

La Cerdanya veu el nòrdic ‘walking’ com l’alternativa de l’esquí a l’estiu

► Entitats esportives i administracions muntan la primera trobada acadèmica a La Molina

MIQUEL SPA | PUIGCERDÀ
■ La Cerdanya podria haver trobat el complement esportiu i turístic que doni sortida a l’esquí durant la temporada d’estiu i tardor: el nòrdic walking. Les estacions d’esquí, les institucions públiques i els gestors turístics privats veuen en aquesta activitat esportiva popular una eina que podria esdevenir clau els pròxims anys per desestacionalitzar el turisme de neu i l’ús de les estacions d’esquí. Amb aquest objectiu la comarca celebra el pròxim cap de setmana la primera edició de l’*Stage de Nordic Walking Pirineus-Cerdanya*.

Després d’uns anys en què el nòrdic walking s’ha anat fent popular amb sortides i proves esportives, ara l’Associació Esportiva Nordic Walking Pirineus, amb seu a Alp, ha apostat per organitzar una trobada que durant dos dies aplegarà practicants i especialistes per analitzar el present i el futur d’aquest esport al país. És la primera vegada que s’organitza un esdeveniment acadèmic, tot i que també esportiu, sobre el nòrdic *walking*, segons ha explicat Jordi Pau Caballero, de l’entitat organitzadora. Caballero ha afegit que aquesta activitat no tan sols aporta un nou element de salut i associacionisme entre els veïns, sinó que, a més, incorpora un nou potencial turístic a la Cerdanya. Per això han donat suport a l’estada ens turístics com l’estació de La Molina i l’Associació d’Hotels i Càmpings de la Cerdanya, a més



Un dels grups de practicants de nòrdic *walking* de la Cerdanya, al parc Schierbeck de Puigcerdà

a més d’institucions públiques, com l’Ajuntament d’Alp, l’Agència Catalana de la Joventut i el Patronat Comarcal de Turisme de la Cerdanya.

En aquesta línia de col·laboració entre l’Associació Walking Nordic Pirineus i les institucions públiques, l’entitat prepara convenis per portar de nou aquest estiu un programa d’activitats a La Molina i una xerrada al Club Sant Jordi de Puigcerdà per acostar aquest esport a la gent gran de la capital cerdana.

LA CLAU

ESFORÇ EQUILIBRAT
Es tracta de fer el gest de caminar repartint les càrregues

► El nòrdic *walking* és una activitat física consistent a fer el gest de caminar d’una manera equilibrada i repartint l’esforç per tot el cos amb l’ajuda d’uns bastons específics. Hi ha tres nivells: el de salut, el de fitness i l’esportiu, per als més avançats.

Conferències i sortides
Les inscripcions a l’estada, que és a La Molina, van a molt bon ritme i segons va explicar ahir Caballero ja hi ha més d’un centenar de persones apuntades a les sortides d’iniciació i perfeccionament, a la nocturna i a la de diumenge. A la cita també hi haurà, però, temps per a l’anàlisi. Així, per exemple, s’hi faran conferències sobre medicina i salut en l’esport, pràctiques dietistes nutricionistes, tècniques esportives de nivell professional o aprofitament turístic.