

EN PORTADA

El esquí de montaña es el deporte ideal para todo aquel que quiera disfrutar de la nieve y de la naturaleza. Eso sí, esta actividad exige una buena preparación física

AITZKORRI Y ARATZ SON IDEALES PARA ESTE TIPO DE ESQUÍ

MARGA MÉNDEZ

El esquí de montaña está en auge. Ésa es, al menos, la sensación que tienen en la Federación Vasca de Montaña. Este deporte permite a los amantes de la nieve hacer esquí y monte donde uno desee, con total libertad, sin tener que ceñirse a un tramo de nieve señalizado. Eso sí, hay que tener muy claro que para realizar esta práctica deportiva hay que tener un nivel medio-alto de esquí ya que hay que estar medianamente preparado para salir al monte. Allí nos podemos encontrar con cualquier tipo de nieve: dura, blanda, hielo... Y hay que tener también unos mínimos conocimientos de meteorología y del riesgo de aludes, algo que, hoy en día, y con Internet al alcance de cualquiera, es relativamente sencillo.

Selección Vasca de Esquí

Los cinco jóvenes que aparecen en la portada de este suplemento: María Leunda, Joseba Ormazabal, Ander Sistiaga, Aitor Igarategi y Eñaut Izagirre saben muy bien que a partir de un 'Nivel 4' de riesgo de aludes no se puede salir a esquiar a la montaña. Ellos forman parte de la Selección Vasca de esquí de montaña de competición, cuyo seleccionador es Aitor Murua. «Tras mucho trabajo hemos podido formar esta selección y esperamos ir a más porque hoy en día en Gipuzkoa hay mucha gente realizando esquí de montaña. No hay más que ver la prueba de Altitoy (Luz Ardiden) del

Campeonato de Euskadi por parejas, en la que llegamos a tener más de 500 participantes. El esquí de montaña es una forma de subir la montaña para luego disfrutarla al bajar esquiando», concreta el seleccionador.

Cada vez más, y sobre todo a partir de estas fechas, se podrán ver por los montes de Gipuzkoa y de Euskal Herria a "foqueadores" (que así les llaman a los que practican este deporte ya que en su día, las pieles que se llevaban bajo los esquís eran de foca; ahora son sintéticas, por supuesto). En nuestro entorno, las zonas más atractivas para realizar esquí de montaña se encuentran en Aizkorri, Aratz, Leitza o el Saioa en Bera de Bidasoa. Pero son muchos los montes en los que se puede "foquear" siempre que haya un poco de nieve y, por supuesto, siempre con precaución.

A pesar de que Aitor Murua tiene entre sus esquiadores a un joven portento de 12 años, la edad más recomendable para comenzar a practicar este deporte son los 16 años. De hecho, María, Joseba, Ander, Aitor y Eñaut tienen menos de 21.

Cursillo en Luz Ardiden

Por otra parte, este fin de semana (ampliable a los días 21 y 22 de diciembre), se va a realizar en Luz Ardiden un curso de esquí de montaña de competición para recordar técnicas de deporte y de seguridad. Además, el sábado, día 19 de diciembre, va a tener lugar en esa zona francesa, la crono nocturna, una prueba competitiva para todo aquel que quiera participar.



UN GRUPO DE 'FOQUEADORES' ASCIENDIENDO A LA CIMA DE LA MONTAÑA. ARCHIVO

EL ALBUM DE LA SEMANA

Publica y comparte tus propias fotografías en <http://canales.diariovasco.com/dvkirolak/>



JAKINTZA: JULEN (ENTRENADOR), IMANOL, ANDER, ION, UNAI, JULEN, MNANEX, IÑIGO, MANEX S., IMANOL A. ALVARO



ELENA MANGAS REPITIÓ PODIUM EN EL CAMPEONATO DE ESPAÑA 1ª DE PATINAJE ARTÍSTICO SOBRE HIELO, EN CATEGORÍA NOVICE. EN ESTA OCASIÓN SE HIZO CON EL TERCER PUESTO.