

DEPORTES DE MONTAÑA ■ BRÀFIM, L'ESPLUGA Y PRADES YA HAN ACOGIDO PRUEBAS DE ESTA PRÁCTICA EMERGENTE

El mejor amigo del atleta

En el canicross, participante y perro corren unidos para completar un circuito de montaña. La disciplina aglutina el gusto por las mascotas y la naturaleza, a nivel competitivo y de ocio

POR RAÚL COSANO

Corren por senderos y montañas, empapándose de naturaleza y en simbiosis perfecta con su perro, que siempre debe ir por delante o a la misma altura del corredor. Este binomio participante-mascota es la base del denominado canicross, una emergente modalidad poco conocida pero que va creciendo cada vez más en adeptos.

Esta inusual y atractiva práctica es una de las modalidades vinculadas al deporte del mushing -trineo con perros-, consistente en correr con un perro atado a la cintura con un arnés o cinturón. «Nació como disciplina dependiente del mushing y se fue viendo que este deporte era algo diferente», comenta el tarragonense Antonio Montes, corredor y colaborador de la organización del circuito estatal y de la carrera de Bràfim.

El canicross sigue estando dentro de la Federación de Deportes de invierno pero se emparenta con diferentes disciplinas: «Tiene mucha afinidad con el atletismo, con las carreras de montaña y de orientación. Hay varias pruebas denominadas de *trekorientación* que incluyen una parte para hacer en equipo con mascota». También es cercano al *agility*, consistente en circuitos cerrados en los que el perro realiza una serie de ejercicios.

Asiduos de peonadas y medias maratones suelen caer rendidos ante estas carreras que son travesías marcadas de recorridos que oscilan entre los 7 y los 13 kilómetros. Como las demás modalidades del mushing, se puede practicar en tierra o en nieve, en este caso con raquetas, aunque lo más habitual son las carreras de tierra.

El canicross es un cóctel de dos ingredientes interesantes. «Combina el agrado por los animales de compañía y la naturaleza. Se realiza por senderos que no son de alta montaña», explica Antonio. «Correr en plena naturaleza acompañado es un plus para los aficionados al mundo de las carreras y maratones de montaña», comenta Montes. «Muchos corredores entrenan regularmente con sus perros pero se ven obligados a dejarlos en casa el día de la carrera. El canicross cambia todo eso», añade.

De caza y hasta nórdicos

El deporte está abierto a todo tipo de perro: «Hay mucha variedad. Desde los perros de caza, que quizás sean los que mejor se adaptan, hasta los perros nórdicos». En una prueba celebrada en Bràfim el 25 de marzo, se premió al perro más pequeño de la carrera: «Ha habido perros muy pequeños que quizás no pueden rendir a nivel competitivo pero que sí participan».

La única condición es que el animal esté entrenado, en buena forma y supere el control veterinario. Las mascotas de talla media y de complexión ligera son las más adecuadas. Las razas de perros cazadores o nórdicos son las más utilizadas. Respecto a la edad, en competición se admiten a partir de 1 año. La edad máxima depende del tipo de perro, de la vida que haya llevado y del objetivo en carrera.

La modalidad de competición conjunta entre animal y persona está cambiando la concepción de los deportes de montaña. Algunas organizaciones de carreras están descubriendo el canicross y admitiéndolo como categoría paralela en sus pruebas. Por otro lado, competiciones específicas de canicross



■ Diversos practicantes de canicross toman la salida, en una carrera disputada en Alcoi. FOTO: DT

empiezan a aparecer por distintos puntos del país, lo que sin duda pone de manifiesto que se trata de un deporte con enorme potencial.

En Tarragona, la afición está creciendo: «Hay controlados en torno a 23 practicantes, no todos compitiendo a nivel nacional». Prueba del auge es que la provincia ya ha acogido carreras. En marzo se celebraron tres pruebas puntuales de la Lliga Catalana: L'Espluga de Francolí -que celebró la última carrera de la temporada pasada del Circuito Estatal-, Bràfim -con 48 inscritos- y Prades. El 2º Circuito Estatal volverá a disputarse en nuestra provincia, ya que el 3º Canicross Vila de Bràfim ha sido escogido como sede final. Más información en la web www.canicross.es.

■ ■ ■
rcosano@diaridetarragona.com

LA CLAVE

Armonía entre can y corredor

El canicross ostenta diferencias notorias respecto al mushing. En el trineo con perros, la mayor parte del trabajo físico lo desarrollan los animales y la figura del musher gira alrededor de las tareas de entrenador, estrategia y cómplice. En el canicross, sólo la buena forma de ambos y la armonía entre los dos miembros del equipo garantiza el éxi-

to. La clave, además de una buena preparación, reside en ofrecer motivación al animal, al que no se le podrá plantear objetivos. «El animal necesita una adaptación porque interesa que vaya por delante obedeciendo a las órdenes», dice Antonio.

Es ideal el entrenamiento a ritmos distintos. Un corredor puede intensificar sus sesiones

para conseguir una punta de forma física en breve tiempo a base de voluntad y conocer el objetivo. En cambio, es habitual que el entrenamiento de un perro de tiro empiece con un ritmo diario de 0,5 kilómetros en los primeros días, para ir aumentando el ritmo hasta conseguir realizar al galope la distancia que generalmente se recorre en competición.

Polideportivo

Gimnasia

Calsina, campeona de España y Cuerva, tercera. La gimnasta del Club d'Esports Vendrell Judith Calsina, de categoría alevín, se proclamó campeona estatal en mini tramp, en el Campeonato de España celebrado en Murcia durante los días 9 y 10 de junio. Además, su compañera de club, Anaís Cuerva consiguió en la misma competición la tercera posición en categoría infantil en doble mini tramp. A estos excelentes resultados, hay que sumarles los cosechados el pasado 3 de junio ya que ambas gimnastas se proclamaron campeonas de Catalunya en sus respectivas categorías.



■ En la imagen, las gimnastas vendrellenses Anaís Cuerva y Judith Calsina. FOTO: DT

Natación

El CN Tàrraco, en los campeonatos de Catalunya de relieves. Un total de 736 niñas y niños de entre ocho y 11 años, procedentes de toda la geografía catalana, participaron en los campeonatos de Catalunya de natación de relieves que se celebraron en la localidad barcelonesa de Sabadell. Los nadadores del club tarragonense Club Natació Tàrraco fueron: Sara Cabré, Eva Hernández, Carmen González, Xènia Roviralta, Ana Alonso, Laura Sánchez, Laia Roca, María Cervera, Carlos López, Roger Hierro, Carlos Cumpido, Alberto Rubio, César G-Espresati, Pablo Quereda, Oriol Legarre, Biel Arilla, Pol Brunet y Albert Mauri.

Ciclismo

Casas, en la segunda manga del Giro de Italia della Pista. El próximo 19 de junio, la velocista de Vila-seca Helena Casas participará con el Catalunya Track Cycling Team, en la segunda manga del Giro de Italia della Pista. La competición tendrá lugar en el velódromo de San Francesco al Campo, en la ciudad de Torino. La challenge italiana, que incluye un extenso programa de competiciones de pista con diferentes pruebas de velocidad y de fondo, cuenta con seis citas que se irán celebrando a lo largo de este verano. Casas formará equipo con Itmar Esteban, Oriol Martínez y Carles Herrero.