

CANICROSS, UN DEPORTE EMERGENTE

El canicross es una modalidad deportiva a caballo entre las carreras de montaña, el atletismo, el agility y los deportes de perros de tiro (mushing). Consiste en correr con un perro atado a la cintura mediante una línea de sujeción que une el arnés de tiro del perro con un cinturón del corredor.

Texto: Sección de Canicross de la Asociación Española de Mushers (www.canicross.es)

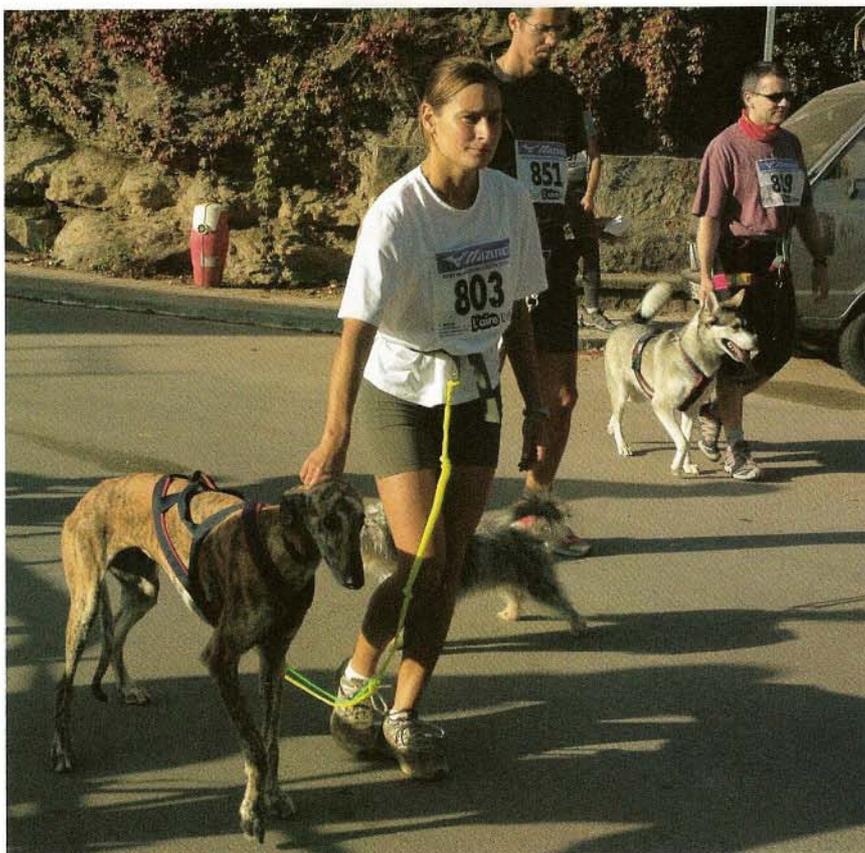


Esta modalidad permite compartir con nuestro animal de compañía una misma pasión: correr. En pocas modalidades el binomio hombre-perro es tan importante y debe ser tan equilibrado. En un deporte como el *mushing* la mayor parte del trabajo físico lo desarrollan los perros y la figura del musher gira alrededor de las tareas de entrenador,

estratega y cómplice, siendo relativamente importante la forma física del musher en según que tipo de circuito y distancias. Algo parecido podemos decir del agility. En el canicross, en cambio, sólo la buena forma de ambos y la armonía entre los dos miembros del equipo va a garantizar el éxito en competición.

Correr en plena naturaleza y hacerlo acompañado es un *plus* para los

aficionados al mundo de las carreras y maratones de montaña. Muchos corredores entrenan regularmente con sus perros (a menudo desatados) pero se ven obligados a dejarlos en casa el día de la carrera. El canicross va a cambiar esto. Muchas organizaciones de carreras de montaña están descubriendo el canicross y admitiéndolo como categoría paralela en las carreras de montaña. Por otro lado,



competiciones específicas de canicross empiezan a aparecer por distintos puntos del país lo que sin duda pone de manifiesto que estamos ante un deporte emergente.

¿CÓMO NACE?

En nuestro país el canicross nace en 1998 de la mano de la Asociación Deportiva Mushing Internet, que introdujo esta modalidad en las carreras de perros de trineo. Durante los años siguientes la Asociación Española de Mushers (AEM) tomó el relevo en la promoción del canicross, aunque siempre dentro del marco del deporte del mushing.

Fue en el año 2004 cuando la AEM entendió que el canicross no podía crecer vinculado al deporte de los perros de trineo, donde era una categoría menor o de tránsito. Por eso en ese año se creó la sección de canicross de la AEM y se inició una campaña que ha durado 2 años para promocionar esta modalidad en el marco de las carreras de montaña. El resultado ha sido un importantísimo incremento del colectivo aficionado, la mejora del nivel deportivo y la consolidación de varias pruebas de montaña que incluyen el canicross entre las categorías en competición.

El año 2006 ha marcado un punto de inflexión en el desarrollo del canicross en nuestro país.

Esta temporada tuvo lugar el Primer Canicross de Cataluña, prueba que convocó por primera vez a 65 corredores y que supuso la eclosión definitiva del canicross. Durante la temporada 2005-2006 diversos núcleos de aficionados por todo el país se han ido coordinando para hacer posible para la temporada 2006-2007 la celebración del primer Circuito Estatal de Canicross – Trofeo Buff.

REFERENTES EUROPEOS

El canicross en Europa es una modalidad con entidad propia, desvinculada de los deportes de perros de trineo y de modalidades atléticas. Existe una Federación Europea de Canicross (www.ecf.cc) que agrupa a diversos países. En el panorama nacional, según el país, el canicross se enmarca en el plano federativo entre las modalidades de montaña, atletismo o deportes de invierno. En cualquier caso, el nivel de afición es altísimo y existen campeonatos regulares a nivel regional, nacional y campeonatos de Europa.

En muchas ocasiones los corredores de canicross que participan en los campeonatos europeos son las selecciones atléticas nacionales, lo cual pone de manifiesto el elevado nivel de los equipos participantes.

En España el canicross se encuadra entre las disciplinas de deportes de invierno



y vinculado a la federación que los regula. En los últimos meses la AEM ha solicitado a la Federación Española de Deportes de Invierno su ingreso en la ECF (European Canicross Federation) para adaptar los reglamentos españoles y coordinarse con nuestros equivalentes europeos. No obstante se trata de una disciplina limítrofe y, aún siendo un deporte de invierno, no se trata de un deporte de nieve. Por ello su continuidad en la federación de deportes de invierno puede depender de la propia evolución del deporte y del papel que jueguen en los próximos años las federaciones de montaña, atletismo o agility.

¿CÓMO ENTRENAR? RITMOS DISTINTOS

Como ocurre con los entrenamientos de los perros de tiro, la temporada suele empezar en septiembre para finalizar en abril (según la temperatura). Los reglamentos y el sentido común nos dicen que la práctica del tiro por parte del perro no es conveniente por encima de los 20°C. Por lo tanto, generalmente tanto el entreno como la competición se realizan entre estos dos meses generalmente. Es importante, como en cualquier entrenamiento, la progresión. Para alcanzar la máxima forma física en cierta fecha del año es necesario programar un ciclo de entrenamientos que permita que la curva de rendimiento alcance su máximo en el momento de nuestro principal objetivo de la temporada. Al igual que en el caso de los humanos, no es posible mantener el máximo de forma física todo el año. Existe un plazo para entrenar en ritmo creciente, otro de mantenimiento en el máximo nivel





El Circuito Estatal de Canicross comprenderá las siguientes categorías:

- Júnior masculino (hombres de 12 a 17 años)
- Júnior femenino (mujeres de 12 a 17 años)
- Senior masculino (hombres de 18 a 40 años)
- Senior femenino (mujeres de 18 a 40 años)
- Veteranos masculino (hombres de 41 años en adelante)
- Veteranos femenino (mujeres de 41 años en adelante)



y otro para el desentrenamiento a final de temporada.

En el caso del entreno de los perros hay que considerar, además, la motivación. Un corredor puede intensificar sus entrenamientos para conseguir una punta de forma física en breve tiempo. Ello se logra con voluntad y conociendo el objetivo. Pero a los perros no les podemos pedir voluntad, sino ofrecerles motivación y, por supuesto, no les podemos plantear objetivos. Por ello será frecuente el entrenamiento a ritmos distintos.

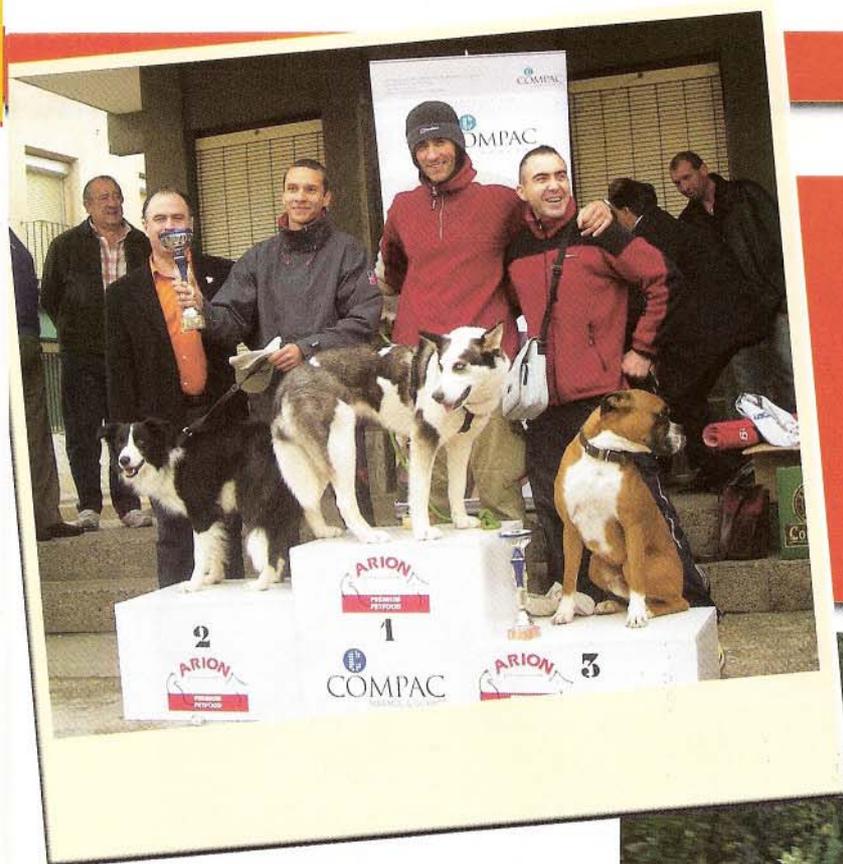
Es habitual que el entrenamiento de un perro de tiro (para mushing) empiece con un ritmo diario de 0,5 Km durante los primeros días de la temporada, para ir aumentando el ritmo hasta conseguir realizar al galope la distancia que generalmente correremos en competición. Resulta difícil tener perros polivalentes: un perro entrena para sprint o para distancia.... No le podemos explicar a un perro que hoy toca una carrera corta y que acelere, o que hoy toca una larga y debe dosificarse. El perro correrá según lo que ha entrenado. El ritmo del corredor puede ser diferente. Puede empezar con entrenamientos más intensivos, lo que nos lleva a que en los primeros días de la temporada será conveniente entrenar pocos kilómetros con el perro, dejarlo, y luego seguir entrenando el corredor en solitario. Una vez se llegue al ritmo y kilometraje que nos hemos marcado como objetivo, estaremos en condiciones de dar el máximo en competición y realizar entrenamientos conjuntos al 100 %.

EL MATERIAL

El material para la práctica del canicross es sencillo y asequible para cualquiera, aunque algo difícil de encontrar.

Básicamente son 3 elementos:

- **Cinturón de canicross:** para la cintura del corredor. Los hay de diversos tipos. Puede servir algún tipo de cinturón de montaña ligero, de los utilizados en escalada libre. Algunos llevan sujeción por la cintura, otros sujeción adicional alrededor de las piernas, más anchos para mayor protección lumbar, etc. No hay grandes especificaciones a nivel



CALENDARIO DEL CIRCUITO

29 Octubre 2006	Sant Llorenç Savall (Barcelona)
4 Noviembre 2006	Alcoi (Alicante)
19 Noviembre 2006	Guadarrama (Madrid)
3 Diciembre 2006	San Adrián de Juarros (Burgos)
14 Enero 2007	Palma de Mallorca (Mallorca)
27 Enero 2007	Tabuena (Zaragoza)
4 Febrero 2007	Torreavit (Barcelona)
18 Febrero 2007	Moralzarzal (Madrid)
18 Marzo 2007	L'Espluga de Francolí (Tarragona)

reglamentario sobre el cinturón, aunque obviamente debe ser cómodo y seguro.

- **Línea de tiro:** El arnés finaliza con una anilla de metal o de cuerda (preferible de cuerda) para unirlo a la línea de tiro. Ésta debe ser ligera, hidrófuga (para que no pese si se moja), resistente y con una zona de amortiguación. Generalmente se utiliza para construir las el cabo-flotante, una cuerda de poliamida empleada en esquí náutico que resulta ligera, hidrófuga y permite ser trenzada e incorporar un alma de material elástico para la zona de amortiguación. La línea finaliza en los dos extremos con un mosquetón para unirlo al cinturón del corredor y al arnés del perro.

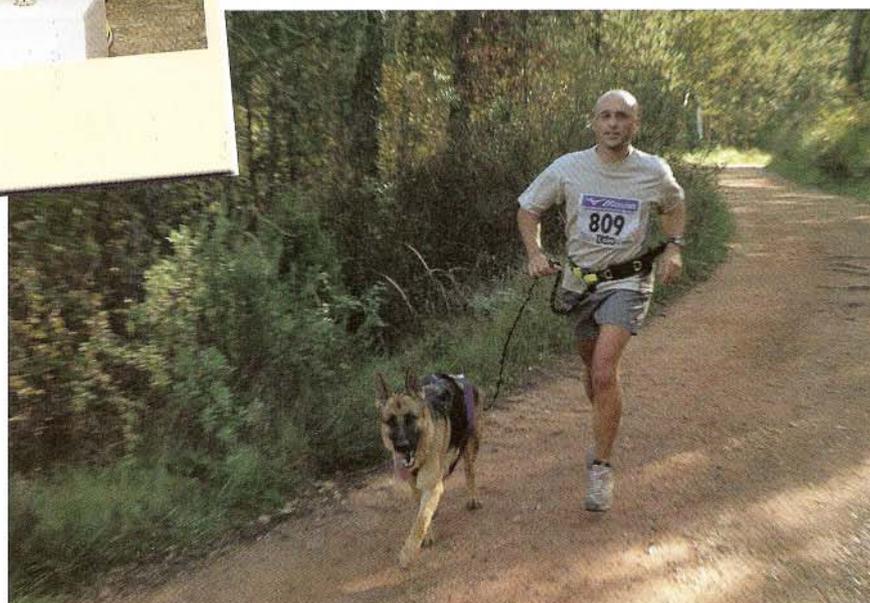
Las líneas de tiro no deben exceder de 2 metros de longitud según reglamento, aunque pueden ser más largas si se quieren usar para atar el perro a la bicicleta (en la modalidad de bikejoring o ciclocanicross) o a unos esquís (en la modalidad de skijoring).

TIPOS DE PERROS

No existe ninguna limitación reglamentaria sobre la tipología de perro, raza o tamaño, salvo la condición de que el perro esté entrenado, en buena forma física y supere el control veterinario de la carrera. No obstante, los perros de talla media y de complexión ligera son los más adecuados. Las razas de perros cazadores o nórdicos son tal vez los más utilizados.

Respecto a la edad de los perros, en competición se admiten a partir de 1 año de edad. La edad máxima dependerá del tipo de perro, de la vida que haya llevado y de nuestras pretensiones en competición.

El control veterinario de las competiciones garantiza que los perros estén en condiciones. Para competir, deberán tener la cartilla de



vacunaciones al corriente y llevar implantado el microchip identificativo obligatorio. Es habitual que al superar el control veterinario se marque a los perros con un pequeño punto con pintura en spray (no dañina) para evitar que se cambie el perro entre el control y la salida.

No existe categorización por razas o tipologías de perros. Las categorías de canicross se establecen, como en el mundo de las carreras de montaña, por tramos de edad y sexo del corredor.

¿CÓMO EMPEZAR?

De entrada, lo mejor es informarse sobre dónde adquirir el material, las actividades existentes, clubes, etc. En España la mejor referencia informativa es la web www.canicross.es en la que encontrareis toda la información, material, actividades, clubes, videos, foros y os podréis suscribir gratuitamente para recibir información.

Para empezar con el perro lo mejor es motivarlo adecuadamente y nada mejor para ello que llevarlo a correr con otros perros, ya sea en salidas sociales o entrenamientos de los clubes o en competiciones (con o sin pretensiones de éxito).

PRIMER CIRCUITO ESTATAL DE CANICROSS 2006-2007 (TROFEO BUFF)

Fruto de la eclosión este año 2006 del canicross en nuestro país, es la convocatoria para la próxima temporada del primer Circuito Estatal de Canicross – Trofeo Buff. Se trata de una competición interclubes, en forma de liga por puntos, consistente en 9 pruebas repartidas por todo el país, especialmente en las zonas donde ya empiezan a existir núcleos importantes de afición. Las pruebas constituirán competiciones independientes, con sus clasificaciones y trofeos específicos, y sumarán puntos para una clasificación final del conjunto del circuito. El circuito está organizado por la Asociación Española de Musers, la Asociación deportiva Mushing Internet, el club de Canicross Lealcan, el Club Mushing Monegros, el Club Patidors Runner's, Protecnia y Proyecto Cultura Animal.

En las carreras recorren entre 7 y 10 Km. En algunos casos las competiciones se desarrollan en paralelo a carreras de montaña o de mushing, aunque la mayoría son carreras exclusivas de canicross. ■