

Aumentó la cantidad de sanrafaelinos que realizan caminatas por montañas

23/07/2020



Tras el importante número de días de encierro que obligó la cuarentena, la población local ha decidido realizar diversos tipos de actividad física, entre las que se destacan las caminatas por senderos de montaña, aunque en muchos casos sin conocimientos de los circuitos ni de las medidas de seguridad que requieren.

Marcos Herrero, integrante del Club Andino Sosneado, dialogó con FM Vos (94.5) y Diario San Rafael y expresó que desde la entidad tienen conocimiento de que ha aumentado la cantidad de personas dispuestas a “caminar entre los cerros”, aunque sin tener los conocimientos necesarios para llevar adelante una actividad física que requiere preparación o en compañía de guías o conocedores del tema. “La gente empezó a querer salir tras muchos días de encierro; primero a caminar, después a correr, a andar en bicicleta, aumentando la cantidad de ‘runners’ o de ciclistas por todos lados; y también ese incremento se dio en las zonas de montañas de San Rafael. Gracias a ‘fotos en las que vieron un cóndor’, o de que ‘hay un caminito para llegar’, motivó a que muchos sanrafaelinos salieran por las montañas y quienes llevamos un tiempo en este rubro, nos encontramos con esta situación repetidamente”, dijo, y agregó que “está bien que disfrutemos de nuestras montañas y paisajes, pero siempre en un marco de seguridad”. “No podemos dejar de hacer hincapié en ello, como un club formador de gente de pasión por la montaña. Es necesario hacerlo con precaución, tener los conocimientos mínimos: ‘si voy a hacer un recorrido, mínimamente tengo que saber hacia dónde voy y cómo voy a volver’”, destacó.

Entre los riesgos que puede correr una persona está principalmente la desorientación, es decir, comenzar a caminar sin encontrar después la manera de regresar; otro riesgo grande, es subir porque es sencillo y después no saber cómo descender. “En la subida a veces uno no toma conciencia de cuánto va subiendo, y se agarra, sube una roca, sube otra y el problema resulta cuando tenemos que empezar a bajar sin los conocimientos mínimos. Allí aparece el miedo”, aseguró.

Desde Club Andino Sosneado dictarán desde la próxima semana, a través de Zoom, un curso de manera online para interesados en estas actividades deportivas. El lunes 27 será la presentación y el martes empezarán los contenidos propiamente dichos. Será una vez por semana durante tres meses y se verán los contenidos vinculados a la montaña de manera integral. En las páginas de Facebook e Instagram del club está presente toda la información para unirse a la capacitación.

<http://diariosanrafael.com.ar/diariosanrafael/wp-content/uploads/2020/07/Marcos-Herrero.mp3>