

miércoles 11 de abril de 2012

EL CERRO DEL ANDÉVALO SE CONVIERTE EN TERRITORIO 'NORDIC WALKING'

El Patronato de Turismo promueve la primera jornada de iniciación a esta modalidad deportiva en la Comarca del Andévalo

El paraje natural del 'Cabezo de la Horca' del Cerro del Andévalo hará las veces de un gran recinto deportivo al aire libre el próximo sábado, 14 de abril. El paisaje del campo andevaleño en primavera será el escenario en el que los interesados en iniciarse en esta modalidad deportiva que combina el deporte de resistencia con el ejercicio al aire libre, aprendan las primeras nociones del 'Nordic Walking'.

La jornada comenzará con una sesión teórica que se celebrará en la Ermita de la Trinidad a partir de las 10 de la mañana, en la que los técnicos del Centro de Nordic Walking de Santa Ana la Real impartirán las nociones básicas para la práctica de esta actividad. A las 12 del mediodía continuará la jornada con la clase práctica, que discurrirá por el paraje del 'Cabezo de la Horca'.

Esta actividad está abierta a todos los interesados de la zona, que podrán inscribirse en el ayuntamiento de la localidad. El Cerro del Andévalo es el primer enclave de la provincia que acoge el curso patrocinado por el Patronato de Turismo fuera de la comarca serrana, donde el Nordic Walking cuenta ya con un gran número de adeptos.

La provincia de Huelva cuenta con todos los requisitos para convertirse en un excelente destino para los amantes del Nordic Walking, actividad que disfruta de un gran auge en los países del norte de Europa. El clima suave todo el año y los grandes espacios naturales hacen de Huelva un lugar privilegiado para el turismo deportivo, por ello el Patronato de Turismo continuará con la promoción de esta práctica deportiva, no sólo en el interior de la provincia sino también en la costa. Los próximos días 2 y 3 de mayo se celebrará un curso de iniciación dirigido a hoteles y técnicos del Ayuntamiento en Punta Umbría y los días 4 y 5 del mismo mes tendrá lugar otra jornada, esta vez dedicada a instructores en Islantilla.

El Patronato de Turismo pretende con este tipo de actividades fomentar una práctica deportiva sin límite de edad, con una actividad física adaptada a las características de cada practicante, al tiempo que promociona el Nordic Walking como actividad deportiva con grandes posibilidades para el turismo en nuestro espacio natural.

La caminata nórdica o Nordic walking consiste en caminar al aire libre con la ayuda de bastones similares a los utilizados en el esquí. Lo más importante para practicar el Nordic Walking es hacerlo con una técnica correcta, por lo que es imprescindible la formación teórica. Los orígenes de este deporte están en los años 30, cuando la mayoría de los esquiadores de fondo ya incluían en sus entrenamientos de verano y otoño lo que llamaban "marcha con bastones" o "caminata con bastones", con el fin de mejorar la condición física y poder comenzar los entrenamientos con una intensidad mayor al llegar el invierno.