

DIZIPLINAK DISCIPLINAS

RADIOGRAFIA Y BREVE RECORRIDO DE LAS CARRERAS POR MONTAÑA DE LA EUSKAL MENDIZALE FEDERAZIOA

TEXTOS



Goio Larrañaga Arrieta
(Aramaio)

Presidente del club deportivo Mendaur durante 30 años. Montes ascendidos: Kilimanjaro, Mont-Blanc, Cervino, todos los montes de Araba, incontables ascensiones entre las mugas de Araba, Gipuzkoa, Bizkaia, Nafarroa, Cantabria, y 85 ascensiones a tres miles en Pirineos.

La EMF se fundó el 24 de mayo de 1924, pero ya se hicieron carreras en fechas anteriores puesto que el 15 de diciembre de 1912, el Club Deportivo Bilbao, en su sección de gimnasia, organizó la primera carrera de montaña, que le llamaron en aquel entonces Copa del Pagarri. En esta primera edición compitieron 5 equipos de 5 participantes, y una de las características principales de esta prueba fue que los participantes iban atados por los brazos. El recorrido era oficial y los atajos estaban prohibidos, y finalizada la prueba entregó las medallas Antxon Bandrés Azkue (futuro fundador de la Federación Vasco Navarra de Alpinismo). Antxon reivindicó esta actividad para ser propiamente de los montañeros y como ejemplo para otros clubes de la época. En 1914 se celebró la tercera y última edición de esta Copa.

El año 2000, la única carrera importante y conocida que había en Euskadi, era el VI Maratón Alpino Galarleiz. Curiosamente, había un club en Vitoria-Gasteiz que tenía una sección de corredores, era la Excursionista Manuel Iradier que, en su revista de diciembre del 2000, solo hablaba de carreras, como la Maratón del Nilo, la Maratón de Nueva York, etc. Ya en el 2001, promocionado sobre todo por el presidente de la EMF Antxon Bandrés, fue cuando junto con varios socios

korrikolaris de la Manuel Iradier y yo mismo, realizamos una reunión para preparar la primera selección de Euskadi y la primera Copa de Euskadi de carreras de montaña. Fueron los

Pilar Arriola





Ainara Urrutia en la Grigne skymarathon Italia · FOTO: Maurizio Torri

propios *korrikolaris* como Eloy Corres, Ismael Monserrat, Enrique López de la Puente, Raúl Delgado y Marcelino Serrano, los primeros seleccionados para representar a la Federación Vasca a nivel estatal.

La primera Copa de Euskadi se organizó con tres carreras. Primero fue Hondarribia-Hondarribia, la segunda Gorbea Barrén en Gopegi, y la tercera la Maratón Alpino Galarleiz en Zalla. Los primeros ganadores fueron Gaizka Itza Bengoetxea y Pilar Arriola Diez.

Si tuviera que mencionar alguna actividad importante, que nos ha puesto en la cumbre de las carreras por montaña, fue sin lugar a dudas el año del inicio de la Maratón Zegama Aizkorri, el 7 de julio de 2002. En esta primera edición, participaron 220 corredores, 214 hombres y 6 mujeres. Los ganadores de esta primera edición fueron el tolosarra Juan Martín Tolosa Aguirrezabala y la eskoriatzarra Rosa Lasagabaster Armendáriz. Desde entonces, las carreras han ido evolucionando.

En el año 2002 se organizó en Benasque, el primer curso de árbitros de carreras por montaña, con la colaboración de la EMF y la participación de Eloy Corres y Goio Larrañaga, hoy día el equipo arbitral de la EMF.

En esta época, no estuvimos exentos de críticas. Solo hay que leer la editorial de la Pyrenaica número 205, escrita por Antxon Bandrés y Txomin Uriarte en el año 2001.

Aitor Zunzunegi en Gorbeia Suzien · FOTO: Guaresti





1ª carrera Pagasarri 1913

La actividad fue tomando más volumen, y esto hacía que cada día fuese más difícil la organización de la copa y selección de carreras. Fue cuando Antxon Bandrés designó como director técnico de la EMF a Antxon Burcio para que colaborase conmigo en la organización del calendario y de los objetivos de la selección.

En los próximos años y paralelamente al crecimiento a nivel nacional, tanto Antxon Burcio como yo fuimos adaptándonos a las novedades que se implantaban por parte de la FEDME y de otras federaciones territoriales, tales como adaptaciones en el reglamento, normas de adjudicación de pruebas, nuevas puntuaciones en la copa, nuevos circuitos, medias maratones, ultramaratones, etc.

Más adelante, la EMF, con su presidenta Arantza Jausoro Marugan al frente, designó como responsable de carreras a Rosa Lasagabaster Armendariz y a Axier Lasa Eske. Como responsable de la selección se nombró a Gaizka Itza Bengoechea, añadiendo también como preparador físico a Kepa Larrea Beldarrain.

Primera seleccion vasca





Rosa Lasagabaster, primera Zegama

Las carreras han ido creciendo poco a poco con los sucesivos presidentes federativos tras Arantza Jausoro Marugan. Le siguieron Luis Ignacio Domingo Uriarte, Álvaro Arregi Otañui, Joseba Ugalde y José Ramón Alonso, y todos ellos con mayor o menor implicación, apostaron por el desarrollo de esta actividad, llevándola al nivel que actualmente tiene. Hoy día, su presidente actual, Zigor Egia Suances está rodeado de un equipo profesional que sin lugar a dudas está llevando las carreras a lo más alto, tanto a nivel nacional como internacional.

Evidentemente, mediante este artículo no he conseguido desglosar todo el recorrido detallado que se ha realizado en la EMF, básicamente por falta de espacio.

Actualmente, se presenta un futuro muy esperanzador para esta actividad, que dirigido por Zigor Egia y con la colaboración de su director técnico Iñaki Garai Barrena y su responsable de carreras Mireia Trigueros Garrote junto con el gran equipo arbitral que cuentan, estoy seguro de que llevarán todavía a un nivel más alto esta actividad que iniciamos aquel año 2000.

LA EVOLUCIÓN DE LA MARCHA NÓRDICA EN EUSKADI

TEXTOS

Área de Marcha Nórdica

La técnica es uno de los aspectos más importantes de la Marcha Nórdica

La Marcha Nórdica es una de las modalidades deportivas más recientes de la Euskal Mendizale Federazioa. Consiste en andar con bastones especialmente diseñados para el desarrollo de esta actividad física, con el objetivo de optimizar el esfuerzo físico realizado en el movimiento biomecánico de nuestro cuerpo al andar, a lo que hay que añadir la faceta social teniendo en cuenta que se trata de una actividad totalmente paritaria.

La Marcha Nórdica ofrece una manera sencilla, natural y muy eficaz de mejorar la propia condición física y tonificar la musculatura, independientemente de la edad, el género y la preparación física del practicante, se trabaja un 90% de la musculatura, previene la sobrecarga de las articulaciones, relaja las tensiones musculares, ayudando a corregir los numerosos vicios posturales manteniendo una buena posición al caminar. Esta modalidad se ha convertido en una alternativa de entrenamiento cómodo y sencillo a cualquier deporte, especialmente al senderismo y las carreras de montaña.

