y gran esfuerzo. La salida debe ser, por tanto, enérgica, vigorosa y veloz y hay que desarrollar la resistencia durante los entrenamientos.

Otros **competidores** salen con **ritmo lento** y en la parte final de la carrera se adelantan a los demás. Esta es la táctica de los más resistentes, que pueden mantener un ritmo más uniforme. A ellos les favorecen todas las circunstancias adversas, por ejemplo, el viento en contra, las olas, etc. Naturalmente, estos competidores deben tener mucha confianza en sí mismos porque ocurre frecuentemente que el resto de los participantes se adelantan tres o cuatro barcos, y ellos no pueden dejar de palear a su propio ritmo ni precipitarse para alcanzar al resto de las embarcaciones. Metro a metro deben recuperar la desventaja y ganar la carrera en la parte final del recorrido. Aún así el palista debe fortalecer su cuerpo durante los entrenamientos para lograr ventaja también en las salidas.

Se consideran unas normas generales, que luego contrastaremos con los datos reales, para esta distancia. Son las siguientes:

- * El primer 250 es el intervalo más rápido de la distancia.
- * Los otros tres intervalos mantienen una mayor uniformidad, predicándose una disminución de la velocidad.
- * El intervalo más lento suele ser el tercero o cuarto. Aunque es posible la utilización de intervalos de referencia más cortos nos mostrarían de forma clara un aumento de la velocidad en el último tramo de la carrera.
- * En esta distancia es relativamente más fácil encontrar planteamientos tácticos que aumenten la velocidad en la segunda mitad del recorrido en detrimento de la primera.

En la actualidad, podemos destacar algunas variables a las que acogernos:

- Un **planteamiento regresivo** en velocidad, en la cual la velocidad va disminuyendo progresivamente. Planteamiento que parece ser el imperante en la distancia de 500 mts., donde las capacidades de fuerza y las vías energéticas son anaeróbicas.
- Un **planteamiento uniforme** en velocidad. En este caso la velocidad mantiene un comportamiento más estable, aunque el tramo más rápido siempre se encuentra próximo a la salida, como en el caso de la prueba objeto de nuestro

estudio. puesto que este planteamiento alcanza su máxima rentabilidad el potencial aeróbico individual.

250mts	500mts	750mts	1000 mts
x	X + 1	X + 2	X + 2

- Un **planteamiento progresivo** en velocidad, donde el tramo más rápido se encuentra al final del re-corrido. Este tipo de planteamiento tiene enormes dificultades al no poder evitar los problemas de olas, producidos por el resto de las embarcaciones. Sin embargo esta variante es utilizable en la distancia de 1 000 mts. y cuando en la calle contigua se encuentran palistas de un nivel superior al nuestro y queramos usar la ola como elemento de remolque. Este recurso táctico está condicionado por la distancia mínima entre embarcaciones exigida en una prueba de velocidad, 9 mts. Lo que hace que sólo podamos utilizarla cuando el nivel del palista o barco de equipo contrario sea claramente superior. Es decir, respetando la distancia mínima entre embarcaciones, casi nunca podremos ganar al barco al que hemos chupado ola.

250mts	500mts	750mts.	1000mts
X+2	X+2	X+1	X

A la elección de la variante táctica mas aconsejada nos ayudará el concepto de velocidad de reserva: diferencia entre la velocidad en la distancia 100 mts con barco en movimiento, y la velocidad en un intervalo de 100 mts durante una prueba de 500 o 1000 mts. Es tanto un indicador de resistencia específica como táctico, pues nos permite saber cuál es el margen de mejora que puedo obtener en el desplazamiento de la embarcación.

La variante táctica elegida debe basarse además de en los condicionantes tácticos expuestos anteriormente, sobre todo en las características individuales, tanto físicas como psicológicas, de cada palista. Así palistas con un gran potencia; de fuerza y resistencia anaeróbica deberán optar por un planteamiento regresivo, y palistas con un gran potencia; aeróbico, por un planteamiento uniforme o incluso progresivo.

En las pruebas de 1000 mts. :

500mts	1000mts		
X	X+3		
250mts.	500mts	750mts	1000mts
X	X+2	X+3	X+2

Para obtener el máximo rendimiento posible es necesaria una gran disciplina táctica:

- * Durante el entrenamiento, con el objeto de lograr el necesario acondicionamiento.
- * Durante la competición donde el palista se debe abstraer de las circunstancias exteriores.

Sin embargo, es necesario fomentar cierta adaptabilidad táctica en función de la situación real de la competición, de las características de los adversarios y de su situación en el campo de regatas.

ANALISIS TACTICO DE LA FINAL OLIMPICA DE BARCELONA'92

Lo primero que debo reseñar es que el orden de las calles no es el real, sino que se refieren al orden de llegada. Así, la calle 1 se referirá al Campeón Olímpico y no al palista que iba por dicha calle durante el desarrollo de la prueba.

Hecha esta aclaración entraré directamente en el análisis de la prueba tomando como material los registros de tiempos parciales distribuidos por la organización, de los que me he servido para realizar las gráficas que se adjuntan.

En la primera se sigue el desarrollo de la prueba en base a los tiempos de paso cada 250 mts. La siguiente compara el porcentaje que ocupa cada parcial dentro del tiempo total realizado por cada palista; y la tercera, que es la que en definitiva me ha sido más útil, desvelando claramente las diferencias entre los planteamientos de los ocho finalistas, representa los distintos parciales en barras.

Se puede observar un planteamiento táctico similar entre los finalistas.

Si dejamos para una posterior valoración la carrera de la calle 8, la cual está condicionada por unas características especiales, se sigue una línea bastante regular durante toda la prueba.

Dejaré a un lado, por un momento, las diferencias de tiempos para analizar únicamente las relaciones entre los cuatro parciales en los que hemos dividido la prueba.

Como se observa en las gráficas, las calles 2,3,4 y 6 siguen una evolución idéntica y totalmente regresiva en los cuatro tramos de la

- salida fuerte, siendo el primer intervalo el más rápido de la prueba;
- los tres intervalos siguientes disminuyen en velocidad;
- la mayor uniformidad se mantiene entre el 250-750;
- siendo el último 250 el más lento.

Únicamente el palista de la calle 7 mejora el tiempo del último parcial respecto de su anterior. Dado su buena salida, podemos deducir que sea un especialista de 500 mts., de gran potencia y que no tenga muy bien asimilado el ritmo de 1000 mts. por lo que, al no vaciarse en la parte central puede mejorar su ritmo en el último 250. Este último parcial, que a pesar de ser rápido en su planteamiento es lento con respecto al ritmo de la prueba, delata una deficiencia en su estado aeróbico.

La regularidad de la calle 1 es muy destacada, es el único palista que mantiene la velocidad en los tres primeros parciales, siendo incluso el tercero más rápido. Este aumento de ritmo, junto a un cuarto parcial con diferencias mínimas de ritmo con respecto a los demás y el más veloz de todos los 250 mts finales le dará la victoria.

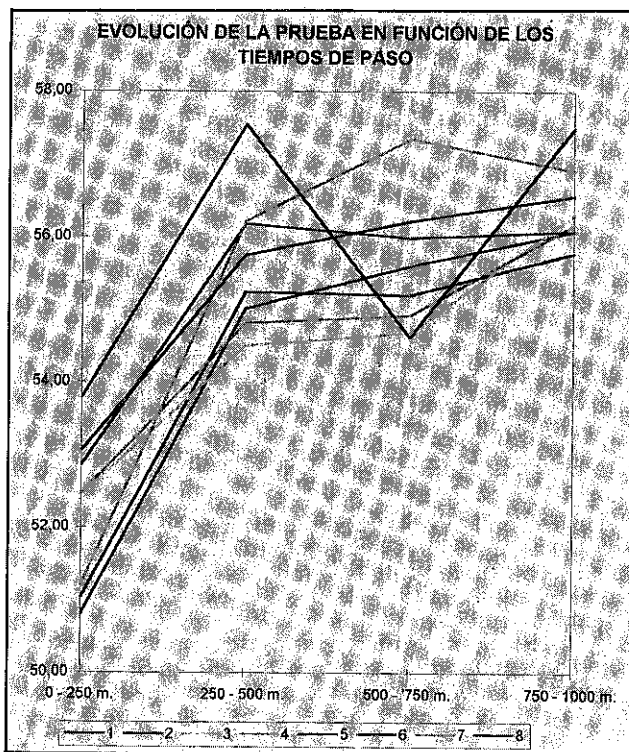
Dicho planteamiento ha sido seguido de igual modo por la calle 5, de la prueba realizada por éste palista señalamos que, a parte de aumentar la velocidad en el tercer parcial, su cuarto parcial es igual de rápido que el segundo. Un planteamiento igual lo ha seguido la calle 8, pero ya nos hemos referido antes a la características personales del

palista en cuestión. No quiero decir con ello que en la táctica seguida por los demás palistas no hayan influido, es más, son la razón fundamental para el decantamiento por una estrategia u otra; sino que en este caso interfieren especialmente en el desarrollo de esta prueba es cuestión. Por tanto, y dado que ha supuesto una táctica peculiar en relación a los demás competidores (claramente observable en el gráfico 1) voy a justificar sus circunstancias. Especialista de 500 mts. Campeón del mundo en esta distancia el año anterior a la Olimpiada, su objetivo principal era la prueba del K-1, 500 mts, dado que el 1 000 es anterior en el calendario olímpico su planteamiento estaría más supeditado a una transferencia positiva con relación a la prueba de 500 que a un puesto destacado en la prueba que analizamos. Así pues, no podemos utilizarlo como referencia para establecer una táctica general de la prueba.

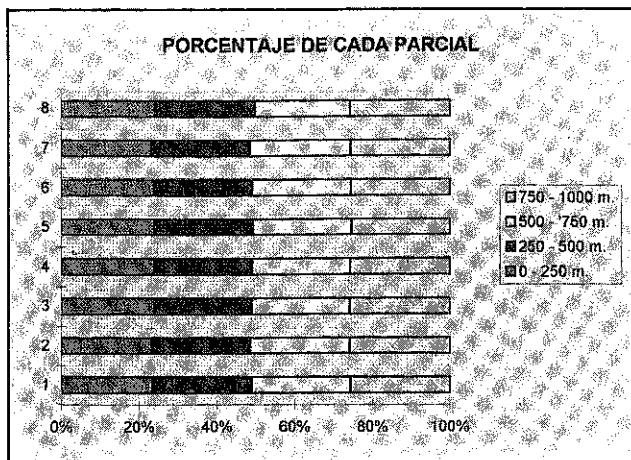
Tras el análisis de esta prueba afirmamos que lo más eficaz, lo que ha propiciado los mejores resultados es un planteamiento en el que el primer 250 es el más rápido y a partir de ahí se intentará mantener un ritmo lo más uniforme posible, ajustándose a un planteamiento regresivo.

TIEMPOS DE PASADA BARCELONA'92

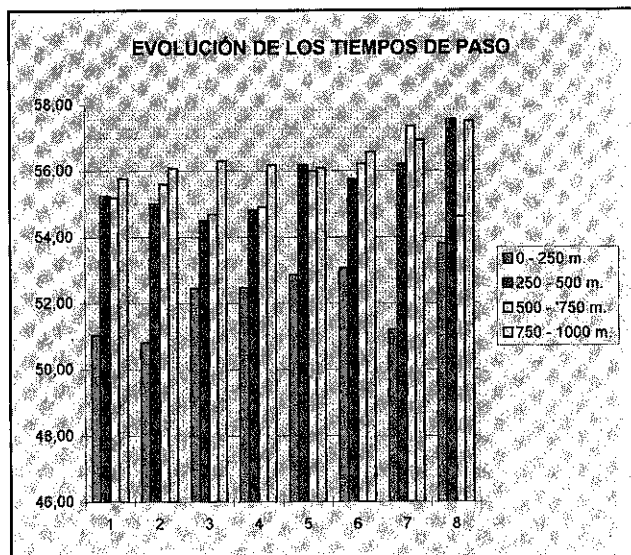
Calle	K-1, 1.000 Metros			
	0-250m.	250-500m.	500-750m.	750-1000m.
1	51,04	55,24	55,20	55,378
2	50,781	55,01	55,60	56,08
3	52,45	54,50	54,68	56,130
4	52,47	54,81	54,92	56,717
5	52,86	56,18	55,799	56,09
6	53,06	55,775	56,22	56,57
7	51,21	56,22	57,135	56,92
8	53,79	57,55	54,62	57,50



GRAFICA 1



GRAFICA 2



GRAFICA 3

ANÁLISIS TÁCTICO DE LA FINAL OLÍMPICA DE ATLANTA 96

El mismo método que he seguido para analizar la final de Barcelona lo he aplicado con los resultados de Atlanta. Así será también más sencillo, tras haberlas estudiado por separado, compararlas.

Con un golpe de vista a la gráfica 4 podemos destacar la uniformidad en las pruebas realizadas por los ocho palistas y la disminución en las diferencias de tiempo empleado en los distintos parciales.

Analizaremos, como ya he indicado, la evolución de los parciales, al margen del tiempo realizado en cada uno por cada palista. Un seguimiento del gráfico 6 nos facilitará esta tarea y dará una idea clarísima de las diferencias de planteamiento.

El planteamiento que diversos autores señalan como el más utilizado en la prueba de 1000 mts., que incluye el primer 250 más rápido y luego los otros 750 cada vez a menos velocidad, dentro de la mayor uniformidad posible; sólo los vemos puestos en práctica por dos palistas, la calle 2 y la 3 aunque no lo desmereceremos por ser poco utilizado dado los buenos resultados de ambos.

Los demás palistas realizan un cuarto parcial más rápido que el tercero, adaptándose a un planteamiento propuesto de este modo:

X X+2 X+3 X+2

Estableciendo la variable de que el cuarto parcial de unos es más rápido que el segundo, y en otros más lento.

Tratan especialmente de evitar la regresión en el último parcial.

Es curiosa la uniformidad de planteamientos que apreciamos en la prueba, pues son cinco los participantes que siguen este planteamiento.

La calle 5 sigue una táctica totalmente diferente, gracias al hecho de que el palista en cuestión se trata de Agustín Calderón, representante español, he podido analizar con él su táctica y las características personales que le han llevado a elegirla.

Podríamos identificar su planteamiento como -

X X+1 X X+1

Ésta es una variante del esfuerzo lo más adaptada a los tiempos realizados pero es meramente simbólico para que se pueda observar con claridad la gran diferencia con el planteamiento que hemos señalado como el más utilizado.

Según el propio palista la táctica que utiliza está condicionada totalmente por el hecho de que es muy lento en salida, podemos apreciarlo claramente en las gráficas 4 y 6. Por ello es que debe ir remontando olas de los demás palistas, más rápidos que él en el primer parcial, lo cual nos da referencia de unas características psicológicas muy especiales. Explica Agustín Calderón que la estrategia propuesta por su entrenador es: remontar lo posible en el segundo parcial para coger un ritmo bueno y al paso por el 500 hacer una segunda salida.

Siguiendo su prueba en la gráfica 6 vemos que realmente su primer parcial es lento, siendo casi igual que el cuarto, y que el último parcial es igual que el segundo.

Su propia experiencia es que no coge el ritmo hasta el 500, ya que debido a las condiciones adversas (olas, desgaste psicológico,) se

encuentra bastante incómodo en la primera parte de la prueba. Y añade además que, a pesar de ser ésta la estrategia elegida como más adecuada aún le es muy difícil llevarla a cabo en el momento de la prueba, pero intenta llevar a cabo su táctica de la manera más ajustada.

El éxito de Agustín Calderón, palista dentro de la élite mundial, es un claro ejemplo de la necesidad de adaptación de la táctica tanto a las características condicionales como psicológicas del piragüista y de su importancia para la obtención de resultados.

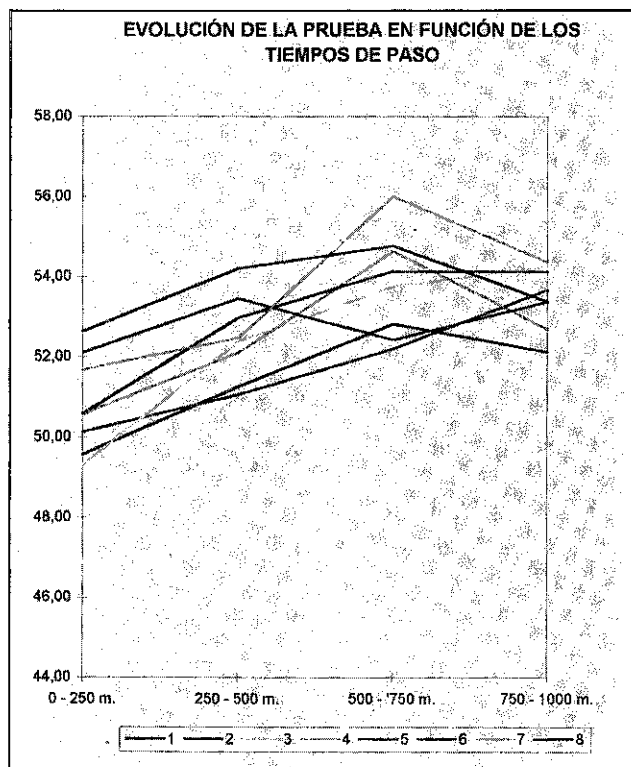
De la entrevista con Agustín destacar además que afirma no utilizar la misma táctica cuando compete en pruebas Nacionales que Internacionales, donde, aunque salga lento coge pronto un ritmo que le permite controlar la prueba ya que las diferencias no son tan grandes en salida como por ejemplo ocurrió en Atlanta y por tanto las condiciones no son tan adversas para remontar.

Gregorio Vicente, representante español en Atlanta y de gran experiencia Internacional también comentaba este aspecto de la táctica, dando relevancia especial a las diferencias entre las pruebas Nacionales y las Internacionales. Este palista de potente salida y especialista de 500 utiliza en el 1000 una táctica muy diferente a la de A. Calderón, manteniendo un ritmo uniforme en el segundo y tercer parcial, siendo el último parcial algo más lento.

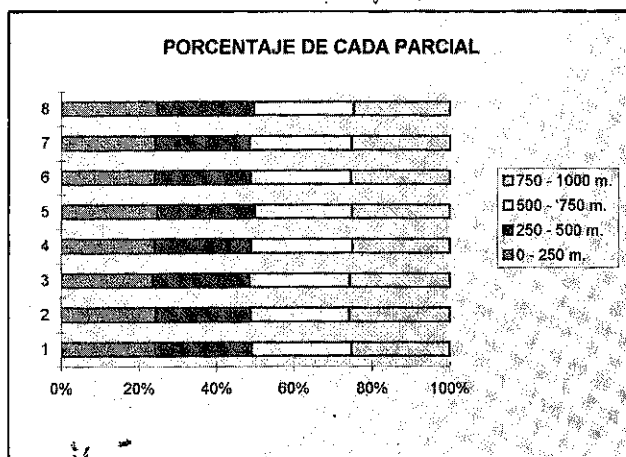
Así también nos desvelaba Marcos A. Fernández, olímpico en Atlanta, como sus capacidades funcionales, propias de un velocista, le obligan a intentar adaptarse de una manera especial a las pruebas de 1 000 mts. Este palista destaca su intención de "controlar" un poco en salida e intentar mantener un ritmo lo más uniforme posible, intentando subir un poco al final.

TIEMPOS DE PASO ATLANTA'96

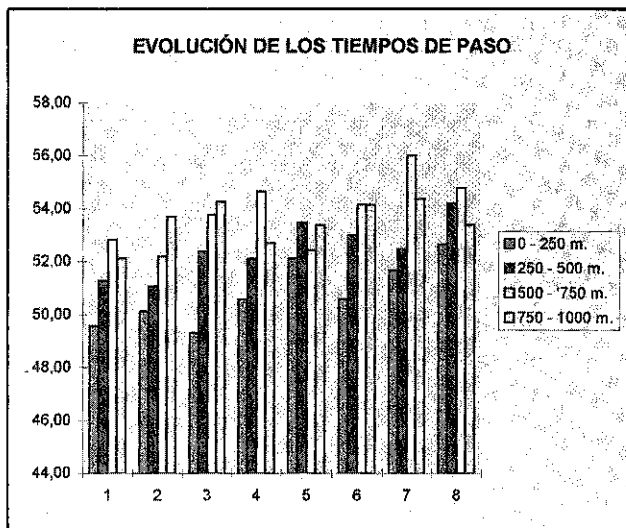
Calle	K-1 1000 mts.			
	Distancia			
	0-250m.	250-500m.	500-750m.	750-1000m.
1	49,57	51,26	52,83	52,13
2	50,13	51,06	52,20	53,68
3	49,31	52,338	53,77	54,25
4	50,157	52,11	54,65	52,70
5	52,11	53,46	52,43	53,38
6	50,58	52,98	54,14	54,14
7	51,568	52,348	56,01	54,37
8	52,64	54,21	54,78	53,39



GRAFICA 4



GRAFICA 5



GRAFICA 6

COMPARACION ENTRE AMBAS PRUEBAS

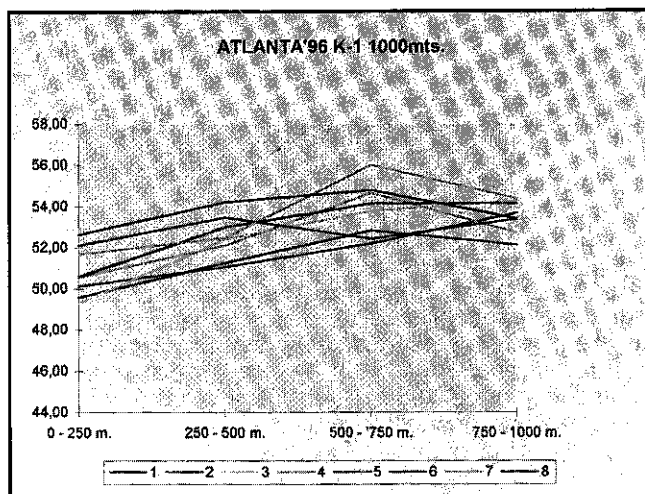
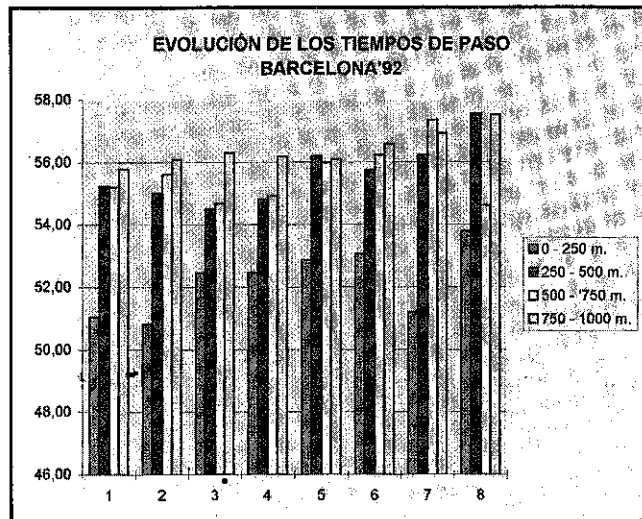
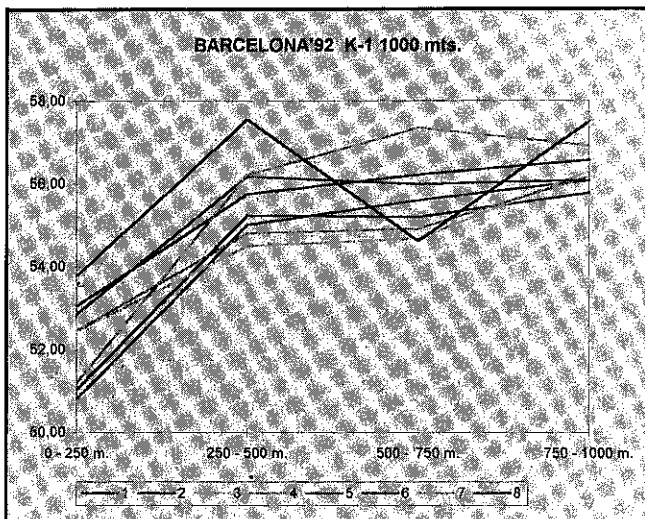
A partir del análisis de las dos pruebas podemos establecer la comparación entre ambas, con el fin de encontrar y analizar las diferencias.

Primeramente es inevitable destacar la gran diferencia de tiempos finales, que es una de las razones que han motivado a este trabajo.

Sin embargo, la mejora de tiempos no se remite sólo a la prueba de 1000 mts., sino a todas las pruebas del calendario olímpico con lo que podemos afirmar que la mejora de los tiempos en los- 1000 mts. no ha sido debido únicamente a los cambios tácticos, aunque el objeto del estudio sea únicamente éste y no entremos en más detalles.

Próximo capítulo

ANÁLISIS TÁCTICO DE LA PRUEBA DE 1.000 MTS. EN PIRAGÜISMO



CONCLUSIONES

A raíz de los hechos analizados en este trabajo, podemos concluir que realmente se ha producido una evolución en la táctica de la prueba en los cuatro años que separan ambas olimpiadas.

En ambas se sigue un planteamiento tradicional de búsqueda de uniformidad durante toda la prueba que se ve con mucha claridad en Atlanta. A parte de una mejora en dicha uniformidad, destacar que se ha pasado de un planteamiento regresivo a uno más progresivo, siendo éste último el más utilizado en la final de Atlanta.

Estos cambios tácticos quedan un poco ajenos a las competiciones de ámbito nacional, las cuales según la opinión de los palistas entrevistados se fundamentan en una estrategia diferente. Este hecho pone de relevancia la importancia del análisis de los factores que condicionan la táctica, expuestos al inicio de este trabajo.

BIBLIOGRAFIA

Federación Española de Piragüismo. "Las tácticas de carrera para el kayak y la canoa". Aguas Vivas. 1976.

Federación española de Piragüismo. Piragüismo. COE. 1 993.

Federación Española de Piragüismo. " Páginas técnicas, cuaderno nº 8".

Aguas Vivas. NO 109. Marzo- Abril 1990

