

17 Junio de 2001 - Nº 162

*La Tribuna*

# Dominical

El incremento del consumo lo convierte en un grave problema social

## ¿ALCOHOL? NO, GRACIAS

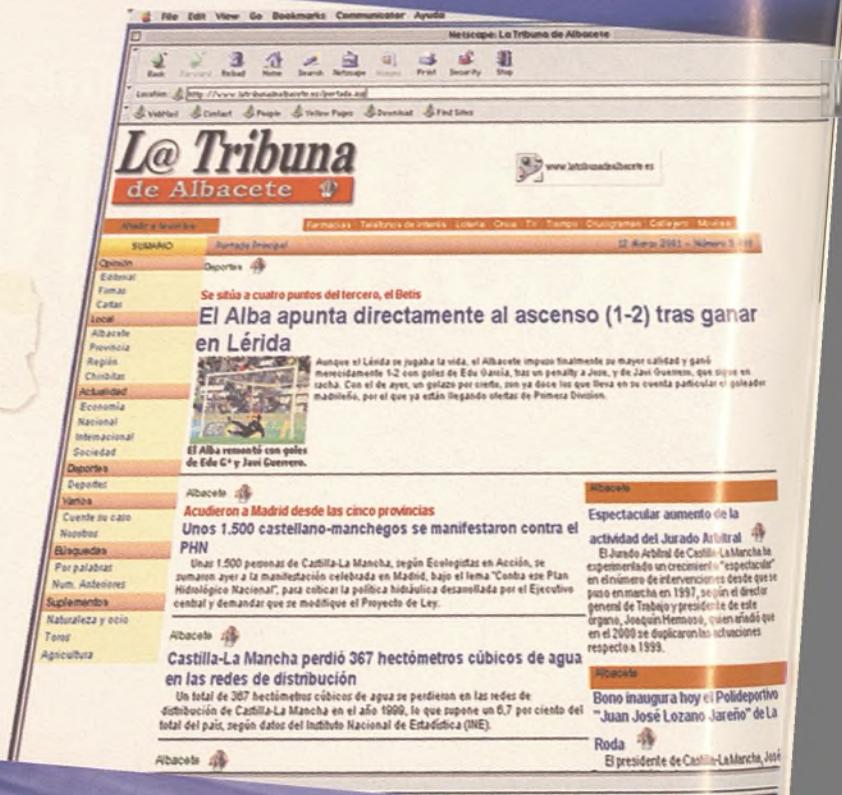


La información más completa  
todos los días,  
en tu kiosko.



y ahora también  
en la red,

[www.latribunadealbacete.es](http://www.latribunadealbacete.es)



y los fines de semana,  
la Tribuna DOMINICAL.

**La Tribuna  
de Albacete**

siempre, para tu información





# 5

## Los domingos, al Ayuntamiento



# 6

## El alcohol, un problema social

En Castilla-La Mancha, unas 50.000 personas sufren alguna enfermedad relacionada con el consumo de alcohol, y 1.500 mueren prematuramente al año a causa del alcoholismo.

Existen algunas asociaciones, como Alcohólicos Anónimos, que ofrecen ayuda para la rehabilitación.

# 10

## Elche de la Sierra, unido al Corpus



Si existe alguna localidad albaceteña destacada por la fiesta del Corpus, ésta es Elche de la Sierra. Este fin de semana celebra su tradición más emblemática y colorista con la confección popular de las alfombras dibujadas en el suelo, convirtiendo el serrín y la viruta en arte.

## La Tribuna Dominical

La Tribuna Dominical  
Número 162 (2ª época)  
17 de Junio  
2001  
Portada:  
JOSEMA MORENO

La Tribuna  
Dominical  
Depósito Legal: AB-459-1996  
Director  
Dimas Cuevas Cuerda

Colaboran  
Cristóbal Guzmán  
Pedro J. García  
Emilio Fernández

EDITA: PUBALSA  
Administración y publicidad:  
Paseo de la Cuba, 14. Albacete  
Teléfono: 967 19 10 00  
Fax administración: 967 24 03 86  
Fax redacción: 967 21 12 75  
Apartado de Correos: 369.

Director Técnico  
Antón Lajara Caballero

Exclusiva de publicidad nacional.  
NOVOMEDIA, S.A.  
Presidente:  
José Manuel Rodrigo

Director general:  
Elisén Soria  
Madrid: José Manuel Calvo, Pº Recoletos, 14-3º  
Telf: 337 32 58. Fax: 337 31 77; Barcelona:  
Ramón Domínguez, Avda. Diagonal, 640, edi-  
ficio 3-4ª planta. Telf: 405 93 94;  
Valencia: José Vicente Sánchez Beato. Emba-  
jador Vieh, 3. Telf: 351 10 65

Imprime:  
JUNQUERA IMPRESORES  
Telf: (967) 24 28 53



# La noche

**H**emos llegado a ese axioma, a esa verdad imparabla que nos lleva a todos por otros sueños y caminos: nuestra civilización no conoce la noche. Todo ello, en su tremendo, fantástico y hermosísimo contexto, en toda la pluralidad de sabores espirituales, con el calor crujiente y frío que arropa tantas ideas, esperanzas y expectativas. Toda la grandeza de esa inmensa oscuridad que arropaba las delicias a conseguir, durante el previo sueño de poder realizarlo a la luz del día, se ha ido perdiendo con las características del transcurso de los tiempos modernos. Hoy las farolas, las peanas, las luminarias, y tantas otras perfecciones modernistas iluminativas, han logrado hacer desaparecer de los humanos, ese cascabel silencioso que sonaba en el prado de las estrellas y el azul intenso, regado con la luz de la luna en sus periódicos momentos. Se ha ido lejos y casi sin posibilidad de retorno, el sabor de la obscuridad, la canción entreabierto del alma, en ronda de sueños y anhelos, por alamedas de luces que no brillan ni lanzan sombras, entre cojines de estrellas donde ir depositando la canción de amor que se compone. Se nos ha esfumado, llevándose el deseo abierto a la flora preciosa de ese recital de lo etéreo, en el arca inédita de la ensoñación de cada uno.

Ese tiempo durante el cual el Sol está debajo del horizonte, lo interpretó Miguel Ángel en su preciosa y magnífica escultura que está situada sobre la tumba de Juliano de Médicis, duque de Nemours, en Florencia. También la terracota denominada "*La Luna*", obra del escultor francés Maillot, representando a una joven desnuda, sentada y con la cabeza entre las rodillas, da esa idea o definición de una adolescente, apaciguada y serena, exenta de angustias y pasiones, pletórica de paz y dulzura. Y en cada una de ellas, existe el común denominador de esa fracción de humanidad que tiende al espiritualismo condensado, al hecho precioso de dejar que vuele la imaginación y la creatividad, para ir plasmando en los rizos del aire, esos vendavales de ideales, de recónditos y umbrosos recuerdos, de anhelos que quedaron en el arca de las ansiedades incumplidas.

Para los mitógrafos, la Noche, diosa que personifica el tiempo de su nombre, es hija del Caos y hermana de Érebo, con quien engendra el río Estige. La *Teogonía* hesiódica, generación de los dioses de la gentilidad, la presenta en el extremo occidental del mundo, en una serie de

abstracciones tales como la Suerte, el Sueño, el Sarcasmo, el Engaño, la Ternura, la Vejez, la Discordia y las Hespérides, que se engendra junto al Crepúsculo Vespertino. Y de su nombre se apadrinan otras cosas más bellas, mas llenas de esa dulzura propia del velo del encanto dulce y bello de lo que no tiene sombra. Pero llena los espíritus de la inspiración, de la creatividad estruendosa, de un sentimiento interno expandido sin límites, de ese algo que pellizca con dulzura, grandeza y monumentalidad romántica, los sueños que fuimos varando en el agua de aquel río de nuestras ansiedades y deseos de otrora.

Con las luces artificiales, con todo ese imperioso y necesario complejo de iluminación nocturna, hemos ido quitando el calor azul y el firmamento de sueños de

**Con las luces artificiales, con todo ese imperioso y necesario complejo de iluminación nocturna, hemos ido quitando el calor azul y el firmamento de sueños de la obscuridad**

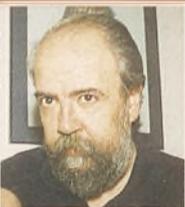
la oscuridad. Hemos arrinconado de manera categórica y despiadada, en los bosques y el mar, esa inocencia y candor que contraía el día al dejar que la noche arropase su vestido de misterio de espacio infinito, de vasta serenidad, de sencillez y grandeza con las estrellas tachonando la cúpula infinita del firmamento. Ahora, nadie quiere conocer ese don de la madre naturaleza, que fue génesis de preciosos nocturnos, composiciones musicales de belleza incalculable; recordemos

la inmortal obra de nuestro Manuel de Falla, "*Noches en los Jardines de España*", en el que más allá de la música hecha poema, aflora esa sensualidad impresionista que vivifica el espíritu de quienes se deleitan en su audición. O los compuestos por Chopin, Liszt o Fauré, con el espléndido romanticismo que conllevan sus notas, y que incitan suavemente al ensueño y la calma de los sentidos.

Se nos ha ido la noche, yendo hacia las luces artificiales, como buscando el camino de la constante realidad de la vida. Como si no quisiera dejarnos el espacio consecuente, necesario y poderoso, de gozar libre y pausadamente de la grandeza de recrear nuestra mirada en la cúpula tachonada de luceros; la que cobija tantos sueños y pensamientos varados en el rincón de sus efluvios. Se nos ha ido la noche, como si se nos quitase esa dulzura de vientos con proa de amores, en el barco de nuestros sentimientos, timoneados por aquellas otras donde vimos llegar la luz del día, en los tímidos amaneceres llenos de encanto y poesía plena. Se nos ha ido la noche, y con ella, el rumor incitante del verso y la prosa, el agua clara de nuestros sentimientos, el camino del ensueño y la varita mágica de las ilusiones.



Martín  
Giménez  
Vecina



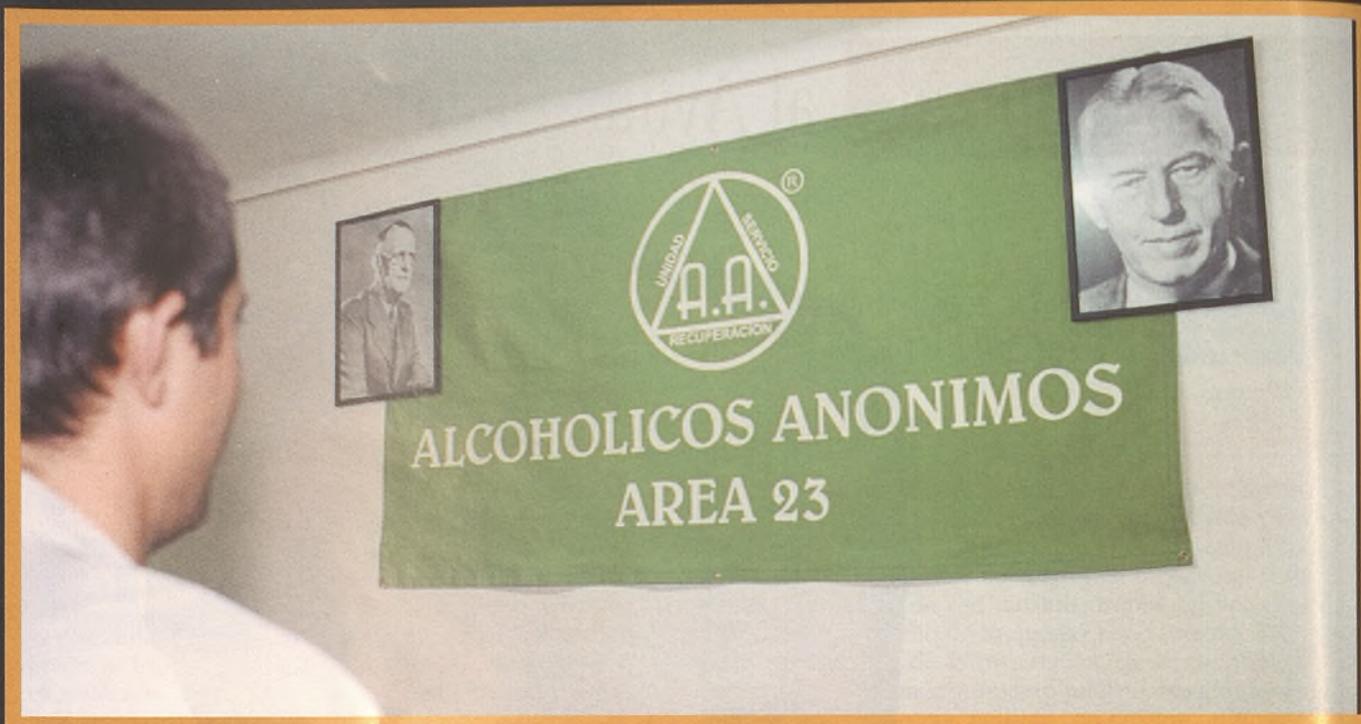
Bernardo  
Goig



## Lorenzo Boira y sus niños

Lorenzo Boira está acostumbrado desde hace muchos años a tratar con niños: como médico pediatra del Hospital General, muchos padres pueden dar fe de su buen hacer con los pacientes más pequeños que suelen ser los más difíciles, aunque sólo sea porque no dicen donde les duele. Desde hace algunos años, "Loren" (como le llaman los amigos) tiene que bandearse en otro campo más difícil que el de la medicina, la política, donde alterna con otros "niños grandes": los concejales... aunque para ellos (¿o contra ellos?) no se ha inventado aún ninguna vacuna.





Alcohólicos Anónimos, 16 años en Albacete ayudando a la recuperación de este azote social

# “No hay nadie irrecuperable”

TEXTO: CRISTÓBAL GUZMÁN - FOTOS: JOSEMA MORENO

**E**n Castilla-La Mancha consume alcohol diariamente el 14% de la población, son 50.000 personas las que han contraído alguna enfermedad derivada del consumo abusivo de alcohol, y de ellas unas 1.500 mueren al año. El alcohol, después del tabaco, es la segunda causa de muerte evitable en nuestra sociedad, y a través de él se contraen dolencias como las enfermedades digestivas, cardiovasculares y las relacionadas con el deterioro de órganos y tejidos. La alarma ha hecho que el Gobierno regional vaya a publicar una ley que se prohibirá expresamente la venta y el consumo de alcohol en la vía pública para evitar la difusión del alcoholismo entre los más jóvenes.

En Albacete existen diversas asociaciones como Alcohólicos Anónimos, que nació en Estados Unidos en 1935 y comenzó su andadura en nuestra provincia en 1985 y ahora alberga a cien miembros en recuperación distribuidos en cinco grupos en la capital y otro en Hellín, éste último con una frecuencia de reuniones algo más irregular. En ellos se busca la rehabilitación total del alcohólico intercambiando experiencias como

las que contaron a *La Tribuna Dominical* Pepe y Juan Luis, dos miembros de esta asociación que estuvieron al borde del drama.

**-¿En qué consiste esa labor de recuperación?**

-Pepe: La recuperación consiste en venir aquí, contar cada uno su experiencia, cómo hemos conseguido dejar de beber y qué es lo que hacemos para mantenernos así. Dejar de beber no es difícil, el problema es mantenerse sin beber, y lo que intentamos es venir aquí dos días para intentar vivir las 22 restantes del día, porque cuando se sale del grupo es donde viene el problema. Las reuniones las hacemos nosotros mismos, sin ningún profesional, y en ellas nos contamos nuestras experiencias, cómo nos sentimos, cómo hemos pasado el día, lo que nos crea ansiedad, la actitud de la familia, etc.

**-¿Cuántos se quedan y cuántos se van de los que necesitan ayuda?**

-Pepe: Actualmente hay unos cien miembros en recuperación, lo que ocurre es que por aquí han pasado muchas personas que se han ido. Nosotros decimos que hay que tocar fondo para buscar una salida, que la gente ha debido recibir el suficiente daño del alcohol para quedarse. Alcohólicos Anónimos no es para quien lo necesita, sino para quien quiere recupe-



rarse de verdad. La persona que viene sabiendo que el alcohol le está dando problemas, un porcentaje muy grande se queda, y de la que no se queda se marcha tras la primera reunión, lo que ocurre es que al cabo de los años vuelven a pedir ayuda.

**-En su caso, ¿en qué estado llegó?**

-Cuando yo llegué, sabía que el alcohol me estaba haciendo daño, pero no quería aparentar que era tan malo, con una forma de ser como siempre había sido: un mentiroso compulsivo. Cuando llegué a la asociación me llamó la atención que los compañeros se reían porque habían tenido problemas mayores que yo. Cuando me di cuenta de que a pesar de todo se reían, pensé que por qué yo no me iba a reír también, y acabé diciendo la verdad, con lagunas mentales, el hígado algo alterado y sin comer nada. El alcohol era lo que me alimentaba y me cambiaba la personalidad.

**-Entonces, hace falta llegar a una situación límite.**

-Juan Luis: La mayor parte llegamos porque tenemos tantos problemas que ya no nos caben en la cabeza. Yo tuve que dejar de beber forzado por la situación porque estaba a punto de perder la familia y en la miseria. O dejaba de beber o me moría arruinado. En un porcentaje alto llegamos tan acabados a la asociación y por eso nos quedamos, hay que tocar fondo y llegar a la mierda para darte cuenta de que o sales hacia arriba o terminas dejando a la familia o suicidándote. Por suerte para mí, dejé de beber y soy bastante feliz, recuperado económicamente y bastante físicamente.

-Pepe: En mi caso, cuando tenía problemas con el alcohol y tenía noticias de alguna solución, yo no quería escuchar a la gente. Yo no quería admitir esa derrota porque era prepotente y no quería admitir que el alcohol me pudiera a mí ya que

era una humillación. Yo sabía que existían asociaciones, pero no quería. En mi caso, me pusieron las maletas en la calle y hubo una demanda de separación. Fue entonces cuando me di cuenta de que los problemas se agravaban. He de reconocer que no lo hice por mi familia, sino por mí mismo; comprendía el daño que le estaba haciendo a mi familia, pero también que yo me estaba matando y que me quería recuperar, sin importarme si mi familia me quería dejar o no. Por suerte, no lo hizo, la he vuelto a recuperar y somos una familia normal. Pero tuve que ver la cosa muy mal, incluso me despedí del trabajo y le regalé a la empresa el sueldo y la antigüedad. Hoy, sigo en la misma empresa con todos mis derechos y me va de maravilla.

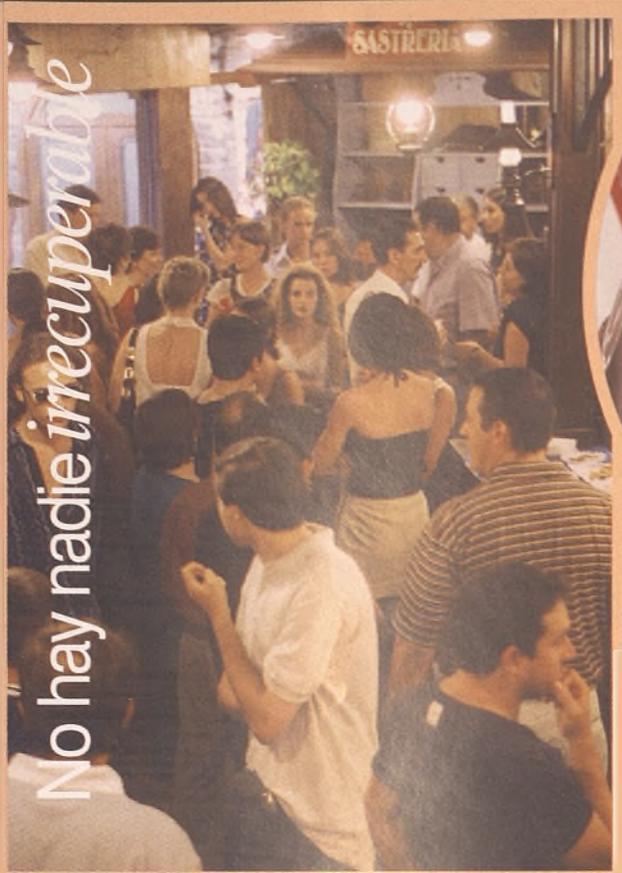
**-¿Cómo empezaron a beber?**

-Pepe: Yo empecé muy joven, con 14 años, y me sentía importante con el alcohol. Empecé a juntarme con personas mayores que yo, y quería descubrir lo prohibido. Por eso, es muy importante la buena información, el saber que el alcohol puede tener unas consecuencias muy graves, porque el problema viene cuando lo probamos y nos está bueno. Nosotros tenemos a gente con 18 años, y también están viniendo muchas mujeres”.

-Juan Luis: “El problema del alcohol no tiene edades, porque yo empecé con siete años, y a los diez las borracheras ya eran continuas. La edad no tiene la menor importancia, y lo que vale es que el alcohol siempre te vence cuando te enfrentas a él. Yo nunca le gané. Pienso que es mejor no luchar contra él y tenerlo como amigo.

**-¿Por qué el nombre de Alcohólicos Anónimos?**

-Pepe: El anonimato evita el prestigio del que pasa el men-



saje, porque lo importante es la transmisión, no quien lo pasa. Lo importante es que esto lo sepa un alcohólico o un familiar y sepa que hay una solución al problema. En mi caso o en el de Pepe, hemos dejado el alcohol hace ya tiempo, y ese anonimato le sirve al recién llegado, porque cuando se entra lo primero que se mira es si hay alguien que conoce. A mí ya no me importa el anonimato, pero sí es importante para el recién llegado, que lo acabará rompiendo si él quiere.

**-¿Se tiene miedo a romper el anonimato cuando se piensa en acudir a una de estas asociaciones?**

-Juan Luis: Yo era muy conocido en Albacete por mis borracheras, y un día aparqué el coche en la calle Ancha y me acabó llevando la grúa dentro de mi propio coche con el espectáculo consiguiente. Cuando pedí ayuda en Alcohólicos Anónimos, pasé tres veces mirando a ver si había alguien conocido, y cuando vi que no era así, pasé corriendo. Yo pensaba más en qué iba a decir la gente y las explicaciones que debía darles. Curiosamente, cuando dejas de beber la gente te dice: "Qué bien te veo". A otros les gusta menos porque uno siempre era el que iba pagando, y de alguna forma vas pagando las amistades. La persona que nos aprecia sí se alegra de que cambiemos, y ahora cuando pido un café en un bar no llamo la atención, no como antes cuando te pedías un ponche a la una del mediodía y todo el mundo miraba. Ahora bien, si he de romper el anonimato para que una persona se recupere, lo hago porque hubo otros que lo hicieron por mí. Y si hoy en día me dicen que soy un borracho, la verdad es que me da igual porque tengo un trabajo, una familia normal y puedo ir a cualquier sitio.

**-¿Cuál es el funcionamiento de Alcohólicos Anónimos a nivel nacional?**

-Pepe: Alcohólicos Anónimos está en toda España, repartida en 24 áreas, y cada año nos reunimos en Asturias para recoger las inquietudes de cada una de las provincias. En cada área hay un delegado que transmite las inquietudes de cada zona a la Oficina General de Servicios de Asturias. El área más grande es la de Madrid, y Albacete

está sola. Lo que no funciona en un sitio puede cambiarse mediante sugerencias de otros lugares. El problema del alcoholismo es mundial.

**-¿Cómo surge Alcohólicos Anónimos y en qué consiste el programa de rehabilitación?**

-Juan Luis: Alcohólicos Anónimos está en 151 países, y lleva funcionando 66 años. Surgió en Ohio (Estados Unidos) cuando dos personas con problemas de alcoholismo se juntaron y, hablando la una con la otra, se dieron cuenta de que llevaban varias horas hablando y la ansiedad les había desaparecido. Probaron con una tercera persona y funcionó, y en 1935 se hizo el Libro Grande. A España llegó a finales de los sesenta, y a Albacete en 1985.

Por lo que respecta al programa, es universal, está en muchas asociaciones, y sólo cambia el primer paso. De hecho, las personas normales pueden aplicarse estos pasos y su vida puede cambiar. Conforme te aplicas el programa, vas cambiando, ya que se trata de un programa de humildad y quizá con algo de espiritualidad.

**-¿Qué les parecen los pasos de la Administración para combatir el problema del alcoholismo?**

-Juan Luis: Alcohólicos Anónimos, ni apoya ni respalda ninguna decisión de la administración ni de los partidos políticos. Preferimos ser independientes y, aunque cooperamos con profesionales, no nos mezclamos en ello. Es evidente de que ahora hay más información. Económicamente hablando, Alcohólicos Anónimos nació pobre y creemos que debe seguir siendo pobre. Las instituciones nos han ofrecido subvenciones, pero nuestra tradición es la de mantenernos con nuestras propias contribuciones. No aceptamos dinero ajeno al nuestro, y además nuestros gastos son mínimos. Las aportaciones son voluntarias, y cada persona contribuye con lo que puede aunque, eso sí, con un límite del 1% del presupuesto a nivel nacional, es decir, 150.000 pesetas.

**-Pero, al menos, les parecerá bien que se realicen campañas informativas y de concienciación de la población...**

-Pepe: Nosotros tenemos contacto con las instituciones, con el Plan Nacional de Drogas, etc., y aceptamos lo que dicen a pesar de nuestra forma autónoma de trabajo como una alternativa más. Cuantas más asociaciones haya, mejor, para que el alcohólico esté a gusto donde prefiera. Cuando uno llega aquí entra y sale cuando quiere, sin ningún tipo de control, y hablo cuando quiero. El único requisito para estar en la asociación con voz y voto es querer dejar la bebida, y siempre se respeta su opinión.

**-¿Hay casos que se estiman como irrecuperables...**

bles?

-Pepe: No hay nadie irrecuperable. Cuando llegué aquí, no daba ni un duro por mí mismo, y ahora hace ya tiempo que dejé la bebida. La mayoría somos casos difíciles porque el alcoholismo es eso, es no poder parar cuando se está bebiendo. Ha habido casos que no se han recuperado, pero a lo mejor es porque no han tocado fondo.

-Juan Luis: El caso en el que mejor se demuestra que no hay nadie irrecuperable es el mío. En el viaje de novios ya dejé a mi mujer en el hotel para ir a beber. A partir de entonces me pidió cientos de veces que dejara de beber, y cuando me puso las maletas en la calle pensaba que era un caso perdido porque pensaba que ya nunca iba a poder dejar de beber. Pero un día mi hija dijo: "A papá hay que ayudarle porque es un enfermo". Aquella tarde me fui solo y, con un cubata en la mano, me di cuenta de que tras pagar sólo me quedaban 500 pesetas en el bolsillo. Aquella copa no la terminé, y en ese momento pedí ayuda. Fue aquella frase de la niña la que me hizo planteármelo, y cuando llegué a Alcohólicos Anónimos seguía sin aceptar mi enfermedad, y mis compañeros me convencieron de lo contrario.

**-¿Son frecuentes la recaídas una vez que uno ya se ha creído recuperado?**

-Juan Luis: Si no se tiene muy claro todavía, se puede recaer mediante pruebas que uno se hace a sí mismo. De esas recaídas se saca lo positivo de pensar que cuando se dice que el alcohol me hace daño es que se lleva razón, y tiene de negativo que la confianza de todo el tiempo sin beber, se pierde, y va a costar el doble volver a recuperarse.

**-¿Qué grado de diferencia se da entre el bebedor y la bebedora?**

-Pepe: La forma de beber es distinta en el hombre y la mujer. Antes, la mujer se escondía más a beber en casa, y nuestras compañeras dicen que ellas están peor vistas, a pesar de que ellas beben igual o más que el hombre. Pero lo mal que se sienten, las cosas que les pasan y por qué se cae en el alcohol, es muy parecido, por eso el trato a la mujer y al hombre debe ser el mismo. Ahora están llegando muchas más mujeres a la asociación, y eso en parte me alegra porque quiere decir que ya no sufren en soledad el problema.

**-Entonces, el mensaje final es el de que esto tiene solución.**

-Juan Luis: Hay soluciones, y de lo único que hay que mentalizarse es de que esto no se trata de un vicio, sino de una enfermedad de consecuencias fatales y progresivas. Se acaba necesitando el alcohol para vivir, y aquí he aprendido a enfrentarme a las cosas hasta el punto de volver a ser personas normales y felices. A mí ya no puede relacionarme nadie con el alcohol, no tengo vergüenza ninguna, y no se nota que he dejado de beber. Además, cuando lo vas dejando la gente vuelve a confiar en ti, te recuperas económicamente, te vuelven a dejar tocar la cuenta del banco y te van dando margen para muchas cosas. La confianza en la gente que te quiere tarda en volver, pero cuando lo hace es sólida.

-Pepe: A los hijos les hacemos mucho daño, y la familia llega a odiarnos porque no quieren llevar amigos a casa pensando en cómo podemos llegar o no quieren salir con nosotros temerosos del follón que podemos montar por ahí. Todo eso tarda mucho tiempo en sermos perdonado, pero, a pesar del saber el tiempo que has perdido, con el tiempo nos perdonan y dicen: 'Lo han conseguido'.

**Alcohólicos Anónimos tiene su sede en Albacete en la calle Dionisio Guardiola, 31, principal. Su teléfono de contacto es el 967-500312.**

**A.A. también dispone de una página web en Internet: [www.alcoholicos-anonimos.com](http://www.alcoholicos-anonimos.com)**



## Los doce pasos de alcohólicos anónimos

1º. Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol; que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables.

2º. Llegamos a creer que un Poder superior a nosotros mismos podría devolvernos el sano juicio.

3º. Decidimos poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, como nosotros lo hemos concebido.

4º. Sin miedo hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.

5º. Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos y ante otro ser humano la naturaleza exacta de nuestros defectos.

6º. Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios nos liberase de todos estos defectos de carácter.

7º. Humildemente Le pedimos que nos liberase de nuestros defectos.

8º. Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos.

9º. Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para otros.

10º. Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos inmediatamente.

11º. Buscamos, a través de la oración y la meditación, mejorar nuestro contacto consciente con Dios, como nosotros lo hemos concebido, pidiéndole solamente que nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirlo.

12º. Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos Pasos, tratamos de llevar este mensaje a los alcohólicos y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos.

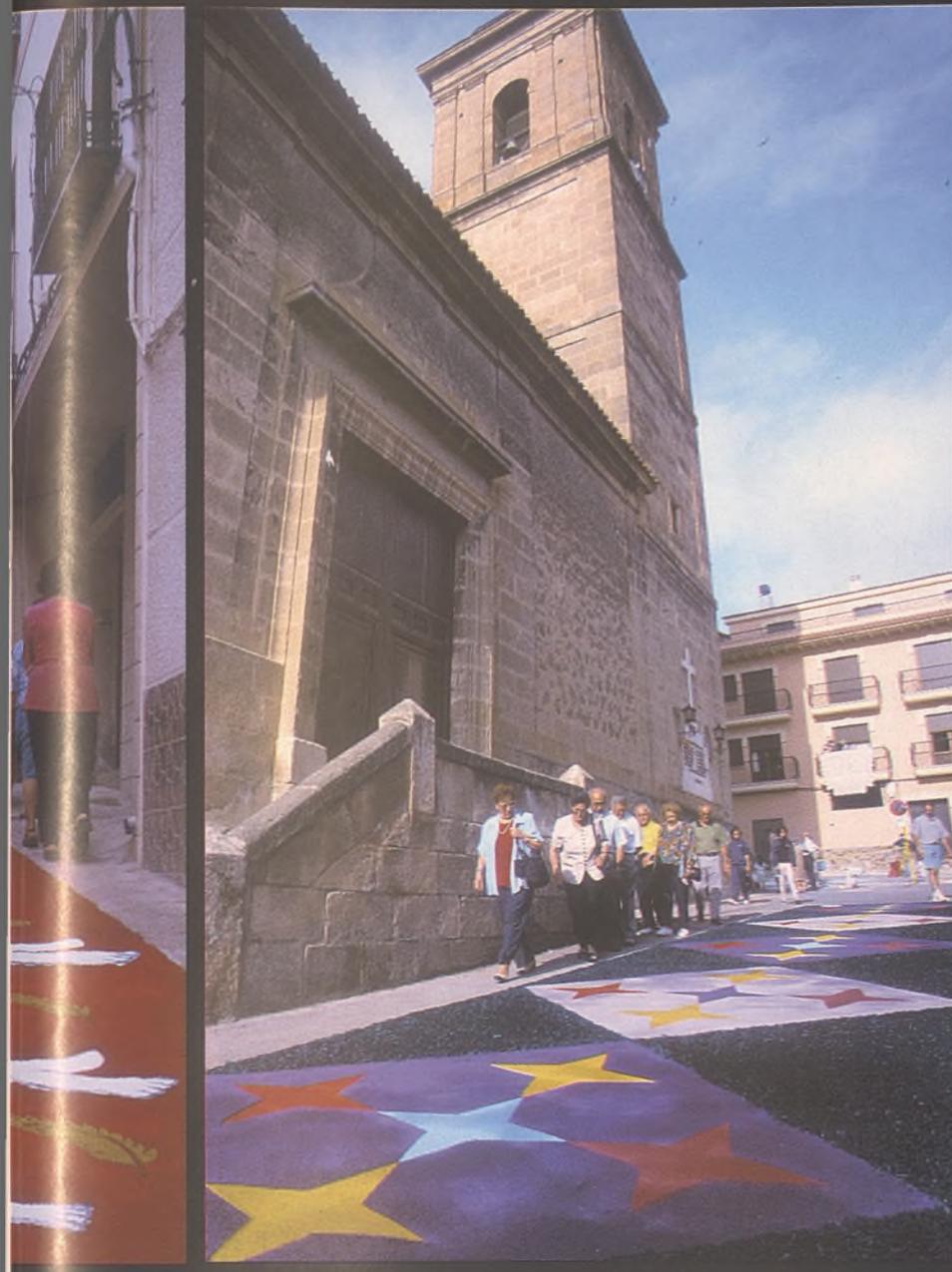


# EL CORPUS: fiesta de tradición en Elche

JULY GARCÍA

**E**lche de la Sierra celebra este fin de semana su tradición más emblemática y colorista que le ha dado fama y celebridad a la población y que todos los años es presenciada por miles de visitantes. Tradición que ha engrandecido el nombre del pueblo gracias a la voluntad y empeño de

jóvenes y otros no tan jóvenes que cada año hacen del serrín y la viruta un arte como performance, pues es una labor efímera que apenas dura unas cuantas horas, ya que al paso de la procesión con el Santísimo, el domingo al filo del mediodía, las creaciones se esfuman y quedan reducidas a polvo multicolor.



Paco Carcelén,  
el creador de la  
costumbre de  
las alfombras

# le color y de la Sierra

Alfombras dibujadas sobre el suelo realizadas a mano, o directamente trabajadas con moldes sobre líneas de delimitación en las calles en las que posteriormente y con esmero, centímetro a centímetro se va rellenado con tesón cada trozo de asfalto de forma manual hasta cubrir tramos de calles y plazas. Los motivos de las obras son de lo más variado desde las flores hasta los bustos de imágenes religiosas si bien en los últimos años están predominando las composiciones abstractas y coloristas, aunque eso sí dominando la técnica del trabajo con serrín, viruta y las diatomeas que cada vez se emplean más ya que son un recurso de la minería de la zona.

## Punto de reunión

Concretamente desde las últimas horas de la noche del sábado hasta la madrugada del domingo ininidad de cuadrillas y peñas trabajan a marcha forzada arrodillados en el suelo en la que será la noche más intensa que desempeñan los serranos de forma altruista y con un fin religioso y la vez festivo: porque el ambiente que impregna la noche elcheña del Corpus también se está consolidando como una noche de un gran ambiente para todos los públicos, cargada de alegría y punto de encuentro para familiares y amigos año tras año desde que nuestro Corpus se afianzó en la tradición popular surgida de la iniciativa de un grupo de cursillistas arropados por Paco Carcelén en 1964, fecha en que se plasmó la primera edición de las alfombras serranas.

Un amanecer el del domingo del Corpus que se resiste a que las nubes le hurten ni un ápice de luz al evento como celoso de ellas. Un día, en que el suelo elcheño vestido de esplendor mira hacia las alturas donde el sol, con una intensidad sublime, brilla en Elche de la Sierra como nunca, pues como alude el refrán: "Tres días hay en el año que relucen más que el sol, y uno de ellos es sin duda el día de la Ascensión."

Paisajes y rincones  
de Castilla-La Mancha

# LLAMADOR



MANUEL MARTÍNEZ

# CÓMICOS

CRISTOBAL GUZMAN

**E**l teatro fue concebido por los romanos como un entretenimiento más, al mismo nivel que los combates de gladiadores o las carreras de carros. La comedia de inspiración griega fue el género más representado, y a través de él la demagogia de los cargos públicos conseguía atraerse no pocas voluntades. Plauto fue el autor que mejor suerte corrió, y sus obras todavía son representadas sin que hayan perdido buena parte de la frescura que hizo reír a los espectadores de hace más de dos mil años.

Pasando por alto las estériles disquisiciones acerca del origen del teatro en Roma, vayamos a en principio a cuestiones referidas a la organización.

Eran los ediles los que se encargaban de organizar todo el tinglado. Para ello, encargaban a un director de escena el montaje y éste, a su vez, compraba la obra al autor y contrataba a los actores, todos curiosamente hombres. Mientras el dramaturgo perdía todos sus derechos sobre la pieza una vez vendida, para disimular el machismo sobre la escena y solventar el problema de los papeles femeninos, los actores iban provistos de pelucas o máscaras, mientras los trajes dependían del tipo de obra y de la edad del actor. En cuanto al calzado, se utilizaban tacones altos (*crepida*) o sandalias abiertas (*soccus*) dependiendo del carácter cómico o trágico, res-

pectivamente. A partir de aquí, el éxito de la obra corría paralelo al incremento del buen nombre del edil entre los ciudadanos; por eso, los alcaldes que ahora acuden como moscas a los palcos de los campos de fútbol deben meditar: esto es algo muy viejo y ya no da votos. A poder ser, mejor arreglen los problemas sin estridencias.

El teatro latino guarda algunos paralelismos con el español del siglo de Oro. Una de esas semejanzas reside en la actitud del público, ya que el carácter jocoso de la comedia provocaba no pocas situaciones de orden público, tumultos incluidos, que se sofocaban como buena mente se podía; incluso existían los llamados *conquisitores*, inspectores encargados de poner de patitas en la calle a los más bullangueros, que no pagaban entrada y asistían a las representaciones en los primeros momentos de la tarde.

## El gusto por la comedia

Cuando uno ve discutir a dos italianos, la manera en que gesticulan y representan, puede llegar a la conclusión de que llevan en la sangre más de dos milenios de teatro. Puede ser, aunque convendremos en que forma parte de un tópico francamente manoseado.

Los antiguos romanos no heredaron de los griegos el sentido de la tragedia y el concepto de *catarsis*. Se conformaron con explotar los recursos humorísticos de la comedia, que tenía más éxito cuanto más popular y

menos refinado era su lenguaje. Por eso triunfó Plauto y por eso mismo no lo pudo hacer Terencio, aunque se dice que en el tratamiento de los caracteres éste último fue el mejor autor de la Antigüedad.

Los personajes eran revestidos de cotidianeidad y su lenguaje era francamente **desenfadado**, e incluso grosero según el tipo de espectador. Los romanos, que explotaron antiguas tradiciones itálicas vinculadas a lo jocoso, estaban en condiciones de asumir más lo cómico que lo trágico.

El teatro, que era en verso, iba acompañado de **música y danza**, acorde a sus orígenes, y, como muchas otras cosas, llegó a su mejor nivel con la **traducción o adaptación de obras griegas** que procuraban el asunto, el lugar donde se desarrollaba la acción y los propios personajes. Era la *fabula palliata*, cuyo nombre proviene del manto griego con que se cubrían los personajes, frente a la *togata*, también de imitación helena pero de asunto itálico, que surgió después aunque al parecer nunca alcanzó el éxito de la primera.

## Los comediógrafos

Aunque se sabe que hubo autores prolíficos en este género (Livio Andronico, Nevio, Ennio o Cecilio Estacio), dos autores han sobrevivido hasta nosotros debido fundamentalmente al éxito de sus obras: Plauto y Terencio.

El primero, que cambió Umbría por Roma para ganarse -y bien- la vida, encarnó la culminación del género cómico de imitación griega. A caballo entre los siglos III y II a.c., **Plauto** fue una ruina como negociante, aunque encontró un filón en el teatro que le procuró un éxito sin precedentes.

De las 130 comedias que se le han llegado a atribuir, sólo nos han llegado 21 que eran indiscutiblemente suyas o, mejor dicho, adaptaciones de obras procedentes de la **Comedia Nueva griega** que había

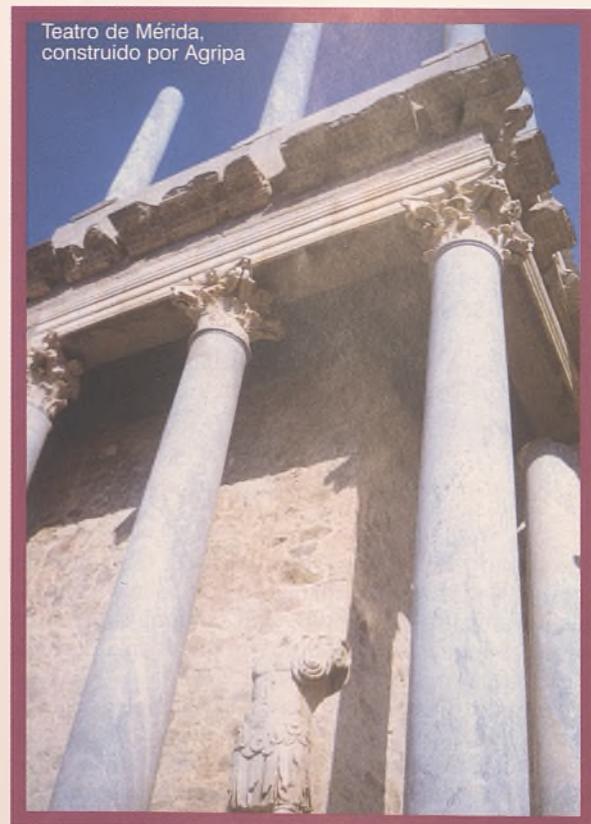
florecido un siglo antes encabezada por Menandro. Plauto, como muchos otros autores, no tenía problemas a la hora de manipular las escenas y los personajes adaptándolos a la Roma de la época, e incluso llegó a surgir la polémica por el uso de la técnica de la *contaminatio*, es decir, superponer un argumento a otro en la obra griega de referencia. Algunos han llamado a esto 'adaptación libre'.

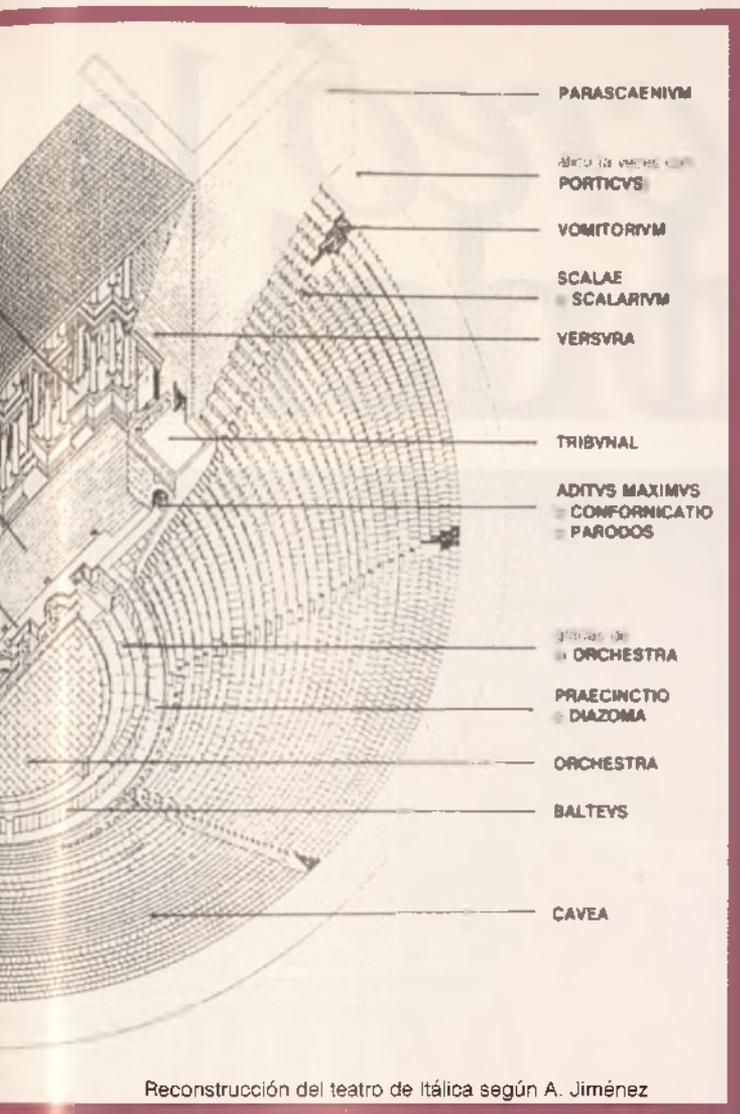
En cualquier caso, la estructura se compone de un **prólogo** en el que un actor adelanta en verso el argumento de la comedia, seguido de los **cinco actos** en que se presentan personajes y tramas propias de sus comedias, muchas veces movidas por el **enredo amoroso** -del que tanto se nutrirá la comedia española-, la recuperación de hijos perdidos, los parásitos, los soldados fanfarrones, avaros, alcahuetes/as o esclavos hábiles y pillos, figura ésta última inagotable en equívocos y sobre la que gira la mayor parte de la carga humorística de la representación. El ingenio del autor y las expresiones -seguramente la mejor fuente para conocer el lenguaje popular en el latín de la época-, la capacidad para ridiculizar lo presuntamente serio y lo vivo de las escenas no pudieron producir más que el éxito fulgurante, a lo que hay que añadir la gran variedad de la métrica del verso, algo que desgraciadamente hoy no podemos percibir en toda su extensión.

Hay obras de Plauto que hoy podemos seguir disfrutando en representaciones y adaptaciones como *Anfitrión*, la *Comedia de la olla* o *El soldado fanfarrón*, y su pervivencia no pasó desapercibida para grandes figuras del drama como Shakespeare o Molière.

Por su parte, **Publio Terencio Afer**, que llegó a Roma como esclavo de su Cartago natal, desarrolló su actividad en el siglo II a.c., y formó parte del ilustrado Círculo de los Escipiones. Aunque sólo escribió seis comedias (como *La andriana*, *La suegra*, *El eunuco* o *Los hermanos*), fue técnicamente más hábil que Plauto, aunque menos rico en expresiones populares y más extenso en los diálogos y partes cantadas. Aunque los personajes y actos seguían siendo los mismos que en época de Plauto, fue acusado de plagio de otras adaptaciones latinas, lo cual nos lleva a pensar que en todas las épocas han cocido habas.

Esta escasez de popularidad le llevó muchas veces al fracaso, pero su latín refinado, su **intención moral** y





Reconstrucción del teatro de Itálica según A. Jiménez

el superior tratamiento de los personajes han levantado no pocos elogios a posteriori.

## La tragedia

El género trágico tuvo mucho menos éxito que la comedia, aunque ambos nacieron a la par.

La tragedia también podía ser de asunto griego o romano (*fabula graeca/ praetexta*), aunque en Roma estuvo muy unida a la épica y a la oratoria para glorificar las excelencias nacionales de los episodios legendarios. El ciclo troyano predominó en las obras cuyos títulos se nos han conservado.

La mala suerte de la tragedia se demuestra en el hecho de que sólo se nos conservan títulos o pequeños fragmentos de estas obras escritas por autores como Pacuvio, Accio, Varo, Ovidio o Lucano, siendo la *Octavia* de Séneca la tragedia romana por antonomasia a pesar de las dudas de la autoría. Aun así, esta obra que versa de la desgraciada primera esposa de Nerón fue escrita para un público selecto, probablemente de corte estoico, doctrina que profesaba el autor.

## El marco

No crean que siempre existieron los teatros como ahora los conocemos. Al principio, las representaciones se realizaban al aire libre, de forma casi improvisada, antes de

Hay obras de Plauto que hoy podemos seguir disfrutando en representaciones y adaptaciones como *Anfitrión*, *la Comedia de la olla* o *El soldado fanfarrón*, y su pervivencia no pasó desapercibida para grandes figuras del drama como Shakespeare o Molière

construir recintos de madera y que podían ser desmontados, hasta que mediado el siglo I a.c. Pompeyo construyó en Roma el primer teatro estable cuya apertura todavía era recordada en tiempos imperiales. Luego llegó el ricachón gaditano Cornelio Balbo y construyó otro en 13 a.c. Los dos fueron eclipsados por el **Teatro Marcelo**, construido por Augusto, que todavía se mantiene en pie.

Por lo que respecta a Hispania, no se pierdan una buena representación en el teatro romano de Segóbriga ni en el de Sagunto, aunque nada como el de Mérida, una maravilla creada por Agripa cuya belleza tiene poco parangón. A pesar de la dejadez con que los nativos tratan sus restos romanos, no pierdan ocasión de visitarlo con motivo del Festival de Teatro Clásico, si es que sobreviven a aquel tórrido calor veraniego.

En cuanto a la disposición de los teatros romanos, baste decir que son de planta semicircular, a modo y manera griegos, con gradas (*cavea*) que rodeaban el escenario de la parte inferior (*orchestra*), tras la cual se sitúa -presentada con una gran riqueza decorativa a base de relieves, columnas y estatuas- la *scena*, dividida en *frons scaenae*, *pulpitum* y *proscenium* (ver reconstrucción del teatro de Itálica).

## El prólogo de Plauto

El prólogo de la comedia *palliata* tenía como función, además de explicar el argumento, recabar la atención del espectador, dar cuenta de la obra original griega y alabar sus virtudes. He aquí el prólogo de la 'Comedia de los asnos' (*Asmaria*) de Plauto recitado por uno de los actores:

"Ahora, espectadores, prestad atención, por favor; y que todo sea para bien mío y vuestro, de esta compañía, de sus directores y de los contratistas. Tú, pregonero, haz que el público sea todo oídos. (Después de que el pregonero ha realizado su cometido). Anda, vuelve a sentarte. Procura tan sólo no haber trabajado de balde.

Ahora os voy a decir a qué he salido a escena y qué es lo que quiero: quiero que sepáis el título de esta comedia. Pues, por lo que respecta al argumento, es muy breve. Y ya voy a deciros lo que dije que quería deciros: el título de esta comedia en griego es 'Onagós'. La escribió Demófilo y Maco la tradujo en lengua bárbara; quiere que se titule 'Asmaria', si por vuestra parte no hay inconveniente. No le falta gracia ni humor a esta comedia: es muy divertida. Tened la bondad de estar atentos y que Marte, como en otras ocasiones, también ahora os sea propicio" (*Asmaria*, prólogo, traducción de José Román Bravo).

# Así se creó la Ciudad del Vaticano

ISABEL MONTEJANO

**D**e los miles y miles de visitantes, turistas o viajeros peregrinos que durante todo el año llegan a Roma procedentes de todas partes del mundo, un alto porcentaje, sobre todo de los últimos, tienen como objetivo la Ciudad del Vaticano, por la que se dice que la época de las grandes obras termina cuando Gian Lorenzo Bernini, arquitecto, pintor y escultor que había nacido en Nápoles en 1598, finalizó la gran columna que convirtió la Plaza de San Pedro, que arranca de la Via Della Conciliazione, en el más hermoso gran teatro del mundo, con la fachada de la Basílica como telón de fondo y que tuvo como origen una primera iglesia que el emperador Constantino mandó levantar sobre la tumba del Apóstol Pedro.

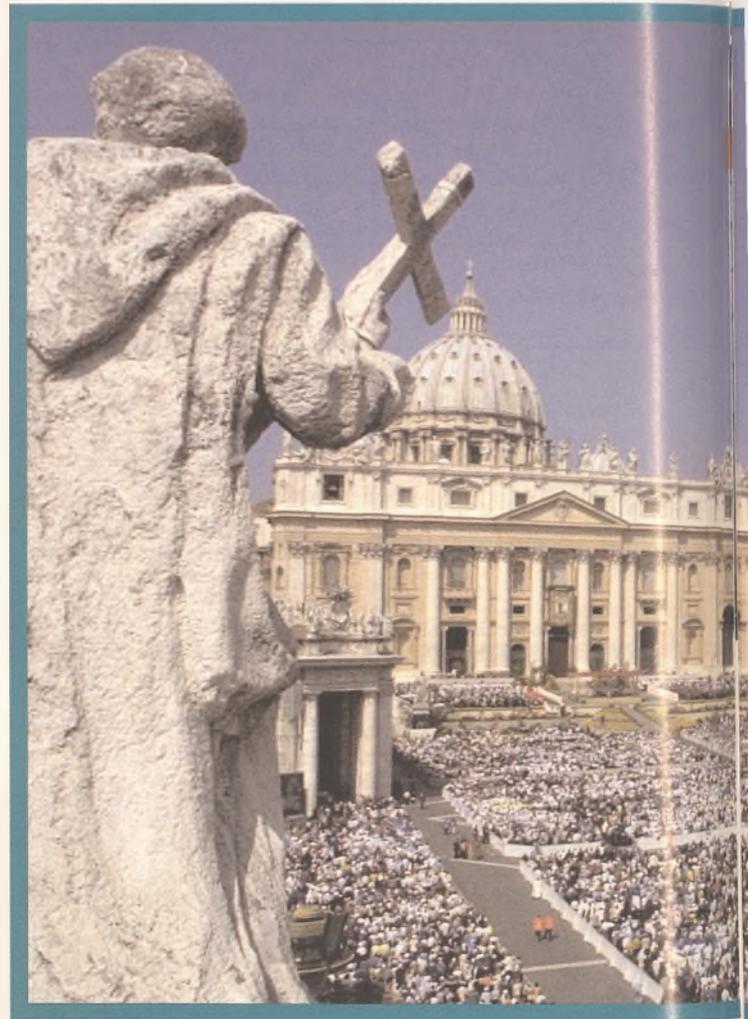
El Ager Vaticanus se extendía sobre una amplia llanura comprendida entre el Tíber y las colinas que en sus orígenes dieron sitio a la primitiva Roma y era un lugar pantanoso, donde iban siempre a parar los grandes desbordamientos del río, por lo que los escasos poblamientos que por allí se encontraban se componían siempre de las gentes más humildes. En el lugar había numerosas tumbas que luego se convertirían en necrópolis, próximos a lo que había sido jardines de Agripina y Domiciano. Ya hemos hablado de la costumbre de hacer los enterramientos de los muertos fuera del recinto ciudadano, por mandarlo así la ley. También se alzaron en estos terrenos el Circo de Calígula y Nerón, considerado como la más importante construcción de la época.

También en el Ager mandó instalar su Naumaquia Trajano, en la que se divertía con los juegos de navegación y, próximo, se hallaba el Mausoleo de Adriano que, como el de Majencio, era privado. Cuando los cristianos recogieron el cuerpo de aquel al que el Señor había dicho: "Tú eres Pedro, y sobre esta Piedra construiré mi Iglesia y te daré las llaves del Reino de los Cielos". Llevaron su cuerpo a enterrar al lugar que, con el tiempo, se convertiría entre los siglos II y III de nuestra Era en la Necrópolis Cristiana por excelencia. Se puede decir que desde el primer momento la tumba de San Pedro fue visitada por numerosos cristianos que, en peregrinación, llegaban a Roma de todas partes del mundo.

## La primera iglesia de Constantino

Precisamente estos enterramientos, entre los que se encontraban sepultados los restos de numerosos mártires cristianos que habían dado la vida por defender la Fe y conservar tradicionalmente la Palabra de Dios difundida por los Apóstoles y seguidores de Jesús, fueron la causa de la

16 • La Tribuna Dominical



evolución del lugar, que de una llanura de tierras pantanosas e insalubres, cruzadas por los antiguos caminos que salían de Roma, pasó a ser lo que ahora llamaríamos "zona privilegiada y revalorizada". Cuando el emperador Constantino fue conocedor de que allí reposaba el cuerpo del Apóstol San Pedro, mandó construir una iglesia que se llamó "gran basílica de ciento veinte por sesenta y cuatro metros, con cinco naves precedidas de un majestuoso atrio rodeado de columnas", quedando la tumba en el centro de un coro, con el fin de que pudiese ser vista por todos los fieles que llegaban en peregrinación.

A esta basílica se llegaba por el Puente Aelius, una vía a los lados de la que por aquello de la revalorización de los terrenos, quizá comenzaron a construirse numerosas viviendas que ensancharon el recinto de la ciudad. Como por otra parte los romanos eran, como popularmente se

# atitano



dice, “más listos que los ratones coloraos”, en torno al lugar de la tumba de San Pedro se estaban levantando santuarios y monasterios, mientras que se construyó por deseo del papa Símaco una primera residencia que sería palacio pontificio pasado el tiempo; amén de que la afluencia de peregrinos que crecía de día en día hizo proliferar también los hospicios y albergues, éstos últimos más por negocio que por devoción.

## El gran impulso del Vaticano

A los peregrinos se les empezó a llamar “romeros” porque iban a Roma, como a los que visitaban en Hispania la tumba del Apóstol Santiago el Mayor se les conocía por “jacobitas” o a los que se dirigían a los Santos Lugares de

Jerusalén “palmeros”. Aunque el objetivo de los “romeros” eran los sepulcros de los mártires cristianos y especialmente el del Apóstol San Pedro y aunque todavía no se había inventado lo del turismo ni las agencias de viaje, fueron ellos quienes dieron un gran impulso a Roma y se puede decir que también al antiguo Ager Vaticanus. Con el paso del tiempo todo se transformaba, crecía y se enriquecía. El Mausoleo de Teodosio se transformó, por habérselo pedido así al Papa Esteban II el rey Pipino “el Breve”, en una capilla que se dedicó a la devoción de Santa Petronila, virgen romana y mártir a la que los francos tenían un gran fervor.

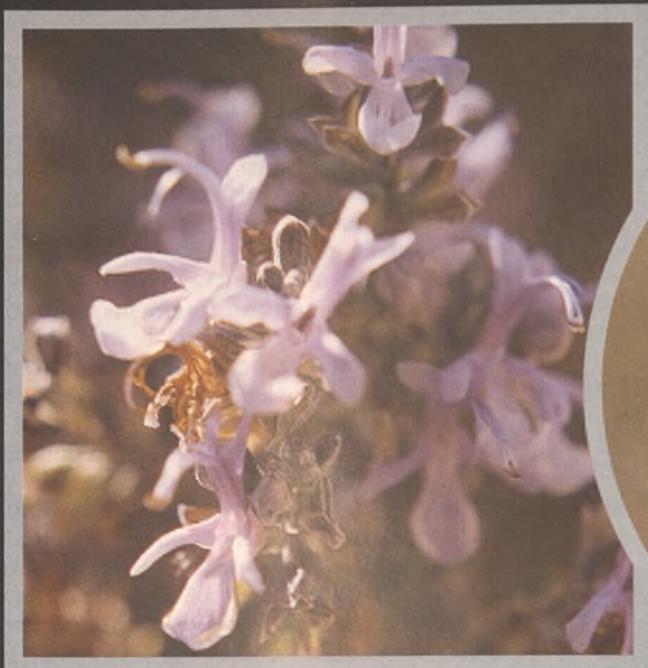
Carlomagno había hecho construir a finales del siglo VIII un nuevo palacio y León III otra residencia pontificia. No es extraño que el Pontificado accediera a todo cuanto le pedían los francos ya que Carlomagno también les había reconocido y concedido amplios poderes temporales, devolviendo a Roma el prestigio que tenía en el Occidente y accediendo a la petición del Pontífice cuando éste le pidió que favoreciera la reivindicación de los territorios perdidos.

Cuando en el siglo V, años de 410 y 455, Roma fue saqueada por los godos y los vándalos sucesivamente, el Vaticano quedaba fuera de la Muralla Aurelia y protegido tan sólo por una fortaleza junto al río Tíber que con el tiempo se convertiría en el Castillo de Sant Angelo. Roma se rehizo, pero en el siglo IX los sarracenos, quizá aprovechando el debilitamiento del poder del gobierno que se hallaba en manos de los señores feudales, saqueó tanto la Basílica como la zona circundante, lo que sembró la indignación y un santo terror en el mundo de la Cristiandad. El Pontífice León IV hizo entonces construir una muralla en torno a lo que sería, o ya era en cierto modo, la Ciudad del Vaticano, que por entonces comenzó a ser llamada la Ciudad Leonina o “Porticus Santi Petris”.

## Del Borgo a la Columnata

Estas denominaciones, Ciudad Leonina o “Porticus”, se prolongaron hasta que a finales del siglo XV la muralla vaticana fue reforzada y el conjunto poblacional se convirtió en el Borgo que con el Trastevere es uno de los barrios más populares de Roma. En aquellos tiempos se trabajaba en estas cosas de las obras públicas, con menos presupuestos y debates y más eficacia, y con la mejora de los accesos a la Basílica y el palacio episcopal comenzó a tomar forma la Ciudad del Vaticano. A partir del siglo XII, el Papado dio comienzo a grandes e importantes obras en el interior del recinto y cuando en 1377 se produjo el regreso definitivo de los papas exiliados en Aviñón, toda la Curia romana salió del Palacio de Letrán donde habían residido y se instalaron en el Vaticano.

Las grandes obras de esta Ciudad del Estado Vaticano —cambio territorial que es el más pequeño de Europa, con unos 440 hectáreas y cuyas fronteras se establecieron el 11 de febrero de 1929 por los acuerdos de Letrán que reconocen al Papa la soberanía sobre el mismo, se hicieron entre los siglos XV y XVIII. Entre las vías del Borgo Santo Spirito y Borgo Vecchio se abrió la de Borgo Nuovo, que luego se convertiría en Via Della Conciliazione. En esta época y desde el retorno definitivo de los Papas a Roma, se había dado comienzo a una política emprendedora, con el Vaticano como principal objetivo, acogiendo aquí los grandes artistas del Renacimiento que dieron lugar a un periodo de esplendor que lo inundaba todo. Cuando se estaba haciendo la nueva Basílica, imagine el lector cómo cayó en la Cristiandad, en 1527, el famoso “saco de Roma” decretado por el emperador Carlos, tres años antes de ser consagrado en Bolonia. Del Borgo a la Columnata aún faltaba un siglo.



# Flora medicinal de Albacete

PEDRO GAMO

**E**n la antigua Grecia ya se apreciaba la corteza del sauce por la facultad de eliminar los procesos febriles. Además se conoce por sus efectos sedantes y antirreumáticos; si bien desde la síntesis en laboratorio del ácido acetilsalicílico (principio activo de la común aspirina) inexplicablemente se ha relegado al olvido las propiedades de esta valiosa planta.

El **Sauce blanco** (*Salix alba*), pertenece a la familia de las salicáceas, y es un árbol de hasta unos 15 metros de altura provisto de tronco resistente y corteza verdosa en los pies jóvenes y grisáceas en los viejos; de ramas alargadas que conforman una copa de forma irregular. Sus

hojas son lanceoladas con el ápice agudo, alternas y algo pecioladas, blancas por la parte inferior y verdes en la superior. Las flores, que aparecen a finales de invierno, se agrupan en amentos sobre la extremidad de las ramas.

No muy abundante en Albacete, se cría en lugares húmedos y a orillas de corrientes fluviales.

En la composición de la corteza, sin duda el órgano más curativo de este árbol, contiene salicina (glucósido) y taninos.

La decocción de la corteza se emplea principalmente en problemas de índole reumática, también como antiinflamatorio y en catarros y gripes.

## El romero: curativo y culinario

Ya en la cultura griega y romana gozaba el romero de gran estima por su gran poder curativo. Así como tampoco faltaba este arbusto en ningún jardín medieval que se preciara: esos huertos medicinales origen de las boticas y de las farmacias actuales.

Independientemente de esta tradición heredada de antiguo, el romero es hoy por hoy una de las plantas con más aplicaciones medicinales que se conocen. El arbusto, que responde a la denominación científica de *Rosmarinus officinalis* es una integrante más de la numerosa familia de las labiadas.

De aspecto inconfundible, tiene tallos muy ramificados que llega a alcanzar hasta el metro de talla; hojas lanceoladas, espesas, con los bordes vueltos hacia abajo, de color verde oscuro por encima y blanco por el envés. Esta planta florece casi durante todo el año con flores de

tonalidad azulona que nacen en la axila de las hojas dispuestas en forma de racimillos.

Es un arbusto muy abundante en prácticamente toda la provincia y se cría en zonas de matorrales, encinares y pinares.

En los principios activos de la planta encontramos taninos, principios amargos, un glucósido, resinas y aceite esencial que es rico en terpenos, alcantor, saponósidos y colina. Con esto nos encontramos con que el romero destaca por sus beneficios estomacales favoreciendo las digestiones, además provoca el buen funcionamiento de la vesícula biliar, armoniza el sistema nervioso, rebaja la tensión sanguínea y regula las menstruaciones en las mujeres. Es decir, estamos ante una planta que representa todo un completo catálogo terapéutico.

Por otra parte, el romero, macerado en alcohol, se emplea para friccionar el cuero cabelludo contra la alopecia.

Por último señalar que en gastronomía también es muy apreciado el romero para condimentar y aromatizar diversos platos.

E-mail. [pedrogamo.es](mailto:pedrogamo.es)

Nuestros vinos

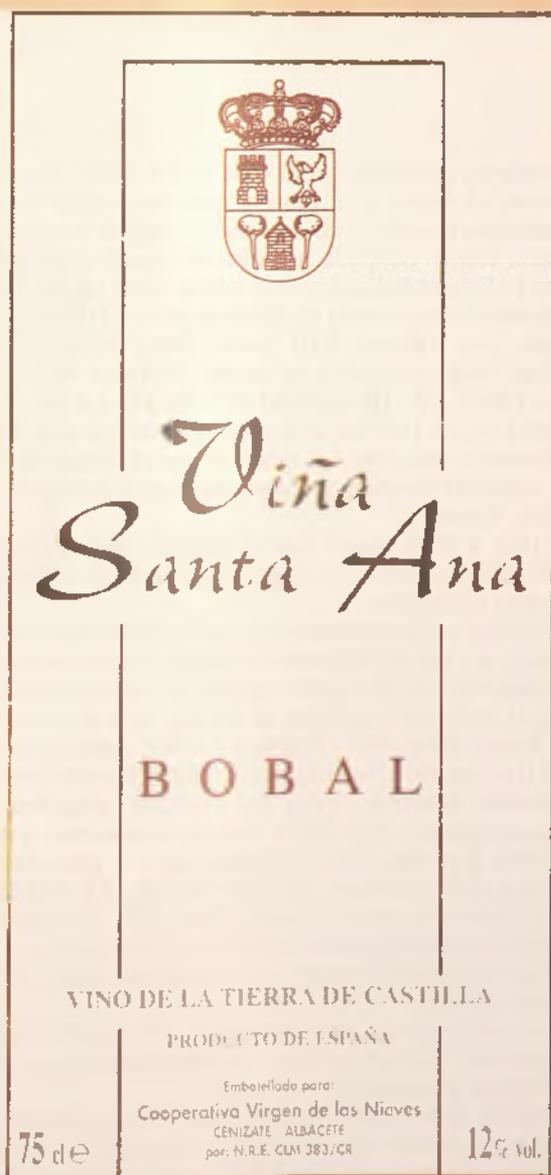
# Savía nueva

ÁNGEL SALIDO CASTELLANOS

**J**esús Gómez pertenece a esa remesa de jóvenes enólogos que con libertad en su buen hacer enológico están despertando nuestras bodegas a la calidad. Inquieto e innovador ha propiciado, desde su llegada allá por 1998 a la Coop. Virgen de las Nieves de Cenizate, numerosos cambios en ésta. Modernización de la bodega (adquisición de depósitos autovaciantes -que todos están bajo techo-; cambio de los sistemas molturación; selección de variedades; así como elaboraciones por separado (hasta 11 elaboraciones distintas se hacen), y un largo etcétera.

Desde su llegada también se nota en los vinos. Son caldos de nuevo cuño donde la mano del autor se plasma en cada uno de ellos. Un reflejo lo tenemos en este apetitoso rosado VIÑA DE SANTA ANA.

Conocedor y convencido de la potencialidad de la Bobal, "si se trata con la misma delicadeza que la Cencibel puede llegar a estar a su altura"- me comenta Jesús-, la selecciona en el momento óptimo de madurez (fruta madura con taninos suaves). En el lagar la trata con la delicadeza que merece esta variedad, elaborando un caldo donde la potencialidad de la cepa se extrae suavemente con una maceración en frío aportándole color y estructura al vino a la vez que consigue un mayor aporte de aromas. El rosado se convierte en goloso a la entrada de boca agradando y haciéndose notar su viveza aromática y frescura en el paladar. Amargo en su final, nos propone que volvamos a catarlo porque insiste y persiste en que su armonía no es fruto de la casualidad, sino de una premeditación de su autor para que el vino sea singular, pleno de matices con personalidad y carácter, distintivos necesarios para que un vino además de agradar perdure en el tiempo.



## VIÑA SANTA ANA BOBAL

**Bodega:** Coop. Virgen de las Nieves

**Dirección:** C/ S. Lorenzo, 1 - 02247-Cenizate (Albacete).  
Tel. 967 482006

**Marca:** Viña Santa Ana Bobal

**D.O.:** Vino de la Tierra de Castilla.

**Variedades de Uva:** Bobal

**Tipo de vino:** Rosado

**Precio en bodega:** 167 Ptas.

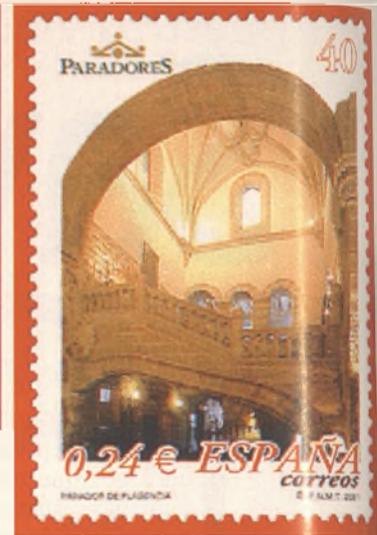
**Puntos de venta:** En bodega.

**Valoración:** 75/100.

**Consumo óptimo:** Hasta el próximo otoño.

**CATA:** Color fresa con ribetes violáceos, limpio y muy bien presentado. En nariz destacan sus aromas melosos y frutosos (fresa) con cierta intensidad; con un fondo de frutas rojas compotadas y acompañado de un toque de almendra amarga. En boca el ataque es goloso; deja sentir su cuerpo y acidez haciéndolo fresco y vivo. Con un ligero amargor final que lo hace persistente y equilibrado.

*\*En la cata y valoración de este vino han participado: Luis Jiménez, enólogo de la Coop. San. Isidro de Albo-rea, Jesús Gómez enólogo de la Coop. Virgen de las Nieves de Cenizate y de S. Isidro de Madrigeras, Miguel Camacho, enólogo de la Coop. La Remediadora de La Roda, Lauren, enólogo de Bodegas Manzaneque de Altos del Bonillo, Luis Martín Paños, distribuidor de vinos y Ángel Salido Castellanos de la Unión Española de Catadores, y coordinador de la cata*



# Paradores de Turismo

ÁNGEL CARMELO RODRÍGUEZ RODRÍGUEZ DE LAMA

**P**or cuarto año, el Servicio de Correos, tras los sellos dedicados en años anteriores a los Paradores de Gredos, Cangas de Onís y Sos del Rey Católico, amplía la serie PARADORES DE TURISMO al nuevo parador de Plasencia (Cáceres), inaugurado en febrero del año 2000.

El sello, emitido el pasado 16 de marzo, con valor facial de 40 pesetas, en huecograbado y tirada de 1, 2 millones de ejemplares, nos presenta una bella reproducción de una parte del interior del parador de Plasencia, reproducción basada en una fotografía de Modesto Galán, artista fotógrafo, funcionario de Correos.

Este parador es obra de los arquitectos Mariano Martitegui y Pedro Matesanz que han habilitado y restaurado el antiguo convento de San Vicente Ferrer, fundado en el siglo XV por Álvaro de Zúñiga y su esposa Leonor de Pimentel, Duques de Arévalo y Condes de Plasencia. En este convento, a lo largo de más de 400 años, hasta finales de 1970, la orden religiosa de los dominicos ha dirigido un centro de enseñanza para estudiantes y religiosos con estudios de Teología, de Arte y de Filosofía.

Ya la Serie Turística del año 1976 estuvo dedicada a Paradores de Turismo; el sello de dos pesetas (EDIFIL 2335) nos ofrece una imagen del Parador de las Cañadas del Teide (Isla de Tenerife), construido en un precioso paisaje resguardado por el Teide y en el centro de una grandiosa caldera; el sello de cuatro pesetas (EDIFIL 2337) está dedicado al Parador de La Cruz de Tejada en Gran Canaria.

## Plasencia, ciudad monumental

Plasencia, capital comarcal del valle del río Jerte, comarca famosa por sus regadíos de frutales, donde el cerezo es el

árbol más característico y del valle de La Vera, rico por el pimentón, el fresón y el tabaco, conserva vestigios de su esplendoroso pasado. Debido a su estratégica localización, Plasencia estuvo ocupada por distintos pueblos prerromanos; en la Edad Media, frontera bélica entre tropas cristianas y musulmanas, estuvo en poder moro; en 1186 es reconquistada por Alfonso VIII como "Muy Noble, Leal y Benéfica", bajo el lema en su escudo de armas de "PLACIAT DEO ET HOMINIBUS" (Agrade a Dios y a los hombres). Ya en 1189 fue sede episcopal, creada por el papa Clemente III, cuya sede fue ocupada por el obispo Bricio, a quien sucedió Domingo que tomó parte en la batalla de Las Navas de Tolosa.

De 1474 a 1488 estuvo bajo el dominio portugués hasta que los Reyes Católicos incorporaron Plasencia a la corona de Castilla y Aragón.

Toda esa grandeza histórica ha quedado inscrita en la ciudad que conserva un importante conjunto monumental. Su impresionante muralla, que reforzaba la defensa natural del río Jerte, tenía ocho puertas, de las que aún se mantienen las de Coria, Berrozana, Trujillo y del Sol; también de conservan tres puentes: San Lázaro, Trujillo y Puente Nuevo.

Imposible describir todos los edificios religiosos que alberga esta ciudad extremeña. Existen nada menos que dos catedrales: La Vieja, de Juan Francés, hoy parroquia de Santa María. En la Nueva, de fines del siglo XV, trabajaron ilustres maestros como Diego de Siloé, Gil de Hontañón, Gregorio Fernández, autor del retablo, Churriguera.....

En su valiosísimo museo se encuentran obras de Luis Morales y Ribera.

Casas, con aspecto de fortalezas y de palacios gótico-renacentistas, forman parte de la abundante arquitectura civil, señorial y nobiliaria de Plasencia.

Seguimos manteniendo la esperanza de que pronto, también nuestro Parador de Turismo de Albacete se vea reproducido en próximas emisiones del Servicio de Correos.



## Capítulo 24

# Flysurf y esquí acuático

## Los deportes híbridos

Un día, algún surfista, cansado de esperar que las olas tomaran la altura necesaria para deslizarse sobre el mar, pensó en incorporar un paracaídas a su tabla y aprovechar las corrientes del aire. Otro día, un esquiador quiso disfrutar de su deporte favorito en el mar y utilizó una motora para esquiar sobre las olas. Sin ellos saberlo, acababan de inventar el flysurf y el esquí acuático.



## Capítulo 24

# Flysurf y esquí acuático

### Esquí acuático

Deporte de competición y entretenimiento en el que los esquiadores, con los pies desnudos o montados sobre esquíes, se deslizan sobre el agua tirados por lanchas motoras que llegan a alcanzar 56 km/h. Los esquiadores de pie desnudo compiten a velocidades que rondan los 68 km/h. En las carreras de velocidad los esquiadores son arrastrados a 150 km/h.

El esquí acuático nació del deseo de los esquiadores alpinos de Annecy de entrenarse en el agua haciéndose arrastrar por un barco. Corría el año 1920. Pero fue en Estados Unidos donde el esquí náutico se puso realmente de moda, después de 1945.

El estadounidense de Minnesota Ralph Samuelson inventó este deporte en 1922. Sin embargo, hasta 1950, con la aparición de las lanchas rápidas y la creación de un equipo bien diseñado, trajes de goma efectivos y lanchas potentes y baratas, no ganó la popularidad de la que goza hoy día.

El esquí acuático es un deporte relativamente nuevo y puede decirse que está todavía en vía de introducción en el Viejo Continente. Sin embargo, en Norteamérica es conocido y ampliamente practicado desde hace bastantes años.

No es necesario describir los innumerables atractivos que reúne este emocionante deporte; el hecho de deslizarse velozmente por la superficie del agua sobre unas estrechas y sencillas tablas de madera, y practicar juegos y acrobacias sobre un frágil sostén, permite imaginar a cualquiera que



no haya tenido oportunidad de practicarlo, la emoción, la belleza y la espectacularidad que encierra el esquí acuático.

Basta observar la admiración y el interés con que todos los concurrentes a nuestras playas, contemplan las evoluciones de los esquiadores acuáticos. Al menos observador no se le escapa que en las miradas de todos, especialmente de la gente joven, se refleja un vivo deseo de poder entregarse también ellos a las delicias de tan agradable ejercicio.

Hemos de reconocer que todavía son pocos los que pueden practicar el esquí acuático; es éste un deporte que resulta todavía oneroso; el material que exige, concretamente el medio de tracción (una canoa rápida), no está, por el momento, al alcance de todos y limita la práctica a una minoría.

Sin embargo, las previsiones para el futuro de este deporte, son cada día más optimistas. La difusión de los modernos motores "fuera de borda" y su precio cada vez más asequible, permiten la motorización de nuestras lanchas y es de esperar que en los próximos años vaya tomando incremento de este incomparable deporte.

Por otra parte, en los Clubes Náuticos se inicia la creación de secciones dedicadas al esquí acuático, poniendo a la disposición de sus asociados lanchas rápidas debidamente acondicionadas. De esta forma, dentro de poco el esquí acuático estará al alcance de todos.



*“El esquí acuático me enganchó desde el principio. El esquí ya era mi deporte favorito antes de conocer que se podía practicar en el agua e impulsado a una velocidad de vértigo.”*

*Marisa González.  
Cantabria.*



## Acrobacias

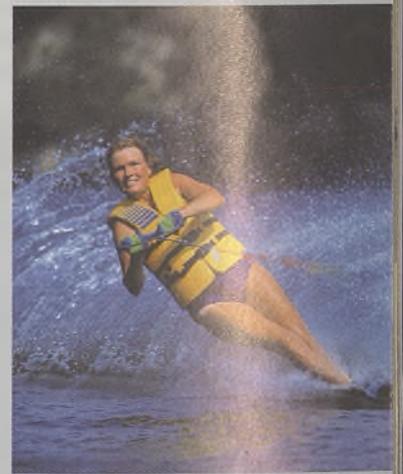
Las acrobacias consisten en series de movimientos precisos realizados con un solo esquí que no tiene alerón. El esquiador realiza todas las maniobras posibles dentro de dos pasadas por la pista, de veinte segundos cada una. Las acrobacias son calificadas con puntos en función de su dificultad y el esquiador que acumule más puntos es el ganador. Hay unas 50 acrobacias diferentes, desde un simple deslizamiento lateral con el esquí (50 puntos), hasta una pirueta doble, impulsándose en la estela (1.000 puntos).

Los espectáculos sobre esquíes son una producción teatral sobre el agua con música, narración y varios actos que desarrollan un argumento o tema. Estos actos pueden ser desde pequeñas coreografías hasta la formación de pirámides de cuatro alturas, formadas por 16 personas que son arrastradas por una embarcación.

**Toma de contacto con el agua.** Al volver a entrar en contacto con el agua, las piernas extendidas durante la última fase del salto, amortiguan con su flexión la fuerza del choque. El esquiador deberá, entonces, acentuar el apoyo sobre la pierna del lado de la tracción para evitar ser atraído a la estela del remolcador (causa frecuente de caída). También tiene ventaja el saltador que practica el apoyo sobre el lado exterior previamente, que le permite, al conservar un recorrido paralelo al eje de la canoa, no correr el riesgo de entrar en contacto con el agua demasiado cerca de la estela.

**Trapezio a vuela.** La vuela, que procura una independencia relativa de las dos manos equilibrando al propio tiempo un atracción incluso asimétrica, es más práctica que el trapezio para el salto sin aceleración.

En cambio, para el salto con aceleración, la tracción con una sola mano es muy preferible. Como se realiza con todo el cuerpo una compensación del esfuerzo lateral de tracción, y el brazo libre puede desempeñar el papel de balanza, auxiliar precioso del equilibrio, y no hay que decir que es preferible el empleo del trapezio.



## Equipo y técnica del esquí acuático

Los esquíes de agua están hechos de madera, plástico o fibras de vidrio reforzadas. Tienen normalmente un largo de 1'7 a 1'8 m, unos 15 cm de ancho y están provistos de unas ataduras flexibles para los pies. Los alerones que tienen por debajo proporcionan estabilidad y facilitan la ejecución de giros muy pronunciados. Las tablas para ir de rodillas son más anchas y más cortas. El cable de remolque tiene 6 mm de diámetro y alrededor de 23 m de largo.



EL ESQUÍ ACUÁTICO ES UN DEPORTE RELATIVAMENTE NUEVO Y PUEDE DECIRSE QUE ESTÁ TODAVÍA EN VIA DE INTRODUCCIÓN EN EL VIEJO CONTINENTE. SIN EMBARGO, EN NORTEAMÉRICA ES CONOCIDO Y AMPLIAMENTE PRACTICADO DESDE HACE BASTANTES AÑOS.

Cualquiera que sea el medio de propulsión, es necesario que el punto de fijación de la cuerda de tracción sea suficientemente elevado por encima del agua para evitar que arrastrándose en estela o las olas, no provoque sacudidas desagradables y muy perjudiciales para el equilibrio.

Los esquís son diferentes según la disciplina que se practique. El esquiador *amateur* utiliza normalmente esquís de 180 cm. Los pequeños, de menos de 120 cm, más manejables, son los más adecuados para realizar figuras. Para el salto es mejor que sean más cortos y más anchos, para tener mayor superficie de apoyo. El monoesquí se utiliza para eslalon.

Las fijaciones. Es indispensable que el pie sea perfectamente solidario del esquí; con la práctica de las evoluciones modernas, es preciso poder dirigir el esquí náutico como el esquí de nieve. Sobre todo cuando el esquí es compelido a perder el contacto del agua. En estos casos, un apoyo sobre la diagonal permitirá obtener una eficacia máxima como sobre la nieve, de la misma manera que para las recuperaciones de equilibrio longitudinal.

El trapecio es un simple barrote en los extremos del cual está fijada una cuerda de 5 a 6 mm de diámetro de cáñamo o algodón. En su mitad, esta curva está anudada para formar un lazo de unos 15 cm de diámetro, para asegurar la conexión con la cuerda de tracción.

La volea está constituida por una cuerda de 7 mm de cáñamo o de algodón que forma un bucle en su centro como para el trapecio, con un barrote de unos 15 cm unido al extremo de los dos cabos.

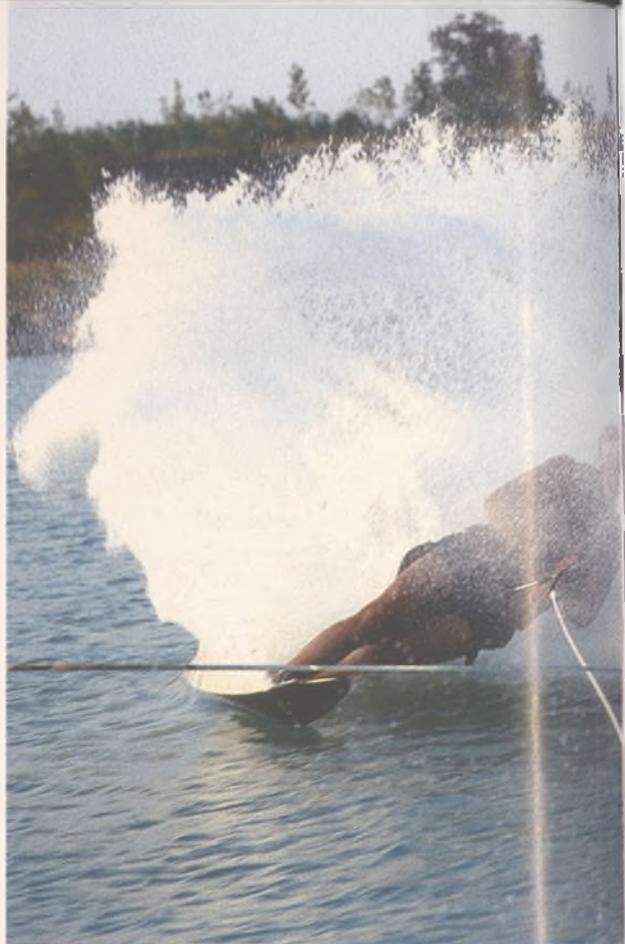
Anillo de tracción. Para el remolque por un pie se puede utilizar un simple anillo de cuerda gruesa fijado en el nudo de una volea y hecho rígido mediante una amplia ligadura en su parte libre, allá donde el pie toma su apoyo.

El esquí acuático suele comenzar con el participante agachado sobre sus esquís y agarrando el cable que se encuentra sujeto a la lancha. Al acelerar la embarcación, los esquís comienzan a planear sobre el agua y el esquiador se incorpora y se mantiene

erguido; algunos esquiadores se incorporan sobre el agua usando sólo sus pies desnudos.

Cualquier canoa automóvil puede hacer de remolcador para el esquí acuático, con tal de que pueda desarrollar en el agua una velocidad de por lo menos 18 millas (38 Km/h). La velocidad ideal es la de 27 millas (45 km/h).

Las canoas más adecuadas son las de 4 a 6 metros de longitud, de 500 a 1.100 Kg, pro-



pulsadas por motores de 40 a 180 CV. Su peso, potencia y su suavidad de marcha hacen de ellas unos remolcadores perfectamente adaptados para la tracción del esquiador, y sobre todo el más adecuado para asegurar salidas suaves sin tirones y perfectamente progresivas.

Los *out-board* o "fuera de borda", generalmente más rápidos, tienen el inconveniente de no disponer más de una muy débil "potencia masiva" (15 a 25 CV) y de imponer salidas bruscas, a menos que sean pilotados por especialistas avisados y expertos. Su poco peso los hace delicados de pilotar en los virajes si el esquiador remolcado hace cerradas angulaciones. Como prácticamente no crean oleaje, son perfectos para la tracción en las competiciones (salvo en el eslalon).

## La salida

Estando parados, los esquís son absolutamente incapaces de obtener al esquiador sobre el agua. Solamente con la velocidad adquirida, la incidencia de los esquís sobre la superficie del agua puede procurar el empuje suficiente para asegurar la sustentación, del mismo modo que las alas del avión actúan en el aire.

La arrancada, que consiste en obtener la primera velocidad inicial, es la parte más delicada de la salida, ya que en una posición estacionaria sin apoyo apreciable en la cuerda de tracción, es preciso encontrar el equilibrio capaz de compensar el choque del primer impulso, comparable al demarraje de un "remonta-





"LO QUE MÁS ME ATRAJO HACIA EL ESQUÍ ACUÁTICO FUERON LAS ACROBACIAS. AUNQUE PARA LLEGAR A CONTROLAR ESTOS EJERCICIOS PRIMERO TUVE QUE APRENDER A DOMINAR EL EQUILIBRIO SOBRE LOS ESQUÍES."

*Julio Moran. Barcelona.*

tro del agua, se calza los esquís, se agacha todo lo posible, el pecho apoyado sobre las rodillas; los esquís están cruzados en la parte posterior, las espátulas muy separadas, afloran la superficie del agua y su divergencia asegura una cierta estabilidad. El barrote de tracción es sostenido con una sola mano. La otra mano completa la estabilidad mediante un apoyo lateral sobre el agua (ninguna o muy poca tracción sobre la cuerda). Una posición demasiado reculada (sensación de apretar los esquís hacia delante), provoca una flotación y una aceleración demasiado rápida, los esquís escapan hacia adelante y se produce la caída de espaldas. El esquiador deberá enderezar el busto, y a partir de ahí, podrá entonces estirar las piernas para ponerse de pie cuando la velocidad es suficiente para sostenerse.

**Estando sentado.** El esquiador está sentado sobre un pontón cuya altura debe permitirle tener los muslos horizontales, sus esquís flotando en la superficie del agua. Proceder entonces como para la salida antes descrita. Para facilitar la salida, el esquiador deberá tomar la precaución de agacharse al máximo sobre sus esquís, en el momento en que se produce la tracción, teniendo sus esquís en ligera posición de "barre-nieve" (pies un poco separados,

pendiente" en el esquí de nieve. El "desarqueo" (segunda fase) exige un esfuerzo menos importante, pero se complica por el hecho de que los esquís, inicialmente muy oblicuos con relación a la plano del agua, dan una sensación de aceleración que sorprende al principiante, desde el momento que obtienen una velocidad suficiente para ponerse planos.

**Se puede salir:**

**Desde el agua.** Estando el esquiador den-



LOS ESQUÍES SON DIFERENTES SEGÚN LA DISCIPLINA QUE SE PRACTIQUE. EL ESQUIADOR AMATEUR UTILIZA NORMALMENTE ESQUÍES DE 180 CM. LOS PEQUEÑOS, DE MENOS DE 120 CM, MÁS MANEJABLES, SON LOS MÁS ADECUADOS PARA REALIZAR FIGURAS. PARA EL SALTO ES MEJOR QUE SEAN MÁS CORTOS Y MÁS ANCHOS. PARA TENER MAYOR SUPERFICIE DE APOYO. EL MONOESQUÍ SE UTILIZA PARA ESSLALÓN.



"HAY ALGO MÁS ESPECTACULAR PARA LOS ESPECTADORES QUE LOS SALTOS ACROBÁTICOS. SON LAS CAÍDAS. AFORTUNADAMENTE, LA MAYOR PARTE DE LOS QUE PRACTICAMOS EL ESQUÍ ACUÁTICO SOMOS EXPERTOS EN ESTO Y SABEMOS CÓMO AMORTIGUAR EL GOLPE CON EL AGUA."

*Mariano Cuñat. Castellón.*

espátulas proximadas, esquís ligeramente decantados). La ventaja de este sistema de salida es que el esquiador arranca sin mojarse y el gasto de energía es mucho menos importante.

**Deslizándose.** Sobre un plano inclinado suficientemente resbaladizo cuya parte baja afloja el agua, el esquiador, agachado cogiendo la barra de tracción con las dos manos, es fácilmente lanzado en catapulta en el momento de la salida.

**Salida saltada.** Este sistema de salida está reservada a esquiadores muy expertos. Permite salidas fuera del agua, aunque no se disponga de ningún pantón flotante; basta una orilla despejada. El esquiador calzado con los esquís se coloca sobre un pie en el límite de la orilla. El pie de apoyo será el que se encuentra del lado de tierra. El otro pie mantiene en el aire el otro esquí paralelamente al primero. La barra de tracción es mantenida por la mano del lado del pie levantado. En el preciso momento en el que la cuerda va a ponerse tensa, el esquiador efectúa un salto de costado; los esquís se reúnen en el aire y deben permanecer horizontales.

LA ARRANCADA, QUE CONSISTE EN OBTENER LA PRIMERA VELOCIDAD INICIAL, ES LA PARTE MÁS DELICADA DE LA SALIDA, YA QUE EN UNA POSICIÓN ESTACIONARIA SIN APOYO APRECIABLE EN LA CUERDA DE TRACCIÓN, ES PRECISO ENCONTRAR EL EQUILIBRIO CAPAZ DE COMPENSAR EL CHOQUE DEL PRIMER IMPULSO, COMPARABLE AL DEMARRAJE DE UN "REMONTAPENDIENTE" EN EL ESQUÍ DE NIEVE.



## Evoluciones

**Tracción directa.** En cuanto la tracción de los esquís lo permite, el esquiador se endereza. Sin embargo, le es preciso conservar una ligera flexión de los tobillos y de las rodillas, que deben permanecer "blandos", a fin de amortiguar las olas y compensar los defectos de equilibrio.

Los esquís se aproximan el uno al otro, un pie puede estar más cargado que el otro; en tal caso deberá estar ligeramente retraído con relación al menos cargado.

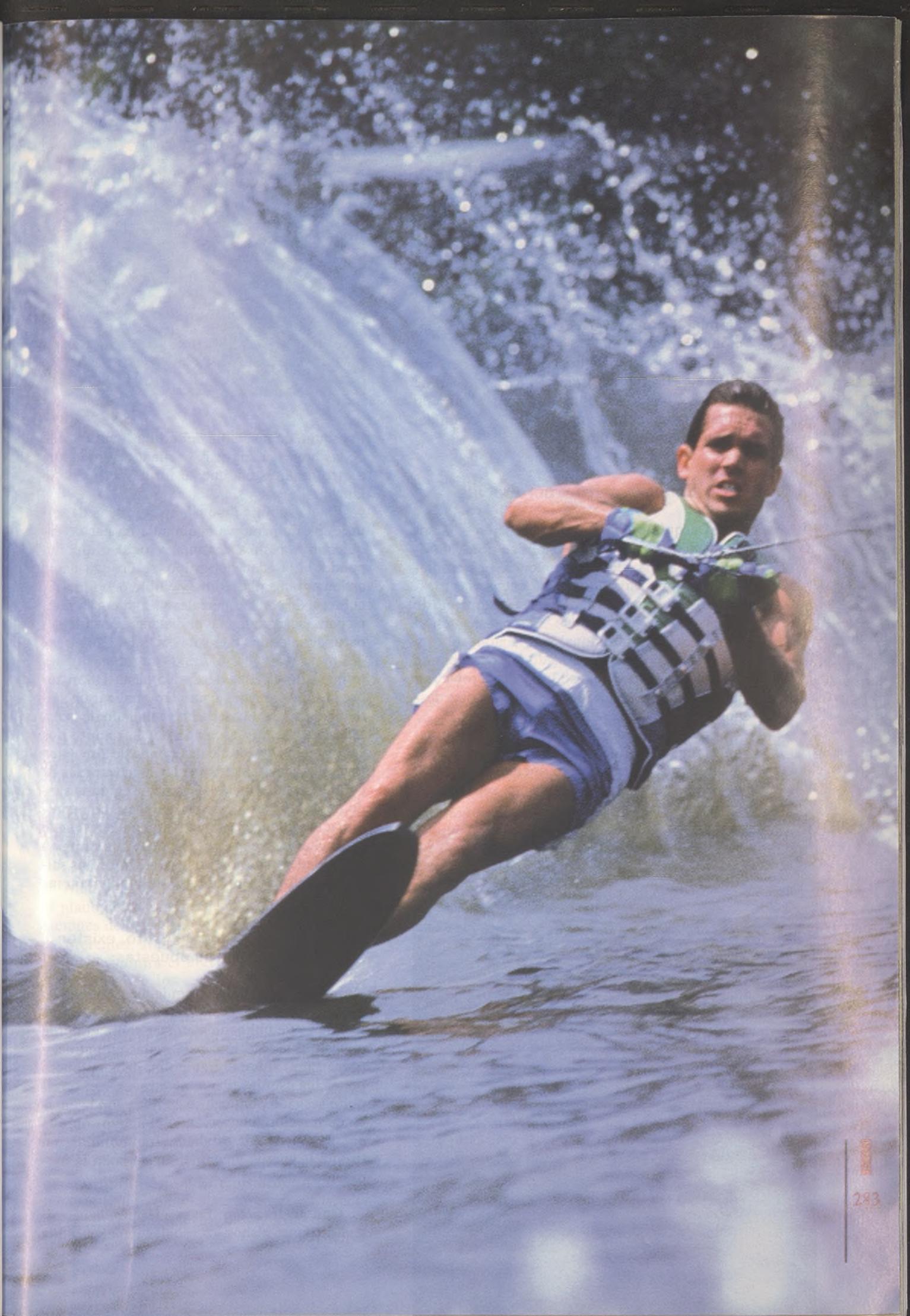
La tracción es asegurada por ambas manos, o por una sola. Una sola mano es preferible porque facilita la flexibilidad del esquiador, el cual debe dar una constante impresión de holgura y tranquilidad.

**Cambio de dirección.** Basta acentuar el apoyo sobre el esquí exterior del viraje que se quiere realizar forzando el arrodillamiento de la pierna correspondiente, para asegurar una incidencia lateral en el agua suficiente. Partiendo de la trayectoria recta, un cambio de dirección pone al esquiador en presencia de la estela de la canoa remolcadora.

**Tracción lateral.** Cuando el eje de la tracción sigue un camino paralelo al del esquiador, a mayor distancia entre estos dos ejes, más importante será la tracción para vencer la atracción hacia el eje de marcha. El retorno a este eje de marcha se efectúa por medio de un cambio de dirección.

Como en la tracción lateral la tensión sobre la cuerda hace de fuerza centrífuga, el apoyo se efectuará sobre el pie del lado de la tracción, puesto que en efecto se continúa el viraje precedentemente iniciado. Los virajes no son más







ESTANDO PARADOS, LOS ESQUÍES SON ABSOLUTAMENTE INCAPACES DE OBTENER AL ESQUIADOR SOBRE EL AGUA. SOLAMENTE CON LA VELOCIDAD ADQUIRIDA, LA INCIDENCIA DE LOS ESQUÍES SOBRE LA SUPERFICIE DEL AGUA PUEDE PROCURAR EL EMPUJE SUFICIENTE PARA ASEGURAR LA SUSTENTACIÓN, DEL MISMO MODO QUE LAS ALAS DEL AVIÓN ACTÚAN EN EL AIRE.

que cambios de dirección acentuados. La eficacia del viraje es función de la fuerza dada a un impulso, que se puede comparar a la rotación del esquí de nieve.

La tracción se asegura con la mano exterior al viraje. La falta de tracción al comienzo de un viraje puede ser compensada mediante un impulso del cuerpo, verdadera proyección del cuerpo hacia adelante.

### Eslalon, salto y acrobacias

El esquí acuático de competición está supervisado por jueces que aplican una valoración de puntos a los participantes. Los esquiadores están clasificados en 22 categorías (desde 'novato' hasta 'maestro') y compiten de acuerdo a su sexo y edad. Las pruebas en el esquí acuático tradicional son eslalon, saltos y acrobacias; el esquí realizado en una tabla de rodillas comprende el eslalon y las acrobacias, mientras que en el caso del esquí con pies desnudos son eslalon, saltos y acrobacias.

En la prueba de eslalon, la lancha de arrastre se mueve en línea recta por el centro de una pista donde se encuentran ancladas una serie de boyas, mientras el participante, sobre un so-



lo esquí o en una tabla de rodillas, entra y sale de las boyas en zig-zag, oscilando a un lado y a otro de la estela que se forma detrás de la lancha.

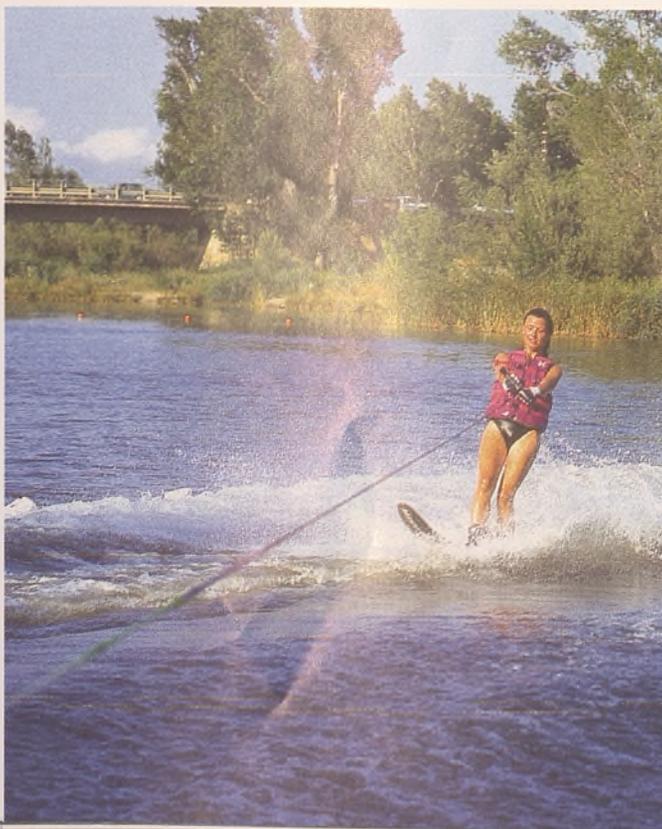
En el esquí tradicional, en la prueba de salto, el participante va encima de un par de esquíes más anchos y, a una velocidad que depende de la edad del grupo, se desliza hacia arriba por una plataforma de fibra de vidrio recubierta de ceras especiales y salta por la rampa para alcanzar la mayor distancia posible. La parte de la rampa que sobresale del agua tiene 4'3 m de ancho por 6'7 m de largo; en su punto más alto alcanza desde 1'5 hasta 1'8 m sobre la superficie del agua. Para realizar un salto, el participante oscila hacia un lado de la estela unos 12 m y asciende por la rampa. Los saltos realizados desde una rampa de 2 m a una velocidad de 56 Km/h pueden alcanzar más de 61 m. Estas distancias se han conseguido usando un doble paso de estela, es decir, una aproximación donde el esquiador cruza la estela de la lancha dos veces, acercándose a la rampa a velocidades superiores a los 96 Km/h. Los saltos se puntúan en función de las distancias conseguidas.

**Para la realización del salto, existen dos técnicas opuestas:**

**Sin aceleración.** El esquiador se deja tirar en el eje del trampolín, hasta la entrada en éste, que se ve obligado a atracar sobre el borde opuesto a la tracción; para evitar un patinazo (deparrage) sobre el trampolín, debe entonces poner los esquíes planos, y atravesar el trampolín sesgado poniéndose en línea con la cuerda de tracción; conservando el apoyo sobre la cuerda, puede a la salida del trampolín dar un tirón a la cuerda y compensar un poco la pérdida de velocidad.

**Con aceleración.** En esta técnica, la necesidad de poner planos los esquíes impone: o una

EL ESQUÍ ACUÁTICO ES MÁS POPULAR EN PAÍSES CON TIEMPO CÁLIDO Y CONDICIONES DE AGUA TEMPLADA, ESPECIALMENTE AUSTRALIA, LA EUROPA MEDITERRÁNEA, SURÁFRICA Y ESTADOS UNIDOS.





puesta en línea con la cuerda de tracción, o una aceleración previa que libere al esquiador de esta tracción lateral, al menos al atacar el trampolín. De esta manera, podrá permanecer paralelo al eje de marcha del remolcador y conservar toda su velocidad, e incluso aprovecharse de una aceleración con las velocidades inferiores. De todas maneras, disfrutará de plena libertad en el momento del tirón.

**Sustentación.** El ángulo del trampolín con el plano del agua impone al esquiador dos posiciones de equilibrio sucesivas, sensiblemente diferentes, al propio tiempo que le es preciso luchar contra el efecto del soplo que, actuando sobre los esquís a la salida del trampolín (forma de las espátulas e inclinación provocada por el ángulo del trampolín), frenando así en el aire y no asegurando ya sobre ese elemento el buen apoyo que sólo un pequeño ángulo de ataque es capaz de conferir útilmente (incidencia comparable al ángulo de ataque de un ala de un avión).

**Opp traeken.** Para obviar este inconveniente y asegurar al esquiador una mejor posición de equilibrio, éste puede proceder a un *opp traeken* (como para salvar una preeminencia en el esquí sobre nieve): después del disparo, repliegue brusco de las piernas bajo el cuerpo,

con proyección del busto hacia delante, y aprovechando esta disminución de inercia, obtener un restablecimiento de la posición (de la obligatoriamente retraída para atacar el trampolín) y asegurar el vuelo, obtener una posición ligeramente flexionada hacia delante que facilita un mejor control de los esquís y asegura el equilibrio. Inmediatamente después, las piernas se vuelven a estirar progresivamente para asegurar el máximo de inercia que facilita el equilibrio.

### Circuitos y competiciones

El esquí acuático es más popular en países con tiempo cálido y condiciones de agua templada, especialmente Australia, la Europa mediterránea, Suráfrica y Estados Unidos. Todas sus federaciones nacionales están agrupadas en la *Unión Mundial de Esquí Acuático*, que se formó en 1946 y ha organizado el campeonato del Mundo desde 1949. En unos 80 países se organizan circuitos internacionales.

### El combinado

El combinado es la nueva disciplina del esquí náutico. Precisamente, el "esquiador" ca-

LOS SALTOS REALIZADOS DESDE UNA RAMPA DE DOS METROS A UNA VELOCIDAD DE 56 KM/H PUEDEN ALCANZAR MÁS DE 61 M. ESTAS DISTANCIAS SE HAN CONSEGUIDO USANDO UN DOBLE PASO DE ESTELA, ES DECIR, UNA APROXIMACIÓN DONDE EL ESQUIADOR CRUZA LA ESTELA DE LA LANCHA DOS VECES, ACERCÁNDOSE A LA RAMPA A VELOCIDADES SUPERIORES A LOS 96 KM/H.



"MUCHOS SURFISTAS CREEN QUE NOSOTROS NO HACEMOS VERDADERO SURF, PERO YO LES RETO A QUE INTENTEN HACER PIRUETAS SOBRE LAS OLAS COGIDOS DE UN PARACAÍDAS. NO SÉ SI ESTO ES SURF, PERO, DESDE LUEGO, ES MUCHO MÁS COMPLICADO."

Miguel Ángel Soisla. Almería.

rece de esquís. Con los pies desnudos, con un traje reforzado (tiene que arrancar con el trasero), es arrastrado a más de 60 Km/h, y debe practicar la acrobacia, el eslalon e incluso el salto. Esta modalidad está reservada a los que ya son muy buenos con los esquís.

### Flysurf

Mayor peligro aún entraña el *sky-surf*, en el que el paracaidista salta sobre una tabla similar a las utilizadas en el surf enganchada a sus pies. La tabla le permite presentar mayor resistencia al aire y 'deslizarse' sobre éste, además de efectuar rotaciones y giros a velocidades asombrosas, que entrañan grave riesgo para las articulaciones de cuello y espalda.

Estas dos últimas modalidades deportivas incluyen una novedad impensable hace años: se practican con la compañía de un operador de cámara -generalmente instalada en un casco-, y la puntuación que recibe el deportista depende también de la pericia del cámara, lo que convierte a esta actividad en un deporte de equipo.

Para la práctica de esta modalidad deportiva se sustituyen los dos esquís del acuático por el *monoski*, que es un esquí especial más corto y estrecho que los normales, y provisto de una importante deriva. Sobre éste están dispuestas dos fijaciones, la una normal para el pie delantero, y detrás, una simple brida bajo la cual se engancha el pie trasero.

El empleo de volea procura una neta ventaja: el alcance del lazo de la cuerda, separando los brazos, facilita las recuperaciones del equilibrio longitudinal al mismo tiempo que esta

posición de los brazos permite disponer de un balancín que favorece el equilibrio lateral.

En cuanto a la tracción, se hace necesaria una canoa relativamente pesada, pues las angulaciones realizadas al practicar el eslalon, en los importantes exteriores que se ve obligado

a hacer, provocan frenajes, así como esfuerzos de desplazamientos laterales de los cuales una canoa ligera experimentaría las repercusiones (variaciones de marcha y retrasos sensibles) que pueden ser difíciles de corregir.

### Técnica del Flysurf

**Posiciones.** Algunos esquiadores de *flysurf* prefieren posiciones de pies muy juntas; otros, más abiertas. Todo depende de la posición de equilibrio a la que cada uno propenda. Inicialmente centrado sobre una extrema posición de retraso, con el pie trasero apoyado sobre la posición más retrasada posible, la deriva era muy importante y estaba situada también muy atrás. Una posición muy poco abierta (pies prácticamente uno detrás del otro) es mecánicamente mucho más racional, más eficaz, a condición de hacer el máximo juego de rodillas, es decir, que hay que reunir las cualidades de un buen esquiador de nieve. Esta posición ofrece dos ventajas: posibilidad de liberarse de la obsesión de la tracción de la cuerda; posibilidad de cerrar los virajes "remontando" la curva.



AI IGUAL QUE EN EL ESQUÍ DE NIEVE, LA "LECTURA" DE UN RECORRIDO ES LA BASE DE UNA BUENA REALIZACIÓN. EL PASO A NIVEL DE UNA BOYA DEBE CONSTITUIR EL PUNTO DE TERMINACIÓN TEÓRICA DEL VIRAJE QUE IMPONE, Y TODA LA ATENCIÓN DEL ESQUIADOR DEBE ESTAR YA CENTRADA EN LA REALIZACIÓN DEL PRÓXIMO VIRAJE.



## Salida

La salida con dos esquís es fácil de realizar. Como una salida normal; luego, el pie trasero suelta el esquí de apoyo tan pronto se ha adquirido la estabilización, y viene a ocupar su sitio en la brida del monoesquí.

**Salida de fuera del agua.** La salida sobre un pie debe efectuarse cuando la canoa remolcadora lleva ya una cierta velocidad, pues el pequeño desplazamiento del monoesquí no le permitiría "adquirir superficie" a partir del demoraje, y el frenaje demorado importante resultante, no permitiría una puesta en posición sin un esfuerzo considerable y un equilibrio muy difícil de realizar.

**Salidas en el agua.** Sobre los dos esquís no ofrece ninguna dificultad particular, y el esquí de apoyo es soltado como antes. En cambio, sobre un solo esquí, la cosa es mucho más difícil.

El esquiador deberá estar muy replegado sobre sí mismo, el pecho apoyado sobre el muslo, la volea cogida con las dos manos.

El esquí será colocado transversalmente al eje de tracción, y la pierna libre extendida hacia atrás sirve de tirón y de punto de apoyo.

**Virajes.** El esquiador, partiendo de la tracción directa y estando derecho trata, encogiéndose rápidamente, de tomar una posición de arrodillamiento. Durante esta caída del cuerpo, las piernas habrán iniciado un ligero desplazamiento del esquí hacia el exterior del viraje que se quiere realizar.

El apoyo provoca una presa de cantos energética que, por la incidencia del esquí con la línea directa, hace jugar a la masa del cuerpo el papel de motor del viraje, al transformar su inercia en fuerza viva bajo la acción del esfuerzo giratorio así efectuado.

El viraje será tanto más energético cuanto más energética sea la contracción o impulso del cuerpo y el empuje inicial sobre el esquí.

Se puede llegar a un verdadero aligeramiento del esquí correspondiente a la patada.

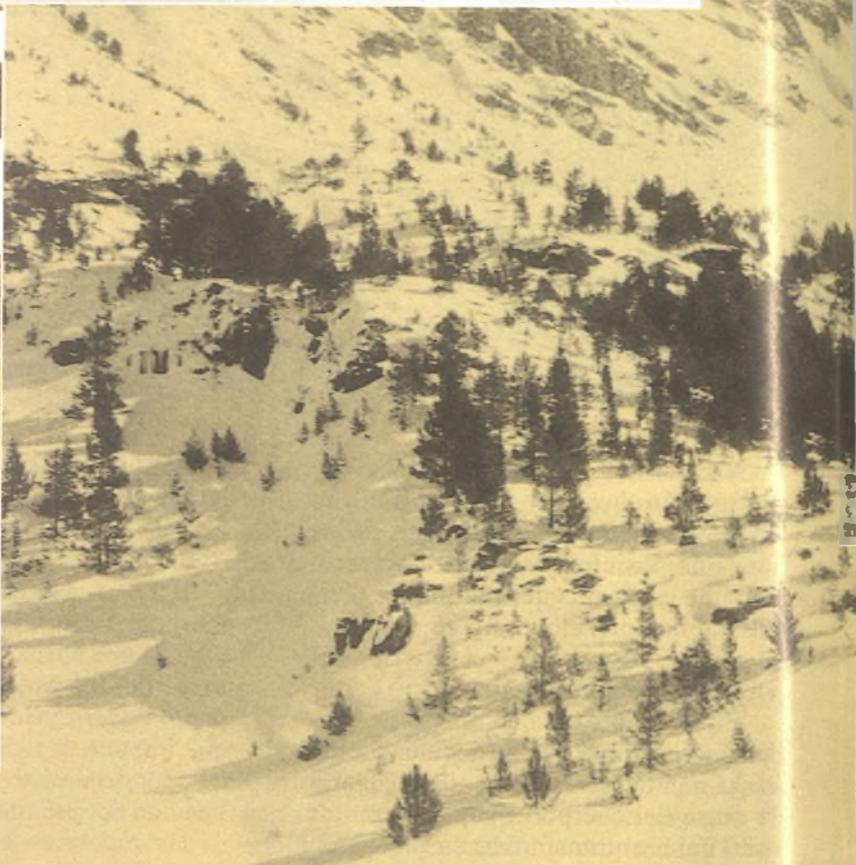
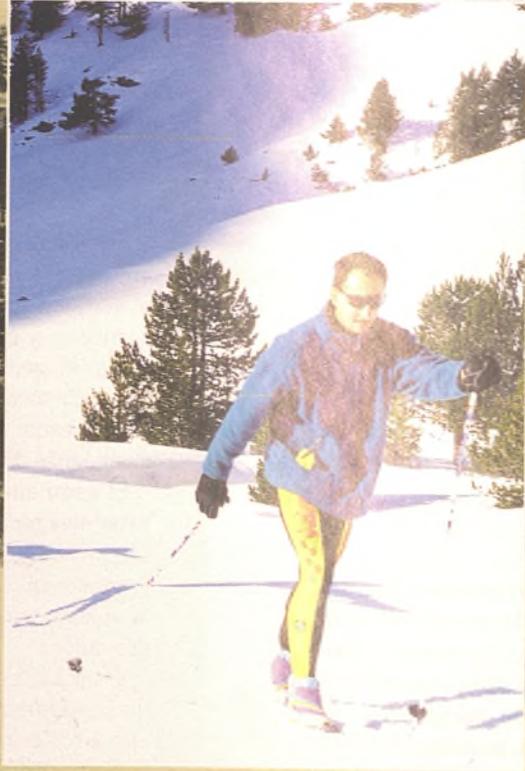
**Salto de ola.** Se efectúa como sobre dos esquís, tomando, sin embargo, la precaución, cuando se toma el impulso

tras el tirón de cuerda, de asegurar un equilibrio perfecto (esquí rigurosamente plano).

**Eslalon.** Al igual que en el esquí de nieve, la "lectura" de un recorrido es la base de una buena realización. El paso a nivel de una boya debe constituir el punto de terminación teórica del viraje que impone, y toda la atención del esquiador debe estar ya centrada en la realización del próximo viraje.

Un recorrido bien realizado debe consistir en una sucesión de curvas sucesivamente encadenadas, según radios más o menos cortos, según la posición de las boyas. Una porción de trazo directo corresponde indefectiblemente al acortamiento del radio del viraje sucesivo. Una proyección de todo el cuerpo hacia el eje de pivotamiento (aligeramiento), después de un vigoroso tirón de cuerda, permitirá acortar un viraje, limitado sin embargo para que el apoyo sobre el esquí no pueda perder, a fin de conservar su control permanente.







## Capítulo 25

# Esquí de fondo

## Maratón sobre la nieve

Aunque el deporte del esquí de fondo nació a finales del siglo pasado, ya era una práctica milenaria entre los habitantes de la Europa del norte, donde fue inventado para cubrir los desplazamientos sobre la nieve en los largos inviernos. Hoy en día, es uno de los deportes más exigentes, convertido en un auténtico maratón nevado.

## Capítulo 25

# Esquí de fondo

### Orígenes e historia

El esquí de fondo fue inventado para cubrir los desplazamientos sobre la nieve en los largos inviernos del norte de Europa. Transcurrieron milenios sin que el esquí experimentara modificaciones. La técnica fue la misma durante siglos. Pero durante los diez últimos años el esquí de fondo ha conocido el efecto de unos aires innovadores.

Al principio, el esquí de fondo parecía, en su faceta agonística, una disciplina reservada a los curtidos montañeses y a los inquebrantables vikingos, acostumbrados a recoger larguísimas distancias.

A finales del siglo pasado, la travesía de Groenlandia llevada a cabo por el joven explorador noruego, Fridtjof Nansen, fue decisiva para la divulgación de un esquí específicamente de fondo. Nansen tuvo la brillante idea de proporcionar esquís a todos los componentes de su expedición. Nueve fueron los que se usaron; algunos pares medían 2'30 m de longitud, 9'2 cm de ancho en la espátula y 8 cm en el centro. Nansen y sus hombres lograron recorrer 50 km sobre nieve y grietas.



Al principio de la década de los setenta, el esquí de fondo conoció nuevos e inabarcables horizontes y, al mismo tiempo, incorporó una serie de innovaciones técnicas que permitieron devorar los kilómetros con mayor soltura y reduciendo al mínimo los sufrimientos, que son la esencia de esta especialidad. ¿Cuáles son éstas innovaciones?

En primer lugar, el tratamiento mecánico de las pistas. Luego las botas que "conducen" los esquís sin imprecisiones y reducen los calambres y los dolores. Por último, los esquís ligeros y dóciles, con antirretroceso. El resto depende de una buena condición física.

En 1988, el guía alpino milanés Giuseppe Gazzaniza, con un grupo de italianos, quiso rendir homenaje al gran pionero repitiendo la empresa bajo los auspicios de la revista *Sciare*.

Las primeras generaciones de atletas que en la década de los treinta, obtuvieron triunfos eran de origen rural, y actualmente lo siguen siendo, tal como lo confirman los triunfos en los años noventa de De Zolt y de Belmondo. Nacido en las regiones frías, se ha practicado siempre en los países nórdicos. En Finlandia, por ejemplo, el esquí de fondo es una asignatura obligatoria en la escuela, y cada habitante recorre al menos 50 km al año por las pistas.

### Disciplinas

Las carreras de fondo se desarrollan en distancias de 5 a 20 km para la categoría femenina, y de 8 a 50 km para la masculina. En las carreras de relevos se enfrentan equipos de cuatro componentes en distancias de 4 x 10 km (hombres) y de 4 x 5 (mujeres).



290

*"El esquí de fondo me permite algo que no puedo encontrar en una pista de esquí: disfrutar de la naturaleza. Tampoco me gustan las aglomeraciones que invaden las pistas durante la temporada. Así que mi opción es caminar largos trechos sobre la nieve."*

*M<sup>a</sup> Amparo Salobre.  
Tarragona.*



## Los esquíes

Como es lógico, los esquíes son el componente más importante de todo el equipo y, antes de comprarlos, se debe tener en cuenta que tipo de esquí se quiere practicar: clásico, *skating* o de travesía.

**La espátula.** Su función es impedir que el esquí se clave en la nieve. En los modelos para esquí de travesía es más ancha (65-75 cm), para facilitar la curva, y más robusta, para soportar los impactos.

**Estructura portante.** Están contruidos según una estructura tipo *sandwich*, es decir, de materiales distintos estratificados: láminas de fibra de vidrio, madera, fibra de carbono, aleaciones de aluminio.

**Núcleo.** Su función principal es distribuir uniformemente las presiones de estas palancas que son los esquíes. Tiene que ser ligero, resistente y de una dimensión homogénea. Por regla general, suele estar constituido por un material sintético que forma una estructura de nido de abeja, lo que le confiere una extraordinaria ligereza.

**Flancos.** Son las partes laterales del esquí. Están revestidos de materiales resistentes a los impactos (fenol, ABS, melamina, exposi).

**Suela.** La suela para ceras es de polietileno sintetizado de alto peso molecular y densidad baja. El mecanismo de absorción de la cera es muy importante. Es indispensable mantener siempre la suela limpia, para que no pierda cualidades, así como tapar los agujeros y los arañazos con material adecuado.

**Los cantos.** Los únicos modelos que tienen cantos metálicos son los de travesía, para poder cantear en las diagonales.

**Las láminas.** Sólo están dotados de láminas de acero exteriores los modelos para excursionismo, que precisan mayor agilidad para el guante en las diagonales.

**Puente.** La curvatura del puente es el elemento que caracteriza el comportamiento del esquí de fondo. En el momento de carga sobre la parte central del esquí e impulso, la fuerza que se ejerce es dos o tres veces superior al peso del esquiador. Es entonces cuando la zona central del esquí está comprimida contra la nieve para que no retroceda.



Heredero del entrenamiento militar, el biatlón consiste en recorrer largas distancias esquiando, y deteniéndose con regularidad para tirar con carabina.

### El material

La función de la ropa deportiva es proteger el cuerpo. En el caso del fondista es muy importante ya que tiene que afrontar el frío, el viento, la lluvia, la nieve o el sol.

La vestimenta del fondista ha de permitir una buena libertad de movimientos, o sea, que tiene que ser elástica y, por otro lado, debe garantizar el aislamiento térmico, la absorción del sudor y la transpiración total.

Los monos elásticos ligeros ceñidos al cuerpo, utilizados por los campeones, son indicados para los fondistas que se dedican a la competición, mientras que para los principiantes y para los esquiadores aficionados es preferible el uso de conjuntos, igualmente elegantes, pero más pesados y que protegen mejor durante las pausas.

No hay que olvidar que el 15% del calor corporal se dispersa por la cabeza, razón por la cual es imprescindible el gorro.

### Los guantes

Son muy importantes para el fondista; tienen que proteger la palma de la mano de los posibles roces producidos por el contacto con el bastón y, al mismo tiempo, han de proteger del frío.

Los mejores tienen la zona de la palma de la mano de piel y la parte superior de otro material blando que permita la transpiración.



### El anorak

Un anorak ligero o un conjunto de dos piezas de tejido impermeable, pero que permita la transpiración, puede completar la vestimenta del fondista, especialmente los días de mal tiempo o invierno. Un anorak ligero resulta indispensable cuando se practica esquí de montaña.

### Los calcetines

Los calcetines han de ser de lana suave y es esencial que sean de un espesor justo, porque si son demasiado finos pueden provocar llagas debido al roce y si son demasiado gruesos resulta difícil calzarse las botas.

### Las gafas

Es indispensable proteger la vista del sol y del reflejo de la nieve. En las tiendas especializadas se pueden encontrar gafas de sol ligeras, de forma envolvente y que no se empañan.

### Bastones

Sus características principales son la ligereza y la resistencia. Actualmente hay de aluminio o de fibra, con arandelas de plástico o de distintas formas, y con puños de materiales plásticos, corcho o piel. Las arandelas suelen tener forma de pie de oca, lo que facilita la toma de contacto con la nieve cuando el bastón está inclinado hacia delante durante la fase de impulso y recuperación. El puño tiene una correa regulable que se bloquea, de modo que en la fase de recuperación el bastón y el brazo del esquiador forman una misma línea.

Los bastones para técnica clásica y para *skating* se distinguen sólo por la longitud, ya que los últimos son más altos.

### Fijaciones y botas

Las famosas fijaciones con placas de sujeción lateral (*Rottefella* y similares) han sido sustituidas por modelos modernos, estrechos, ligeros, pero muy seguros, que suelen formar un bloque único con la bota. Hoy en día, los principales fabricantes presentan conjuntos bota-fijación. La sujeción de la bota a la fijación se produce mediante una pequeña barra metálica que

va introducida en el plástico de la suela. La suela tiene una hendidura longitudinal para facilitar la conducción del esquí.



292



### La técnica

Al inicio de la década de los ochenta, el paso del patinador ha significado una revolución en el mundo tranquilo y tradicionalista del esquí de fondo.

Para practicar esta modalidad deportiva, además de una serie de cualidades físicas, como resistencia, elasticidad y coordinación, hace falta adquirir destreza y equilibrio. Los primeros ejercicios sobre la nieve, después de haber aprendido a calzarse los esquís y empuñar correctamente los bastones, sirven para tomar confianza con el equipo y para mejorar el equilibrio.

### Alzar los esquís en parado

Con los bastones clavados entre las botas y las espátulas a ambos lados de los esquís, levantamos primero la espátula, después la cola y finalmente todo el esquí.

### Primeros movimientos

Efectuaremos desplazamientos laterales hacia ambos lados para mejorar el equilibrio, manteniendo el apoyo del talón cuando el esquí está en el suelo.

### Primeros desplazamientos

Moverse hacia delante, hacia atrás y hacia ambos lados, manteniendo siempre los esquís en contacto con la nieve.

### Saltar

Una vez adquirida una cierta seguridad con los esquís, intentaremos saltar, primero con los dos esquís y luego alternativamente, con el derecho y el izquierdo. Este ejercicio es más difícil que los precedentes y puede provocar alguna caída.

### Ejercicios de coordinación

Estando parados, hacemos oscilar los brazos, primero con las piernas rectas y luego flexionando las rodillas hasta rozar la nieve con las manos. El ejercicio se complica un poco, pero resulta más eficaz, si se levantan alternativamente las piernas. A continuación, este ejercicio de oscilación de brazos puede realizarse avanzando por la pista.

PARA PRACTICAR ESTA MODALIDAD DEPORTIVA, ADEMÁS DE UNA SERIE DE CUALIDADES FÍSICAS, COMO RESISTENCIA, ELASTICIDAD Y COORDINACIÓN, HACE FALTA ADQUIRIR DESTREZA Y EQUILIBRIO



### Deslizar por la huella

La pista adecuada será en llano o con una pendiente suave, y con la huella bien trazada. Los esquís se desplazan hacia delante alternativamente y el peso se va cargando sobre uno y otro esquí. Se adelanta el brazo opuesto a la pierna que se encuentra avanzada y el bastón se clava a la altura del pie que está adelantado. Los brazos deben moverse paralelamente a la pista, sin desplazarse hacia el exterior. En subida habrá que cargar más el peso sobre el esquí adelantado, a la vez que se aumentará el empuje con los bastones.

### En subida

Las subidas pueden superarse aplicando distintas técnicas, en función del grado de inclinación: se sube en tijera cuando la pendiente no es excesiva; los esquís se separan con divergencia de espátulas, y flexionado la rodilla y el tobillo del esquí apoyado, se realiza el impulso. Se utiliza el peso lateral o escalera en pendientes muy pronunciadas; se colocan los esquís perpendiculares a la línea de máxima pendiente. Primero se desplaza el bastón y el esquí más próximos al monte, sobre el cual se pasa a apoyar todo el peso del cuerpo.

LA PISTA ADECUADA SERÁ EN LLANO O CON UNA PENDIENTE SUAVE, Y CON LA HUELLA BIEN TRAZADA. LOS ESQUÍES SE DESPLAZAN HACIA DELANTE ALTERNATIVAMENTE Y EL PESO SE VA CARGANDO SOBRE UNO Y OTRO ESQUÍ.

### Paso simultáneo elemental



Con los esquís paralelos, a la misma altura y el peso del cuerpo repartido sobre los dos esquís, nos empujamos con los dos bastones, haciendo que ambos esquís se deslicen al mismo tiempo. Los brazos, que se lanzan hacia delante con los codos ligeramente flexionados, pasan muy cerca del cuerpo y se mueven paralelamente a la pista. Durante el impulso hay que evitar que se doblen los codos, porque entonces el trabajo de los brazos sería incorrecto.

El paso semilateral o media escalera se diferencia del paso precedente en que el bastón y el esquí más próximo al monte se desplazan en diagonal, en lugar de perpendicularmente. Los errores más frecuentes son, en el primer caso, una separación insuficiente de espátulas, lo que provoca una falta de canteo y, por tanto, de apoyo, del esquí. En los otros dos casos, un excesivo desplazamiento lateral del esquí situado arriba puede causar dificultades a la hora de acercar el esquí de abajo.

### El descenso directo

Es una de las situaciones más difíciles. El tramo de pista adecuado ha de ser con nieve compactada y sin demasiada pendiente. En primer lugar, se parte de parado. Los esquís dentro de la huella con las espátulas a la misma altura, las rodillas y los tobillos semiflexionados, el peso repartido por igual en los dos esquís y el cuerpo perpendicular a la pendiente. En primer lugar, es



útil aprender la posición en parado: los esquís dentro de la huella con las espátulas a la misma altura, las rodillas y los tobillos semiflexionados, el peso repartido por igual en los dos esquís y el cuerpo perpendicular a la pendiente. Se debe evitar la rigidez de las piernas causada a menudo por el miedo. Los brazos han de estar despegados del cuerpo, semiflexionados y adelantados.

Para ganar seguridad en esta posición, se puede intentar la bajada sin bastones, y también efectuando flexiones y extensiones durante el recorrido.

### Cómo cambiar de dirección

Los circuitos de fondo no son rectos, por lo que es importante aprender a cambiar de dirección. Para hacerlo se levanta el esquí, se apoya

de nuevo con una divergencia de espátulas o de colas y se reúne rápidamente el otro esquí. Si la curva es muy cerrada, se repite varias veces este movimiento para evitar que una separación excesiva de los esquís provoque la pérdida del equilibrio.

### La "vuelta María"

Esta operación se realiza estando el esquiador parado. Se apoyan los bastones detrás del cuerpo, se levanta un esquí y, apoyando la cola en la nieve, se coloca en sentido opuesto realiza un giro de 180°. A continuación se reúne el otro esquí, o sea, se coloca paralelo al que ha empezado realizando el cambio de sentido.

### Cómo frenar: la cuña

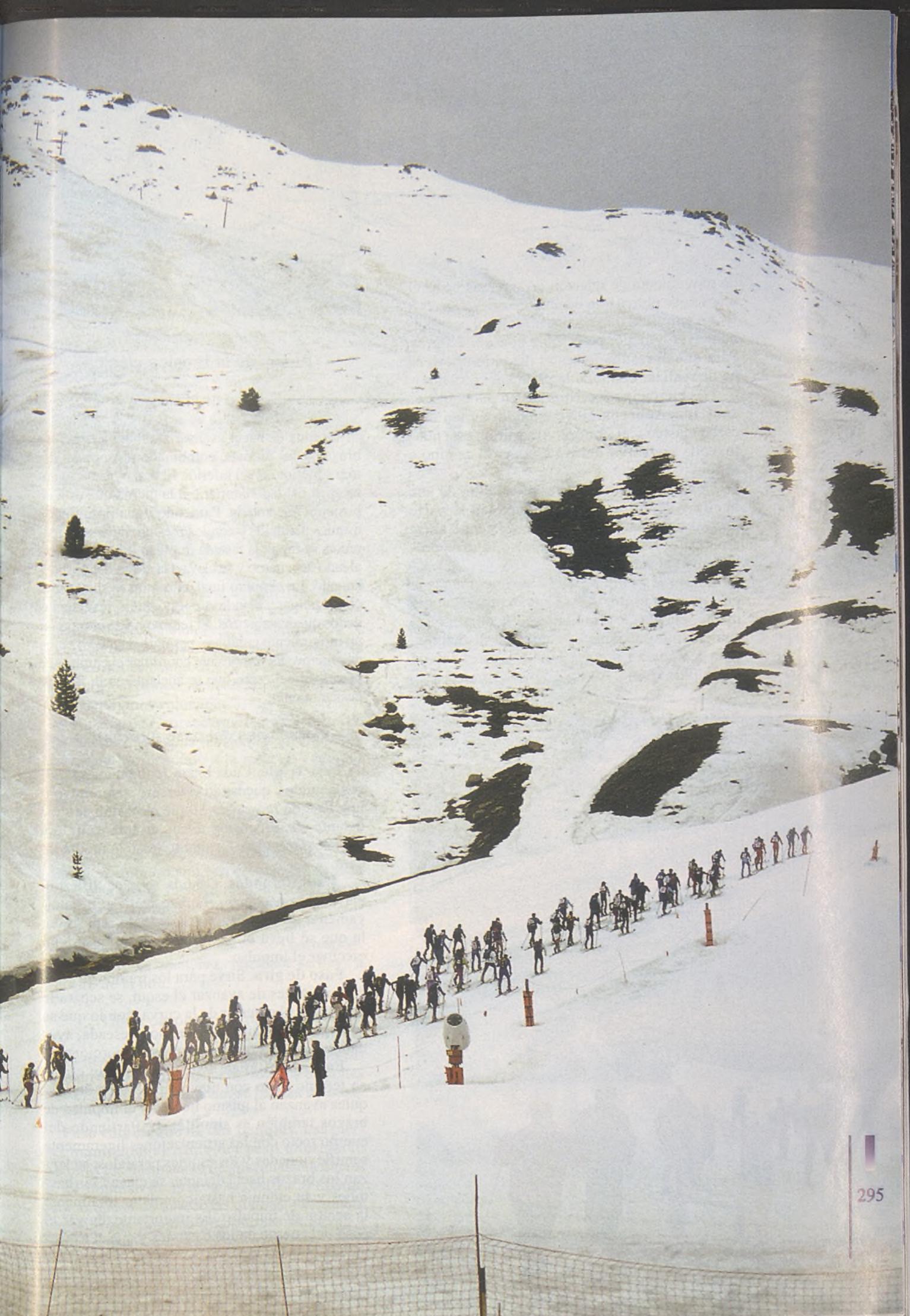
Controlar la velocidad durante la bajada y ser capaz de detenerse en el lugar deseado son operaciones indispensables. El efecto de frenado se obtiene separando la cola de un esquí y cargando progresivamente el peso sobre su canto interior. El peso del cuerpo ha de estar bien distribuido para evitar que se crucen las espátulas, que la velocidad siga sin disminuir, o que se produzca una caída debido a la localización errónea del centro de gravedad.

Al separar las colas de los esquís se obtiene una posición llamada cuña. Las espátulas, que no llegan a tocarse y han de estar a la misma altura, forman el vértice de esta cuña. Los ejes de los hombros y de la cadera han de estar perpendiculares a la pendiente; los bastones hacia atrás, sin que las arandelas toquen la nieve, y el peso distribuido sobre los dos esquís. Al aumentar o disminuir la abertura de las colas se logra controlar la velocidad.

Partiendo de esta posición, si se carga el peso sobre uno de los esquís y se acompaña con

AL SEPARAR LAS COLAS DE LOS ESQUÍES SE OBTIENE UNA POSICIÓN LLAMADA CUÑA. LAS ESPÁTULAS, QUE NO LLEGAN A TOCARSE Y HAN DE ESTAR A LA MISMA ALTURA, FORMAN EL VÉRTICE DE ESTA CUÑA. LOS EJES DE LOS HOMBROS Y DE LA CADERA HAN DE ESTAR PERPENDICULARES A LA PENDIENTE; LOS BASTONES HACIA ATRÁS, SIN QUE LAS ARANDELAS TOQUEN LA NIEVE, Y EL PESO DISTRIBUIDO SOBRE LOS DOS ESQUÍES.







CON TÉCNICA CLÁSICA SE ESQUÍA DENTRO DE UNA HUELLA Y SE APLICA CERA DE AGARRE EN LA PARTE CENTRAL DEL ESQUÍ PARA QUE NO SE ESCAPE HACIA ATRÁS EN EL MOMENTO DEL IMPULSO, QUE SE PRODUCE CON EL ESQUÍ PARADO.

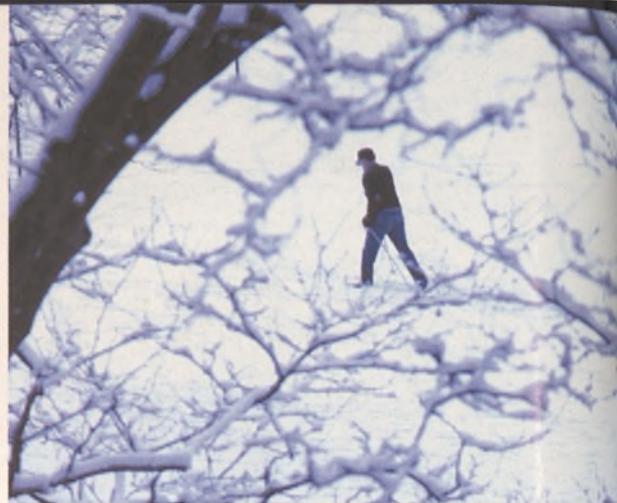
un movimiento de rotación de la pierna hacia el interior, se obtiene un cambio de dirección.

La amplitud de la curva se controla cargando mayor o menor peso sobre el esquí exterior. Para que el resultado sea el deseado apoyo se ha de realizar con toda la planta del pie.

Los ejercicios descritos sirven para obtener confianza sobre la nieve, siendo comunes al estilo clásico y al *skating*. A partir de este punto, cada esquiador deberá escoger el camino a seguir.

Con técnica clásica se esquia dentro de una huella y se aplica cera de agarre en la parte central del esquí para que no se escape hacia atrás en el momento del impulso, que se produce con el esquí parado.

En *skating* el impulso es posible gracias la posición del esquí, que se encuentra, prácticamente, siempre en movimiento, motivo por el cual se logra una mayor velocidad de marcha. Esta técnica no precisa huella y es eficaz en cualquier terreno.



## Pasos de la técnica clásica

### Paso alternativo

Se trata de hacer avanzar alternativamente los brazos y las piernas, combinado el impulso del tren superior con el inferior. El brazo que se avanza es el del lado contrario a la pierna que está en posición adelantada. Partiendo de la posición de esquíes paralelos y con los pies ligeramente separados, se inicia la fase de impulso. El bastón pasa al lado del cuerpo y se clava a la altura del pie adelantado. En el punto final, el bastón se sujeta sólo con el pulgar y el índice, puesto que el resto de los dedos quedan abiertos. El retorno ha de componer un movimiento continuo, pasando de nuevo cerca del cuerpo. Es importante coordinar el cambio de peso sobre el esquí que se adelanta en la fase de deslizamiento.

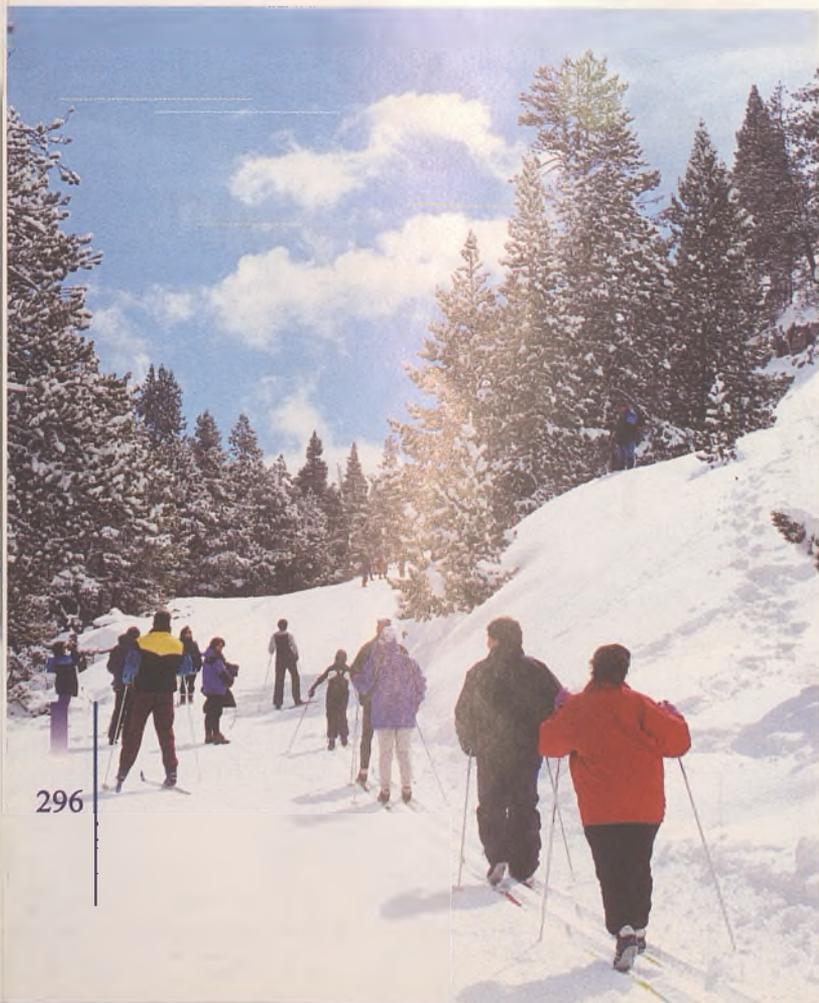
### Variaciones del paso alternativo

**Paso triple.** Cada brazo realiza dos impulsos seguidos, quedando el tercero sustituido por una fase de reposo en la que el bastón se deja delante en suspensión. Esta variante es útil en terrenos irregulares, sobre todo en la media ladera.

**Paso finlandés.** Cuando se hace difícil el clavado de bastones, el brazo realiza alternativamente un impulso y una fase de reposo, en la que se lleva el bastón a la posición inicial efectuar el impulso.

**Paso de giro.** Sirve para los tramos de pista curvos. Antes de avanzar el esquí, se separa la cola hacia el exterior de la curva, con lo que se consigue deslizarse en la dirección deseada, ayudándose de una toma de cantos proporcionada.

**Paso simultáneo.** Este paso es muy eficaz en terreno llano con nieve rápida. Los dos esquíes avanzan al mismo tiempo y el impulso de brazos también es simultáneo. Partiendo del cuerpo recto con las articulaciones ligeramente semiflexionadas y los esquíes paralelos, se lanzan los brazos hacia delante, se clavan los bastones y se empuja hasta completar totalmente la acción de impulso. Es importante apoyar el peso del cuerpo en los bastones y que el tronco





se mantenga doblado hacia delante hasta el final de la acción de los brazos.

Una vez se tiene una cierta seguridad en la ejecución de los movimientos, se acentuará la proyección del cuerpo hacia delante y, al flexionar más el tronco, se obtendrá más potencia y, por tanto, más velocidad.

Para realizar correctamente este paso es muy importante que la medida de los bastones sea la que corresponde a la talla de cada esquiador.

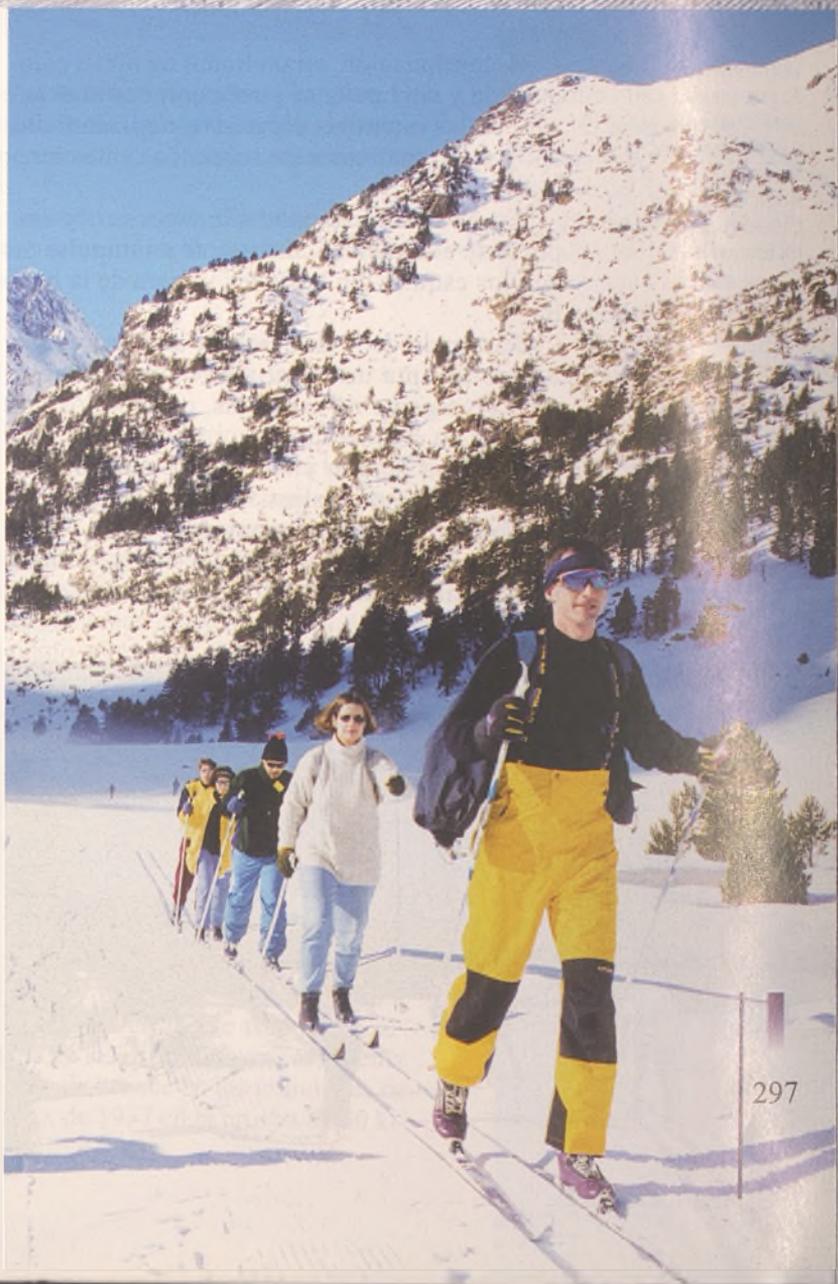
### Paso combinado

Partiendo de la posición fundamental, el esquiador se impulsa con una pierna y se desliza con el otro esquí. Los bastones se llevan hacia delante y se clavan en la nieve simultáneamente. En el momento de empezar el impulso de brazos, con la inclinación de tronco correspondiente, la pierna que queda retrasada se lleva a la altura de la otra.

### Tipos de paso combinado

**Paso combinado de un tiempo.** Mientras se están desplazando hacia delante los bastones para el impulso simultáneo, se realiza un paso.

**Paso combinado de dos tiempos.** Las piernas mantienen el ritmo del paso alternativo mientras los bastones se desplazan hacia delante. El impulso de brazos se realiza al mismo tiempo que el de una de las piernas, de manera que por cada impulso de bastones se llevan a cabo dos pasos.





"ES UN DEPORTE POCO CONOCIDO Y MENOS PRACTICADO. YO CREO QUE SU DUREZA ES LO QUE APARTA A MUCHA GENTE DE ESTA ACTIVIDAD. SIN EMBARGO, COMO EJERCICIO FISICO, HAY POCOS QUE LE SUPEREN."

Alberto Orriols. Lleida.

### La técnica del 'skating'

Los ejercicios de preparación para la técnica del *skating* resultan útiles incluso para los fondistas que conocen ya las bases del esquí de fondo y son expertos en la técnica tradicional.

Un primer ejercicio de gran utilidad consiste en deslizarse por la huella cargando el peso sobre un solo esquí hasta alcanzar una cierta velocidad. Este ejercicio también se puede realizar calzando un solo esquí, lo cual aumenta notablemente su dificultad. En tal caso, se debe apoyar en el suelo el pie sin esquí (porque, por otro lado, se puede deteriorar la pista).

A continuación, en un tramo de nieve compactada y sin huella se puede empezar a avanzar con las espátulas separadas, realizando los apoyos alternativamente sobre los cantos interiores.

En el aprendizaje del *skating* es muy importante el ejercicio consistente en impulsarse con los esquíes sin bastones y fuera de la huella.

Partiendo de la posición de esquíes paralelos, se levanta un esquí y se coloca en posición divergente de espátulas, estando los dos tobillos en contacto.

Con una flexión y una rápida extensión de la otra pierna, se desliza apoyando en la nieve el esquí previamente levantado.

A continuación se reúne el esquí y se inicia el movimiento con el otro esquí.



Los **pasos** de *skating* son:

- medio patinador
- paso de patinador
- paso de patinador con impulso de bastones alternativo
- paso de patinador con doble impulso

#### Medio patinador

Ha sido el primer paso de esta nueva técnica que se ha aplicado en competición, puesto que se puede realizar dentro de la huella.

Este paso se lleva a cabo con un movimiento de impulso lateral de uno de los esquíes, que se separa y se apoya fuera de la huella. Partiendo de la posición de esquíes paralelos, se levanta del suelo uno de los esquíes y se apoya sobre el canto interior con divergencia de espátulas, al tiempo que se clavan los bastones. Las piernas trabajan alternativamente.

#### Paso de patinador

Este paso es interesante fundamentalmente en subida. Se parte de la posición de tijera y se efectúan los impulsos alternativamente con los brazos y las piernas, dejando deslizar cada esquí hacia el exterior de la línea de marcha. La inclinación hacia delante del tronco es proporcional a la pendiente. La sucesión de movimientos es la misma que en el paso alternativo tradicional, con la diferencia de que las espátulas de esquíes se abren. Es imprescindible que los apoyos de los esquíes contra la nieve se produzcan con los respectivos cantos interiores.

EN ITALIA EXISTEN VARIOS 'PARÁISOS' DEL FONDO, AUNQUE ES CIERTO QUE EN LA VERTIENTE SUR DE LOS ALPES, DEBIDO A SU CONFORMACIÓN, NO HAY EXTENSIONES TAN VASTAS COMO EL JURA FRANCO-SUIZO O LOS LABERINTOS BLANCOS DE ENGADINA.



## Ondulaciones del terreno

Los trazados de los circuitos de fondo presentan a menudo hundimientos y protuberancias. Para superar las ondulaciones a una cierta velocidad y sin peligro de caída hay que contrarrestar los cambios de pendiente con la posición del cuerpo.

En el caso de un hundimiento del terreno la posición tiene que ser más baja en la entrada y de extensión en su interior, para contrarrestar la fuerza que tiende a aplastar al esquiador en el interior del bache.

Adelantando un esquí se logra aumentar la superficie sobre la cual recae el peso del cuerpo, y la posición es más segura.

El mismo principio es válido para las protuberancias del terreno. Con una extensión y una flexión de las piernas se consigue compensar el cambio de pendiente.

El esquiador aficionado también ha de tener una buena técnica de descenso que le permita adecuarse al perfil del terreno, lo que le permitirá evitar caídas y disfrutar más de este deporte.



### Paso de patinador con impulso alternativo de bastones

Es el paso de *skating* más difícil de ejecutar, porque exige un gran control de los esquís. A cada fase de deslizamiento le corresponde un impulso de bastones.

Se carga el peso sobre un esquí y se levanta el otro. Mientras se realiza la extensión de la pierna de apoyo, se traslada el peso al esquí previamente levantado y se hace deslizarse. Los brazos se lanzan hacia delante y el tronco se inclina también hacia delante, momento en el cual se recupera la pierna que ha acabado de realizar el impulso.

El trabajo de piernas y brazos tiene que estar coordinado.

Al principio el esquí se apoya plano sobre la nieve y, mientras dura la toma de impulso, se va canteando progresivamente. Errores muy frecuentes son impulsarse más de un lado que del otro y la descoordinación de movimientos. En subida este paso sufre ligeras modificaciones: una inclinación menor del tronco hacia delante y la anticipación del clavado de bastones.

### Paso de patinador con doble impulso

Su ejecución es parecida a la del paso anterior, pero a cada impulso realizado

con las piernas corresponde un impulso de brazos, de modo que la velocidad aumenta, especialmente en llano o en pendientes suaves.

Acercando el esquí aligerado al otro, se aprovecha mejor la fase de deslizamiento.

### Lugares para la práctica: el paraíso italiano

En Italia existen varios 'paraísos' del fondo, aunque es cierto que en la vertiente sur de los Alpes, debido a su conformación, no hay extensiones tan vastas como el Jura franco-suizo o los laberintos blancos de Engadina.

Y así, tenemos el silencio de Valnontey, cavado a los pies de los hielos del Gran Paradiso, o los preciosos *rascard* de Gressoney Saint-Jean, donde tan agradable resulta pararse a tomar el sol o a enchar. Hay una cantidad considerable de circuitos que disponen de maquinaria adecuada para preparar las pistas.

### Deportistas de élite

**Vincenzo Demetz.** Primer esquiador de la Europa central que rompió la supremacía de los escandinavos, al obtener la medalla de bronce en los mundiales de Chamonix de 1937 en la prueba de 50 kilómetros.







El carácter práctico de un vehículo de carga no es incompatible con un buen monovolumen que dispone de un buen equipamiento. Esto es lo que ofrece Volkswagen con este vehículo de trabajo y disfrute

# Nuevo Wolkswagen Euro Van: ¿Ocio o negocio?

**V**olkswagen ha lanzado al mercado español el nuevo EuroVan, un modelo que combina la practicidad de un vehículo de carga con el equipamiento de serie de un buen monovolumen. Una combinación que hace del EuroVan el vehículo idóneo para todos los que buscan funcionalidad y comodidad con un amplio espacio para trabajar o disfrutar.

Con capacidad para nueve pasajeros, se comercializa con motores TDI de 88 y 102 Cv de potencia. Unas mecánicas que cumplen con las normativas más exigentes sobre contaminación y que ofrecen un elevado par motor que permite una conducción dinámica, con unos reducidos consumos. Con cajas de cambios manuales de 5 velocidades, el EuroVan está disponible con dos batallas distintas, 2.920 y 3.320 mm, adecuándose a las necesidades de espacio de los clientes más exigentes.

El nuevo Volkswagen EuroVan se sitúa en un escalón intermedio entre los vehículos de carga y los de la gama de ocio tanto por equipamiento como por precio. Este modelo está dirigido especialmente para todos aquellos clientes que necesitan un vehículo con un amplio espacio de carga pero no

quieren renunciar a disfrutar de este automóvil con su familia o durante su tiempo libre. Comodidad, espacio y dinamismo son algunas de las palabras que definen este nuevo modelo de Volkswagen Vehículos Comerciales.

El nuevo EuroVan se diferencia de sus hermanos de gama tanto interior como exteriormente. Con un equipamiento de serie similar al de un buen turismo y con un interior que puede configurarse según las más variadas necesidades: de 2 a 9 plazas, que se pueden montar y desmontar fácilmente, con dos batallas, de 2.920 y 3.320 mm, con portón o doble puerta trasera y con puerta corredera en el lado derecho. Exteriormente, el EuroVan monta los parachoques delanteros y traseros, así como los retrovisores laterales, en color negro así como vidrios tintados y una amplia gama de colores a escoger.

La gama EuroVan se comercializa sólo con motores turbodiesel de última generación. Mecánicas que cumplen con la normativa EU III de la Unión Europea. Las dos motorizaciones disponibles para el EuroVan son de cinco cilindros e idéntica cilindrada, 2,5 litros, aunque ofrecen distinta potencia: 88 y 102 CV. Ambas proporcionan destacadas prestaciones gracias a su mecánica de cinco cilindros que ofrece un elevado par motor.

# Piezas especiales para azulejo

AURORA GIMENEZ BACHS · MERCEDES MEDINA PARRA

**E**xisten en el mercado infinidad de piezas especiales para rematar, delimitar y adornar un azulejo cerámico. Igualmente, las hay de diferentes medidas en cuanto a grosor, ancho y largo. Se fabrican en diferentes materiales y la textura varía en función del material del que están realizados.

Las cenefas, aunque no son necesarias ni imprescindibles, aportan una nota de color, delimitan si los paños son diferentes, rematan el azulejo cuando existen dos

tipos de revestimientos y a su vez, imprimen un carácter meramente decorativo.

Los precios varían según el material del que estén realizados, aunque las marcas también influyen en su coste.

Actualmente, se comercializan un tipo de cenefa adhesiva con o sin acabado cerámico, sin ser necesaria obra alguna para su instalación.

Estas piezas suelen venderse por unidad, mientras que el precio del azulejo suele ser por metros cuadrados, si no se trata de piezas especiales como pintadas a mano o elaboradas artesanalmente.



Podemos observar diferentes tipos de cenefas cerámicas, en diversos tamaños, colores y motivos decorativos.

Normalmente, cuando elegimos un azulejo, la marca comercial ofrece al cliente diferentes cenefas para ser utilizadas con el tipo de cerámica elegida. Si queremos colocar más de una cenefa, también existen en dos tamaños diferentes, para ser colocadas en diferentes alturas.

Otra opción puede ser, la de colocar piezas como bordones o listelos en la parte superior o inferior, así como en ambas; de este modo, la cenefa tiene una apariencia más ancha y más decorativa.

Las de sección total-

mente rectangular con cantos rectos, deben colocarse al ser posible en el mismo tamaño del azulejo con el que van a ser combinadas; aunque si el azulejo no es del mismo ancho, pueden colocarse trabadas.

El otro tipo de cenefa de sección rectangular y lados curvos, se emplean para cualquier tipo de azulejo, encajan perfectamente unidas entre sí y dan un efecto óptico de continuidad.

Las presentadas en esta foto son de línea actual, con colores y motivos vivos.

El precio de estas cenefas varía según marca, modelo y dibujo, siendo su coste normalmente no muy elevado.

# iales



Este tipo de material llamado listelo, se puede emplear como elemento decorativo por él mismo o como soporte a cualquier tipo de cenefa.

En el mercado existen infinidad de ellos con acabados brillo o mate, textura rugosa o lisa, en una gran gama de colores y en distintos anchos, largos y grosores.

El precio suele ser asequible.



En esta foto existen diferentes tipos y decorados de barro, con acabados en distintos colores y texturas. Este tipo de listelos, cenefas y tacos son artesanales y resultarán de carácter rústico en el lugar donde sean colocados.

Los tacos son de sección cuadrada y suelen ser empleados en esquinas entre cenefa y cenefa, intercalados con el azulejo y colocados en lugares muy específicos como elemento decorativo

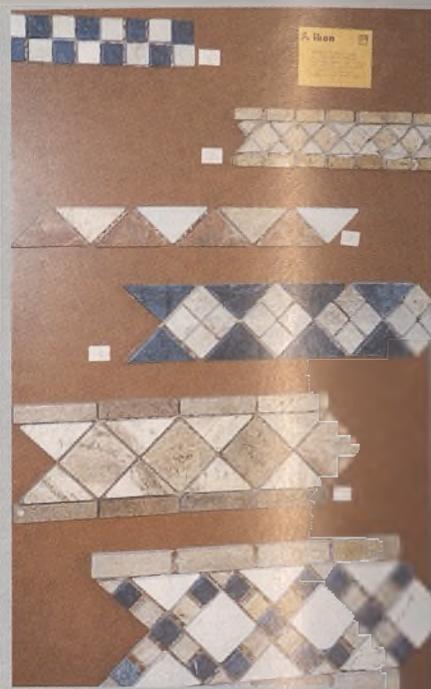
Agradecemos la colaboración prestada a: Cruz y Víctor Campayo, de la firma "AZULEJOS CAMPAYO", S. L. - C/ Hellín 13 y Ctra. Peñas, 23. Albacete

Este tipo de cenefas, están realizadas con diferentes mármoles y colores, los motivos son básicamente geométricos, así son fáciles de combinar en cualquier tipo de revestimiento.

Estas, pueden ser empleadas perfectamente para delimitar zócalos por sus minuciosos acabados.

Hablamos de un material de precio más elevado que los anteriores, debido a que todas sus piezas son de mármol y talladas con esmero.

El diseño va realizado sobre una malla que las une, para una fácil colocación. Entre tesela y tesela, hay una entrecalle que se rellenará de pasta para conseguir un resultado de mosaico.



idea  
interiorismo

Diseñadoras de interiores  
Proyectos y diseños  
Reformas  
Dirección de obras  
¿Necesitas ideas  
para tus proyectos?  
649 417 001  
606 399 984

# DE TRÁS del Altozano

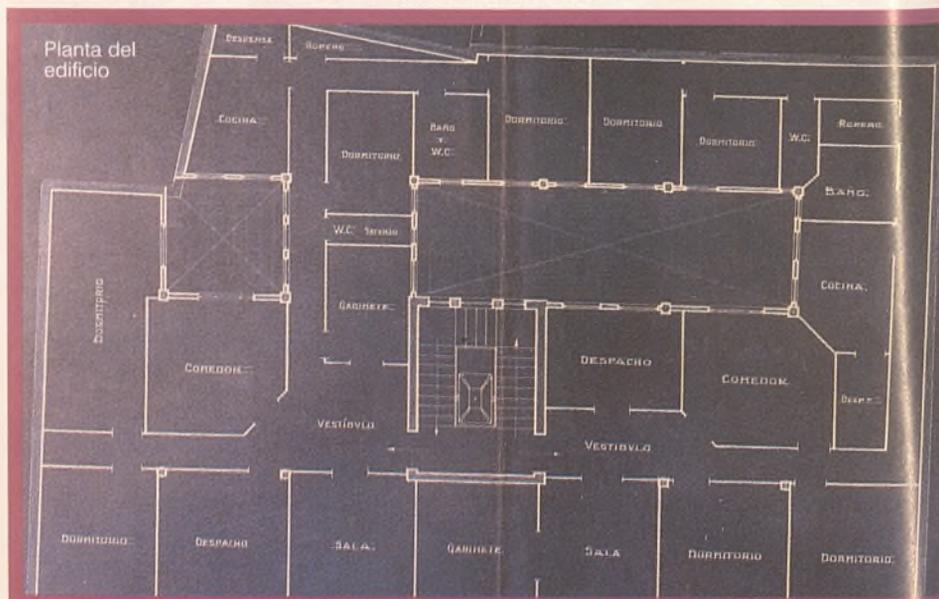
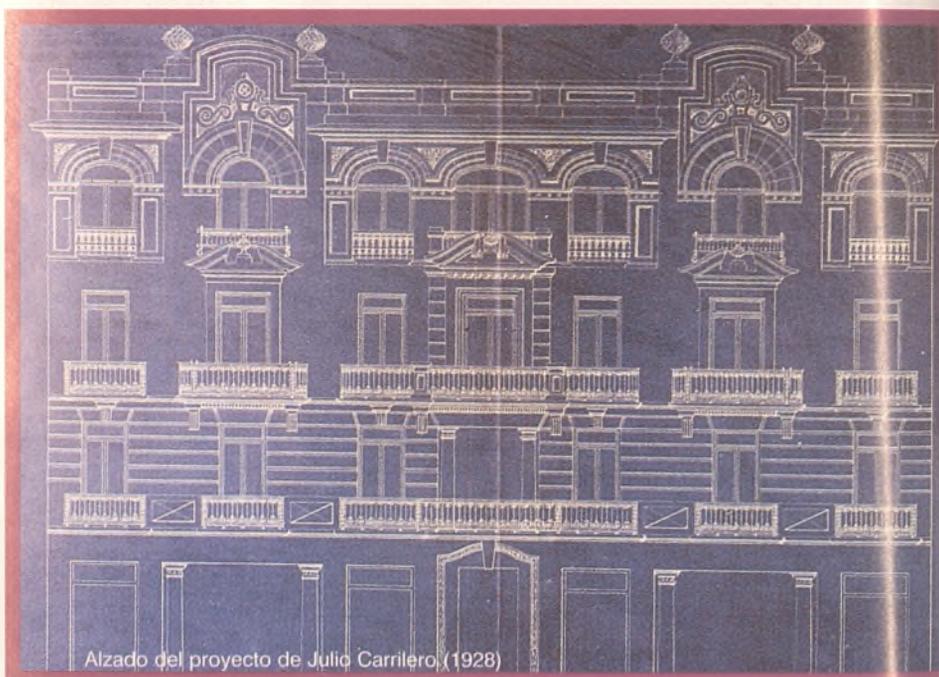


**H**oy nos encontramos ante una composición de inevitable comparación con la que precedió la semana anterior (el mismo cliente, el mismo arquitecto, el mismo año y los solares casi trasdosados), la cual, siendo más sencilla, está menos rotundamente resuelta, no sabemos si obedeciendo a ese "instinto básico" de Julio Carrilero por el cual la jerarquía de una calle se transfiere de modo casi literal a la de las fachadas que la adornan.

La planta, de proporción apaisada, también alberga dos viviendas y una única escalera con su ascensor en el hueco. La estructura dispone una primera crujía paralela a fachada, en la que se encadenan siete piezas. En este caso, el espacio central se vincula a la vivienda de la derecha.

La escalera vuelve a ocupar la posición central de la segunda crujía paralela a fachada. Tangente a ella, se dispone un patio central, de proporción muy apaisada, en torno al cual se organiza el programa de la vivienda de la derecha, con las circulaciones en "C" invertida adosadas a las medianeras.

La vivienda de la izquierda recae a un lado corto del rectángulo del patio central y abraza la mitad de uno de los largos. Después del consabido pasillo, el resto del programa se distribuye en dos crujías perpendiculares a fachada, insertando un patio de luces cuadrado en la del medio. De esta manera, las circulaciones adoptan





en esta casa forma de "S".

La sección, por el núcleo de comunicación vertical, vuelve a absorber el casetón del ascensor con el faldón de la cubierta que tampoco se dibuja en el alzado. En esta ocasión, el edificio carece de sótano y la Planta Baja se dibuja de un modo muy esquemático.

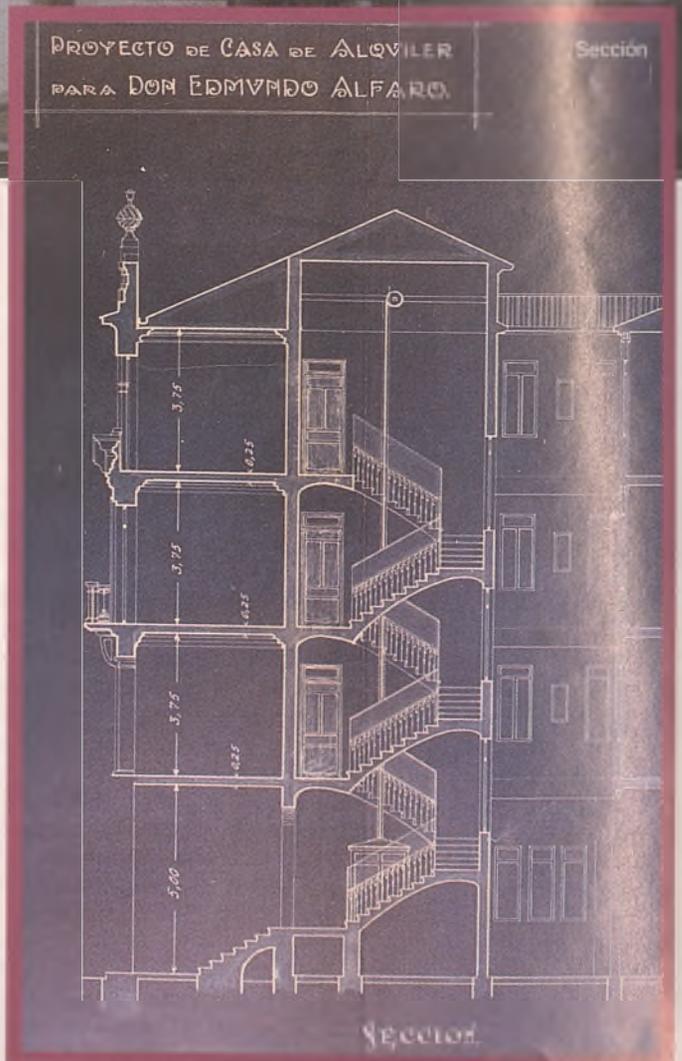
En la fachada, para empezar y partiendo de una completa simetría, los ejes laterales se separan de las líneas medianeras y forman dilataciones propias, en la planta y en el alzado, sobre los vanos segundo y sexto de los siete que componen el alzado. Tres simetrías se solapan en ese modo sobre los vanos tercero y quinto, configurando tres trípticos con sólo siete vanos.

En la elevación, los órdenes son cuatro tan sólo, pese a lo cual, el piso principal, a juzgar por sus atributos, se instala en la Planta Segunda, reduciendo la Primera, llagueada, a la condición figurativa de una entreplanta.

En contrapartida, la Tercera resplandece con retórica propia: arcos en todos sus huecos y el peraltado aludido en los ejes laterales. En ellos, la concatenación vertical de los huecos es completa. La propician, entre otros recursos, las maclas que producen los frontones alabeados y partidos sobre los huecos de los ejes, principal y secundarios, y los dos modillones de apoyo de los vuelos, en lugar de una única ménsula/clave.

A pesar de tantas y tan minuciosas habilidades, hay algo de inelegante en esta composición, demasiado deudora de unas diafanidades en la Planta Baja no bien asumidas.

Es inteligente, por otra parte, la idea serial que se deriva de la multiplicidad de simetrías: una simetría múltiple es, en efecto, más débil que otra unitaria. El poderío del antepecho superior



Jornadas folklóricas en Albacete durante el mes de junio, organizadas por Diputación

# Los instrumentos musicales del mundo de Carlos Blanco

ANTONIO SORIA

**E**sta mañana de domingo (17 de junio de 2001), a las 12.30h, el etnomusicólogo Carlos Blanco ofrece una conferencia en el salón de actos del Centro Cultural de la Asunción (con entrada libre, hasta completar aforo) titulada "Instrumentos musicales del mundo", con que se pone fin a una serie de actividades que bajo el patrocinio de la Excmo. Diputación Provincial se han venido desarrollando en Albacete desde el martes día 5 de junio en colaboración con el Excmo Ayuntamiento de Albacete, Universidad popular y otras entidades ajenas a nuestra marco territorial como el Excmo. Ayuntamiento de Altea, Villa Gadea y el Centro Internacional de la Música de la Unesco.



Carlos Blanco hace sonar el gran tambor de la etnia china "Han" "Gu (Ku)" (450 kilos).

La inauguración de la exposición con el mismo nombre y protagonista de la conferencia que hoy podemos escuchar abrió las jornadas folklóricas de Albacete, que han contado con: un Festival de Danzas Manchegas (viernes día 8) en el Auditorio Municipal a cargo de participantes de la Universidad Popular de Albacete; un encuentro de Cuadrillas (sábado día 9) en diversos puntos de la ciudad, con la participación de la Cuadrilla de la Abuela, Ronda de Los Llanos, Cuadrilla del Campo San Juan, Cuadrilla de Magisterio y Ronda de Motilleja; un "Encuentro Provincial de Música Tradicional" donde se han dado cita quince distintas agrupaciones de la provincia (domingo día 10, en el Centro Cultural de la Asunción); un concierto de música étnica protagonizado por Carlos Blanco Fadol (sábado 16 en el salón de actos del Centro Cultural de la Asunción, con entrada libre hasta completar aforo); el II Congreso Nacional de la Confederación de las Fed-

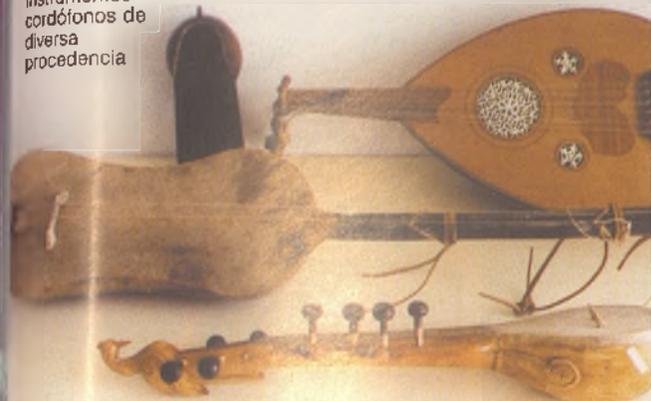
raciones Regionales Españolas de Grupos de Folklore (CONFEE), organizado por los grupos de coros y danzas San Juan Bautista, de Magisterio, San Pablo y "El Trillo" (sábado 16 y domingo 17 en el Centro Cultural de la Asunción) incluyendo un curso de iniciación a la seguidilla manchega de Albacete restringido para los participantes en el Congreso de la CONFEE, impartido en el aula de danza del Real Conservatorio Profesional de Música y Escuela de Danza de Albacete, dependiente de la Diputación; y por último la conferencia de Carlos Blanco Fadol que anunciamos en el inicio de este texto.

## Florecimiento cultural

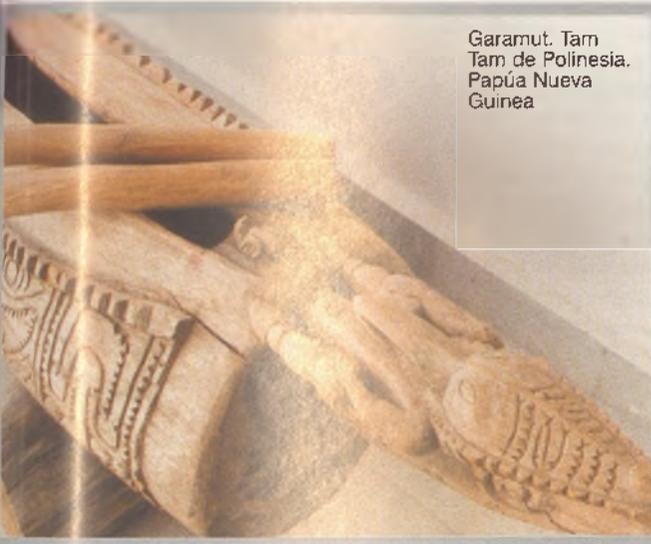
Decididamente, Albacete parece haber recuperado su pulso cultural durante el año 2001, con un latido intenso propiciado desde diversos frentes que han confluído en una oferta de variado interés y nivel cualitativo. Como prelude al largo verano albaceteño, que nos traerá luego la Feria y, con la fiesta, de nuevo el folklore y otras músicas, la Diputación ha presentado una oferta de aspecto atractivo y popular para estimular el uso de la música folklórica, mirando con atención al amplio abanico de diversidad que ofrece la etnomusicología de ámbito internacional. Es de celebrar una iniciativa tan didáctica como la exposición que todavía permanecerá abierta hasta el próximo 29 de junio en el Centro Cultural de la Asunción (en horario de 10 a 14h. y de 18 a 21h. de lunes a viernes y sábados de 12 a 14h.), cuyo contenido supone una excelente ilustración de conocimiento a todos los amantes de la música.

Una muestra más de la necesidad de hacer y consumir música, como arte principal que cualquier sociedad cultiva en la medida de su evolución, en un recorrido histórico sobre evoluciones sociológicas tomando como referencia diversos lugares del mundo. A propósito de lo cual

Instrumentos  
cordófonos de  
diversa  
procedencia



Garamut. Tam  
de Polinesia.  
Papúa Nueva  
Guinea



resulta obvio resaltar la conveniencia (o necesidad), mirando al entorno de nuestro lector y del habitante de nuestra ciudad, de un Conservatorio Superior de Música para Albacete, noticia tan en boga durante estos días, como centro de enseñanzas musicales de nivel superior que forme en este arte y aporte a la sociedad de Albacete lo que ésta reclama. Necesidad que viene implorándose desde hace años como una letanía incesante y que sólo podrá calmarse cuando se cumplan los compromisos políticos que pueden encontrarse en diversas citas mediáticas.

## Carlos Blanco

El dueño de la colección exhibida en la exposición "Instrumentos musicales del mundo", Carlos Blanco, comenzó su andadura de recopilación de instrumentos musicales étnicos en 1975, época en que obtuvo el primer premio en el Festival Internacional de compositores de Piriápolis (Uruguay). A partir de entonces comenzó un periplo a través de países de los cinco continentes para crear una colección que en la actualidad cuenta con 1600 piezas de 125 países, colección cuyo volumen e interés le hace estar considerada entre las grandes de especialidad étnica del mundo, según informa la Diputación en la publicación que sirve de presentación a la exposición.

En 1977 Carlos Blanco integra en España el grupo "Los Valdemossa" de Mallorca ofreciendo conciertos en diversos países. En esta época reconstruye un aerófono mallorquín desaparecido a principios del siglo XX, la "Xirimeta", y en 1982 edita su primer libro con el título "Todo sobre música en caña y bambú". Más adelante, la Consellería de Cultura de la Generalitat de Valencia edita su "Enciclopedia de los Instrumentos Musicales" con la que fue premiado en Francia en el año 1990. En 1993, el

Carlos  
Blanco con  
una mujer de  
la tribu  
"Padung" en  
Birmania.



M.E.C. integra sus publicaciones como libros de texto en el tercer ciclo de Primaria en "Recursos didácticos, educación artística". En 1997 quedó finalista en el premio internacional "Rólex" de Suiza por la creación de instrumentos musicales especiales para minusválidos. A finales de 1999 el Centro Internacional de Música de la Unesco y el Ayuntamiento de Altea instalaron el Museo Étnico de la Música con su colección particular.

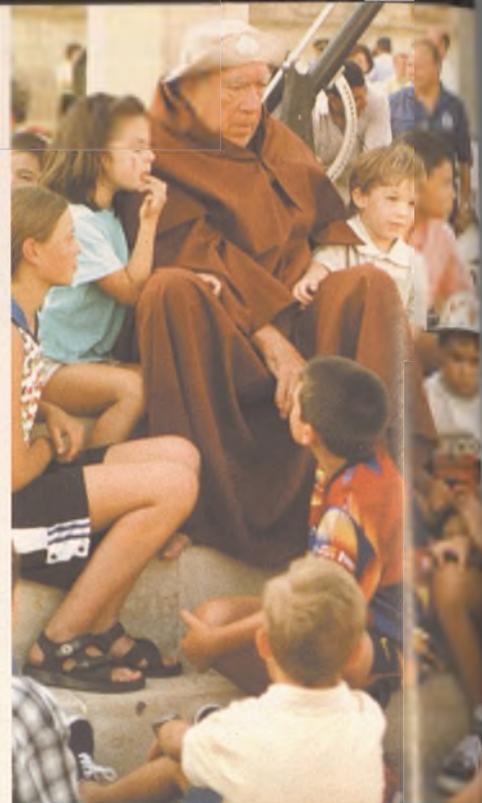
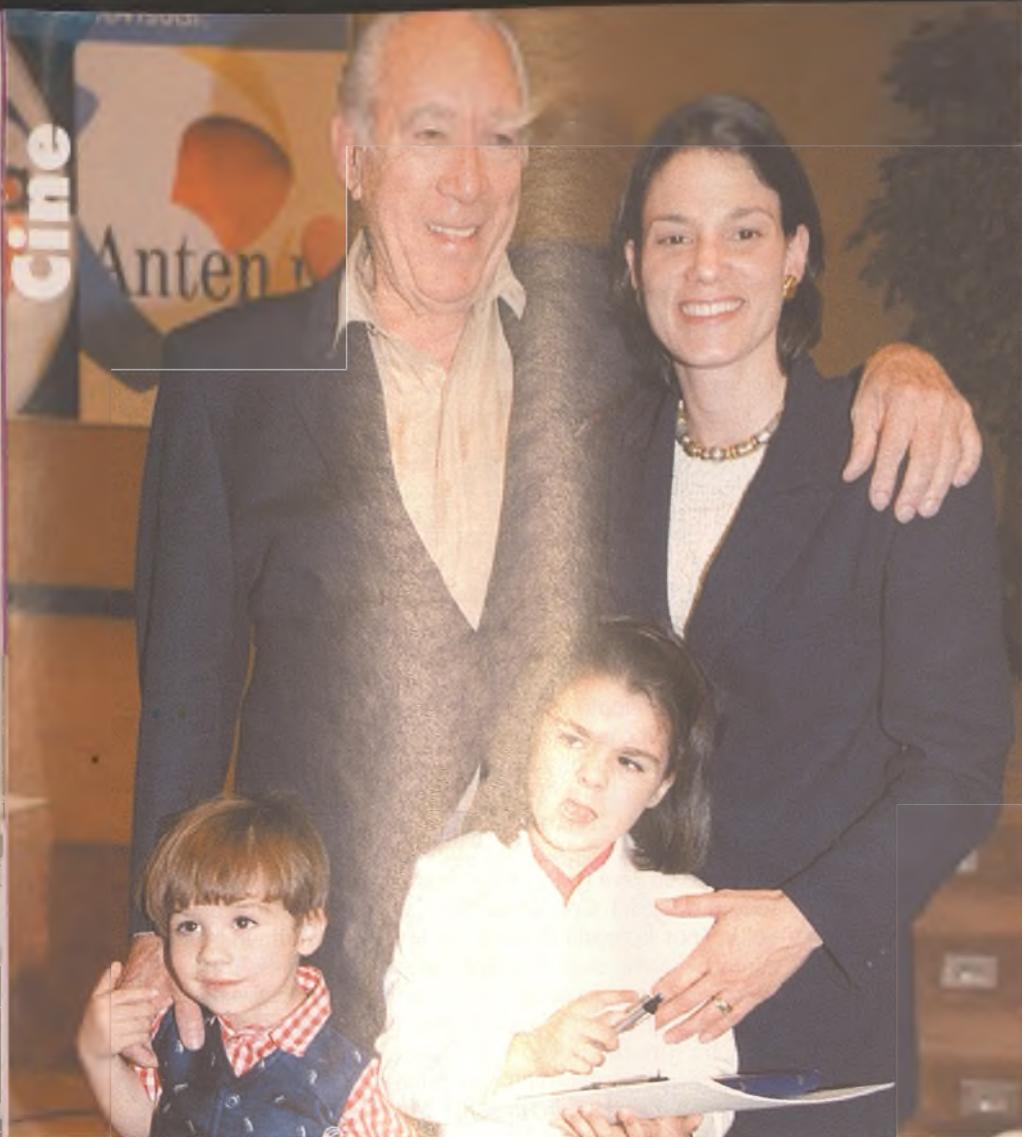
Carlos Blanco posee diplomas como el de la Musik Messe de Frankfurt (1983), de la asociación "Bamboun" de París (por la creación de "la más importante colección del mundo de instrumentos musicales de bambú"), del gobierno de Java (por la investigación de instrumentos en Indonesia), del Conservatorio Nacional de Música de Pekín (por la teoría que vincula la música andina con la China). Según reza también en su currículum, Carlos Blanco ha contado con el reconocimiento de personalidades como la Infanta Doña Elena de Borbón, Rigoberta Menchú (premio Bobel de la Paz) y Vicente Ferrer (premio Príncipe de Asturias), con quien colaboró en la India.

Román Escalas, director del Museo de la Música de Barcelona, aseguró en 1987 refiriéndose a su colección de instrumentos musicales étnicos: "...considero esta espectacular colección de excepcional valor organológico y didáctico". Desde el punto de vista interpretativo, un compositor como Llorenç Barber escribió sobre Carlos Blanco tras su actuación en el Círculo de Bellas Artes de Madrid: "...las manos milagrosas de este etnomusicólogo, nos traen las melodías más bellas y los sonidos más antiguos y exóticos, epifanía personificada del adolescente y duditativo sonar..."

Si todavía no ha visitado la exposición sobre "instrumentos musicales del mundo", y tan sólo a partir de la expectativa que nos despierta el exotismo de la propuesta (pues al cierre de esta edición todavía no se ha inaugurado), recomendamos efusivamente al amante de la música que no se pierda la ocasión de disfrutar de esta rica muestra organológica.

Gong de  
Birmania  
llamado  
PINSÁ-  
YU-PÁ





Su enorme carrera, con más de un centenar de títulos, fue paralela a su vida amorosa, en la que engendró a trece hijos de tres esposas y varias amantes

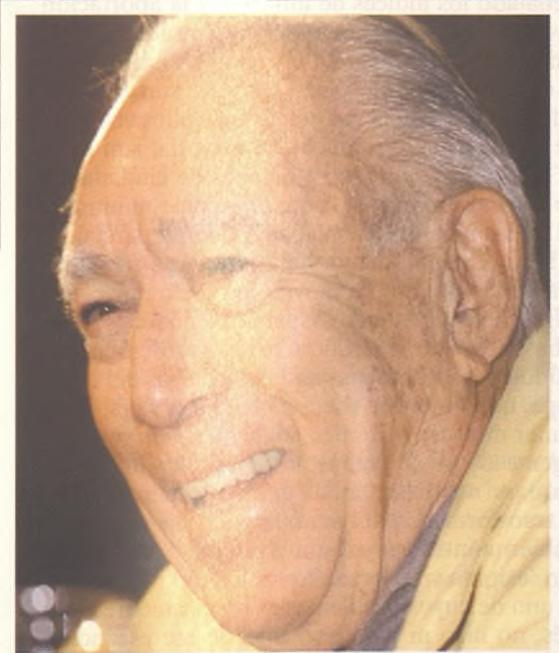
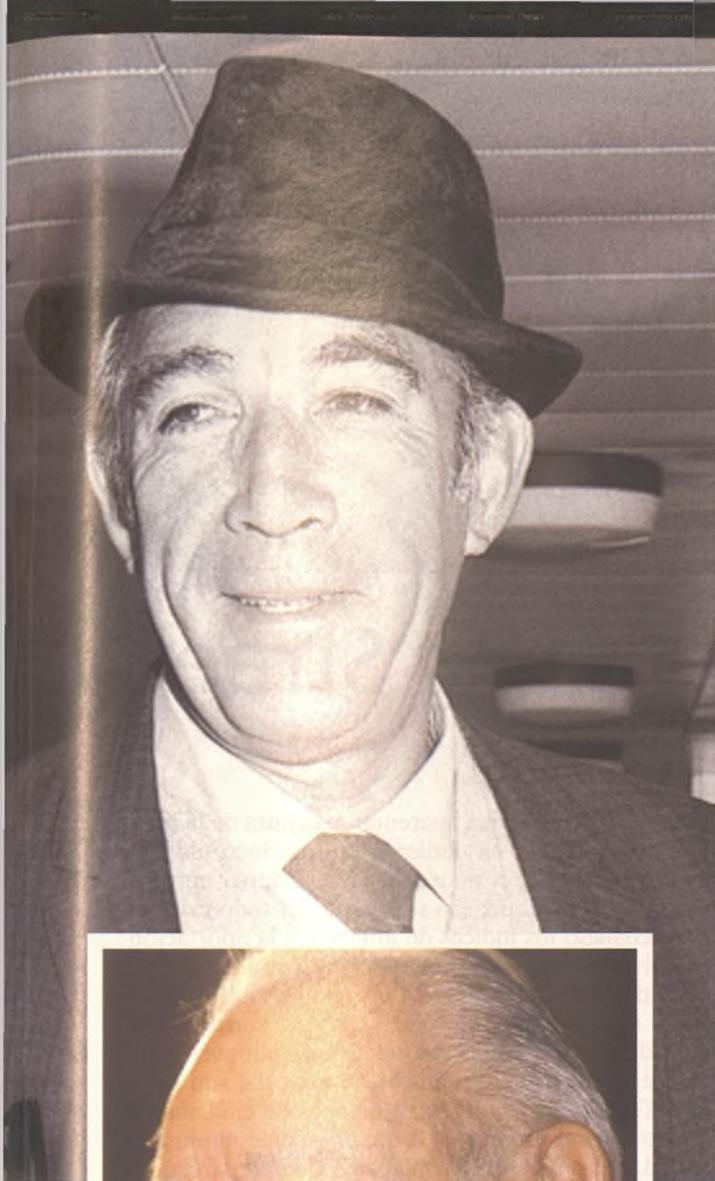
# El último tren de Anthony Quinn

JUAN RAMÓN LÓPEZ

**H**ará más de dos décadas conocí a un actor de aspecto rudo y tremenda humanidad que se enfrentaba a Kirk Douglas en el inolvidable western de John Sturges, "El último tren de Gun Hill". La proyectaron en super 8, en el club de jubilados frente al Teatro Circo. Allí me llevó mi abuelo Julio que ya tiene 97 años y conocí a aquel actor mexicano llamado Anthony Quinn. Recuerdo aquella película de una forma muy especial. Aquel duelo interpretativo entre dos grandísimos actores marco mi pasión por el cine. Años después escribí la crítica de "Los dientes del diablo" en La Verdad Joven, su trabajo de esquimal en aquella magnífica cinta de aventuras de Nicholas Ray aumentó mi interés por Quinn. Como lo haría en otra de mis películas favoritas "Los cañones de Navarone", junto a Gregory Peck y David Niven.

Su muerte pone fin a la carrera de uno de los rostros más conocidos de la gran pantalla. Atrás quedarán grandes

interpretaciones donde fue la representación más popular de todas las etnias, incluida la suya como mexicano criado en Estados Unidos. De hecho, el actor siempre aseguró que "no sabría hacer un papel de norteamericano, porque no lo llevo en el alma. Mi alma es china, árabe, griega, española y mexicana". Aunque también hubo rusos, asiáticos e hispanos, personificó casi todo tipo de caracteres exóticos. Inolvidables son sus interpretaciones de líder beduino en "Lawrence de Arabia", de forzado trotamundos en "La Strada", del pintor francés Paul Gauguin en "El loco de pelo rojo" (papel que le hizo ganar su segundo Oscar como secundario), del propio Barrabás, en la película del mismo título, o del mismísimo Papa en "Las sandalias del pescador". Sin embargo, si bien ganó su primer Oscar por su trabajo como el hermano del revolucionario Emiliano Zapata en "Viva Zapata", su trabajo más conocido y preferido de este gigante de la pantalla fue el de "Zorba el griego". "Soy Zorba", afirmará en más de una ocasión este actor, enamorado de la pasión por la vida que sentía el personaje de la obra de



Nikos Kazantzakis. Aquel baile ya ha pasado a la historia como uno de los momentos más memorables del cine y aunque Quinn haya cogido su último tren hacia el cielo, su leyenda aumentará y su recuerdo permanecerá imborrable gracias al cine que engrandeció con sus trabajos.

La muerte de Anthony Quinn, fallecido el pasado 3 de junio, a los 86 años de un fallo respiratorio en el hospital Brigham de Boston, donde había ingresado para ser tratado de neumonía, ha dejado a Hollywood sin la presencia de un actor descrito como más grande que la propia vida.

Su enorme carrera, con más de un centenar de títulos, fue paralela a su vida amorosa, en la que engendró a trece hijos de tres esposas y varias amantes. Todo un galán cuya fama de mujeriego y vividor traspasó la pantalla.

"Quinn fue un maravilloso patriarca, un pedazo de humanidad, divertido y muy pícaro. Constantemente contando bromas", le describía la actriz española Aitana Sánchez Gijón tras trabajar hace unos años con él en "Un paseo por las nubes".

## Un mexicano triunfador

Nacido el 21 de abril de 1915 en la localidad mexicana de Chihuahua, hijo de una joven mexicana de origen azteca y de un irlandés que luchó con el revolucionario Pancho Villa, Quinn ha sido de los pocos actores mexicanos que llegó a ser una de las estrellas más legendarias de Hollywood. Aunque sus orígenes no pudieron ser más humildes, limpiando zapatos y fregando las ventanas y los suelos del edificio para pagar sus lecciones de dicción y drama. También fue taxista y boxeador y después de algunos pequeños papeles de teatro llegó su oportunidad de 1936 cuando fue contratado por la Universal para hacer de gangster en "Los buitres de presidio". A este papel le siguió el de un indio cheyenne en "Búfalo Bill", de Cecil B. De Mille, que marcó su encuentro con el director y su hija adoptiva, Katherine, con quién se casó. Durante varios años desempeñó papeles secundarios de indio, mexicano y gangster en películas como "Murieron con las botas puestas", "El Cisne Negro", "Sangre y arena", "The Ox-bow incident" y "Las aventuras de Búfalo Bill". Pero fue en la década de los cincuenta donde Quinn lograría el éxito con una larga lista de títulos: "¡Viva Zapata!", "La Strada", "Santos el Magnífico", "El loco de pelo rojo", "Viento Salvaje", "El pistolero de Cheyenne", "El jorobado de Notre Dame", "Los bucaneros" y "Los dientes del diablo". Un "salto de calidad" que dio por medio de directores de la talla de Elia Kazan, Federico Fellini, Budd Boetticher, Vicente Minnelli, George Cukor, De Mille, Nicholas Ray, y otros directores robot como Daniel Mann, Martin Ritt, John Sturges y Edward Dimytryk. En los sesenta figuró regularmente en superproducciones internacionales en las que sólo se le exigía que se caricaturizara, aunque también realizó trabajos que merecen ser mencionados como "Barrabás", y "Lawrence de Arabia", "Viento en las velas" y, sobre todo, "Zorba el griego", donde el actor plasmó su verdadera personalidad y temperamento. Al principio de los años 70, medio establecido en Italia, Anthony Quinn se dedicó a tareas humanitarias bajo los auspicios del Fondo Mundial para la Salud. Aunque su actividad cinematográfica disminuyó, supo dar un gran relieve a algunas interpretaciones un poco estereotipadas de "patriarca", citemos solamente "El Don ha muerto" (Richard Fleischer, 1974) y "La herencia Ferramonti" (de Mauro Bolognini, 1976).

En las últimas dos décadas participó como secundario en series de televisión ("El camino de Santiago") y en películas como "Revenge", (junto a Kevin Costner y Madeline Stowe) y "Un paseo por la nubes" (junto a Keanu Reeves y Aitana Sánchez Gijón), aportando su experiencia y veterania. A pesar de la importancia de su carrera, la huella de Quinn llegó más allá de la pantalla, convertido en sus últimos años en un pintor y escultor afamado en los círculos artísticos y con exposiciones por todo Estados Unidos. Su sus películas y sus obras de arte han pasado a la historia, lo mismo ocurre con su vida, que el mismo ha dejado clara en dos libros autobiográficos: "El pecado original" y "Atardecer repentino", traducidos a 18 idiomas.

Fue un hombre orgulloso de sus orígenes y hasta el final fue fiel a ellos: "Únicamente soy rudo en lo que concierne a mi elevado sentido de la responsabilidad. Luché por mis derechos como ser humano. Creo de corazón en la dignidad del hombre". Su hijo Lorenzo Quinn aseguró que había perdido "un gran padre, un mito, una gran leyenda". Sin embargo, el veterano actor siempre se restaba importancia: "Yo tenía las fuerzas para cambiar el mundo. Pero lo que dejé atrás es como las nubes. Y las nubes se deshacen". Pero su memoria permanecerá viva entre los que amamos el Séptimo Arte.



## El camaleón de Downing Street

**D**icen que es un triunfador, y nadie lo pone en duda; otros dicen que representa a la socialdemocracia moderna, de lo cual tampoco cabe sorprenderse; también dicen que ha sabido adaptarse a las circunstancias, y eso sí que es una verdad como un templo.

Siento una gran desconfianza por estos triunfadores de la vida, a quien muchos adulan por "su gran capacidad de realismo". Normalmente se trata de una frase hecha con la que se quiere decir que se ha doblado la rodilla ante los poderosos, creando en el subconsciente de la gente aquello de que "es mejor hacer lo que se

**Blair es uno de esos políticos que hablan en función del auditorio y por los que hay que sentir una profunda desconfianza**

pueda porque esto es lo que hay". Conformismo y derrotismo, en fin. Algunos de quienes le conocen - Aznar no, desde luego - aseguran que se trata de un auténtico camaleón social. Ante los escoceses, habla con acento escocés; en entrevistas con revistas juveniles, se muestra un apasionado del rock; en publicaciones sobre la naturaleza realiza grandes loas de la vida campestre; y cuando se dirige al personal más confesional se deshace en alabanzas cristianas. Es uno de esos políticos que, aunque no bese como otros el anillo de los obispos, hablan en función del auditorio y por los que, por tanto, hay que sentir una profunda desconfianza.

En vista de su incapacidad, o de su miedo, para enfrentarse a los grandes poderes económicos y políticos, se inventó la historia de la Tercera Vía de la que ya no se ha vuelto a hablar. Es más Thatcherista que la propia Thatcher en la política exterior en las últimas masacres de los "aliados por la libertad", y mostró con más deplorable cobardía cuando dejó escapar ante el mundo entero a uno de los más sanguinarios dictadores de Latinoamérica.

Blair, que es otro producto del marketing financiero, ha seguido a pies juntillas la política retrógrada de sus predecesores, con más de un millón de personas en las listas de espera en la Sanidad pública, y más de la mitad sin ser atendidas durante trece

semanas.

Contra lo que consiga aparentar la cultura de la imagen, este camaleón ha dedicado en los cinco últimos años menos atención a su sistema educativo que los propios *tories*, aunque, eso sí, cuenta por todo éxito el haber rebajado los índices de inflación y la aportación impositiva de los más ricos, con el consuelo de las pocas migajas que también ha rebajado a los pobres.

Y es que los niños de Gran Bretaña son los más pobres de Europa, con la cuarta parte de ellos viviendo bajo ese umbral. Los británicos, la mayoría, son cada vez más indigentes, con cinco millones de ciudadanos viviendo bajo el umbral de la supervivencia mínima, y la mitad de las mujeres trabajando a tiempo parcial.

Tony Blair, ese paradigma de la moderna socialdemocracia neoliberal, no ha movido un dedo por evitar que se sigan desmantelando los servicios públicos de su país, y ha hecho de la reducción del gasto social su principal foco de presunción ante sus colegas del resto de Europa, que no le van precisamente a la zaga.

El primer ministro británico, en el que cada vez cree menos gente como se demuestra en el alto índice de abstención, se nos pinta en las grandes cadenas como todo un transformador del pensamiento moderno, a lo que también contribuye su amistad con Aznar o ese elemento insípido y amigo de todos llamado Zapatero.

Blair, uno de cuyos problemas es precisamente el de ser inglés, no hizo ni puñetero caso de ese escándalo internacional llamado 'Vacas Locas', y es tan responsable como sus precededores de la muerte de decenas de compatriotas. El otra vez triunfador, que ha llevado a los laboristas a una gloria sin precedentes, se arrodilla ante el poder económico por mucha la plaga vacuna sin importarle la liquidación del sistema público veterinario.

A Blair, como a tantos otros de su ralea, le importa igual la muerte de sus propios ciudadanos, la de los niños en los hospitales iraquíes o la nula esperanza de millones de chavales en su propio país. De momento, ya ha cumplido con la principal misión de sus asesores de imagen: otros cinco añitos en Downing Street exhibiendo esa sonrisa complaciente a medio camino entre la falsedad y el cinismo. Al fin y al cabo, le han votado porque es simpático, ¿no?



Cristóbal Guzmán

## CRUCIGRAMA BLANCO

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											

(Cuadros negros, 24)

**HORIZONTALES.**- 1: Calles. Mezcla, pasta. 2: Persona recién convertida a una religión.- 3: Arte del que tiene por oficio trabajar maderas finas.- 4: Símbolo químico. El primero. Pronombre personal. Consonantes.- 5: Demostrativo. Denoté alegría.- 6: Timbre, tono de voz. Al revés, cocinen de cierta forma.- 7: Atreverse. Desgastar.- 8: Al revés, extraemos.- 9: Contracción. Ciudad italiana. Al revés, símbolo químico.- 10: Rechacen.- 11: Exterminar, arrancar de raíz.

**VERTICALES.**- 1: Recordar.- 2: Fundamentos.- 3: Artículo. Letra griega (PI). Consonante repetida.- 4: Al revés, planta tifácea que se usa para hacer asientos. Al revés, obstáculo, carga.- 5: Existís. Silicato múltiple que se exfolia en láminas.- 6: Consonantes. Inclínación del paramento de un muro o terreno.- 7: Leyenda. Adverbio de cantidad.- 8: Anudes. Al revés, comiera.- 9: Monja. Accidente geográfico (PI). Símbolo químico.- 10: Repita.- 11: Planta herbácea, vivaz.

### SOLUCION

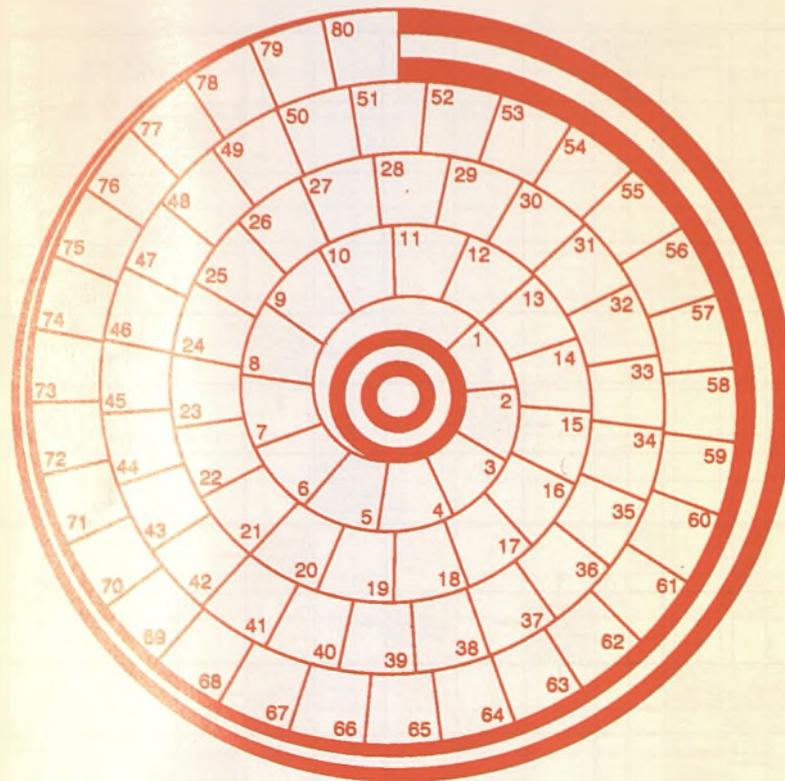
Se señalan a continuación los espacios ocupados por los cuadros negros mediante varias cifras. La primera corresponde a las columnas horizontales y las demás a las verticales. Así, en horizontal 1, los cuadros negros corresponden a verticales 1, 6 y 11; en 2, a 2 y 10; en 4, a 3, 6 y 9; en 5, a 4, 5, 6, 7 y 8; en 6, a 6; en 7, a 5 y 7; en 8, a 2 y 10; en 9, a 3 y 9; en 10, a 2 y 10; y en 11, a 1 y 11.

**HORIZONTALES.**- 1: Ruas. Masa.- 2: Neófito.- 3: Ebanistería.- 4: Ma. As. Os. TX.- 5: Ese. Rel.- 6: Metal. nail.- 7: Osar. Raer.- 8: somacas.- 9: Al. Milán. ag.- 10: Recusen.- 11: Erradicar.

**VERTICALES.**- 1: Rememorar.- 2: Bases.- 3: Una. Etas. RR.- 4: aena. aroméR.- 5: Sois. Mica.- 6: FS. Talud.- 7: Mito. Casi.- 8: Ates. araneC.- 9: Sor. Rías. Na.- 10: ltere.- 11: Saxtraga.







Partiendo de la casilla número 1 del centro, escribir las palabras correspondientes a las definiciones A, hasta llegar al número 80. Después, partiendo de la casilla 80, escribir hacia atrás las palabras correspondientes a las definiciones B, hasta llegar al número 1.

**A:** 1-3: Condimento.- 4-7: Manifestar.- 8-16: Pronosticar.- 17-20: Apogeo.- 21-24: Francos.- 25-32: Sustancia albuminoidea.- 33-39: Infierno.- 40-48: Flauta.- 49-52: Nombre de mujer.- 53-56: Sacerdote ortodoxo.- 57-62: Plato italiano.- 63-69: Municipio de Ciudad Real.- 70-74: Altar pequeño.- 75-80: En Argentina, persona que vende y reparte bebida de agua gaseosa

**B:** 80-78: Rece.- 77-75: Cierta número.- 74-73: Contracción.- 72-68: Cierta planeta.- 67-64: Mujer y musa de un famoso pintor español.- 63-59: Habilidad (PI).- 58-54: Ciudad de Siria.- 53-47: Sombrilla.- 46-42: Pulmentar.- 41-35: Abreviar.- 34-30: Fertilice.- 29-26: Natural de una antigua comarca europea.- 25-20: Cierta técnica pictórica.- 19-13: Lengua hablada en Paraguay.- 12-9: Alusión.- 8-6: Mirar.- 5-4: Marchad.- 3-1: Artículo.

DOBLE CARACOL:

A: 1-3: Sal.- 4-7: Dicho.- 8-16: Vaticano.- 17-20: Auge.- 21-24: Galo.- 25-32: Colégeno.- 33-39: Bata.- 40-48: Caramillo.- 49-52: Sara.- 53-56: Pope.- 57-62: Lasaña.- 63-69: Maza.- 70-74: Malagón.- 75-80: Sodero.

B: 80-78: Ore.- 77-75: Dos.- 74-73: Al.- 72-68: Urano.- 67-64: Gala.- 63-59: Maza.- 58-54: Alepo.- 53-47: Parasol.- 46-42: Limar.- 41-35: Acortar.- 34-30: Abone.- 29-26: Galo.- 25-20: Colage.- 19-13: Guaraní.- 12-9: Cita.- 8-6: Ver.- 5-4: Id.- 3-1: Lala.

## PROBLEMA DE LOGICA

	PRIMERO	SEGUNDO	TERCERO	CUARTO
DIBUJO				
COLOR FONDO				
COLOR DIBUJO				
PRECIO METRO				

Una señora mira papeles pintados para un cuarto de su casa y duda entre cuatro de ellos que ocupan hojas consecutivas en el muestrario. Con los datos que le damos a continuación tendrá que deducir la colocación en las correspondientes casillas, del dibujo de cada uno de los papeles que le gustan, el color del fondo, el color del dibujo de los mismos y el precio del metro cuadrado de cada uno de ellos.

- 1.- El papel con un dibujo de rayas vale 3.500 ptas. metro.
- 2.- El papel cuyo fondo es rosa ocupa la tercera hoja del muestrario.
- 3.- El papel cuyo dibujo es de color blanco, ocupa la hoja del muestrario inmediatamente detrás de la del papel de dibujo naranja.
- 4.- El papel con dibujo de flores no tiene el fondo amarillo.
- 5.- El papel de muñecos tiene el fondo azul y el dibujo verde.
- 6.- El papel con dibujo turquesa es el de la primera hoja del muestrario.
- 7.- Uno de los papeles tiene un dibujo de medallones.
- 8.- El papel de flores vale 4.000 ptas. el metro.
- 9.- El papel de la cuarta hoja del muestrario vale a 3.000 ptas. el metro.
- 10.- El papel de flores ocupa la hoja del muestrario inmediatamente antes que la del papel a rayas.
- 11.- El papel que vale a 5.000 ptas. el metro va en el muestrario inmediatamente detrás del papel cuyo fondo es amarillo.

### SOLUCIÓN

**Dibujo:** Flores; Rayas; Medallones; Muñecos  
**Color fondo:** Blanco; Amarillo; Rosa; Azul  
**Color dibujo:** Turquesa; Naranja; Blanco; Verde  
**Precio metro:** 4.000 ptas.; 3.500 ptas.; 5.000 ptas.; 3.000 ptas.

## Horóscopo para la semana del 17 al 23

### ARIES



Aunque no te guste demasiado el deporte, tu cuerpo lo está pidiendo a gritos. Apuntate a un gimnasio o búscate algún amigo con quien jugar al tenis o a lo que más te guste. En el plano afectivo la semana se caracterizará por la frivolidad y los flirteos. Tendrás ganas de divertirse sin ningún tipo de complicaciones, de correr aventuras y de vivir un poco a lo loco. No está mal expansionarse uno de vez en cuando, pero siempre y cuando se controlen los excesos.

### CANCER



Comenzarás la semana contento contigo mismo y, sobre todo con un vigor y una vitalidad como hacía tiempo no sentías. Es posible que durante estos días te planteen un ambicioso proyecto profesional y te convenzan de su excelencia. Sé cauto, no obstante, y no te apresures a comprometer te en algo que, si no sale bien, podría significar tu ruina.

### TAURO



Todos tus intentos por zanjar una vieja cuestión familiar y por solucionar problemas entre hermanos resultarán infructuosos. Emocionalmente te sentirás mal y tratarás de encerrarte en tu trabajo y olvidar el pasado, aunque es probable que no lo consigas. Al menos tu pareja estará contigo y te apoyará en todo, mostrando su lado más cariñoso y comprensivo. Afortunadamente tu salud será excelente y no parecerá afectada por tus problemas emotivos..

### LEO



Algún obstáculo en el terreno profesional te impedirá conseguir lo que ya dabas por seguro. Eso contribuirá a que te sientas de mal humor y discutas a la primera de cambio con tus compañeros. En lo afectivo habrá una tregua; habrá conversaciones y empezará a romperse el hielo. Tu sistema nervioso estará alterado por las dificultades emocionales que has tenido que soportar en los últimos tiempos.

### GEMINIS



Aunque en el plano profesional surjan tensiones y enfrentamientos, las cosas no están tan mal como supones y no se tratará de nada que no puedas resolver con un poco de comprensión y mano izquierda. Ante todo no te cierres a banda y escucha otras opiniones para tener una visión más amplia del horizonte de posibilidades dentro de tu campo laboral. Lo afectivo pasará a segundo plano esta semana.

### VIRGO



Esta semana te sentirás optimista, confiado y con ganas de vivir; todo te saldrá a pedir de boca y tus ingresos seguirán aumentando. Las inhibiciones que a menudo te coartan desaparecerán completamente y te sentirás locuaz y dicharachero. Existe el peligro, no obstante, de que cometas una equivocación al hacer una confidencia a la persona menos adecuada, lo que más tarde te pesará.

## de Junio

## LIBRA



Tu carácter hipondríaco y depresivo te hará alarmarte, sin fundamento, por síntomas carentes de importancia. Si bien es cierto que esta semana tendrás propensión a sufrir achaques, has de pensar que

ninguno es grave. Un resfriado lo tiene cualquiera y no es para ponerse trágico. Un viejo amor podría volver en el momento más inoportuno para ti y crearte problemas, acabando con tu estabilidad emocional.

## CAPRICORNIO



Esta semana se presenta un tanto conflictiva en el aspecto económico. Has tenido muchos gastos últimamente y en el trabajo continúan los cambios, lo que hará que te resulte difícil hacer previsiones y contar con un dinero seguro. Por ello habrás de esforzarte al máximo para dar muestras de tus cualidades de buen administrador.

## ESCORPIO



Tu talante será afectuoso, apacible y envolvente esta semana. Tu encanto personal desarmará a tus rivales y enemigos y tu sexto sentido te indicará el mejor modo de actuar en los negocios. Si tienes pareja

estable, es probable que te sientas demasiado controlado por ella. Te espiará y no parará hasta descubrir lo que le ocultas. Si te encuentras solo, no te molestes en intentar ninguna aventura.

## ACUARIO



Semana positiva en el terreno económico y profesional. Aunque tendrás que hacer un pequeño desembolso de dinero, lo que sin duda te molestará, podrás darlo por bien empleado, ya que pronto verás sus frutos. Surgirán discusiones ligeras con tu familia, pero no por cosas importantes, sino porque, en el fondo, eres un cabezota y jamás quieres dar tu brazo a torcer en nada.

## SAGITARIO



Las cuestiones profesionales marcharán bien, te sentirás activo e interesado por tu trabajo y te hallarás más centrado que en días pasados. En cualquier caso deberías cuidar un poco tu imagen

para no producir en la gente una falsa impresión de frivolidad e infantilismo que en realidad no se corresponden con tu carácter. En el plano afectivo tendrás tendencia a discutir con tu pareja por la más mínima cuestión.

## PISCIS



Procura no asumir responsabilidades superiores a tus fuerzas y sé realista. Si tu pareja está nerviosa, muéstrate comprensivo y no la exasperes aún más con tus caprichos y tu egoísmo. Económicamente todo funcionará bien, tus ingresos aumentarán y tu situación financiera irá estabilizándose poco a poco. Es posible que tengas que actuar de mediador en un conflicto surgido entre dos compañeros, lo que te obligará a conservar la calma y a ser objetivo.

## JEROGLIFICO

# BACA NOTAS

¿Con quién te vi ayer ?

Estaba con Camila  
Está BA con CA  
MI: LA

## PROBLEMA NUMERICO

Las letras de la P a la Z representan los números del 0 al 9, aunque no necesariamente en dicho orden. Sumando los números que representan las letras de cada columna horizontal y verticalmente, habrán de obtenerse las sumas que aparecen al final de las mismas. Para orientación del lector se dan los valores atribuidos a dos de las letras

$$S T U V Z = 21$$

$$R U P X X = 28$$

$$Z Y R X S = 22$$

$$P S T U V = 22$$

$$X V V T Z = 31$$

$$26 \ 18 \ 24 \ 27 \ 29 = 124$$

Letras clave Q = 1; T = 4

PROBLEMA  
NUMERICO:

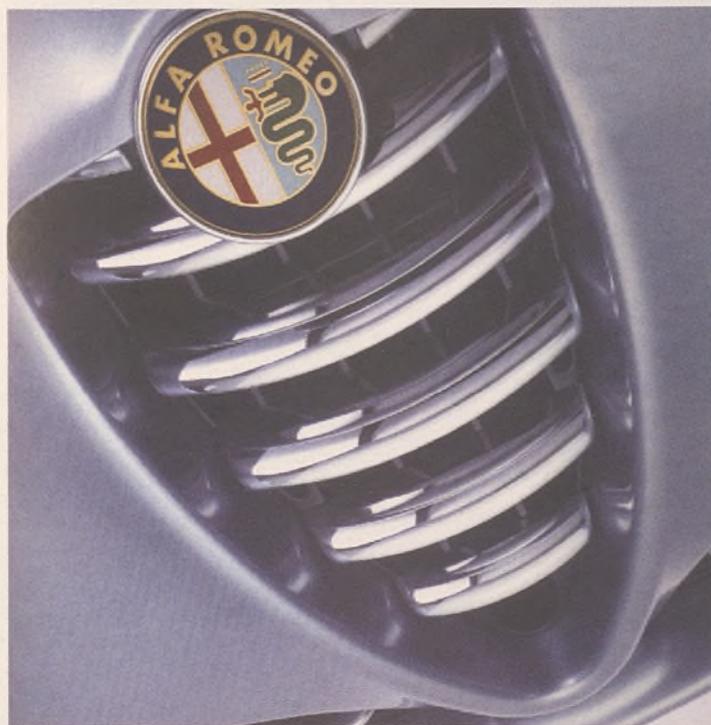
10, 28, 30, 41, 57, 67, 77, 82, 98, 05

## SIETE ERRORES



Letra N, copa, letrero, pantal n, pelo, boca, servilletero.

¿Te vas a perder el resto?



Visítanos en el II Salón del Automóvil de Albacete, del 14 al 17 de Junio

*Automediterráneo*

CONCESIONARIO OFICIAL PARA ALBACETE Y PROVINCIA



**FIAT**



COMANDANTE MOLINA, 24 - 967 52 42 81 - ALBACETE

nosotros proponemos.  
tú eliges...

# Talleres Rubens



café



## Talleres Rubens

C/ Hellín, 15 ☎ 967 22 00 00 / 22 22 40  
Avda. Menéndez Pidal, 25 ☎ 967 24 16 17 / 60 45 90  
ALBACETE

