

EL TURISMO ACTIVO COMO ALTERNATIVA Y COMPLEMENTO AL MODELO TURÍSTICO EN LA REGIÓN DE MURCIA

María Teresa Peñalver Torres
Universidad de Murcia

RESUMEN

En este artículo se pretende analizar las numerosas transformaciones que ha experimentado los últimos años el sector turístico, las cuales han derivado en la aparición de una serie de nuevos productos turísticos complementarios a los destinos tradicionales de sol y playa o de interior. Actualmente se pretende que un destino turístico nos oferte, además de descanso, otras actividades complementarias, entre las que destacan por el auge que tienen, últimamente, las actividades deportivas. Esta tendencia se ha producido por las numerosas transformaciones que se han experimentado tanto a nivel social como dentro del ámbito deportivo.

Palabras clave: turismo deportivo, turismo activo, actividades deportivas en la naturaleza, multiaventura.

ABSTRACT

In this article we expect to analyze the great amount of changes suffered by touristic sector during the last years. These changes have resulted in the appearance of several new touristic products which have become a complement to the traditional destinies like the beach or inland. Nowadays from a touristic we expect not only to rest but having additional activities among these activities we could highlight the great acceptance of sport activities.

Key words: sport tourism, active tourism, sport activities in the nature, multiadventure.

1. INTRODUCCIÓN

La industrialización que se llevó a cabo en numerosas provincias españolas durante buena parte del siglo pasado tuvo como consecuencia la migración desde las zonas rurales

Fecha de recepción: 1 de abril de 2005.
Fecha de aceptación: 15 de abril de 2005.
E-mail: mteresa57@hotmail.com

hacia las ciudades que experimentaron un fuerte crecimiento poblacional en muy pocos años. Aparece, así, un urbanismo caracterizado por el crecimiento de la ciudad tanto en horizontal como en vertical, con edificaciones cada vez más altas y por la falta de espacios ya que la ciudad tienes que albergar a las gentes que se desplaza a la ciudad en busca de la seguridad laboral que no tenía en las áreas rurales. Ante esta situación los espacios rurales quedan con mínimos de población y llegando en algunos lugares aparecer verdaderos desiertos poblacionales, sobretodo, en el interior peninsular.

A los cambios que se han producido en el ámbito y rural hay que sumarles los cambios socioeconómicos que se experimentaron durante el mismo periodo y el aumento de tiempo libre disponible por los trabajadores y junto con una mayor seguridad económica. Todo esto ha generado que exista la necesidad de ocupar el tiempo de ocio en actividades fuera de ámbito cotidiano, por eso el turismo aparece como una de las principales actividades económicas de nuestro país. Tradicionalmente en España se ha apostado por el llamado turismo de sol y playa, caracterizado por tener una concentración espacial básicamente en el litoral mediterráneo y en menor medida en otros litorales, y otra temporal, generalmente, en la temporada de verano. Pero este modelo no era suficiente para hacer frente a la competencia de otros destinos turísticos nacionales e internacionales y para satisfacer las demandas de nuevos destinos más en contacto con la naturaleza. Las empresas turísticas no ajenas a esta situación se vieron obligadas a hacer frente a estas nuevas exigencias reinventándose a sí mismas, a sus productos y sus servicios. Por tanto se ha producido una diversificación en la oferta, apareciendo nuevos productos turísticos como pueden ser: el turismo rural, cultural, de salud, de aventura, etc. En este contexto, actualmente, las zonas rurales aparecen como «una fuente potencial de riqueza» ya que muchos de estos productos turísticos se llevan a cabo en dichos espacios.

El objetivo de este trabajo se va a central en tres puntos principalmente: en primer lugar se pretende estudiar la relación que existe entre el deporte y turismo. En segundo lugar clasificar y caracterizar las diferentes actividades deportivas. Por último, analizar el turismo activo y de aventura en la Región de Murcia, centrándonos, principalmente, en la oferta de interior.

2. LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS COMO PRODUCTO TURÍSTICO

En los últimos años se han producido numerosas transformaciones en el sector turístico que han derivado en la aparición de una serie de nuevos productos turísticos complementarios a los destinos tradicionales de sol y playa o de interior. Actualmente, a la hora de planificar el tiempo libre, no solo se organizan los viajes a lugares determinados por las características particulares que este pueda ofrecer o buscando un lugar para el descanso, hoy se pretende que el destino turístico elegido, además, nos oferte otras actividades complementarias, en definitiva se impone la idea de «ocio activo» en detrimento de un turismo pasivo. Ya que la vida cotidiana en las grandes ciudades es más sedentaria y generalmente la mayoría de los trabajos se realizan en lugares cerrados, incluso algunos en dependencias sin ventanas donde se trabaja todo el día con luz eléctrica.

En este contexto y atendiendo a la definición de producto turístico como: un conjunto de servicios, compuesto por una mezcla o combinación de elementos de la industria turís-

tica, pensados para satisfacer las necesidades de los diferentes clientes. Podemos decir que las actividades deportivas son uno de esos elementos que pueden hacer más atractivo un destino turístico frente a otro que no tenga capacidad para acoger la práctica de deportes. Por tanto podemos considerar a las actividades deportivas, como un producto turístico, capaz de atraer a determinado tipo de turista y, además, como complemento a la hora de elegir otros productos turísticos. Para Luque Gil¹, estas manifestaciones deportivas constituyen un elemento de motivación turística desde principios del siglo pasado y está generada por los cambios experimentados dentro del ámbito deportivo, entre los que destaca: la democratización en el acceso a las prácticas deportivas, el aumento del número de modalidades practicadas, el crecimiento del interés de la vertiente lúdica del deporte frente a la más competitiva, etc. Otros autores como Ruiz² destacan entre las numerosas causas que han despertado la creciente demanda de dichas actividades deportivas las siguientes:

- Respuesta a los deportes institucionalizados.
- Acercamiento a la naturaleza.
- Avances tecnológicos.
- Búsqueda de riesgo y aventura.
- Aumento de la cultura y tiempo libre.
- Valor del aporte de aspectos educativos.
- Impulso del marketing y la gestión privada.
- Mayor tiempo de compromiso motor.
- Carácter utilitario y de ruptura con la rutina.

Como hemos podido comprobar la práctica de actividades deportivas pueden ser un motivo de atracción turística. Entre las que destacan, por el auge que tienen, últimamente, las actividades deportivas que se practican en el medio natural, así como las que necesitan instalaciones específicas para cada deporte. Esta motivación ejercida por el deporte se manifiesta de diferentes formas. En primer lugar, cuando la persona accede a su práctica por iniciativa propia, es decir, cuando uno se desplaza a una zona para practicar una actividad deportiva sin necesidad de esta esté programada por otros, como por ejemplo: senderismo, ascensiones a cumbres, ciclismo, etc. En segundo lugar, cuando la actividad deportiva está organizada por empresas especializadas en la programación, diseño y conducción de este tipo de deportes, estos servicios se pueden contratar de forma individual o para grupos. También el deporte actúa como un factor de atracción turística en aquellas ocasiones en la que se convocan competiciones, ya que, generalmente, éstas tienen bastante poder de convocatoria, tanto para participantes como para aficionados.

Cuando hablamos de actividades deportivas que se practican en el medio natural no existe unanimidad entre autores a la hora de denominarlas, por ejemplo: para autores como

1 LUQUE GIL, A.M. (2003): «La evaluación del medio para la práctica de actividades turístico-deportivas en la naturaleza» *Cuadernos de Turismo*, nº 12, pp. 131-149.

2 RUIZ, A y F: «Las actividades físico-deportivas en la naturaleza en la Región de Murcia: propuestas para la acción». *II Seminario sobre «El Deporte en el siglo XXI: La formación deportiva y su contexto».*

Bernardet, 1991, citado en Guillén y Lapetra³ se llamarían «*actividades físico-deportivas en el medio natural*» y las define como: «*las actividades físico-deportivas que tiene, en líneas generales, como objetivo común el desplazarse individual o colectivamente hacia un fin más o menos próximo utilizando o luchando con los elementos que constituyen el entorno físico*». Para Olivera⁴ se denominan «*Actividades deportivas en la Naturaleza*» y las define como «*El placer, la naturaleza, la emoción, la diversión y la aventura al alcance de todos pero destilados de manera individualizada, aunque generalmente en compañía de otros e incluso en cooperación, sin distinción de sexo, edad o nivel son los elementos esenciales que conforman la identidad de las Actividades en la Naturaleza*». Estas actividades también se denominan como: deportes de aventura, deportes tecnoecológicos, deportes en libertad, deportes californianos, deporte salvaje, actividades deslizantes en la naturaleza, actividades recreativas de aventura en la naturaleza, actividades deslizantes de aventura y sensación en la naturaleza y actividades deportivas de recreo y turísticas de aventura, etc.

En el caso de este tipo de actividades deportivas podemos decir que estamos ante un tipo de deporte más accesible para cualquier persona, ya que en muchos casos solo se necesita un equipamiento básico y una localización específica para la práctica del deporte deseado, aunque también existen otras actividades que se desarrollan en el mismo ámbito pero que son más elitistas bien sea por el grado de dificultad que requiere su práctica o por lo costoso que puede llegar a ser el equipamiento necesario. A la hora de destacar las características de este tipo de deportes sobresalen las siguientes: No existe reglamentación fija ni horario específico. Se trata de deportes originales y creativos. Hay una constante búsqueda del placer y la satisfacción. Sensaciones de riesgo y aventura. Necesidad de autorrealización. Control de emociones y compromiso personal. Búsqueda de nuevos retos. Para exteriorizar el estrés. Además también tienen a su favor la inmediatez de su práctica ya que no exige una preparación, como ocurre otro tipos de deportes, puede practicarse en los fines de semana y periodos vacacionales, no existe vinculación a federaciones o entes oficiales y al no existir legislación, se adapta a la lógica mercantil, que ha estado atenta a la demanda social, ofertando los servicios adecuados.

Cuando se trata de deportes donde se hacen necesarias unas instalaciones específicas pueden considerarse como menos accesibles, puesto que hay que pertenecer algún club para poder practicarlos o bien alquilar dichas instalaciones por un periodo de tiempo determinado, lo que elevan los costes, además muchos de estos deportes se practican en equipo. Entre este tipo de turismo deportivo hay que destacar el del golf, cuyo éxito en los últimos años ha generado la aparición de numerosos campos de golf en España, ya que tiene mucha aceptación tanto entre los turistas de dentro como de fuera de nuestro país. Otros deportes que atraen a numerosos seguidores son el tenis, fútbol, baloncesto, fútbol sala, atletismo, etc. En estos casos el desplazamiento y la estancia no atienden a la práctica del deporte, sino al seguimiento de equipos locales o nacionales a distintas

3 GUILLÉN, R.; LAPETRA, S.; CASTERAD, J.; (2000). «*Actividades en la naturaleza*». Ed. Inde. Barcelona.

4 OLIVERA, J. (1995). «*Las actividades físicas de aventura en la naturaleza: análisis sociocultural*». Revista Apunts, nº 41, p. 5-8, Barcelona.

competiciones, pero en este caso no se trataría de turismo deportivo pues en este caso tendría un carácter más bien lúdico.

Todo este compendio de actividades deportivas se ofertan como:

- Turismo deportivo, es la modalidad basada en la realización de actividades deportivas.
- Turismo de aventura, es aquel cuya mayor motivación es la realización de una actividad generalmente relacionada con el riesgo y realizada habitualmente en el medio rural.
- Turismo activo, es el que oferta actividades deportivas, que con cierto riesgo, pueden practicarse bajo la tutela de un monitor en plena naturaleza. Además en la oferta de este tipo de turismo también se incluyen otras actividades relacionadas con la animación sociocultural.

Para nosotros esta última acepción nos parece la más completa ya que bajo esta denominación se ofertan un mayor número de actividades.

3. CLASIFICACIÓN Y CARACTERIZACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE TURISMO ACTIVO

Cuando se trata de establecer una clasificación de las actividades que se ofertan dentro del turismo tampoco existe unanimidad entre autores, a la hora de la elección del elemento que agrupe las actividades. De todas las clasificaciones destacamos las siguientes:

- Michel Bouet (1968) realiza una clasificación de las actividades según el elemento implicado.
- Ángel Acuña (1991) desarrolla una clasificación atendiendo al valor fundamental que se persigue con la práctica de estas actividades.
- Feliu Funollet (1994) propone una clasificación dependiendo de los condicionantes de las actividades en el medio natural.
- Olivera (1995) plantea la clasificación de actividades atendiendo al entorno físico o medio donde se desarrollan.
- Ascaso, J. y Otros (1996) hace una clasificación dependiendo del grado que indica la facilidad o dificultad de realización de actividades físicas en la naturaleza en el centro escolar.

De todas estas clasificaciones la que nos parece más completa es la de Olivera (1995) cuya hipótesis exponemos de un modo resumido a continuación: parte del entorno físico o medio en la que se desarrolla, tierra, agua y aire y el plano en el que esta se practica, pudiendo ser vertical u horizontal. Por otra parte, las clasifica atendiendo al entorno personal del participante, donde pueden ser hedonistas o ascéticas o la combinación de ambas. Añade una valoración ético-ambiental, donde valora el impacto ambiental que la actividad puede tener. Pudiendo ser individual, en grupo con colaboración o en grupo sin valoración. Como podemos comprobar para la realización de esta clasificación se utilizan diferentes

variables, pero este autor hace una clasificación de lo que él denomina, actividades físicas de aventura en la naturaleza, como puede comprobarse en el cuadro 1.

Cuadro 1

Actividades terrestres	Actividades acuáticas	Actividades aéreas
montañismo senderismo	piragüismo	paracaidismo
orientación	vela (crucero, windsurf,	parapente
esquí de fondo y travesía	vela ligera)	ala delta
(telemark)	submarinismo	vuelo en globo
escalada-alpinismo	rafting	vuelo sin motor
cicloturismo	descenso de ríos	puenting
ciclismo de montaña	hidrosped	vuelo libre
espeleología	descensos de barrancos	ultraligero.
horsing-trineos	motos	
motos	surf	
4x4		

Fuente: Clasificación de las actividades físicas de aventura en la naturaleza Olivera (1995).

Como ya se ha expuesto con anterioridad, cuando hablamos de actividades deportivas como recurso turístico nos parece más adecuado utilizar el término Turismo Activo ya que bajo este nombre se agrupan mayor diversidad de actividades. Pero a la hora de establecer una clasificación de las actividades de turismo activo utilizamos el mismo criterio que el que se utiliza para presentar las diferentes actividades de turismo activo en Murcia Turística y que a su vez presenta un formato similar al de Olivera, anteriormente expuesto, como se puede observar en el cuadro 2. A continuación pasamos a definir las diferentes actividades que se ofertan en este producto turístico:

• **Actividades terrestres:**

Montañismo: Es la disciplina que consiste en excursionar por las montañas. Se trata, también, del conjunto de técnicas, conocimientos y habilidades que nos permiten realizar dicho objetivo. Cuando nos referimos al montañismo hablamos de un deporte, pero quienes lo realizan están convencidos de que se trata de mucho más que eso. De la misma manera que otros deportes están divididos en especialidades, el montañismo también se subdivide en especialidades, que son doce: senderismo, media montaña, alta montaña, alpinismo, expediciones, escalada deportiva, escalada clásica subdividida a su vez en: a) escalada en roca y b) escalada en hielo, esquí de travesía, barranquismo, duathlon en montaña, media maratón de montaña y maratón de montaña.

Imagen 1 SENDERISMO



Fuente: Cuarentones sin Fronteras.

Estas especialidades pueden agruparse según su afinidad, de esta forma se simplifican los materiales, las técnicas y los entrenamientos. Estos grupos son los siguientes:

Área de marcha

Senderismo: Según la Real Academia de la Lengua Española se trata de la actividad deportiva que consiste en recorrer senderos campestres. Esta actividad se empezó a desarrollar en Francia hacia 1950 y a él se han ido uniendo otros países de todo el mundo sucesivamente. La Asociación Europea de Senderismo (ERA) es el organismo que se encarga de aprobar la señalización de nuevos recorridos o senderos. Dicha asociación está integrada dentro de la Federación de Montañismo. Dentro de esta disciplina deportiva existen varios tipos de recorridos, que a continuación pasamos a enumerar:

- Senderos Internacionales, son aquellos que atraviesan la frontera de algún país y Pueden coincidir con senderos de Gran Recorrido.
- Senderos Gran Recorrido (SGR o GR.), nos referimos aquellos que tienen al menos una distancia de 50 Km. Estos senderos se identifican por señales de color rojo y blanco.
- Senderos Pequeño Recorrido: (PR), se trata de senderos de menor distancia y tienen un carácter local. Se identifican por señales amarillas y blancas, además, podemos encontrarnos subíndices para señalar ramales de un mismo sendero.
- Senderos circulares: (C o PR-C) son aquellos que regresan al punto de partida, son de carácter local y utilizan generalmente las mismas señales que los PR o pueden utilizar otras establecidas por los gestores del área.

Media montaña: Se conoce así a las excursiones a pie que se realizan a cerros, montes, sierras, etc., siendo éstas elevaciones que no poseen la altitud y con ello las condiciones climatológicas que son características de las altas montañas. Cuando se tratan de marchas cortas realizadas en media montaña o en llanuras pernoctando en casas, hoteles o camping, recibe el nombre en inglés de hiking (senderismo en español).

Alta montaña: con este término nos referimos a las marchas que se realizan en alta montaña, bajo las condiciones climatológicas de este medio por lo que se requiere un equipamiento especial. También se utiliza palabra trekking para denominar la marchas de larga duración por las montaña, acampando y durmiendo la montaña, pero este término nació para denominar las largas marchas de aproximación a los campamentos base del Himalaya.

Expediciones hablamos de este término cuando se trata de acometer la ascensión de grandes cumbres montañosas, para lo que se necesita un periodo de tiempo indefinido.

Área de escalada

Escalada en roca deporte que se desarrolla principalmente en un terreno vertical, es decir, en paredes rocosas naturales o muros artificiales de más de 60 grados de inclinación donde es necesario usar las manos para avanzar por ellas. Estas paredes pueden estar asociadas a nieve o hielo, no se trata de un requisito indispensable. Pero a diferencia de la ascensión a una montaña, el objetivo no es la cumbre en sí, sino el medio por el cual se llega a ella, es decir, la pared. Véase escalada deportiva y escalada tradicional.

Escalada en hielo es cuando el terreno excede los sesenta grados de inclinación, es necesario utilizar una técnica más especializada que implica usar manos y pies para escalar por el hielo. Por lo general sólo practican la escalada en hielo aquellos que tienen mayor experiencia en pendientes de diferentes tipos inclinaciones y saben utilizar perfectamente su equipo.

Escalada deportiva es aquella que se efectúa en paredes artificiales con altos grados de dificultad. Se le ha llamado «deportiva» por la similitud que tiene con la mayoría de los deportes al poder competir y, por lo tanto, ganar trofeos y romper marcas. Actualmente cuanto mayor es el grado de dificultad, las placas se emplazan a una distancia moderada. Por el lado contrario si nos encontramos escaladas con las placas muy alejadas, estamos ante una escalada mucho más fácil. En la graduación inglesa se miden la dificultad técnica y la exposición a la caída para apreciar lo que es «extremo».

Área de resistencia

Duatlón en montaña es un deporte combinado similar al duatlón tradicional con la diferencia de que la prueba de ciclismo aquí se trata de ciclismo todo terreno, donde el participante realiza dos pruebas en tres segmentos. Éstos son: carrera a pie, ciclismo todo terreno y carrera a pie. En función de las distancias se establecen dos categorías de competición: Corta (6-20-3) y Larga (12-40-6).

Dentro del área de resistencia también están incluidas las carreras de montaña en sus categorías de **media maratón de montaña** y **maratón de montaña**.

Área de específicos

Barranquismo Práctica deportiva consistente en el descenso cañones, del cauce de torrentes o ríos de montaña. En su recorrido el participante (barranquista) se encontrará con saltos, cascadas, pozas y aguas frías y rápidas. Estos cursos de agua se bajan caminando, saltando, deslizando, nadando o realizando maniobras de cuerda, por tanto se necesita tener buena preparación física. Es una actividad englobada dentro de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada. Se precisa un equipamiento específico para la realización de este deporte como: un traje de neopreno de entre 3 y 5 mm de grosor, con refuerzos en rodillas y codos (recomendable), una mochila cómoda para las maniobras y resistente a la abrasión y chaleco salvavidas para barrancos de alta dificultad. El calzado consiste en botas o zapatillas resistentes con protección del tobillo y esarpines (calcetines de neopreno) para situaciones extremas de frío. Existen modelos específicos de arnés para barranquismo que son muy resistentes al desgaste. También es conveniente llevar algún tipo de bolsa estanca para transportar objetos variados, alimentos, etc. El uso del casco es imprescindible. Este deporte se oferta como actividad terrestre o acuática, dependiendo si los barrancos o cañones llevan agua o no.

Esquí de travesía o randoñée, es una de las maneras más apasionantes de acercarse a la alta montaña. Esta disciplina está reservada para aquellos deportistas que sean además de esquiadores, montañeros, es decir, a expertos conocedores del medio alpino. Para la práctica de este deporte se utilizan unas tablas similares a las del esquí alpino o más ligeras, a éstas se les coloca en la suela una tira de piel de foca sintética que sirve para poder desplazarse pendiente arriba evitando que éstas se deslicen hacia atrás. Las fijaciones sujetan toda la suela de la bota y solo se unen al esquí por la punta, con una bisagra que permite arrastrar el esquí. La caña de las botas tiene distintos niveles de sujeción y la suela de montaña para el caso de tener que andar. Así se consigue realizar recorridos de alta montaña o ascender a cumbres que serían inaccesibles de otro modo y descenderlas. Con este deporte se puede disfrutar de la nieve virgen, los paisajes inexplorados y toda la magia de la montaña invernal.

Todas estas especialidades tienen características propias en técnicas deportivas, en entrenamiento, en materiales. El punto en común que tienen todas es que «el campo de juego» es la naturaleza, con sus particularidades ambientales, modifica sustancialmente la actividad deportiva, según la época del año, la altitud, la temperatura o la climatología del día. Con excepción de la escalada deportiva, que como se ha visto con anterioridad, ya que en esta disciplina se utilizan paredes artificiales. Por lo tanto, el montañismo es un deporte de gran complejidad por las diferentes técnicas que hay que utilizar, por los diferentes materiales para cada una, por la variabilidad del escenario del trabajo deportivo y por la necesidad de mantener un nivel de seguridad permanente, lo que hace que el montañismo precise un desarrollo profesional ordenado.

Orientación Según la Ratamestarikirja (Federación Finlandesa de Orientación)⁵ La Orientación es una modalidad deportiva en la que el objetivo del participante es realizar en el menor tiempo posible un recorrido marcado en el plano y sobre el terreno por pun-

5 RATAMESTARIKIRJA (FEDERACIÓN FINLANDESA DE ORIENTACIÓN) «Orientación en centros educativos y deportivos» (Ed. Gymnos).

tos de control. La carrera se realiza desde la salida hasta la meta visitando los puntos de control en el orden indicado sobre el plano, de manera individual y con la brújula como único instrumento válido de ayuda.

En la carrera se ponen a prueba las cualidades del orientador y su capacidad para llevarlas a cabo de la manera más amplia posible. Éste debe de saber leer un mapa; tener capacidad elección para escoger la ruta adecuada y para mantenerse en ella; poseer técnica en el manejo de los instrumentos de orientación; capacidad para correr y de resistencia; etc. Todas estas cualidades de la orientación hay que saber emplearlas de forma planificada en las distintas situaciones que se nos presentarán durante una carrera.

La orientación es, por lo tanto, una atractiva actividad, que permite a sus practicantes un estrecho contacto y vinculación con la naturaleza. A parte del deporte de competición, también puede ser entendida como una faceta lúdica y recreativa, que mejora la calidad de vida y la condición física.

La primera prueba de orientación a pie se celebró el 7 de Octubre de 1890, siendo organizada por el club noruego Tjalve, mientras que la primera gran competición la organizó un capitán sueco, Ernst Killander. En estos años se establecen los principios básicos de la orientación, pero esta ha ido cambiando a lo largo del tiempo. Su aparición en España no va a ocurrir hasta finales de los años setenta. Este deporte tiene diferentes modalidades que a continuación pasamos a enumerar a pie, a esquí, a bicicleta, de precisión, de relevos, y nocturna.

Cicloturismo es muy difícil dar una definición exacta del cicloturismo. Se trata de un deporte tan plural, tan complejo, tan personal, tan original... que no es posible etiquetarlo nunca. Cuando hablamos de cicloturismo se engloban las diferentes formas de ciclismo recreativo, no competitivo, todos los ámbitos de utilización de la bicicleta en constante búsqueda. Es el deporte en el que no se intenta imitar el ciclismo de alta competición, y en el que se busca, muchas veces, la autosuficiencia. Es uno de los mayores placeres que proporciona la bicicleta. Es más importante cómo y por dónde se va, que cuántos kilómetros se recorren, ni qué tiempo empleamos. El auténtico cicloturismo se comienza preparando los itinerarios, estudiando los mapas, hablando, acumulando información, estudiando los lugares, las formas de comer y dormir, preparando el material y la bicicleta, poniéndose físicamente a punto... Cuando hablamos de cicloturismo nos estamos refiriendo a un cierto estilo, una cierta concepción y una cierta filosofía de la vida, más que un deporte. Se trata de una combinación indivisible entre el hombre y la máquina. Es sinónimo de libertad y de independencia y una fuente inagotable de sensaciones variadas para todas las edades, que no está reñido con el concepto de familia.

Ciclismo de montaña o mountain bike, se trata de un deporte en el que los ciclistas desafían a la naturaleza y la recorren en bicicleta, sin importar subidas, bajadas, barro o agua. Y si bien la disciplina se practica en toda temporada, es en el verano cuando los «bikers» aparecen por todas partes. El típico paseo por el campo en bicicleta se ha convertido en una modalidad mucho más atrevida para los más arriesgados en el mundo de las dos ruedas. El Mountain Bike, es una nueva forma de disfrutar de la montaña, realizando un recorrido por los parajes más inaccesibles y complicados. Inicialmente, el único requisito para practicar este deporte es poseer una bicicleta de montaña o MountainBike. Uno de los aspectos a subrayar en el mountain bike es la seguridad. Tanto en carretera,

como en la montaña, deberemos tomar todas las precauciones posibles para evitar posibles accidentes y por ello, debemos cumplir todas las normas, utilizando casco y otros elementos de seguridad cuando vayamos a iniciar una salida.

A nivel profesional, existen diversas competiciones en la modalidad de mountain bike. El descenso es una de ellas, donde los competidores se lanzan por empinadas montañas con el fin de llegar el primero, y de una pieza, a la meta. El triatlón, combina la natación, con la carrera y el mountainbike y es una de las modalidades más completas. Existen también pruebas de largo recorrido en bicicleta, donde la dureza del terreno y la longitud del mismo, la convierten en una de las pruebas más exigentes.

Espeleología es la exploración de las cavernas y su estudio, esta actividad surge como tal a finales del siglo pasado en Francia. Se extiende por Europa en pocos años. En su faceta deportiva, ofrece las emociones de las grandes aventuras en la naturaleza, desde las cómodas cuevas horizontales hasta las profundas simas, pasando por complejos sistemas laberínticos, hay todo tipo de cavidades que requieren distintos niveles de preparación y experiencia. Por tanto, la práctica de este deporte requiere cierta preparación física y mental, pues el aislamiento que se tiene en este entorno genera que se pierdan las referencias tanto temporales como espaciales y la certeza de estar en ocasiones muy lejos de la salida afectan psíquicamente si no se está preparado para ello. Así pues, el mundo subterráneo puede ser fantástico o terrible según la preparación o predisposición del visitante.

Los espeleólogos españoles se agrupan en la Federación Española de Espeleología que engloba a 15 federaciones territoriales, desde éstas organizan cursos de varios niveles con la colaboración de las Escuelas de Espeleología que dependen de las Federaciones y mantienen equipos de rescate para casos de accidente.

Esquí de fondo o marcha nació como una simple necesidad de ser el medio de transporte en invierno. Aparentemente se originó hace miles de años en Siberia, Escandinavia y Asia Central, donde lo utilizaban como medio de transporte para cazar y en la guerra. Practicar esta modalidad de esquí genera sensaciones indefinibles e indelebles ya que se puede observar la belleza de los bosques nevados. Se trata de un deporte fácil, divertido, fascinante, sencillo de aprender, permite descubrir los lugares más insólitos y la apreciación de bosques vírgenes nevados llenos de paz y de silencio, no requiere de medios de elevación.

Travesía (telemark) se trata de una técnica del descenso muy antigua, se empezó a utilizar en los pueblos nórdicos, pero es ahora, en nuestra época, donde renace como un deporte de competición a escala mundial, y como una actividad más de las ofertadas en las estaciones de esquí. Cada vez se van sumando nuevos aficionados, utilizando materiales más sofisticados empezando a ponerlo de moda, sobre todo en Europa y Estados Unidos. La técnica del telemark es lo máximo del esquí de fondo y travesía.

Todoterrenos o 4x4 Actividad que consiste en hacer rutas por la montaña, en cursos de ríos de poco caudal o secos y por cualquier territorio que no sea accesible para otros vehículos. Estas rutas suelen estar señalizadas y en las actividades se va acompañados por guías y en vehículos todoterreno. Se trata de automóviles con tracción a las cuatro ruedas lo que les permite circular por terrenos accidentados y así poder acceder a paisajes naturales. Se puede practicar todo el año y existen empresas dedicadas al alquiler de estos coches, con o sin conductor.

Karting es un deporte muy fácil de practicar ya que tiene unas características de manejo de un kart muy sencillas, pues solamente se utiliza acelerador y freno. En numerosos países europeos y americanos se ha convertido en un deporte o pasatiempo muy popular, ya que muchos de los que lo practican lo ven un deporte entretenido y diferente, además hay que contar con la emoción que se experimenta ya que al ir sentados muy bajos, casi a ras del suelo, hace que se tenga la sensación de ir a mayor velocidad de la que realmente se está circulando.

Quads son unos triciclos motorizados de considerable potencia y que tienen una estabilidad y manejabilidad excepcional en los terrenos sinuosos. Están basados en la mecánica de una motocicleta, la diferencia radica en que la rueda trasera se sustituye por un tren con un eje motriz. Al tener tres puntos de apoyo su estabilidad aumenta de manera que no es necesario utilizar los pies en las paradas, así mismo, se disminuye el riesgo de caídas. Para su conducción solamente se precisa una mínima adaptación si ya se han conducido motos antes. Por tanto, es el vehículo perfecto para moverse por caminos complicados o por terrenos que carecen de ellos.

Paseos a caballo se trata de una actividad que en los espacios naturales tienen un encanto especial tanto para los amantes de los caballos, como para los de la naturaleza. Se utilizan monturas especialmente entrenadas para todo tipo de jinetes y para todo tipo de itinerarios, los guías deben de conocer a los animales a la perfección y el entorno natural donde diseñan los itinerarios para recorrerlos a caballo. Esta manera de acercarse a la naturaleza, es una de las formas más naturales y que tiene menor impacto medioambiental. A la hora de iniciar una excursión a caballo es necesario tener ciertas nociones sobre equitación básica y sobre las peculiaridades del animal que vamos a montar. Pues no debemos de olvidar que el caballo es un animal muy inteligente y si éste no se encuentra cómodo puede hacer que nuestro paseo no sea tan interesante como habíamos planeado.

Tiro con Arco este deporte tiene su origen en tiempos absolutamente remotos, cuando el hombre descubrió la posibilidad de cazar haciendo uso de un arco de madera, unas cuerdas vegetales tensadas y unas flechas con punta de piedra. Desde esa época o nuestros días los arcos han evolucionado hasta llegar a convertirse en herramientas sofisticadas y de alta precisión. El arco, gracias a relatos de aventuras y al cine, con el paso de los años ha ido ganando seguidores y practicantes.

Como disciplina deportiva adquiere renombre a finales del siglo XIX y principios del siglo XX. Es en 1900 cuando fue reconocido como deporte olímpico (Juegos Olímpicos de París). Se trata, por tanto, de un deporte poco conocido pese a considerarse como uno de los más antiguos de la historia, pero mantiene todo el romanticismo y la espectacularidad de tiempos pasados.

Paintball es un deporte emocionante que revive las batallas entre indios y vaqueros o cualquier tipo de contiendas y que aquellas personas que lo practican lo utilizan como medio de reactivar su adrenalina. Se trata de una actividad llena de diversión que sirve para evadirse de las responsabilidades y problemas cotidianos y sumergirse en la aventura.

Es un juego en equipo enfocado para los amantes de la naturaleza y los espacios abiertos. Se desarrolla en un terreno habitualmente delimitado y arbolado o con obstáculos. El objetivo fundamental consiste en dividir a los participantes en dos equipos, cada equipo cuenta con la misma cantidad de marcadoras (armas de gas carbónico), las cuales disparan

unas bolitas rellenas de colorante. Ganará el que logre marcar a la mayor parte de sus oponentes. El paintball fomenta el trabajo en equipo, genera y aumenta la confianza en uno mismo, y desarrolla otra serie de capacidades al mismo tiempo que divierte y elimina tensiones. Se trata de un deporte realmente seguro siempre que se cumplan las reglas de seguridad establecidas. El equipo necesario para esta actividad son: una máscara que cubre la cara, ropa adecuada, carabina de aire y bolas de pintura biodegradables.

Outdoor Training es una técnica o herramienta alternativa, que tiene sus orígenes en U.S.A. y Gran Bretaña, tras la Segunda Guerra Mundial, donde escuelas aplicaban conceptos vinculados a «lo militar» para diseñar estrategias que fomenten las relaciones entre funcionarios o ejecutivos para mejorar su productividad. Actualmente se utiliza como una actividad usual en resolución de conflictos o para mejorar el trabajo en equipo. El Outdoor Training consiste en juegos o actividades al aire libre o espacios abiertos, tiene una metodología propia de educación experiencial, se trata de un aprendizaje netamente vivencial, que presenta una secuencia lógica de actividades donde se extraen conclusiones que ayudan a mejorar el entorno personal y profesional.

Los programas de formación de Outdoor Training nunca están estandarizados, ya siempre se tiene en cuenta las necesidades de los clientes. En primer lugar se identifican las necesidades por la cual se quiere aplicar este tipo de formación y con la que llegar a unos objetivos pedagógicos. Una vez ya puestos en materia, los alumnos participan en las actividades, que pueden ser desde tirarse en tirolesa, hacer rappel, espeología, orientación, construcción de balsas, de puentes, etc..., todo ello en diversos entornos (montañeros, acuáticos ó de ciudad).

Bungee Jumping aunque algunos lo consideran una variante del puenting, sus orígenes se remontan a rituales ancestrales. Se trata del Bungee Jumping, una modalidad deportiva en la que saltador se lanza al vacío amarrado por una cuerda elástica... y se dispone a rebotar. Los que lo practican aseguran que es aún más emocionante que el puenting, deporte con el que sólo tiene una diferencia fundamental: la cuerda utilizada es elástica y se practica desde hace más de 10 años en Estados Unidos y Australia, pero los estudiosos aseguran que su origen se remonta a la pequeña isla de Pentecostés. Jumping incluye numerosas medidas de seguridad que garantizan la integridad de los saltadores, junto con un equipo compuesto por: arnés especial, un bumper acolchado para impedir entrelazamientos y un conjunto de fijaciones para que la caída sea controlada y el frenado progresivo. Por último la cuerda elástica, que es capaz de llegar a soportar hasta una tonelada de peso, está formada por unas mil tiras entrelazadas de látex natural, y se utiliza silicona, óxido de zinc y un aditivo de ozono para garantizar un alto grado de elasticidad y resistencia al roce.

El bungee jumping se realiza frecuentemente desde puentes, pero también se suelen utilizar plataformas a 50 metros del suelo. Los especialistas en este deporte tienden a la búsqueda de lugares cada vez más espectaculares, a los cuales a menudo tienen que ser izados con la ayuda de grúas. Una vez el aire, además de sentir el poder de la gravedad y la emoción del vuelo, experimentan una caída libre, más o menos una cuarta parte del distancia del salto. El saltador que llega a alcanzar una velocidad de 60 kilómetros por hora, después se pone en acción el sistema de frenado, hasta que la cuerda alcanza toda su extensión. A continuación tiene lugar un movimiento oscilatorio que dura aproximada-

mente unos 10 segundos, es el momento en el que los expertos suelen realizar acrobacias en el aire.

Puenting práctica deportiva que consiste en lanzarse desde un puente sujeto por una cuerda elástica que deja suspendido al saltador en el aire. Salto se realiza desde un puente al vacío, asegurados con cuerdas dinámicas, las cuales nos permiten balancearnos en el aire. La diferencia con el bungee es que la atadura no es elástica sino rígida, normalmente una cuerda de escalada, con lo cual no rebotarás sino que te moverás como un péndulo. Se trata de una actividad muy emocionante destinada a personas valientes que utilizan esta actividad para descargar toda la adrenalina que llevan en el cuerpo. Lo que más cuesta es decidirse a dar el primer salto y a partir de ahí, ya todo es mucho más fácil.

Los orígenes del puenting están a principios de la década de 1970 en Annecy, Suiza, donde un escalador alemán llamado Helmut Kiene ató una cuerda a uno de los dos puentes sobre el río Cailles y saltó desde el otro. A esta nueva y alucinante actividad se llamó «el péndulo de Kiene». Material y equipo básico: se emplean arneses, mosquetones, bloqueadores y cuerdas de escalada (dos mejor que una). Para la práctica de este deporte se deben de tomar precauciones, pues no podremos realizar la actividad si tenemos algún problema de corazón o nervios, ya que al realizarlo se produce una gran descarga de adrenalina.

• Actividades acuáticas

Imagen 2 PIRAGÜISMO



Fuente: Amatur, Turismo Activo.

Remo es una disciplina deportiva que consiste en desplazarse sobre el agua en una embarcación estrecha y ligera, fabricada en fibra de carbono, que es impulsada por medio de remos. Los remeros se colocan de espaldas al sentido en que avanza la embarcación (proa), sentado sobre un asiento con ruedas (carro). Los pies del remero están sujetos a portantes fijos (pedalinas).

Existen dos tipos de remos: el remo simple donde cada remero posee un remo llamado remo de punta, mide aproximadamente 4 metros de largo y tiene capacidad para 2, 4 u 8 remeros y remo doble en el que cada remero posee dos remos, cada uno mide unos 3 metros de longitud y tiene capacidad para 1, 2 o 4 remeros. Los remos de competición tienen forma de cuchara para aprovechar la fuerza transmitida por el remero. También existen dos categorías dependiendo del peso de los remeros: los pesos ligeros y pesados.

Piragüismo se trata de un deporte náutico del cual existen dos modalidades, la de canoa y la de kayak. La canoa es una embarcación abierta, en la cual el tripulante rema con una pierna flexionada y con la otra de rodillas. El remo en este caso solo tiene una pala. Por el contrario, el kayak, es una embarcación cuyo casco está cerrado, con una abertura por donde se introduce el navegante que va sentado. En este caso el remo que se utiliza tiene una pala en ambos extremos.

Esta actividad deportiva nos permite hacer recorridos por ríos, lagos, embalses, etc. y descubrir paisaje que son inaccesibles con otro medio de transporte. El equipo que se requiere para esta actividad está compuesto por: la canoa, los remos, el casco, y el chaleco salvavidas. También es necesario practicar algún tiempo con las piraguas, saber nadar, en cuanto al riesgo de este deporte es medio-alto y está condicionado por el medio en el que se practique (aguas mansas o rápidas).

Vela se trata de un deporte que se puede practicar en pantanos o en la costa y que tiene numerosas modalidades entre las que destacamos: optimist, cadet, estel, Europa, laser, vaurien, 420, snipe, patín, hobbie 14 y 16, windsurf, finn, 470, flying dutchman, star, solin, tornado, etc.

Submarinismo también llamado inmersión, es un deporte que tiene dos modalidades: la inmersión libre (a pulmón) y con escafandra. Se trata de descubrir un nuevo mundo sumergido y estar tan cerca de la fauna y la flora submarinas como sea posible. Como el submarinismo se practica en un medio que no es el habitual para el hombre, cualquier descuido puede poner en peligro nuestra vida. En este deporte no se puede ser autodidacta, sino que lo mejor es confiar el aprendizaje a una organización cualificada. El equipo indispensable para permanecer tiempo bajo las aguas comprende gafas, aletas, un traje (normalmente de neopreno), los plomos o lastre, la botella, el regulador, el tubo para respirar en la superficie y el chaleco, que nos permitirá estabilizarnos en todo momento. Nunca hay que bucear solo ni subir desde el fondo conteniendo la respiración ni más deprisa que las burbujas más pequeñas. Además, conviene hacer siempre una parada de descompresión a tres metros de la superficie.

Rafting es la modalidad deportiva que consiste en dejarse llevar por la corriente de un río de aguas bravas, con una embarcación o balsa neumática o «raft» dirigida por un guía que normalmente va en la parte trasera. Los otros tripulantes de la embarcación se sitúan en los laterales desde los cuales ayudan al guía a dirigir la balsa. Las embarcaciones suelen tener un tamaño aproximado de 5x2 metros y suelen estar ocupadas por grupos

que no superen las 10 personas. El rafting es uno de los deportes aventura más populares y cuya práctica no exige gran preparación, el nivel de dificultad y riesgo depende de las características del caudal, por lo tanto, lo que más cuenta es conocer a fondo el río. Los recorridos son de distancia y dificultad variables (entre 1,5 y 35 Km.).

El equipamiento para la práctica de este deporte consta de los siguientes componentes: el bote, remos, chaleco salvavidas, traje de neopreno (recomendable por las bajas temperaturas del agua que suelen tener algunos ríos, pero no obligatorio) y casco. Se trata de un deporte que tiene un riesgo bajo pero para practicarlo es necesario saber nadar. Es una actividad que puede ser practicada en familia disfrutando de una travesía por aguas tranquilas y también por aquellos que le gustan disfrutar de las emociones fuertes, proporcionadas por cascadas, descensos y rápidos con mayor grado de dificultad.

Descenso de ríos esta actividad deportiva consiste en lo mismo que la anterior, pero aquí consiste en el descenso de ríos más tranquilos que los anteriores, se trata de hacer un recorrido fluvial disfrutando del paisaje de las riberas de los ríos, la fauna y la vegetación características de esos espacios. Para esta actividad se utiliza el mismo equipamiento que en la anterior y también se suele hacer en piraguas o kayak.

Hidrosped consiste en el descenso de ríos utilizando una tabla, denominada «hidros». Los orígenes de esta curiosa técnica se remontan a mediados de 1980, en Francia. Es uno de los deportes de nueva generación que en un corto período de tiempo ha experimentado una fuerte evolución. Su origen parte de los peligrosos descensos realizados por aventureros por los canales de deshielo de los glaciares alpinos. Pero, actualmente esta actividad se ha extrapolado a los ríos de aguas bravas.

Dentro de los cambios que ha experimentado este deporte hay que resaltar el que ha tenido la tabla o hidros que en sus inicios eran de corcho y hoy se utilizan la fibra y el plástico como principales elementos. Se trata de una plancha aerodinámica diseñada para poder navegar de forma solitaria (muy parecida a las tablas de corcho que utilizan los niños para aprenden a nadar). La técnica para practicar esta actividad consiste en apoyar el cuerpo en el hidros, y los pies deben de estar equipados con unas aletas parecidas a las de buceo pero un poco más largas que sirven como medio de propulsión.

El Surf es un deporte que consiste en deslizarse sobre las olas con ayuda de una tabla u otro objeto que flote y a veces sólo con el cuerpo. El surfista se sitúa de pie en una tabla hueca con forma de huso, deslizándose hacia abajo por la rompiente de una ola y utilizando el peso de su cuerpo para dirigir la tabla. El surf se originó en Oceanía y se desarrolló en las islas Hawaii. Las tablas de surf de aquella época eran planchas largas muy pesadas y que sólo los atletas más fuertes las podían manejar. Con el tiempo se fue desarrollando una tabla más ligera, con lo cual, el surf se convirtió en un deporte popular. En la década los 60 se consiguió una tabla aún más ligera, con la utilización de nuevos materiales como: el styrofoam y la fibra de vidrio. Las tablas de surf actuales miden de 2,7 a 3,0 m de largo por 56 a 58 cm de ancho y con un espesor de 7,6 a 10,2 cm. Las tablas más populares entre los jóvenes son aquellas.

Esquí acuático o náutico este deporte consiste en deslizarse por la superficie del agua, tanto en el mar como en embalses, lagos, etc., con los pies desnudos o apoyados sobre uno o dos esquís, arrastrado por un barco o lancha a motor que avanza a diferentes velocidades. Dicha actividad tiene sus orígenes en Estados Uni-

dos a principios de siglo XX, pero no alcanza la suficiente notoriedad hasta mediados del mismo, cuando comienzan a construirse lanchas cada vez más potentes y rápidas. Se trata embarcaciones o lanchas que pueden alcanzar hasta los 56 Km./h., llegando a arrastrar a los esquiadores a una velocidad de 150 Km./h. en competiciones de carreras de velocidad. Para realizar este ejercicio, el esquiador, en su inicio se sitúa agachado sobre sus esquís y agarrando el cable que va conectado a la lancha, ya que cuando la embarcación acelera, el esquiador se incorpora y se mantiene erguido.

Existen distintos tipos de competiciones, en las que los esquiadores se clasifican en 22 categorías y compiten de acuerdo a su edad y sexo. Además existen otras modalidades de esquí acuático como son: Wake board que se realiza en una pequeña tabla de surf donde el deportista va colocado de perfil; Knee board, se practica en la misma tabla que el anterior, pero el deportista se coloca de rodillas; Donut esquí, gran flotador en forma de donut; Ski bus, embarcación de tres flotadores; etc.

Kite Surf, se trata de un deporte que también conocido como «kiteboarding» y «fly-surfing», es un deporte que utiliza una tabla de surf y se impulsa por un paracaídas que se arrastra con el viento. Este deporte es muy llamativo, ya que los practicantes logran hacer figuras acrobáticas en el aire, en un especie de vuelo sobre el mar. Esta actividad se ha convertido en poco tiempo en uno de los deportes favoritos de los amantes del riesgo. Sentir el mar bajo tus pies y someter los vientos mientras tiran y tiran de la cometa a la que se va irremediamente unido, hacen que se experimente sensaciones incomparables. Todo esto está generando, que poco a poco, que esta disciplina atraiga a pilotos de parapente, y ala delta, windsurfistas, surfistas y wakeboarders.

Moto acuática, cuando hablamos de este deporte a nivel competitivo se desarrolla en un circuito similar al de motocross, pero aquí, en vez de terrenos accidentados con cuevas y obstáculos, hay olas. En el desarrollo de la competición se deben de sortear las olas y esquivar las boyas. Existen diferentes categorías dentro de la motonáutica: las motos de 800 CC que pesan 260 kilos y cuentan con 110 caballos de fuerza, así como las motos de 1200 CC que está pesando entre 320 y 340 kilos y que tienen un aproximado de 130 caballos de fuerza.

Pero a nivel recreativo, montar encima de una de estas motos es como navegar por una carretera tan amplia como es el mar. Donde uno experimenta la sensación de vivir galopando sobre las olas, experimentando el placer de sentir la brisa del mar sobre nuestro rostro y disfrutando de una indiscutible sensación de libertad. Pero para evitar accidentes con los bañistas es necesario vigilar es la distancia de la costa en la que navegamos, ya que se debe navegar a 200 metros de las playas o más y a 50 en el resto de las costas.

• Actividades aéreas

Ultraligero se trata de un deporte a caballo entre el vuelo libre y el vuelo con motor. Son pequeños aparatos provistos de motor que permiten despegar desde el suelo y tener una buena autonomía; se pueden realizar grandes desplazamientos. Su manejo es muy sencillo, no obstante, hay realizar un cursillo de capacitación para pilotarlos. Dicho cursillo se realiza con un ultraligero biplaza, junto con el instructor que te va corrigiendo los defectos, hasta que por fin puedes realizar el vuelo solo, incluido despegue y aterrizaje.

Imagen 3

EL PARAPENTE, UNA ACTIVIDAD DEPORTIVA EN AUGE



Fuente: Club de Parapente España.

También es sencillo el mantenimiento del aparato, pero antes de hacer una salida, siempre hay que tener en cuenta las condiciones meteorológicas, lo mismo como para cualquier tipo de vuelo.

Las posibilidades de estos aparatos son infinitas: excursiones, viajes, etc. Además, también se realizan competiciones nacionales de ULM y las pruebas son diversas, como realizar el mayor número de kilómetros con el menor gasto de combustible.

Parapente: este deporte consistente en lanzarse al vacío aprovechando la pendiente de la ladera de una montaña, y volar colgado de una especie de paracaídas especial, llamado parapente, que el piloto controla y dirige a través de unas cuerdas. Para mantenerse en el aire el mayor tiempo posible, el piloto aprovecha las corrientes térmicas ascendentes del aire.

Vuelo con motor actividad consistente en realizar excursiones en aviones con motor. Desde que en invención hasta nuestros días, los avances han sido enormes y espectaculares, Hoy podemos estar en el aire con total libertad, plena seguridad sin ninguna limitación, gracias a los avances técnicos, entre los que podemos citar la Aerodinámica, el descubrimiento de nuevos materiales, los nuevos sistemas de comunicaciones y navegación y un largo etcétera.

Actualmente disponiendo de la máquina adecuada y con el debido entrenamiento de la tripulación, podemos llegar a cualquier lugar del mundo, a velocidades impensables hace poco tiempo, y con enorme seguridad. Pero esta realidad, que ha hecho la práctica del vuelo útil y practicable, no ha disminuido su aspecto deportivo. Basta citar el Vuelo Acrobático (llamada en alemán Kunstflug, vuelo artístico) para asociarlo con el placer que produce el practicarlo.

Globo aerostático: se trata de un medio de transporte que consiste en un globo de grandes dimensiones del que cuelga una cesta donde se colocan las personas. El interior del globo se llena de aire, el cual se calienta por medio de unos quemadores de gas. La diferente densidad del aire caliente en el interior del globo y el frío en el exterior, hace que éste ascienda. No se trata de un deporte para los más cómodos, pues para buscar unas condiciones atmosféricas favorables, probablemente habrá que levantarse temprano y desarrollar las laboriosas maniobras de desplegar e hinchar el velamen. Y, al final, hay que desinflarlo y recogerlo. Aún con todo, el vuelo habrá merecido la pena.

Volar en globo es toda una aventura que se sabe dónde y cuándo comienza, pero no dónde terminará. Todo depende de la pericia del piloto para detectar las corrientes de aire más adecuadas nos hará llegar lejos y poder contemplar unas espectaculares vistas, que desde otro plano o a otra velocidad no se podrían apreciar. Para el manejo de estas naves es necesario obtener el título de piloto de globo, éste se puede conseguir a partir de los 17 años.

Ala Delta es lo más parecido a volar, una de las sensaciones de libertad más intensas que una persona puede experimentar y se puede realizar con un riesgo controlado, si se hace en condiciones adecuadas. Este aparato en sí consta de un ala de tela en forma de triángulo. Dicha tela está reforzada con una estructura de aluminio de la que cuelga otra pequeña estructura metálica a la que se sujeta el piloto mediante un arnés y que sirve asimismo para dirigir el aparato. La técnica consiste en lanzarse desde una cima o elevación tomando impulso para mantenerse en el aire. Esto se consigue accediendo a las corrientes ascendentes, en buenas condiciones se puede mantener el Ala Delta durante 30 minutos en el aire.

Para la realización de este deporte la equipación necesaria es la siguiente: el Ala Delta, de la que existen varios tipos y la elección se debe realizar en función de la persona, la altura, el peso, etc.; casco, mono, traje especial, gafas, guantes, etc. todo dependiendo de las condiciones en las que se realice.

Paracaidismo se trata de una actividad que está al alcance de muy pocos y con la que se puede experimentar la sensación de ingravidez, de estar flotando... eres consciente de tu pequeñez con relación a un inmenso y denso océano de aire. Para empezar e introducirse en este mundo es recomendable dar el primer salto en la modalidad de tándem. Estos saltos consisten en subir a un avión de la escuela de vuelo, atarte al monitor con un arnés y dejarte llevar. Para realizar estos saltos no se necesita nada, como hemos dicho antes, sólo el deseo de hacerlo.

Existen dos tipos de saltos básicos: el salto en tándem y el bautismo aéreo, aunque hay una serie de variedades destinadas a los saltadores expertos (free-style, free-fly, chute-assis, head-down...). Los saltos en tándem son los más adecuados para aquellos grupos deciden tener nuevas experiencias. El bautismo aéreo es otra modalidad de salto

en paracaídas muy común entre la gente que empieza o que simplemente quiere probar el salto en paracaídas.

Vuelo sin motor, también se conoce como «vuelo a vela», es un deporte aéreo que consistente en pilotar un velero o planeador para recorrer distancias. El planeador es un máquina sin motor, más pesada que el aire, como no tiene motor, debe ser remolcado hasta una altura considerable por un avión, cuando alcanza la altura deseada el planeador se suelta comienza a descender muy levemente planeando de 0,5 a 1 metro por segundo. Para mantenerse en el aire y ganar altura, el piloto debe de aprovechar las masas de aire ascendentes, esto es lo que se llama «térmica». Éstas son, básicamente, columnas de aire que asciende debido a la diferencias de temperatura.

Una vez que el piloto ha tomado altura, puede realizar un vuelo de travesía. Una travesía consiste en recorrer varios kilómetros utilizando solo las fuerzas de la naturaleza. Si se acaban las térmicas durante la travesía, el piloto debe seleccionar un buen campo y realiza un aterrizaje convencional en él. Esto se denomina en la jerga «tronada».

También es posible realizar acrobacias en planeador. Con estas máquinas pueden realizarse: loops, toneles, medias vueltas, chandelles, pasadas, etc.

En definitiva, todas las actividades anteriormente descritas son las más significativas de las que se ofertan como turismo activo y de aventura, pero existen algunas más y otras pueden ser técnicas utilizadas para algunos de los deportes anteriormente descritos como pueden ser la tirolina, rappel etc. También existen lo que se oferta como **Multiaventura** que consiste en un programa turístico en el que a lo largo de varios días se combinan diferentes deportes de aventura: escalada, espeleología, rafting, etc. Esta modalidad cada vez se está extendiendo más entre las empresas turismo activo. Ya se trata de una propuesta donde el aburrimiento y la monotonía no tienen lugar, asimismo la multiaventura no tiene límites ya que sólo la imaginación planificador de la actividad y el presupuesto del demandante limitan las posibilidades. Dichas actividades pueden realizarse en circuitos cerrados y en diferentes espacios naturales y son una válvula de escape del estrés.

Por último hay que poner de manifiesto que la práctica de todas estas actividades deportivas en el medio natural debe de ir acompañada de leyes o reglamentos que salvaguarden, tanto el entorno donde se practican y como a las personas que las disfrutan. Pero estas leyes no se han realizado en todas las autonomías, seguidamente exponemos las diferentes leyes sobre turismo deportivo, activo y de aventura, según el año de aparición:

- **Cataluña** El Decreto 81/1991, de 25 de marzo, por el que se establecen los requisitos que tienen que reunir las empresas dedicadas a la organización de actividades deportivas de entrenamiento y turísticas de aventura.
La Orden de 10 de abril de 1991, por la cual se especifican las actividades deportivas de entrenamiento y turísticas de aventura.
Decreto 56/2003, de 20 de febrero, por el cual se regulan las actividades físico-deportivas en el medio natural.
- **Galicia** El Decreto 116/1999, del veintitrés de abril, por el que se reglamenta la actuación de las empresas relacionadas con la organización de actividades de turismo activo.

Cuadro 2
RELACIÓN DE ACTIVIDADES DE TURISMO ACTIVO EN LA REGIÓN DE MURCIA

AGUA	ALQUILER DE EMBARCACIONES ARQUEOLOGÍA SUBACUÁTICA AVISTAMIENTOS DE CETÁCEOS BARCO BAUTISMOS DE BUCEO CATAMARAN DESCENSO DEL RÍO SEGURA DESCENSOS ESQUI ACUÁTICO EXCURSIONES MARÍTIMAS HIDROESSPID KITESURF MANTENIMIENTO DE EMBARCACIONES MOTONÁUTICA NAVEGACIÓN ESTELAR PESCA PIRAGUISMO RAFTING REGATAS REMO SUBMARINISMO SURF VELA WINSURF
AIRE	ALA DELTA AUTOGIRO BAUTIZOS AÉREOS EXCURSIONES AEREAS GLOBO PARACAIDISMO PARAPENTE VUELO SIN MOTOR VUELOS EN AVIONETAS ULTRALIGERO

TIERRA	ALQUILER DE BICICLETAS ASCENSIONES A CUMBRES DE INTERÉS BARRANCOS CABALLOS CAMPAMENTOS CAÑONES CICLISMO CONDUCCIÓN DE COCHES DE FORMUÑA 2000 ESCALADA ESPELEOLOGIA GOLF EXCURSIONES JUMPING KARTS MULTIAVENTURA OBSERVACIÓN DE AVES ORIENTACIÓN OUTDOOR TRAINING PAINTBALL PUENTING QUADS RAPPEL ROCÓDROMO SENDERISMO SNOWBOARD TALLERES Y JUEGOS TIRO CON ARCO TIROLINA TOPOGRAFÍA TURISMO INACTIVO CON RAIZ
VARIOS	ACCESIBILIDAD ACTIVIDADES AGRÍCOLAS ACTIVIDADES PARA EMPRESAS ESQUÍ FOTOGRAFIA CURSOS ANTIESTRÉS PARA EMPRESAS RELAJACIÓN Y MUSICOTERAPIA RISOTERAPIA RUTAS TALLERES DE LA NATURALEZA TEAM BUILDINGS VISITAS GUIADAS

Fuente: Murcia Turística (Portal turístico de la Región de Murcia de la Conserjería de Turismo, Comercio y Consumo).

Decreto 42/2001 de 1 de febrero, de Refundición en materia de agencias de viajes, guías de turismo y turismo activo.

- **Aragón** El Decreto 146/2000, de 26 de julio, por el que se regula el ejercicio y actuación de las empresas dedicadas a la prestación de servicios de turismo activo y de aventura.

Con el Decreto 92/2001, de 8 de mayo, por el cual se modifica el Decreto 146/2000.

La Orden de 23 de julio de 2001, del Departamento de Cultura y Turismo, sobre monitores, guías e instructores de las empresas de turismo activo y de aventura.

- **Andalucía** El Decreto 20/2002, de 29 de enero, de Turismo en el Medio Rural y Turismo activo, deroga el Decreto 94/1995, de 4 de abril, sobre ordenación de los alojamientos en casas rurales andaluzas.
- **Asturias** El Decreto 92/2002, de 11 de julio, de Turismo Activo.
- **La Rioja** El Decreto 111/2003, de 10 de octubre, por el que se aprueba el reglamento de desarrollo de la Ley 2/2001, de 31 de mayo, de Turismo de la Rioja. (Título V, Capítulo II, artículos 225 a 238 y Disposiciones Adicionales 1ª y 2ª).
- **Navarra** El Decreto Foral 288/2004, de 23 de agosto, por el que se aprueba el Reglamento para el ejercicio de la actividad de las empresas dedicadas a la prestación de servicios de turismo activo y cultural.

4. EL TURISMO ACTIVO Y DE AVENTURA DE INTERIOR EN LA REGIÓN DE MURCIA

En la Región de Murcia, también se han producido las mismas transformaciones que ha experimentado el sector turístico, a nivel nacional e internacional. Por esto, en los últimos años se ha incrementado la oferta turística con la aparición de nuevos productos, lo mismo que ha ocurrido en otras comunidades, para poder ser más competitiva dentro de este sector. Entre los nuevos productos ofertados, destacamos el turismo activo y de aventura, que cuenta cada vez con mayor número de seguidores. Por tanto, se trata de atraer a nuestra Región el mayor número de visitantes, tanto a nivel internacional, nacional, como de mantener al propio turista regional. Por este motivo en los últimos años han aparecido numerosas empresas dedicadas a la instrucción y conducción de grupos o bien a un solo individuo, en los diferentes deportes que se ofertan dentro del turismo activo. Ya que como hemos podido apreciar en apartado anterior dentro de este tipo de turismo existe gran variedad de actividades deportivas, de las cuales hemos ido describiendo las más significativas.

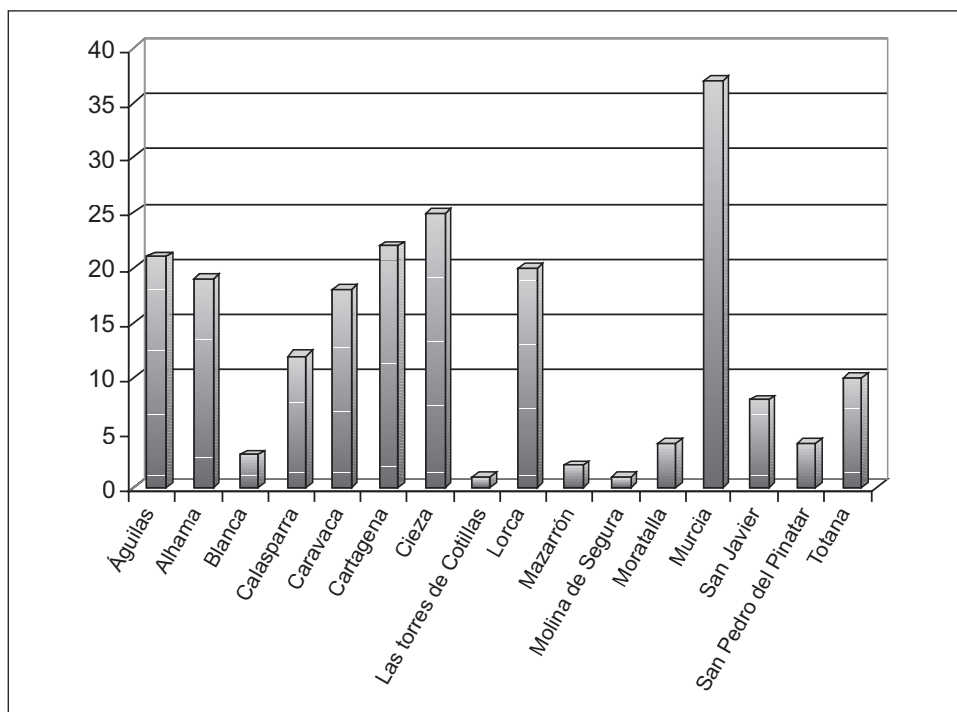
Debemos de tener en consideración que muchas de estas actividades se realizan en enclaves naturales, los cuales que necesita cierto grado de protección ambiental, debido al impacto medioambiental que pueden ocasionar el acceso de deportistas de forma incontrolada a estas áreas. Además, al usuario también hay que darle la suficiente protección frente a los riesgos que conlleva la práctica de este tipo de deportes. Por tanto, todas las partes incluidas dentro de lo que llamamos turismo activo (empresas, usuarios y entorno donde se practican los deportes) necesitan una regulación y ordenación como se ha llevado a cabo en otras comunidades autónomas. En el caso de Murcia no existe una legislación

específica para las empresas de turismo activo, pero se hace referencia en la *Ley 11/97, 12 de diciembre de Turismo de la Región de Murcia*,

En el Artículo 37, de esta Ley, dedicado a las empresas de actividades complementarias, a las que define como: aquellas empresas turísticas que se dedican a desarrollar actividades complementarias directamente relacionadas con el turismo. En su apartado c) y d) hace referencia a aquellas empresas que se dedican a promover los recursos que ofrece la naturaleza en el propio medio natural y las que se dedican a la explotación turística de los recursos de contenido cultural, recreativo, deportivo y de ocio, y las que realizan itinerarios con fines eminentemente turísticos.

El Artículo 38, de la misma Ley, hace referencia a la necesidad de que las empresas a las que se refiere el artículo anterior vendrán obligadas a solicitar su inscripción en la Sección Especial de Empresas y Actividades Turísticas Complementarias del Registro de Empresas y Actividades Turísticas. Reglamentariamente se determinaría el procedimiento y el contenido de la inscripción. Por tanto, es necesario profundizar más en la regulación de la práctica de estos deportes con la creación de una Ley específica.

Gráfico 1
DISTRIBUCIÓN DEL NÚMERO DE ACTIVIDADES DE TURISMO ACTIVO DE INTERIOR POR MUNICIPIOS. 2005



Fuente: Murcia Turística (Portal turístico de la Región de Murcia de la Conserjería de Turismo, Comercio y Consumo).

En este apartado dedicado a la Región de Murcia, solamente nos vamos a centrar en aquellas actividades que se realizan en el interior regional. Por tanto, vamos a obviar a todas aquellas actividades deportivas náuticas que se ofertan en el litoral. Además, como anteriormente se ha citado, debemos de tener en cuenta que a la práctica de estos deportes se puede acceder diferentes formas: mediante la contratación de una empresa dedicada a estas actividades deportivas o desplazándose por iniciativa propia al lugar indicado para practicar el deporte deseado. Por último, hay que hacer referencia a aquellos eventos deportivos que tienen la suficiente capacidad de convocatoria, tanto a nivel local como a nivel nacional, para ser considerados como un factor de atracción turística.

4.1. Distribución de la oferta de actividades y de empresas de turismo activo en la Región de Murcia

Para descubrir que tipo de actividades deportivas que se pueden realizar en nuestra región, mediante la contratación de una empresa especializada se han elaborado un cuadro y un gráfico. En el cuadro 2 podemos comprobar la oferta de todas las actividades deportivas que se pueden realizar en el interior regional. Además debemos de especificar que dicho cuadro se ha elaborado con la información que se ha encontrado sobre este tema en Murcia Turística (Portal turístico de la Región de Murcia de la Conserjería de Turismo, Comercio y Consumo), pero hay que señalar que en él, aparecen como actividades deportivas, algunos servicios como el alquiler de equipos o la reparación de los mismos, incluso se llegan a ofertar servicios que pertenecen a otros productos turísticos. Tras el análisis de dicho cuadro, descubrimos que en la Región existe una oferta muy diversificada en lo referente al número de actividades deportivas. Dicha oferta es comparable a la de cualquier otra autonomía, incluso a la de aquellas que tienen mayor tradición en este tipo de deporte.

Para descubrir como se encuentra distribuida la oferta de estas actividades deportivas se ha realizado el gráfico 1, del análisis del mismo se puede descubrir que de los cuarenta y cinco municipios que constituyen la Región de Murcia, solamente, dieciséis de ellos ofertan actividades de turismo activo. Destaca por la diversificación de actividades que son ofertadas, la capital regional, junto a municipios del interior regional como son: Caravaca de la Cruz, Calasparra, Cieza, Lorca y Alhama de Murcia. Se tratan de municipios del interior que están próximos a zonas montañosas y al río Segura, que son los espacios más propicios para la realización de estas actividades deportivas. Además, dichos municipios, junto a otros próximos son los que tienen una mayor concentración de alojamientos rurales, lo que es un factor favorable a la hora instalarse las empresas dedicadas a las actividades de turismo activo, ya que es donde se produce una mayor demanda de éstas. También hay que destacar, dos municipios del litoral como son Cartagena y Águilas, pues además de ofertar la mayor parte de los deportes acuáticos regionales, también proponen numerosas actividades deportivas de las que pueden considerar de interior.

Tras examinar todas las actividades deportivas de turismo activo que se proponen en los diferentes municipios regionales, se puede comprobar que existen municipios del interior que ofertan actividades propias del litoral y viceversa. Incluso, no todos estos deportes se pueden realizar en la Región de Murcia, un ejemplo de esto pueden ser todos

Cuadro 3
EMPRESAS TURÍSTICAS Y GESTORAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS

MUNICIPIO	EMPRESA
ÁGUILAS	BICILANDIA CENTRO DE BUCEO DE ÁGUILAS CENTRO DE BUCEO LA ALMADRABA CENTRO DE BUCEO WATER PARADISE CENTRO EXCURSIONISTA DE ÁGUILAS CICLOS MOUNTAIN BIKE ÁGUILAS CLUB ESCUELA DE BUCEO ESTELA CLUB DE PARAPENTE «EL BRUJO» ESCALADA JUAN ANTONIO PIÑERO O KELSEY ESCUELA DE VELA CLUB NÁUTICO DE ÁGUILAS. LATITUD 37 DEPORTES DE AVENTURA SL WORLD ADVENTURE
ALHAMA DE MURCIA	ANIMA-ANIMACIÓN RECREATIVA Y JUVENIL CLUB CICLISTA ALHAMA ECOESPUÑA S.L. FEDERACIÓN DE ORIENTACIÓN DE LA REGIÓN DE MUR- CIA LA RANA VERDE
BLANCA	AVENTURAS TURÍSTICAS ALANA BLANCA CLUB DE PIRAGÜISMO. ESCUELA ECUESTRE DE BLANCA
CALASPARRA	QALAT: INICIATIVAS TURÍSTICAS DE INTERIOR, CLUB DE PIRAGÜISMO
CARAVACA DE LA CRUZ	CENTRO EXCURSIONISTA ARGOS NATUROCIO OIKOS TURISMO ALTERNATIVO AVENTURA Y NATURALEZA «EL BUITRE» PICADERO CARAVACON CENTRO HÍPICO DE CARAVACA
CARTAGENA	ANDRÓMEDA BUCEO Y AVENTURA ATURA BUCEO BUENAVENTURA CAVANNA CENTRO DE BUCEO CABO TIÑOSO CENTRO DE BUCEO PROFUNDIDAD CLUB DE BUCEO HESPÉRIDES CLUB DE BUCEO ISLAS HORMIGAS CLUB DE BUCEO VIEIRA

Cuadro 3 (continuación)
EMPRESAS TURÍSTICAS Y GESTORAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS

MUNICIPIO	EMPRESA
	CLUB DE REGATAS MAR MENOR CLUB NÁUTICO LOS NIETOS DEEP IMPACT ESCUELA DE SKI Y MOTONÁUTICA LA MANGUITA ESCUELA DE VELA NEILSON ESCUELA DEPORTIVA MOTONÁUTICA MALENI FEDERACIÓN DE VELA DE LA REGIÓN DE MURCIA GESTUR MEDITERRÁNEA GRANJAPARK HYATT LA MANGA CLUB RESORT LA MANGA CLUB CENTRO DE DEPORTES NÁUTICOS PEPINO'S JET PLANETA AZUL RIVEMAR AZOHÍA SEAS (SOCIEDAD ESPAÑOLA DE ACTIVIDADES SUBA- CUÁTICAS, CARTAGENA, SL SPORT, FUN & CO. ALBERGUE «EL ALMENDRICO» CENTRO DE EXCURSIONISTAS DE CARTAGENA ESCUELA DE VELA GRIMPOLA MANDARACHE AGENCIA DE SERVICIOS TURÍSTICOS, OCIO Y AVENTURA CLUB AIRE LIBRE CARTAGENA ESCUELA MAYPE DE EQUITACIÓN CLÁSICA
CIEZA	AVENNTURA 2004 AVENSUR FEDERACIÓN DE ESPELEOLOGÍA DE LA REGIÓN DE MURCIA THADER KAYAK CLUB DE PIRAGÜISMO
LAS TORRES DE COTILLAS	EL MARINO LOS LIMONEROS ESCUELA DE ANIMACIÓN Y EDUCA- CIÓN EN EL TIEMPO LIBRE
LORCA	AVENTURA & TURISMO 4X4 EL MOLINO INICIATIVAS EL GIGANTE
LOS ALCÁZARES	ALOHA SAILING CENTRO DE ALTO RENDIMIENTO «INFANTA CRISTINA» CLUB DE BUCEO SASLA ESCUELA MUNICIPAL DE PIRAGÜISMO ESCUELA DE VELA Y PIRAGÜISMO BITÁCORA. CLUB MAR ACUATIC RESORT, S.L.

Cuadro 3 (continuación)
EMPRESAS TURÍSTICAS Y GESTORAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS

MUNICIPIO	EMPRESA
MAZARRÓN	AQUATUR AZOSPORT, CLUB DE ECOTURISMO CENTRO DE BUCEO COTA CERO CENTRO DE BUCEO DEL SURESTE CETÁCEOS & NAVEGACION CLUB DE REGATAS MAZARRÓN CLUB BOGAVANTE SKUDO PENÍNSULA TOFAMY ZOE. CENTRO DE BUCEO MAZARRÓN
MOLINA DE SEGURA	GOLF ALTORREAL, S.A
MORATALLA	BARCELÓ ARRENDAMIENTOS HOTELEROS PICADERO PASCUALÓN
MURCIA	ANTARES, NATURALEZA Y AVENTURA ASOCIACIÓN DE ALPINISTAS DEL SURESTE (ADAS) CLUB PARAPENTE ESPUÑA EL VALLE, CENTRO ECUESTRE DE EDUCACIÓN AMBIEN- TAL FEDERACIÓN DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS DE LA REGIÓN DE MURCIA FEDERACIÓN DE GOLF DE LA REGIÓN DE MURCIA FEDERACIÓN DE MONTAÑISMO REGIÓN DE MURCIA HANDI ADVENTURES HANDI CORPORATIONS NATURSPORT, ENTIDAD PARA EL DESARROLLO SOSTE- NIBLE DE ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA STOPSTRESS TAM (TRABAJOS AÉREOS MURCIANOS) PLANETA AZUL MACROOCIO LA FACTORIA INICIATIVAS DE OCIO Y TIEMPO LIBRE GRUPO DE EXCURSIONISTAS DE ALQUERIAS (GEDA) GRUPO SENDERISTA DE MURCIA KAYAK SPORT GARUM. GESTIÓN TUÍSTICA MEDITERRANEA S.L. PROSEDE S.L. MARSOPA CLUB DE BUCEO CHORTEN AVENTURA AEROCLUB MAR MENOR ALQUILER DE YATES MOSQUETÓN

Cuadro 3 (continuación)
EMPRESAS TURÍSTICAS Y GESTORAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS

MUNICIPIO	EMPRESA
MURCIA	AMARRAS SUB BURKE SA DIVISIÓN NÁUTICA CLUB DE BUCEO LA RIBERA DIVING CLUB DE BUCEO PROFUNDIDAD ESCUELA DE NAVEGACIÓN SALVA MARÍN ESCUELA DE VELA EL GALÁN ESCUELA DE VELA EL PEDRUCHILLO ESCUELA DE VELA INTERNACIONAL PIETER ESCUELA DE VELA LOS ARCOS ESCUELA DE VELA MARTINIQUE ESCUELA DE VELA SANDRINA ESCUELA DE VELA SOCAIRE ESCUELA PIRAGÜISMO MAR MENOR EXCURSIONES MARÍTIMAS JOVEN MARÍA DOLORES FEDERACIÓN DE PIRAGÜISMO DE LA REGIÓN DE MURCIA MURPHY SWEENWY GOLF SCHOOL
SAN JAVIER	SOLAZ LINES ESCUELA NACIONAL DE PIRAGÜISMO LUIS CLAVEL CLUB DE BUCEO COSTA NORTE
SAN PEDRO DEL	CLUB DE ACTIVIDADES SUBACUÁTICAS PINATAR (CASP) CLUB DE BUCEO VILLA DE SAN PEDRO CLUB NÁUTICO LO PAGÁN ESCUELA MUNICIPAL DE PIRAGÜISMO PINATAR GOLETA EL CID MOTONÁUTICA RUSO NAVISUREST INTERNACIONAL S.L. PENÍNSULA JET CENTER TURKANA. CENTRO PARA EL TURISMO ECOLÓGICO DEL MAR MENOR S.L. XTREME PAINTBALL
TOTANA	FUSIÓN AVENTURA NATUR GUÍA TURÍSTICO

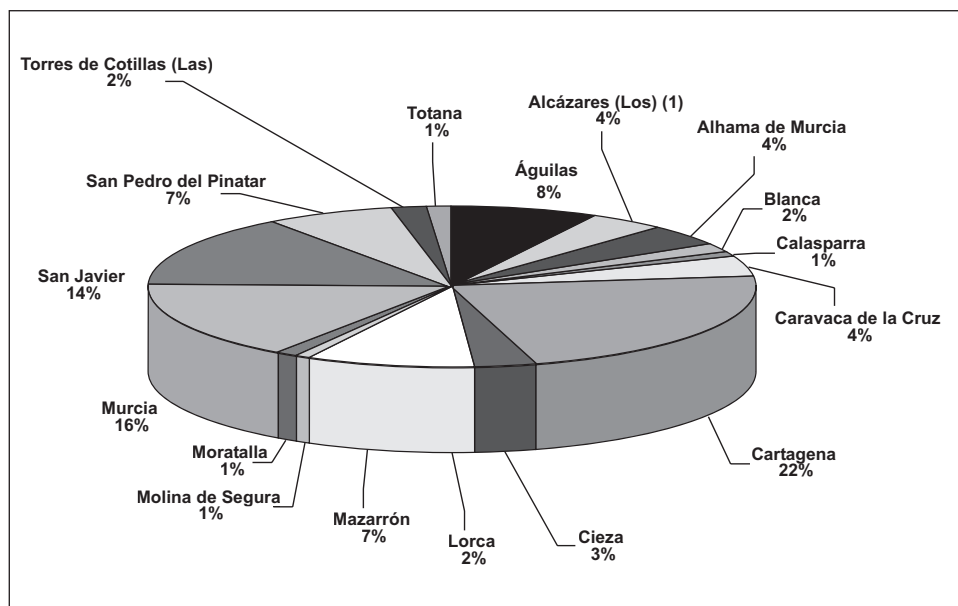
Fuente: Murcia Turística (Portal turístico de la Región de Murcia de la Conserjería de Turismo, Comercio y Consumo) y Concejalía de Juventud del Ayuntamiento de Murcia.

los deportes relacionados con la nieve (esquí, snowboard, etc.), ya que no suele nevar lo suficiente debido a las condiciones climáticas de Murcia, por tanto, no existen estaciones de esquí. Lo mismo ocurre con el rafting, pues no existe ningún río de aguas bravas que permita la realización de dicha actividad, aquí se puede hacer descenso del Segura, en canoas o en balsas neumáticas, desde Calasparra, Cieza, etc.

Por tanto llegamos a la conclusión que todas estas empresas hacen un catalogo de actividades, de las cuales deben tener monitores especializados. Cuando se contrata cualquier actividad de las ofertadas si esta no se puede realizar en la Región, ellos buscan el lugar idóneo para su realización aunque sea necesario desplazarse a otras comunidades.

Para dar a conocer el número de empresas especializadas en la programación, diseño y conducción de este tipo de deportes y como se distribuyen por la geografía regional, se ha realizado el cuadro 3 y el gráfico 2, utilizando los datos encontrado en el Portal turístico de la Región de Murcia de la Conserjería de Turismo, Comercio y Consumo y en Concejalía de Juventud del Ayuntamiento de Murcia. Ya que analizando las dos fuentes se pone de manifiesto que existen empresas que están contempladas solamente en una de ellas. Por tanto, se ha visto la necesidad de refundir la información de ambas fuentes y elaborar un listado en el que aparecen todo el conjunto empresas y entidades gestoras de

Gráfico 2
DISTRIBUCIÓN PORCENTUAL DEL NÚMERO DE EMPRESAS TURÍSTICAS Y ENTIDADES GESTORAS DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS



Fuente: Murcia Turística (Portal turístico de la Región de Murcia de la Conserjería de Turismo, Comercio y Consumo) y Concejalía de Juventud del Ayuntamiento de Murcia.

actividades deportivas que existen en la Región de Murcia. Asimismo hay que señalar que en este caso se ha hecho inventario de la totalidad de las empresas incluso las específicas de deportes náuticos, ya que en alguna de ellas, también se ofertan actividades de las que se pueden considerar de interior.

Del análisis de gráfico 2 se desprende que los municipios que cuentan con mayor número de empresas turísticas y entidades gestoras de actividades deportivas en Cartagena y Murcia con el 22 y el 16% respectivamente. En el primer caso, hay que tener en consideración que la mayoría de ellas son las que están relacionadas con el sector náutico, por tanto se puede considerar que existe más empresas pero menor diversificación de las actividades, que en el segundo caso. Por el contrario, municipios como Cieza que solamente cuenta con el 3% y Alhama de Murcia con un 4% de las empresas, por tanto podemos decir que estas localidades tienen una mayor diversificación en lo que a oferta de actividades se refiere. Hay que señalar que en los municipios del litoral, a excepción de Águilas y Cartagena, la mayoría de las empresas están dedicadas a las actividades náuticas, salvo algunas en San Javier y San Pedro del Pinatar.

4.2. Localizaciones aptas en la Región de Murcia para la práctica de actividades deportivas

La variedad paisajística regional hace que Murcia se un lugar idóneo para la práctica de gran variedad actividades deportivas. Esta variedad en el paisaje hace, que en el interior regional, existan numerosos enclaves naturales óptimos para realización de determinados deportes de los que se integran dentro del turismo activo y de aventura. A estos parajes son a los que se desplazan las diferentes empresas del sector para que sus clientes puedan disfrutar de al actividad deseada y también aquellos deportistas o aficionados que acuden por iniciativa propia. Además al tratarse de una región pequeña, uniprovincial, no existen largas distancias, está todo cerca y por lo tanto se puede estar en el lugar deseado, como máximo en una hora aproximadamente.

El senderismo es una actividad que cuenta con numerosos seguidores, en que en nuestra región se puede realizar por los numerosos senderos homologados que existen. Murcia está atravesadas por varios senderos de gran recorrido como son: El GR 7 Región de Murcia (que va desde Andorra hasta Algeciras) que recorre parajes del Altiplano, Vega Media del Segura y Noroeste murciano. Dicho sendero se inicia en la pedanía de Torre del Rico, en el municipio de Jumilla, y llega hasta la Cañada de la Cruz, en Moratalla. El GR 92 (que forma parte del sendero europeo E10 y que entra en España por Portbou y llega hasta Gibraltar) pasa por todo el litoral murciano desde San Pedro del Pinatar hasta Águilas. GR 127 Río Segura que se inicia en Embalse del Cenajo y llega hasta Beniel. GR 250 Camino del Apóstol que va desde Cartagena pasando por Murcia, Alguazas, Campos del Río, Albudeite, Mula, Bullas, Cehégín y llega a Caravaca de la Cruz. El GR 251 Camino de la Cruz de 92,8 Km. que comienza en Yecla y llega hasta Caravaca. GR 252 Camino de la Cruz del Bajo se inicia en Mazarrón y llega hasta Caravaca, pasando por Sotana, Mula y Bullas. De último este existe una variante que pasa por Alhama de Murcia y llega al mismo destino. GR 253 Camino de la Cruz del Alto desde Águilas hasta Caravaca, pasando por algunas pedanías Altas de Lorca. Además existe un entramado de

Imagen 4

ESCALADA EN LAS PAREDES DE LEIVA (SIERRA ESPUÑA)



Fuente: Nevasport.

79 senderos de pequeño recorrido (PR) que surcan prácticamente toda la Región y que tienen un carácter más local.

Muchos de estos senderos estarán integrados en los itinerarios que conformaran la futura red de Itinerarios Ecoturísticos de la Región de Murcia, esta, a su vez formará parte de la Red Verde Europea para el Área del Mediterráneo Occidental (REVERMED). En el caso de nuestra región, esta red está constituida por una malla 62 itinerarios, de ellos 11 formaran la Red Verde de la Región de Murcia, que serán fáciles de recorrer a pie o en bicicleta.

El Parque Natural de Sierra Espuña es uno de los enclaves ideales para práctica de deportes como el Mountain Bike, pues existen infinidad de caminos forestales, cuyo acceso solo está permitido a caminantes y a estos vehículos. Esta actividad, también, se puede realizar por las numerosas ramblas que existen por toda la Región y en toda la red de senderos, asimismo, en otras montañas como la Sierra de la Pila, Columbares, en El Parque Regional del Valle y en la Sierra de Carrascoy, etc.

En este mismo enclave se encuentran el valle del río Leiva, donde encontramos una pared caliza de casi de 3 kilómetros de longitud y alturas entre los 80 y 180 metros se

tratan de la Paredes de Leiva, un lugar magnífico donde poder practicar la escalada, está considerada como una de las grandes escuelas de escalada del sur de España por su rectilineidad, se han abierto más de un centenar de vías, con distintos grados de dificultad, además destaca por calidad de la roca y belleza del paraje. Varias entidades firmaron el pasado noviembre Declaración de España sobre Escalada Sostenible, la cual tiene como objetivo promover y dar pautas para una práctica de este deporte ecológicamente responsable y respetuosa con el entorno, tanto en este Parque como en cualquier otro espacio regional. También se puede practicar la escalada en otras zonas como son: cara norte de

Imagen 5 **ESPELEOLOGÍA**



Fuente: Centro de Excursionistas de Cartagena.

La Panocha, en la Creta del Gallo, se trata de un peñón de conglomerado; el risco del Almorchón en Cieza con vías de hasta 300 metros de recorrido; las paredes de Peñas Blancas localizadas cerca de Cartagena o en el Parque Natural de Calblanque, donde encontramos la Fuente o pico del Águila.

En Murcia podemos encontrar lugares ideales para práctica del parapente, los mejores sitios están en Carrascoy donde existe una rampa de lanzamiento a 650 m. de altura, en la Muela (Alhama) y en Jumilla, en la sierra del Carche, cuya pista de lanzamiento se encuentra a 1.300 m., es la de mayor altura de la región y que en verano, llega uno a elevarse hasta los 1.500 m., gracias a las corrientes ascendentes que existen en esta zona.

Se puede hacer rutas hípicas por diversos parajes naturales de Caravaca, Moratalla, Parque Regional de El Valle, por el Parque Natural de Sierra Espuña, en el monte de las Cenizas, y por algunas zonas del Campo de Cartagena.

Las montañas que existe en la Región de Murcia están formadas principalmente por materiales calizos, lo que ha favorecido a la formación de numerosas cuevas y grutas donde poder practicar la espeleología la cueva del Puerto en Calasparra, la sima de la Higuera en Pliego y la sima del Pulpo en Cieza son las tienen un recorrido más larga, próximo a los 5 km. de longitud. En Isla Plana (Mazarrón) encontramos la sima Destapada, se trata de la cavidad más profunda con 230 m., que también cuenta con la sala interior de mayor volumen y cuyo techo alcanza los 35 metros de altura. Otras son la sima del Vapor y la cueva de la Moneda, en Alhama, Las cuevas del Solín y del Pozo en Fortuna y Jumilla respectivamente, pero existen muchas más.

Los deportes náuticos en el interior regional, se pueden practicar en el río Segura y en los diversos pantanos que salpican todo este territorio. Las actividades de este tipo que podemos realizar son: Piragüismo en el río Segura y los embalses de Alfonso XIII, Argos, Camarillas o Fuensanta. El descenso del río Segura se puede hacer en balsa neumática en el tramo que va desde Calasparra hasta Almadenes y desde Cieza hasta Blanca disfrutando con la vegetación y la fauna típica de los bosques de ribera y el paisaje agrario de los arrozales y de la huerta.

Por último hay que señalar que en la Región de Murcia durante todo el año se celebran numerosas competiciones de varios de los deportes que se integran dentro de la oferta de turismo activo. Dichas competiciones tienen como consecuencia que los participantes se trasladen de su municipio de origen a donde se celebra la prueba, además, estos eventos atraen hasta nuestra región a numerosos aficionados de otras comunidades. A continuación hacemos referencia a algunas de estas competiciones:

Desde hace dieciocho años, y cada vez con mayor número de participantes, se viene celebrando la Travesía Nocturna de Montaña Leiva, en distintos parajes de nuestra región, como por ejemplo: en los municipios de Aledo Pliego y Alhama de Murcia, Sierra Espuña, Sierra de Ricote, Barrancos de Gebas, etc. Se trata de una travesía nocturna de regularidad, por equipos y que cuenta con dos categorías: la corta de 10 Km. y la larga de 20 km. Equipos de 3 o 4 personas. La última travesía se celebró en la noche del sábado 27 al domingo 28 de noviembre, del año pasado en las proximidades de la pedanía lorquina de Coy.

En la Región de Murcia se viene celebrando una Liga Regional de Carreras de Montaña, estas competiciones tienen dos categorías: la prueba corta con un recorrido de 5 Km. y la prueba larga de 15 km. se han realizado carreras o están programadas en los siguientes lugares: en la Sierra Cresta del Gallo, en Coto-Cuadros (junto al embalse de Santomera), etc.

En cuanto al deporte de Orientación, en nuestra región se organiza una Liga Regional y las últimas competiciones se han realizado en: en las Fuentes del Marques (Caravaca), Las Alquerías (Totana) y La Sierra del Molino (Calasparra).

Por último, debemos de destacar en el mes de junio de 2005 se celebrará El Raid que es puntuable para la Liga Nacional de Raid de Orientación y Aventura que organiza la F.E.D.O.. La Competición se divide en dos etapas y entre la salida y la meta los equipos deberán completar un recorrido con ayuda de un mapa a escala 1:25.000, con tramos a pie y en bicicleta de montaña, pasando por todos los controles. En determinados puntos del recorrido se deberán realizar pruebas especiales, siendo las siguientes: escalada, orientación a pie, orientación en bicicleta, piragüismo, rapel, orientación urbana, patinetes y tiro con arco.

5. CONCLUSIONES

Como consideración final se puede afirmar que las actividades deportivas pueden considerarse como un producto turístico, capaz de atraer a un destino específico a numerosos turistas. Pero a la vez, también podemos considerarlas como actividades complementarias a otros productos turísticos como son: el turismo rural, de interior e incluso, al turismo de sol y playa.

En la Región de Murcia, en los últimos años, han aparecido numerosas empresas dedicadas a la organización, programación y conducción de actividades deportivas, este aumento ha conllevado que en nuestra región exista una oferta de los considerados deportes de aventura, similar a la que existe en otras comunidades con más experiencia en ofertar este tipo de actividades.

Hay que tener en consideración que la proliferación de estas actividades debe ir acompañada de medidas de protección adecuadas las que existen actualmente no son suficientes. Se necesita una legislación específica que proteja tanto al medio natural, en el que se suelen llevar a la práctica estos deportes, con medidas de protección ambiental, como aquellos que los practican y que regule las diferentes actividades deportivas como se han hecho en otras regiones con más experiencia en la comercialización de este producto turístico.

Además, de estas medidas de protección y ordenación, las empresas deben contar con personal cualificado para poder ofrecer servicios con la suficiente calidad y seguridad para aquellos que los contraten y de este modo tener empresas que cada vez sean más competitivas. En este sentido, en la Región se está trabajando en esta dirección ya que se apuesta por la formación de especialistas en esta materia, pues se imparten ciclos de Formación Profesional de Grado Medio y Superior en varios municipios.

6. BIBLIOGRAFÍA

- ALONSO, J. ET AL. (1991). *Tiempo libre y naturaleza. Manual de monitor*. Madrid, Penthalon.
- Artículo 37 de la Ley 11/97, 12 de diciembre de Turismo de la Región de Murcia, dedicado a las empresas de actividades complementarias.
- Artículo 38 de la Ley 11/97, 12 de diciembre de Turismo de la Región de Murcia, sobre el Registro de empresas de actividades turísticas complementarias.
- ASPAS, J.M. (2000) *Los deportes de aventura. Consideraciones jurídicas sobre el turismo activo*, Zaragoza, Prames.
- BRAVO, R. (2003). «Educación y Deporte. Andalucía Tierra del Deporte», *Congreso Internacional*. Volumen II , p. 471-488, Cádiz.
- Decreto 37 38 de
- GUILLÉN, R.; LAPETRA, S.; CASTERAD, J.; (2000). «*Actividades en la naturaleza*». Barcelona, Ed. Inde.
- FULLONET, F. (1995). «Propuesta de clasificación de las actividades deportivas en el medio natural». *Revista Apunts*, nº 41, p. 124-129.
- LACOSTA ARAGÜÉS, A.J. (2004): «La configuración de nuevos destinos turísticos de interior a partir del turismo activo y de aventura (1992-2001)». *Cuadernos Geográficos de la Universidad de Granada*, nº 34, pp. 11-32.
- LUQUE, P. (2001). «Clasificación de las actividades físicas en la naturaleza: deportes de aventura». *Apuntes Jornadas sobre deportes de aventura*, Zuheros (Córdoba).
- LUQUE GIL, A.M. (2003): «La evaluación del medio para la práctica de actividades turístico-deportivas en la naturaleza» *Cuadernos de Turismo*, nº 12, pp. 131-149
- MIRACLE, L. (1994). *Nuevos deportes de aventura y riesgo*, Madrid, Planeta.
- MORENO, J.A. Y RODRÍGUEZ, P. L. «*Las actividades físicas en la naturaleza a través del ocio, la recreación y la educación: un nuevo paradigma de actuación del especialista en educación física*». En *Perspectivas de actuación en educación física*.
- OLIVERA, A. Y OLIVERA, J. (1995). «Propuesta de una clasificación taxonómica de las actividades físicas de aventura en la naturaleza. Marco Conceptual y análisis de los criterios elegidos». *Revista Apunts*, nº 41, p. 108-123.
- OLIVERA, J. (1995). «Las actividades físicas de aventura en la naturaleza: análisis socio-cultural». *Revista Apunts*, nº 41, p. 5-8.
- PEREIRA, A.L. y FÉLIX, M.J. (2002) «Siglo XXI: nuevos valores, nuevas profesiones. Una perspectiva del ocio deportivo en la naturaleza integrado en el turismo» *Revista Digital. Número 50*. (<http://www.edeportes.com>)
- PINOS, M. (1997a). *Actividades físico-deportivas en la naturaleza*. Madrid. Gymnos.
- SICILIA, A. (1999). «Las Actividades Físicas en la naturaleza en las sociedades occidentales de final de siglo». *Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista Digital. Número 14*. (<http://www.edeportes.com>)
- RATAMESTARIKIRJA (FEDERACIÓN FINLANDESA DE ORIENTACIÓN): «*Orientación en centros educativos y deportivos*» (Ed. Gymnos).

RUIZ, A. y F.: «Las actividades físico-deportivas en la naturaleza en la Región de Murcia: propuestas para la acción». *II Seminario sobre «El Deporte en el siglo XXI: La formación deportiva y su contexto».*

