

proa

LA NACION

www.lanacion.com.ar
DOMINGO 24
DE MAYO
DEL 2006

SOLO COMERCIO

Trece años sin libertad: la dura batalla de Aung San Suu Kyi. P.14

DEPORTE JOVEN

El 'kitesurf' mueve pasiones. Una de sus protagonistas es tica. P.18

Niños con males de adultos: Cada vez más menores sufren de diabetes tipo 2, hipertensión y colesterol elevado. **FUTURO:** Vivirían menos que sus padres.

HARRISON MOYA FONSECA, de 8 años y vecino de Desamparados, tiene sobrepeso y triglicéidos altos.

JOSE DIAZ/LA NACION





Deportes

Entre viento y mar

El 'kitesurf', un deporte incipiente a nivel mundial, ya ha logrado capturar la atención de varios costarricenses. En abril, la tica Melissa Gil, de 25 años, conquistó el primer lugar en el Campeonato Mundial de Kite Speed, y logró consolidar su nombre en esta disciplina.

Amy Ross A. amyross@nacion.com

Hace pocos años, en los límites entre el mar y la tierra, allí donde confluyen tres de los cuatro elementos de la naturaleza, nació un nuevo deporte. Es una actividad que combina componentes kitesurf, el paracaidismo y la vela; se llama *kitesurf*.

El 5 de abril de este año, la costarricense Melissa Gil, actual residente de Jupiter, Florida, se convirtió en la campeona mundial de *kite speed*, una disciplina del *kitesurf* basada en la velocidad.

El *kitesurf*, fusión entre las palabras *kite* (cometa o papalote, en inglés) y *surf*, es un deporte de navegación en el cual se usa la fuerza del viento para arrastrar al deportista (denominado *kiter*) a través del agua en una tabla diseñada para tal efecto.

El equipo básico del *kitesurf* consiste en una cometa, una barra de dirección, un arnés, una tabla y cuatro o cinco líneas que sujetan la cometa. Dos de las cuerdas están asidas a la barra de tracción, mientras que las dos o tres restantes pasan por el centro de la barra y se sujetan al cuerpo del *kiter* con la ayuda del arnés.

A pesar de su corta edad como deporte formalizado, el *kitesurf* está creciendo a muy buen ritmo y ya se ha consolidado en algunas regiones del mundo, particularmente en Estados Unidos y Europa. Actualmente, se realizan campeonatos frecuentes e incluso torneos internacionales en las distintas disciplinas.

El *freestyle* consiste en hacer trucos en el aire y, en esta categoría, pueden realizarse competencias específicas como el *big air*, en el que se busca saltar lo más alto posible, y el *kite loop* que es un truco en que el deportista debe suspenderse en el aire mientras la cometa hace un giro de 360 grados.

La categoría de *course racing* se refiere a una disciplina del *kitesurf* en la cual se realizan carreras en un curso marcado con boyas y los competidores tienen que subir y bajar en medio del viento, siempre pasando alrededor de las boyas y manteniendo el curso designado.

MELISSA GIL / PARA LA NACIÓN

MELISSA GIL empezó a practicar el *kitesurf* hace cuatro años. Dice que ama el deporte por su gran versatilidad y por la sensación de libertad que le proporciona.



MELISSA GIL / PARA LA NACIÓN

VELOCIDAD. El 5 de abril de este año, Melissa Gil y Alexandre Caizergues obtuvieron el primer lugar en el Campeonato Mundial de Kite Speed.

“Desde pequeña, el océano me cautiva de modos que ni siquiera puedo describir”

El *downwind racing* es una carrera donde se comienza en un punto específico y se corre, bajando con el viento, hasta llegar al final. Generalmente se realiza en forma paralela a la costa y puede ser de diferentes distancias (de 15 a 60 millas; es decir entre 24 y 96 kilómetros).

Las competencias denominadas *waves* se realizan en las olas, normalmente con una tabla de surf, y consisten en navegar las olas y hacer maniobras de tipo aéreo, así como cortes, como los que se hacen en el surf.

Finalmente, el *speed racing*, la categoría en la cual Gil logró la supremacía, se realiza en un trayecto marcado con boyas de 500 metros. En este espacio, los competidores deben ir lo más rápido que puedan en una línea directa.

En diciembre del año pasado, el World Speed Sailing Record Council (WSSRC), ratificó una velocidad presentada por un *kiter*, y de esta forma convirtió al *kitesurf* en el mecanismo de navegación más rápido del planeta.

Esto lo logró el francés Alexandre Caizergues quien, el 4 de octubre del 2008, en Ludertz, Namibia, superó la barrera de 50 nudos; alcanzó 60,57 nudos e impuso un nuevo récord mundial.

Campeona mundial

Melissa Gil nació en Miami, Florida, pero se mudó a Costa Rica a los tres años de edad, con su familia. Aquí pasó su infancia y cursó su educación primaria y secundaria. Luego de un año en la Universidad de Costa Rica, se trasladó a Florida para cursar una carrera en Biología Marina.

“Desde que era muy pequeña, he tenido una pasión por el océano. De alguna forma, me cautiva de modos que ni siquiera puedo describir”, asegura Gil, quien practicaba el surf y el *body board* desde que sus años de adolescente en Costa Rica.

Cuando llegó a Miami, vivió con sus tíos, Eduardo e Irene Owen, quienes practicaban el *windsurf*, deporte predecesor del *kitesurf* en el que una vela está sujeta de forma vertical a la tabla.

Al descubrir a una persona practicando el *kitesurf* en la playa, Melissa y su tía quisieron

Aproveche las Vacaciones de medio año y viaje a Perú - Bolivia y Chile



20 años de experiencia, hacen la diferencia. Trabajando con seriedad y responsabilidad.

Somos especialistas en los viajes más exóticos y diferentes visitando los países y regiones del mundo que usted siempre ha soñado. En todas nuestras excursiones garantizamos acompañante desde Costa Rica.

Para el próximo mes de julio coincidimos con las vacaciones de medio año, tendremos una línea exclusiva a esas fechas visitando: Lima, Líbano de Nazca, Machu Picchu, Arequipa, Cañón del Colca, Lago Titicaca, La Paz, Parques Nacionales del Norte de Chile, Desierto de Atacama y Santiago.

MARAVILLAS DE SURAMÉRICA. Disfrute de la mejor época del año, como lo es la primavera, para visitar Suramérica y aproveche en UN SOLO VIAJE para conocer CINCO PAÍSES, DOS MARAVILLAS DEL MUNDO y muchos otros lugares de fama mundial. En 26 días de viaje visitaremos: Lima, Cusco, Machu Picchu, Río Amazonas, Curitiba, Cataratas del Iguazú, Puerto Alegre, Orizaba, Casale, Punta del Este, Montevideo, Buenos Aires, Bariloche, Puerto Moxos, Villa del Mir, Valparaíso y Santiago de Chile. Prepárese con tiempo, siendo primera semana de noviembre.

ÁFRICA: Para el mes de noviembre viaje en nuestra tradicional excursión de todos los años a Sudafrica, Durazno (parques nacionales de Kruger y Ngorongoro), Isla de Zanzibar y Kenia.

Tenemos excelentes precios. Para consultas y mayor información, llamar a Viajes Trotamundos, tel. 2222-2015 y 2221-9936.

Coordinadores: Adrián Solano, Eugenio Solano, celular: 8896-5044, 8363-3415

E-mail: viajes@trotamundos@hotmail.com

Lo invitamos a visitar nuestra página web: www.viajestrutamundos.net



MELISSA GIL / PARA LA NACIÓN

ADRENALINA. El kitesurf es un deporte de riesgo que está proliferando alrededor del mundo, particularmente en Estados Unidos y Europa. El deporte como tal, tiene menos de 15 años de existir, pero reúne elementos de actividades más antiguas como el paracaidismo, el surf y la vela.

aprender, y lo hicieron juntas. "Si no fuera por mis tíos, no habría logrado lo que he logrado. Ellos me introdujeron al deporte y me dejaron usar su equipo de kitesurf", cuenta Melissa.

El kitesurf es un deporte individual. Existen equipos en que las personas son patrocinadas por la misma marca y en ese sentido tienen respaldo, pero usualmente cada quien viaja solo a competir con los demás.

Melissa pertenece al grupo Cabrinha, una marca de cometas que le proporcionó el equipo necesario para participar en los torneos, tanto nacionales, como fuera de Estados Unidos.

Gil compete en todas las categorías y se ha destacado como *kiter* a nivel internacional. Entre sus logros destaca el primer lugar en el *downtown race* femenino en el Tampa Bay Kite Masters, y el primer lugar en *course racing*

en el Miami Kite Masters, ambos en abril del año pasado.

El primer lugar en el Campeonato Mundial de Kite Speed, con una velocidad de 30,13 nudos, fue la cereza en un pastel ya repleto de éxitos.

Con el título de Kite Speed bajo su brazo, Melissa pretende asistir a todos los torneos de Estados Unidos y competir en las otras disciplinas, así como ir al torneo mundial de *course racing* que se realizará este año en San Francisco, California.

Su ambición también la motiva a perseguir el récord americano de velocidad de 36 nudos y tratar de romper la marca mundial de 46 nudos.

Deporte versátil

Una de las razones por las cuales el kitesurf es tan popular y crece de manera tan acelerada, es por la posibilidad de practicarlo

en lugares diversos y de diferentes formas, pues se puede hacer en playas, pero también en las aguas tranquilas de lagos y ríos.

Lo importante es que estos lugares reúnan los ingredientes indispensables: viento y agua.

En el mundo, algunos de los lugares predilectos para este deporte son la ciudad de Tarifa, al sur de España; la ciudad de Cabo, en México; y la ciudad capital de Sudáfrica.

Pero no hace falta salir de Costa Rica, ya que su viento fuerte y constante a lo largo de la temporada lo convierte un destino ideal para el kitesurf.

Para Gil, los mejores sitios nacionales son playa Copal, en Bahía Salinas, y el lago Arenal. En ambos lugares se pueden tomar clases de kitesurf y ya hay varios tíos y tías que practican el deporte.

Gil considera que tomar cla-

ses es indispensable, ya que el kitesurf puede ser un deporte con riesgos si no se sabe manejar el equipo. "El deporte es muy peligroso porque la persona está conectada al kite con un arnés, y con el viento, el kite adquiere mucha fuerza. Hay que aprender a levantar el kite cuando cae al agua y aprender todo sobre la seguridad. Hay que saber qué hacer cuando las cosas no salen", retorta Gil.

Las clases pueden costar desde \$40 (\$23.000) la hora, pero en algunos lugares venden paquetes de varias clases por un monto más cómodo.

Si se toman las precauciones necesarias, el kitesurf puede ser un deporte muy emocionante y variado. "Tengo amigos que hacen kitesurf y tienen edades desde 13 hasta 70 años, hombres y mujeres. Todos disfrutan de alguna variante del deporte. El kitesurf y permite hacer muchas cosas distintas; como navegar en las olas, hacer trucos técnicos, saltar lo más alto posible o participar en carreras. Hay algo para cada persona", detalla Gil.

Melissa se graduó de la universidad a finales del 2006 y actualmente trabaja para el Departamento de Protección Ambiental de Florida.



Iniciación en 'kitesurf'

Diez consejos para tomar en cuenta

El 'kitesurf' puede ser muy emocionante, pero en manos inexpertas es peligroso. Si le interesa iniciarse en este deporte, considere los siguientes consejos:

1. Empezar realizando un curso en una escuela de kitesurf con un instructor calificado que le pueda enseñar los aspectos básicos de este deporte y cómo manipular el cometa y la tabla al mismo tiempo.
2. Utilice material adaptado a las condiciones ambientales y a su nivel. Asegúrese de que el equipo que va a usar está en buenas condiciones.
3. Infórmese sobre las condiciones imperantes en la zona y sobre la previsión meteorológica de corto plazo.
4. Consulte y respete las posibles restricciones a la práctica del kitesurf de cada zona y no se aleje mucho de la costa.
5. Nunca navegue en solitario.
6. No practique kitesurf cuando hay fuertes ráfagas de viento, ya que estas pueden hacerle perder su estabilidad.
7. Nunca practique kitesurf cuando haya riesgo de tormentas eléctricas.
8. No practique kitesurf en zonas con baristas o en playas abarrotadas. Tampoco navegue en playas con obstáculos cercanos.
9. Nunca sujete las líneas del kitesurf directamente con las manos.
10. No navegue cerca de tendidos de alta tensión o de aeropuertos.

FUENTE: WWW.ZONAKITESURF.COM

Mantenimiento preventivo....
o reparaciones?
Mantenimiento = ahorrar.
www.lalercardot.com
TEL: 2271-4000
SIMPLETEL SUBSISTEMAS
TEL: 2256-0000
LA ZONKA