

PIRAGÜISMO EN SOTOSERRANO



ORIGEN DEL PIRAGÜISMO

Piragüismo, canotaje o canoa kayak es un deporte acuático que se practica sobre una embarcación ligera, normalmente de fibra de vidrio o plástico en embarcaciones de recreo, y fibras de kevlar o carbono en embarcaciones de competición.

Dentro del piragüismo existen dos tipos básicos de embarcación: el *kayak*, que deriva de la que empleaban los esquimales en sus desplazamientos, cerrada por arriba con un orificio (bañera) por donde se introduce el palista, que emplea una pala de cuchara doble; y la *canoa*, totalmente abierta y en la que nos impulsamos con una pala de una sola cuchara. En ambos casos las embarcaciones pueden ser individuales, dobles o llevar a 4 tripulantes.

De los dos tipos generales de piragua que podemos diferenciar, las que se utilizan para las aguas tranquilas o las de aguas bravas, diremos que la principal diferencia radica en la longitud, ya que las primeras son mucho más largas, por lo que se deslizan mucho más rápido y con menos esfuerzo. Sin embargo, las piraguas de aguas bravas, al ser más cortas, son mucho más manejables, por lo que son ideales en la iniciación, ya que además en una zona sin corriente tienen una gran estabilidad.

El piragüismo es un deporte que “engancha” a quien lo practica, ya que la experiencia de ver y sentir desde el agua lo que nos rodea, es muy especial y distinta a la sensación que se tiene desde la orilla; todo parece más bello al fundirnos con el río y su entorno. Por ello, quien lo prueba siempre repite.

Es habitual confundir esta actividad con el remo, aunque para diferenciar de forma muy gráfica ambos deportes, los remeros van sentados en sus botes en dirección contraria a la que se desplazan; reman hacia atrás, –razón por la que cariñosamente se les llama “cangrejos”– y el remo con el que se impulsan en el agua se soporta sobre la propia embarcación. El piragüista avanza en la misma dirección en la que palea y las palas no ejercen palanca sobre la piragua.

APRENDIZAJE Y TECNICA

Es imprescindible a la hora de aprender cualquier deporte, tener en cuenta las normas de seguridad que son necesarias para practicarlo. En nuestro caso y aunque resulte obvio, lo primero que tenemos que tener en cuenta es “saber nadar” si queremos subirnos a una piragua. Debemos ir bien equipados con el chaleco salvavidas, traje de neopreno si practicamos en invierno o vamos a remar en aguas muy frías,

utilizaremos casco si vamos a descender un río además del “cubrebañeras” para evitar que nos entre agua dentro de la piragua y la pala. También tendremos en cuenta no ir solos, sobre todo por un lugar que no conozcamos y nunca lo haremos si descendemos un río con corriente.

Para iniciarse, nada mejor que hacerlo de la mano de especialistas de este deporte que te orientarán sobre la postura que debemos adoptar en la piragua, lo que sin duda nos ahorrará molestias en la espalda. La postura deberá ser erguida y no debemos ser bruscos cuando introduzcamos la pala en el agua, aprovechando cada palada de forma eficaz. Serán los monitores los que mejor conozcan cada tramo del río, evitando lugares complicados para aquellos que se están iniciando.

El piragüismo como deporte “aeróbico” que es, va a tener una repercusión muy favorable sobre nuestra salud, mejorando nuestro sistema cardiovascular y tonificando la musculatura, compensando así el sedentarismo de nuestra sociedad. Además, psicológicamente ayuda mucho a reducir el estrés, no sólo por hacer ejercicio, sino también porque el lugar donde lo realizamos nos aleja de los ruidos y el caos de la ciudad.

DESCENSO POR EL ALAGÓN



Desciende por el río Alagón en busca de emociones fuertes.

El Alagón:

el río virgen del Sur

Sus aguas amables vieron nacer al poeta Gabriel y Galán, que le recompensó con versos sonoros.

“El Alagón, hendido quebranto que empuja la geografía salmantina hacia

el sur, camino del Tajo, es un refugio natural donde el hombre y el medio se funden en mágica expresión”.

Todos los años se celebra en Sotoserrano la bajada de piraguas por el río Alagón.

Se trata de una convocatoria que se ha ido superando con los años. Un trazado por el río que discurre entre los parajes de Riscopelayo y Cabaloria, con cerca de 15 kilómetros de recorrido.

El fin de la prueba es potenciar los valores naturales y paisajísticos de la ribera del Alagón, de acuerdo con un entorno poco conocido pero con grandes valores naturales.

La prueba con carácter popular no competitivo, discurre por un tramo de iniciación a lo que se conoce como aguas bravas, pero sin riesgo ninguno.

Los participantes vienen de diversas provincias y ciudades como **Avila, Ciudad Rodrigo, Zamora, Cáceres** y la mayoría de provincias **castellano leonesas**.

Y es que Sotoserrano constituye un lugar privilegiado para la práctica de este deporte en sus principales modalidades, gracias a una orografía cambiante con tierras altas en el sur que van decayendo hacia el norte.



Algunos palistas preparados para el descenso del Alagón



Descenso de canoas por el Alagón en la X jornada.