

El inusual y cuestionable entrenamiento del Club Constitución en un canal se hizo viral y llegó a medios nacionales

27/01/2026



Un video del **Club Social y Deportivo Constitución**, en plena pretemporada, generó repercusión en redes sociales luego de

mostrar a sus jugadores realizando ejercicios físicos dentro de un canal de riego en San Rafael.

Las imágenes comenzaron a circular en las últimas horas y se multiplicaron en distintas plataformas, al punto de ser replicadas por medios de otras provincias.

Uno de los que se hizo eco fue el diario Época, de Corrientes, que tituló: “Entrenamiento poco habitual en San Rafael llamó la atención en redes”.

Según se aprecia en el registro, el plantel llevó adelante trabajos de marcha y desplazamiento en el agua, con foco en fuerza y resistencia.

Entrenamiento poco habitual en San Rafael llamó la atención en redes

Un club local eligió una alternativa distinta para preparar a sus jugadores. La escena se replicó esta semana y no pasó inadvertida.

25 de Enero, 2026



Este tipo de estímulo aprovecha la oposición del caudal, a la vez que reduce el impacto en articulaciones, una razón habitual por la que se utilizan entrenamientos acuáticos en la preparación física.

La escena se desarrolló en un canal de riego urbano, una infraestructura característica de nuestra región, aunque poco frecuente como escenario deportivo. Justamente, el contraste

entre un entorno cotidiano y la exigencia del trabajo fue uno de los factores que impulsó la viralización.

Sin embargo, el video también abrió debate. En redes, algunos usuarios cuestionaron la práctica por el uso de esos espacios, recordando que en Mendoza ingresar a cauces y canales no habilitados está prohibido y puede derivar en sanciones.

El Departamento General de Irrigación recuerda en campañas oficiales que bañarse o ingresar a canales y otras obras hidráulicas constituye una contravención contemplada en el Código Contravencional (Ley 9099), con multas o incluso arresto/trabajo comunitario según el caso.