



Diario

Jueves, 22 de mayo de 2014

Los Disparates de Goya inspiran a los grandes artistas contemporáneos

Zaragoza acoge una exposición de grabados de 42 artistas contemporáneos inspirados en la serie Los Disparates del pintor aragonés

18.000 kilos de comida para el Banco de Alimentos

El restaurante Sierra de Javalambre dona 18.000 kg de comida al Banco de Alimentos de Teruel



Ernesto Utrillas da una charla sobre la fotografía de lo invisible



• DEPORTE Y CULTURA • 40 CHAVALES SUELEN PARTICIPAR DOS MESES EN PRIMAVERA Y UNO EN OTOÑO



Actividades diversas. A la izquierda unas atletas de La Salle Jamón de Teruel posan junto a un molino eólico en El Escandón, y a la derecha en el yacimiento paleontológico de la Cuesta de la Bajada

Una lección de historia y patrimonio turolense de ocho kilómetros de duración

El Club Atletismo de La Salle lleva ya tres años realizando sus peculiares entrenamientos culturales

Miguel Ángel Artigas Gracia
Teruel

El secreto del éxito deportivo es la constancia y la calidad en el entrenamiento, y una de las claves para enganchar a los más pequeños en la práctica deportiva es convertir esos entrenamientos en algo más, en algo divertido que además aporte valores que trascienden al propio deporte.

••• **La idea surgió para hacer más amenos los entrenos que tenían lugar en Los Fueros durante los meses cálidos ...**

Esta es la tercera temporada que el club de atletismo La Salle Jamón de Teruel de la capital pone en práctica una iniciativa denominada entrenamientos culturales, en la que los atletas de categorías escolares, cadetes y juveniles entrenan el medio fondo mientras visitan emplazamientos cercanos a la capital de interés cultural.

Ocho jueves durante la primavera y tres o cuatro en otoño, du-

••• **Se visitan lugares como Alto Chacón, la presa del Arquillo, la traída de aguas, parajes de la guerra o las Arcillas...**

rante el mes de septiembre, de 30 a 40 chavales del club de entre 10 y 16 años salen a realizar entrenamientos de medio fondo por entornos como las Arcillas, el poblado ibérico de Alto Chacón, el tramo de camino de la Vera Cruz, la senda fluvial del Guadalaviar en San Blas o el trazado de la traída de aguas del siglo XVI, por citar solo unos ejemplos.

La idea surgió hace tres años.



El pasado año el entreno nocturno del Alto Chacón terminó en una clase práctica de astronomía



En la antigua fábrica de carburo y central eléctrica del camino de La Guea

●●● La iniciativa está abierta a cualquiera, siempre y cuando pueda seguir el ritmo de trote de los jóvenes atletas ...

en el poblado ibérico para dar una interesante charla sobre astronomía in situ. Este tipo de jornadas, como el entrenamiento que cerrará el ciclo el 19 de junio desde la presa del Arquillo hasta la cola del pantano, con baño incluido, abundan en la filosofía de La Salle Jamón de Teruel, "que consiste en que los atletas hagan piña, hagan grupo, y además de un equipo de atletismo sean una pandilla de amigos", explica Carlos Casas.

Aunque lo habitual es celebrar estos entrenamientos culturales por el entorno inmediato de Teruel, en ocasiones se opta por lugares algo más alejados, como San Blas, los molinos de viento del Puerto de Escandón, o los yacimientos paleontológicos del cerro de las Garitas y el barranco de las Calaveras en Concud, donde es preciso hacer un traslado en coche previo. "En esos casos hay que pedir la colaboración de los padres, pero la verdad es que desde que pusimos en marcha la iniciativa están encantados y muchos de ellos nos ayudan".

De hecho no faltan padres y madres que se apuntan a los entrenamientos, y aprovechan para ponerse en forma y conocer mejor Teruel. "Con nosotros puede venir todo el mundo que quiera, aunque eso sí, no es una excursión sino un entrenamiento. Estamos hablando de chavales pequeños pero que entrenan todo el año y tienen mucho nivel, así que no todo el mundo puede seguir su ritmo", asegura el presidente del club de atletismo La Salle Jamón de Teruel.

La página web del club turolense recoge una memoria de muchas de las rutas que se han llevado a cabo, con fotografías y la información que se reparte a los chavales, y en algunos casos planos de los emplazamientos por donde discurre la ruta. Por sí misma es una valiosa fuente de información al alcance de todos los aficionados al atletismo o a la bicicleta de montaña que quieran hacer por su cuenta las rutas culturales.

Según explica el presidente del club La Salle Jamón de Teruel, Carlos Casas, "el fondo y el medio fondo lo entrenamos en el parque de Los Fueros. Pero en primavera cuando anochece más tarde se hace más aburrido dar vueltas y vueltas al parque, así que se nos ocurrió hacer entrenamientos por el monte, pero además visitando lugares de interés cerca de la capital".

Las salidas se programan y el club elabora una sencilla información sobre el lugar a visitar. Las sesiones normalmente constan de 8 o 9 kilómetros, y en función del paraje se realiza una o dos paradas programadas en las que los entrenadores o alguno de los adultos que suelen acompañar a los chavales dan una breve explicación para conocer el paraje. "Es una excusa para que mientras entrenan un poco", explica Casas, "los chavales visiten lugares cercanos que ofrecen algo que aprender, y que se queden con algo del patrimonio".

Entrenamientos nocturnos

Lo habitual es que los entrenamientos culturales comiencen a las 20.00 horas, aunque el 12 de junio hay programada una sesión nocturna, aprovechando la luna llena, en la que los atletas suben hasta Alto Chacón. El año pasado el club instaló unos telescopios



Los atletas de La Salle Jamón de Teruel por las trincheras de la guerra civil en Cerro Gordo



El grupo de atletas durante una visita al interior del viaducto de la Autovía Múdejar



Otra de las rutas culturales que atraviesa los acueductos y arcos de la antigua traída de aguas a Teruel