

Veterano español compite sobre hielo

La misión

Como curtido corredor en patines sobre ruedas, me había empeñado en volver a competir a mis casi 40 tacos. El año pasado, después de ver Rocky XXII (o XXV, no recuerdo) me pregunté: porque no puedo volver a las pistas a mi edad? Total, en patinaje como en boxeo, lo que cuenta es la experiencia, no? El problema es que no existen competencias para veteranos de patinaje sobre ruedas (salvo ese patético “*Campeonato del Mundo*” que insisten en denominar alguna maratón europea de serie B), así que no me quedaba otra alternativa que aventurarme en el deporte de las cuchillas.



pista de Baselga di Piné

Motivación, objetivos y entrenamiento

Mi afición al patinaje sobre hielo viene de antaño y ya había competido alguna vez, aunque nunca seriamente y con sistema olímpico. Lo vivido en Holanda el invierno pasado me sirvió para apreciar a fondo esta disciplina, pero jamás me habría alcanzado a prepararme al gran desafío técnico que me esperaba este invierno europeo. Consciente de ello, al menos podría trabajar con miras a una preparación atlética adecuada, y de paso experimentar un método de entrenamiento sobre ruedas original. Habiendo sido en mis tiempos mozos un decente velocista y odiando cualquier distancia superior a los 1000 metros, opté por intentar hacer un papel decoroso por lo menos en los 500 metros, especulando que la variedad sobre hielo sería similar a los 300 contra reloj en ruedas. Así, durante julio elaboré un programa de entrenamiento basado en el de los velocistas de hielo, adaptado a mí y mis patines de ruedas (dado que en Tenerife, donde vivo, no tengo a mano un óvalo helado). El objetivo era lograr **estar por debajo de los 50” en los 500 de mi primera justa oficial internacional**, que tendría lugar la 1º semana de diciembre en Italia. El 1º de agosto 2007, a la hora en que normalmente los varones sanos nos despertamos con una cierta rigidez debida a un batido hormonal, salí de la cama para cumplir con mi primera sesión de entrenamiento. Desde entonces, a pesar de lesiones, problemas de trabajo y desmotivación galopante, no falté a ningún entreno. Bueno, salvo una sola sesión de patín, debido a un día entero de lluvia que hubo aquí, un lugar donde la precipitación anual suele ser cercana a cero.

En los primeros tres meses, mis tests de evaluación marcaron una mejoría de 1 segundo por ciclo; después no podía bajar más que algunas centésimas, obviamente. Así y todo, en el último test de noviembre llegué a marcar unos 27” en los 300 mts,

19" en los 200 y 11" en los 100. Nada mal para un patinador con fecha de vencimiento pasada: de hecho, posiblemente acepte un desafío que me lanzaron y corra las contra reloj del próximo campeonato catalán... Se aceptan apuestas! En lo que respecta el entrenamiento, me concentré en desarrollar fuerza elástica/explosiva utilizando arranques en subidas (con y sin patines) y pliometrías. No toqué ni una pesa en todo el período; a pesar de eso sentía las piernas muy ligeras en aceleración, como no me sucedía desde 1987. La base aeróbica la trabajé con mucho trote al principio, pero lo tuve que dejar porque por una mala ejecución técnica me gané una fastidiosa síndrome rótulo-femoral (o "rodilla del corredor"). Antes de que se convirtiera en una afección crónica (que incluso podría necesitar corrección quirúrgica), pasé a machacar kilómetros sobre los patines en régimen aeróbico, y se acabó el problema de la rodilla.

Pero claro, había dos factores que no tenía modo de entrenar adecuadamente. Primero, la adaptación ambiental. Aquí donde vivo puedo patinar todo el año con pantalones cortos y camiseta... pero me esperaban 2 días de competencias en un lugar a más de 1000 mts sobre el nivel del mar con la contingencia de temperaturas bajo cero, en el cual iba a patinar con un traje similar al que uso en verano, solo que con capucha, mangas y perneras largas.

El otro factor incierto era la componente técnica. Sabiendo que el modo de patinar sobre ruedas solo **se asemeja** al patinaje sobre hielo, estudié todo lo que pude al respecto en libros, webs, artículos y videos, además de consultas a técnicos y patinadores conocidos. Traté pues de adaptar al patín de ruedas una técnica lo mas similar posible al de hielo, y todos los días patiné entre 10 y 20 minutos con esa técnica. Más no podía, porque el dolor de culo y el cansancio en las piernas era insoportable.

Así, llegué la fecha de mi viaje a Italia. Se acercaba el momento de mi primer torneo oficial ISU >> (www.isu.org) , el **Master's Revival 2008** en Baselga di Piné (provincia de Trento, al norte de Verona). Proyecté llegar unos cuatro días antes del torneo, para intentar adaptarme a las condiciones atmosféricas, a la pista, a la nueva técnica, etc. Mientras llegaba a la meta, me repetía mentalmente que, por lo menos a nivel físico, no podría haber hecho más de lo que hice en estos últimos cinco meses. O a lo mejor sí podía... pero yo no vivo de esto, oigan. Y ni siquiera es mi segunda afición!

Adaptación



Llegué a Baselga un lunes por la noche, después de 19 horas de viaje. La recepcionista me da la llave y me dice: *"tus compañeros te están esperando en el bar"*. Como no tenía cita con nadie a mi llegada, me asomé al bar para ver quiénes serían mis supuestos "compañeros"... y me encontré nada menos que a los integrantes de la selección nacional italiana de hielo! No sé con quién me habrá confundido esa señora, pero le estoy muy agradecido por el cumplido.

Creía que por ser tarde la pista iba a estar cerrada; en cambio todavía había gente patinando. Como el hotel estaba situado justo enfrente del estadio, me cambié y bajé enseguida a patinar. Los 3º de temperatura y el fresco poniente que llegaba de las altas montañas me indicaron inmediatamente que habría sido un acto suicida mear al aire libre. Y en todo caso, la maniobra hubiese sido imposible: quién puede sujetar un tornillo de 5mm con espesos guantes para nieve? Acto seguido, mi preocupación subió como espuma de cerveza al poner

los pies sobre el hielo. Me costaba hasta mantener el equilibrio sobre las cuchillas! Habrá sido que me olvidé todo lo que aprendí en Holanda? Habrá sido el cansancio? En todo caso, dí algunas vueltas lentas y bastante incómodas, y para colmo la bota izquierda me tocaba el hueso. La primera impresión fue que todo el esfuerzo y sacrificio que había hecho en estos meses no serviría para nada, si no lograba adaptarme a tiempo para el torneo. Y esa preocupación perduró todo el día siguiente, cuando después de dos turnos de entrenamiento lo único que conseguí fue incrementar exponencialmente el dolor en el pié izquierdo. Para colmo, mientras estaba por salir de la pista me resbalé y caí, dándome un porrazo en la rodilla que me hizo acordar de todos los muertos de la guerra del 15-18. La depresión estaba a las puertas de mi conciencia, y la idea de no presentarme a la largada del torneo empezaba a tomar consistencia.

Pero el destino está siempre del lado de los audaces, y por suerte llegaron en mi auxilio los veteranos suizos, denominados **Grupo Raimann** en honor a su líder **Peter**, quien observó mis patines y me preguntó: ¿cómo m... puedes patinar con esos machetes? Y bueno, colega: es lo que hay. Los suizos me cogieron de mascota y me dieron un montón de consejos sobre como mejorar mi técnica. Y estos no son cualquiera: en su época, el que no fue campeón mundial fue podio olímpico! A la mañana siguiente, mientras Peter me preparaba las cuchillas de mala gana, insistiendo en que no era un patín adecuado para mí, acudió a mi rescate otro personaje mítico: **Fabio Viganó**. Este distinguido señor fue campeón mundial sobre ruedas en 1968. Como si fuera poco, llegó a estar también en la selección italiana y equipo olímpico de hielo en aquellos años. O sea, un titán, que a su edad sigue siendo un excelso patinador sobre la superficie que sea. Don Fabio cogió de su bolsa un par de cuchillas MAPLE de carrera y bota ídem, que milagrosamente se enamoraron a primera vista de mis pies. Fue un subirse al hielo y volar como un Mercurio patinador hacia el Olimpo. Aleluya! A partir de ese momento, mi progresión fue frenética: a parte del dolor residuo de las otras botas, cortaba el hielo como mantequilla, aceleraba en rectilíneo a una velocidad que me alisaba los cachetes y entraba en curva como un huracán. Mientras nos entrenábamos los veteranos, la selección italiana hacía unas sesiones de arranque: qué bestias! Destacaba particularmente **Ermanno Ioriatti**, que ostenta el récord nacional de los 500 (35.04!) Estos chicos causan un placer físico al verlos patinar, además tienen una musculatura impresionante. Aunque la técnica del patinaje sobre hielo demanda un refinamiento motriz que lleva una vida aprender y perfeccionar, obviamente es imprescindible en esta disciplina una enorme fuerza muscular en los miembros inferiores: de hecho, debajo de las calzas estos tipos tienen lo que parece ser un par de jamones de caballo adornado con chorizos, longanizas y morcillas. A la altura de la entrepierna también parecen llevar una mortadela, pero esa es otra historia. Me pregunto si a ellos el frío no les hace ningún efecto... A mí esta temperatura polar me reduce tanto el paquete que hasta una niña de pre-juveniles tiene mas volumen que yo ahí abajo! Tuve que recurrir al truco que usan ciertos corredores argentinos: un calcetín estratégicamente situado en esa zona, para simular ser un Nacho Vidal >>
http://es.wikipedia.org/wiki/Nacho_Vidal sobre patines, y de paso mantener las joyas de familia calentitas.



Llegado el jueves, casi toda la banda de **Veteranos Italianos** ya estaba instalada en Baselga: todos ex – integrantes del equipo nacional de hielo (como **Antonio Nitto** y **Bruno Tonioli**) y/o varios “ruedistas” de fama internacional (como **Cavallino** y **Flavio Rigon**). Son un grupo de gran simpatía y mayor deportividad, donde todos apoyan y alientan a los demás, sean del país que sean. Hay incluso un par de señoras que patinan como diosas: Doña **Alda Segantin** ya competía cuando los patines eran de bronce y hueso; **Cecilia Valcepina** en cambio tiene mi edad pero no se le nota, y es entrenadora de la selección juvenil italiana de short track. Nada menos.

en la foto: Ceci, Enrico Fabris (campeón olímpico) y Alda



Esa misma noche, cuando ya todos se habían ido de la pista y quedé solo, saqué el cronómetro y me atreví a probar una 500. Tratando de concentrarme en hacer las cosas bien más que en la fuerza y velocidad brutas, marqué un 50” con escasas centésimas. Como me pareció que fue más bien una serie lenta, esperé a recuperarme completamente y largué otra, de nuevo tratando de hacerla bien en vez de rápido. Tiempo: 50.01. El ánimo despegó sin permiso de mi torre de control, y se perdió en las alturas de mi ambición desenfrenada. Si hago este tiempo entrenando, pensé, ¿qué llegaré a marcar el sábado en carrera? La cosa pinta bien, y me voy corriendo al hotel a contarle la novedad a mis nuevos viejos amigos... que me palmean la espalda condescendientes, pero que en el fondo no me creen.

El viernes por la mañana ya me miran con otros ojos: en vez de ayudarme a mantenerme en equilibrio me dan consejos de técnica fina. Intento algunos arranques (que también se parecen, pero no son iguales a las largadas sobre ruedas), y tomo unas cuantas curvas a la máxima velocidad: me siento cómodo y tranquilo sobre las cuchillas, pero al mismo tiempo tengo que pensar en veinte cosas a la vez para conseguir una técnica decente, que me permita por lo menos adquirir una velocidad alta y mantenerla, sin que me resbalen los filos sobre la superficie helada. Misión imposible, para eso tendría que patinar así día y noche durante los próximos 100 años.

De hecho, de tanto rodar en esta posición agazapada, las nalgas me duelen como si un equipo de futbolistas me hubiera pateado el culo hasta el cansancio. Decidí pues que no habría más patinaje para mí hasta las carreras del día siguiente. Solo masajes, baño turco, bici fija y cama. En el momento de salir de la pista me pregunté si tenía las cuchillas adecuadamente afiladas para competir: me contesté automáticamente cuando, antes de colocarles el cubre-filos, al quitar con pulgar e índice el hielo pegado al metal, inadvertidamente los pasé por el filo de la cuchilla. Si no hubiera sido por el grueso guante (que se rebanó netamente), a esta hora no tendría con qué rascarme la oreja o hacer la señal de "ok". Tomar nota: los filos de estos patines cortan como bisturí!

Por la tarde se realizó el sorteo de los pares: como sabrán, en hielo se corre a tiempo (todas las distancias son contrarreloj, salvo la persecución por equipos) y por pares. Mi rival? La simpática Cecilia! Como soy un principiante, me da la impresión que arreglaron el sorteo y me pusieron una "fácil", aunque la señora en su época corriera los 500 en menos de 40.

Acto seguido se llevó a cabo el cóctel de bienvenida para todos los participantes: éramos en total unos 30. Casi todos eran italianos, aparte los 5 suizos, un alemán y yo, que ya no sé ni de donde vengo ni adonde voy. En efecto, orgullosamente participo del evento con licencia de la **Real Federación Española de Deportes de Invierno**, para el **Club Elurra** (a pesar de haber nacido en Argentina y tener nacionalidad italiana).

En fin, después del cóctel nos fuimos a cenar todos juntos, y posteriormente me fui al catre como a las 2 de la mañana. No me pude adormecer hasta las 4, y dormí malísimo. Pasé mucho tiempo visualizando a ojos cerrados los 500, desde la largada hasta la llegada, cruzando por las dos curvas y el cambio obligatorio de carril...

El Torneo: primera jornada

Por suerte competíamos a la tarde, así que tuve tiempo de levantarme temprano para desayunar, dormir una siesta de media mañana e ir a almorzar un buen plato de pasta con los demás a las 11:00. El día había amanecido muy nublado y ventoso, estábamos todos preocupados porque anunciaban posible lluvia (o nieve).

Simultáneamente a nuestro evento de veteranos, se corría un torneo destinado a las selecciones nacionales juveniles de Italia, Alemania y Austria, así que el ambiente estaba caldeado por estos jóvenes fogosos. Y llegó la hora de correr; por suerte las nubes se habían abierto, el viento había amainado y el sol brillaba reflejándose en la nieve de los Alpes y el espejo de la pista helada: hermoso día para correr. La primera batería era la de los pseudos-masters, ya que además de sus 20 añitos son los más rápidos gracias a una buena técnica. En la segunda batería estábamos Cecilia y yo, así que empezamos a calentar juntos. Los jovencitos marcaron entre 46 y 48 segundos en la 500, lo que me había prefijado lograr yo mismo. Es nuestro turno, beso la mano de Cecilia y le digo que es un honor largar mi primera carrera oficial con ella. *Go to the Start*, grita el juez de largada. *Ready!*, anuncia un momento después,

apuntando la pistola de largada hacia el cielo mientras yo asumo la posición, concentrándome en no arrancar antes del estruendo. Lo siguiente debería ser un disparo, pero en cambio suenan dos, en rápida sucesión. Me doy vuelta y le pregunto a Cecilia: *“Que haces? El novato soy yo! Como pudiste hacer una falsa largada?”*. El juez se ríe y me dice: *“La largada en falso la hiciste tú: desde que digo “ready” no puedes mover ni una pestaña antes del disparo”*. Tomar nota: hay que quedarse quieto en la línea, porque descalifican por doble falsa largada. *Ready*, alcanzo a oír nuevamente. A partir del disparo, todo fué una sucesión de atrocidades técnicas. Largué a los tropezones, un paso apoyando el taco de la bota en el hielo, otro clavando la punta del patín. Cuando me compuse un poco y logré acelerar, ya estaba en la entrada de la curva. Por la desesperación, se me entreveraron las piernas y al primer paso cruzado casi me zambullo de morro al piso. Tuve que levantarme, frenar un poco y largar un sonoro taco en gallego. Tardé el resto de la curva en ganar de nuevo mi equilibrio; para cuando pude empujar de nuevo ya estaba en la otra recta, cambiando carril como correspondía. Por lo menos no fallé en eso! De la rabia, puse la quinta y aceleré a tope... tanto que al entrar en la siguiente curva venía a tal velocidad que casi me caigo otra vez! Traté de reparar los daños en el último rectilíneo, pero en vez de empujar con buena técnica lo único que conseguí fue aumentar la cadencia de las piernas, como si estuviera sobre ruedas. Pasé la línea de meta, levanté la vista hacia el reloj: 50.11. Mierda! Si no hubiera sido por la pésima largada y las dos curvas casi fatales... ¿cuánto habría marcado? Aún así, los demás veteranos parecían impresionados con mi performance, y muchos se acercaron a felicitarme. Pero consideré que mas que nada era una forma de cortesía común en este deporte tan noble, así que yo también me puse a felicitarlos a todos cada vez que terminaban su prueba. Me quedó esa molesta sensación de haber terminado una carrera sin haberlo dado todo, sin estar cansado. Para que se den una idea: tres hombres de la categoría 50 años y dos de la de 55 años hicieron mejor tiempo que yo. Los mismos tipos harían lo propio también en las demás distancias: una clara evidencia de que en este deporte la técnica cuenta mucho más que el estado físico. Mientras los juveniles se daban caña en el campo, nosotros los vetustos nos quedamos mirando desde dentro del estadio, calentitos, sorbiendo té y comiendo bollos (todo ofrecido por la organización), mientras nos dábamos palmadas en la espalda por haber sido tan audaces.

A continuación, nos tocaba la segunda carrera de la jornada, 1500 metros. Los que saben de esto, la describen como la distancia mas dura de todas, aquella donde el ácido láctico te cuele hasta de las orejas. Sinceramente es una distancia que no sabría regular, así que decidí salir lento y ver como iba después. Cecilia me dijo: *“vete despacio, que quiero verte ese lindo culo de cerca”*. Como ella partía desde el carril externo, en la primera curva me la encontré adelante. No pude evitar detenerme un momento para declararle de corazón que en realidad el mejor culo de la pista pertenecía sin lugar a dudas a ella misma. Entonces, aceleré un poco y el resto de la carrera no lo recuerdo, salvo el hecho de que no sabía donde estaba la línea de meta y recorrí como 150 metros de mas, preguntándole a la gente apoyada en las colchonetas a los lados de la pista si había terminado mi prueba o no. Otra vez esa grotesca sensación de haber acabado una carrera sin sudar ni una gota, sin haberme esforzado como debía. Resultado: 2'41, exactamente lo que habían pronosticado los veteranos italianos al verme en mi pésima 500.

Fin del primer día de competencias, inicio de mi nueva carrera en el patinaje sobre hielo.

El Torneo: segunda jornada

El domingo amanece con cielo encapotado, muy frío. Llegué a la pista justo a tiempo para calzarme los patines y presentarme a la largada de los 1000 metros, casi sin calentar y decididamente en un estado catatónico. Otra vez largué mal, otra vez casi me mato en las curvas. Igualmente, la sonrisa no se me borraba de la jeta, a pesar del pésimo tiempo (1'43; esta vez me ganaron hasta un par de ancianos de la categoría over 60). La próxima prueba eran los 3000, que no era obligatoria. Hasta último momento me negaba a correrla, pero Cecilia me convenció. Esta distancia decididamente no sabía como regularla, pero **Fabio Ravanelli**, gran maestro y entrenador de la selección juvenil italiana de pista larga, se ofreció a mostrarme la



display que les muestran a sus corredores el tiempo por vuelta, no?) Esta vez largamos en cuarteto: primero los dos veinteañeros, Ceci y yo al cabo de 20 segundos. Recuerdo que los tres llevaban gafas, y mentalmente me burlé de ellos. Se creen muy fashion,



pensaba, si total hoy no hay sol....

Temía que los jovencitos me sacaran la vuelta, pero igualmente largué con suma calma. El consejo que me habían dado es: arranca ni muy rápido ni muy lento, y mantente ahí. Así que intenté hacer eso, al tiempo que aprovechaba

para expresar la mejor técnica que podía, ya que no necesitaba ir a la máxima velocidad como en las distancias anteriores. Las primeras dos vueltas pasaron con relativa facilidad, y ni me acordé que Fabio me marcaba el tiempo. En la tercera me empezó a faltar el aire (aunque Fabio me gritó "*vas como un reloj!*"), en la cuarta las piernas me habían cogido fuego. Para colmo, empezó a nevar finito, y cada vez que un copo me golpeaba el ojo, además de doler bastante me cegaba. Tomar nota: en pista al aire libre, SIEMPRE largar con gafas, nunca se sabe cuándo va a nevar o va a salir el sol! A este punto me acordé que en las anteriores carreras no había dado el 100%, así que a pesar del dolor y el cansancio, apreté los dientes y empujé hacia adelante. Mi última vuelta fue la mejor de las 6 por casi un segundo, seña evidente de que la regulación fue mala, pero me alcanzó para hacer 5'38: el segundo mejor tiempo detrás del joven Andrea (5'32) y por delante de su coetáneo Daniele (5'42).

La ovación de los fans fue un canto de ángeles en mis oídos, no me lo podía creer. Lo mas espectacular es que hice todo el recorrido sin equivocarme en el cambio de carril ni quedar descalificado por algún otro fallo técnico. Fantástico! La pobre Cecilia llegó recién a los dos minutos, y fui directo a felicitarla por ser un valioso y admirable ejemplo para sus discípulos y para todos nosotros.



Esta curva me salió bien...

El torneo se cerró con el espectacular duelo a muerte entre dos viejillos de la categoría 70 años, que terminaron la carrera al fotofinish sobre los 7 minutos. Maestros!

Apenas finalizaron las carreras, se procedió a la premiación. Después de los jovencitos fue el turno de los maduritos: cuando me tocó ser oficialmente premiado, me negué a subir al podio. Como voy a hacerlo, dije, si no tuve rivales? Sería una farsa! Pero el público presente clamaba a grito pelado mi momento de gloria, así que subí al escalón mas alto del podio, a festejar por primera vez desde 1988. Fue además la **primera victoria oficial para España** en ámbito internacional... Y la última, según un par de burlones envidiosos.

Me entregaron mi medalla dorada, mi diploma y mi protocolo oficial. Este último lo proporcionan al concluir todo campeonato fiscalizado por la ISU: es una carpeta donde aparecen todos los datos relevantes del torneo (jueces, organizadores, sponsors y demás), los resultados generales y de cada una de las carreras, con tiempos parciales, orden de largada, etc. Que lujo! Igual que sobre ruedas, eh? Pero diría que mi mejor premio es el entusiasmo que me quedó en el cuerpo, el saber que volveré a intentarlo, y que lograré bajar mis tiempos.



Epílogo

Los Masters están aglomerados en una asociación internacional dependiente de la ISU, con sus propios estatutos, reglamentos y actividades, llamada International Masters' Speed Skating Committee (IMSSC, ver aquí >>). <http://www.imssc.org/issc-english.html>

El clima que se vive en estos eventos de veteranos sobre hielo es sumamente agradable: la pasión por este deporte une en estrecha amistad a gente de lo más heterogéneo, y las rivalidades son totalmente desconocidas. Se nota a la legua que este grupo humano "va por la vida con buena onda" (en palabras de una amiga), las risas van de la mano con el sano esparcimiento y lo único que se toma seriamente es la organización del evento y el bajar la propia marca personal. Este torneo en particular es posiblemente el menos importante de todo el calendario de eventos de la

IMSSC, justamente por eso lo elegí para mi debut. Pero la única diferencia con los que se hacen en el resto de Europa, USA y Canadá, es únicamente la cantidad de participantes. Ni siquiera el Mundial de Veteranos (para el que me clasifiqué oficialmente –y de milagro- por mis tiempos), implica esa estúpida exaltación que veo en tantos veteranos de las ruedas, a pesar de que muchos de estos masters tienen títulos mundiales e incluso olímpicos en su haber. Todos visten sin tapujos su traje integral sin inquietarse por la panza que puedan tener, y cada uno alienta a los demás. Aquí cuenta solamente pasarlo bien mientras se busca la propia perfección técnica, y el único rival a batir es el reloj, con el objetivo final de mantener vivo el auténtico espíritu olímpico. O sea: se vive el deporte de verdad. No se imaginan cuanto me hubiera gustado tener allí conmigo a mis amigos veteranos sobre ruedas, los que todavía patinan por el gusto de patinar, los que llevan en el alma esa misma noble deportividad que es tan abundante en el ambiente del hielo. Al mismo tiempo me hubiera gustado que presenciaran este torneo todos los chiquilines que están aprendiendo a patinar, para que perciban el ejemplo –deportivo y moral- que dan estos longevos atletas.

A todo el que pueda, le recomiendo que pruebe alguna vez en la vida lo enriquecedora que es esta experiencia, y a los que entrenen pre-adolescentes sobre ruedas, los invito a que experimenten con ellos la modalidad de competencia del hielo. Se pueden implementar variantes divertidas (persecución, obstáculos, doble cambio de carril, etc.) y es un excelente compromiso para accontentar a los idiotas que todavía no se dieron cuenta de la importancia y utilidad de los circuitos de destreza.

Personalmente, llevo desde febrero haciéndolo con mi grupito de niños, y noté que el resultado es plenamente positivo: la cohesión del grupo es sólida, los críos se preocupan más por mejorar su propia técnica que en fijarse en la de los compañeros, y todos celebran cuando uno de ellos baja sus tiempos.

En fin: si tienen la posibilidad, cambien deporte. El hielo nos dá la oportunidad de perseguir la perfección absoluta hasta el infinito, o por lo menos hasta que las piernas nos sostengan. Que no es poco.



Agradecimientos:

- Iñaki Hernández (Club Elurra) por su disponibilidad y gentileza,
- Los compañeros italianos y suizos por toda la ayuda que me brindaron,
- Amparo Pérez, por su apoyo incondicional

M. Bresin © SpeedSk8rs.com