

Aprender a esquiar en media hora

 www.granadahoy.com/article/granada/2081835/aprender/esquiar/media/hora.html

Aprender a esquiar en media hora

La Universidad de Granada ha creado un simulador que permite practicar deportes de nieve en verano, perfeccionar la técnica de los esquiadores de élite y hacer investigaciones

L. Q. granada | Actualizado 31.07.2015 - 01:00

Los resbalones y caídas en la nieve ya no son un requisito imprescindible para aprender a esquiar o mejorar la técnica. La tecnología desarrollada por la Universidad de Granada permite ahora aprender a practicar este deporte en solo 30 minutos y disfrutarlo en cualquier época del año.

En una habitación cerrada, sobre una especie de enorme alfombra inclinada, el deportista puede practicar esquí o snowboard y además someterse a un sistema de control de su trabajo y esfuerzo que, en realidad, hoy por hoy, es lo más interesante de este avance, pues permite investigar a los científicos y perfeccionar a los esquiadores de élite.

El Instituto Mixto Universitario Deporte y Salud (iMUDS) presentó ayer su nuevo Simulador de Esquí, una instalación única en toda España y una de las pocas de Europa, que podría revolucionar el sistema de enseñanza y entrenamiento de los deportes de invierno.

Se trata de un tapiz rodante de 12,50 x 6,55 metros, con una superficie esquiable de 48 metros cuadrados. Permite ajustar la velocidad desde 1 a 21 kilómetros por hora y tiene una capacidad máxima para 4 personas (380 kilos). El ángulo de pendiente del tapiz puede modificarse desde los 10 a los 19 grados, lo que en una estación de esquí real equivaldría a todo el intervalo que va desde una pista verde a una negra.

La instalación dispone de un gran espejo frontal que permite a los deportistas recibir reflejo sobre su ejecución técnica con solo mirarse al espejo, además de la información que reciba de su profesor o entrenador que puede estar a su lado. Detrás se sitúa el laboratorio donde trabajan los investigadores del iMUDS, y desde donde pueden realizar y controlar grabaciones en vídeo de los esquiadores (en 2D y 3D) desde distintos ángulos.

El responsable del Simulador de Esquí, el profesor del departamento de Educación Física y Deportiva de la Universidad de Granada Pablo Jesús Gómez López, explicó que esta instalación está llamada a revolucionar por completo la práctica de deportes de invierno, ya que "además de permitirnos esquiar en pleno mes de julio, es perfecta para aprender a esquiar, perfeccionar y entrenar la técnica, entrenar la preparación física específica e incluso ayudar a los deportistas que hayan padecido alguna lesión a volver a esquiar en su proceso de rehabilitación en cualquier momento del año, durante 365 días durante 24 horas si se quiere".

En realidad se trata de un complemento a las pistas de esquí de Sierra Nevada, ante la falta de nieve, estación cerrada por viento o fuera de su horario habitual de apertura. En ningún caso se plantea como una alternativa sustitutiva. "Los deportistas de élite necesitan el contacto con la nieve, aunque esto les viene bien para complementar", agregó el experto.

El simulador supone una enorme optimización del tiempo útil de práctica empleado. Para realizar 30 minutos de trabajo efectivo esquiando necesitamos un día entero en pistas, por el tiempo que perdemos en los remotes durante la subida o espera en la cola, por ejemplo. Aquí, el tiempo que estamos esquiando se aprovecha por completo.

Además del aprendizaje de deportes de invierno, el Simulador de Esquí permite realizar una valoración biomecánica en tiempo real de la técnica deportiva, mediante un avanzado sistema de análisis biomecánico tridimensional (3D) y asesorar así entrenadores y deportistas.

El vicerrector de Investigación y Transferencia de la UGR, Enrique Herrera Viedma, explicó ayer que el Simulador de Esquí del iMUDS ha sido financiado íntegramente por el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER), y su construcción ha tenido un coste de más de 200.000 euros. En Europa existen muy pocos simuladores como éste, en países como Francia, Holanda, o Inglaterra.