

## CAPÍTULO V – ESTUDIO ETNOGRÁFICO: EL GIMNASIO DE ENTRENAMIENTO DE ALTO NIVEL

---

De acuerdo con lo presentado en los capítulos I y III, el segundo gran objetivo de esta investigación es describir el funcionamiento de una sala de preparación de gimnastas de elite a través de un estudio etnográfico que de cuenta de los mundos sociales y culturales en los que se desarrolla la vida de un grupo de gimnastas<sup>1</sup>. Esta decisión ha sido tomada para poder contextualizar la práctica de la GAM y poder establecer así una comparación posterior entre los hallazgos relativos a la lógica interna y la dinámica de entrenamiento llevada a cabo en el Gimnasio. No se pretende aquí dilucidar el entramado profundo de relaciones y estructuras que fomentan el deporte de alto nivel, ni tampoco realizar un estudio antropológico institucional de un centro de alto rendimiento. No obstante, existen algunos presupuestos políticos, administrativos y organizativos que regulan las actividades desarrolladas en el Gimnasio estudiado, que han sido incorporados con la intención de situar la descripción<sup>2</sup>.

Así pues, iniciamos este capítulo con un breve examen institucional de los Centros de Alto Rendimiento del estado español, centrando la atención en el caso particular del CAR de Sant Cugat. A continuación, realizamos una caracterización del “mundo espacio-temporal del Gimnasio”, a través de la cual buscamos presentar los lugares y ritmos en que se desarrollan las actividades de entrenamiento y de los recursos materiales existentes en la sala. Este apartado acaba con la descripción de una jornada diaria de entrenamiento, entendida como síntesis de la microcultura analizada.

Después, en estudio se centra en “el mundo social del gimnasio”, es decir, una caracterización de los gimnastas, el cuerpo técnico y demás personas que frecuentan la sala, sus relaciones y algunos rasgos significativos de esta microcultura. Luego, nos centramos en “el mundo vital del gimnasta”, narrando las

---

<sup>1</sup> Por razones estratégicas el trabajo de campo se limita al Gimnasio, lo que restringe el concepto “lógica externa”. Pese a eso, a lo largo de los apartados que componen este capítulo añadimos algunas informaciones sobre los espacios intersticiales (el resto del CAR) y también sobre los espacios exteriores (la sociedad).

<sup>2</sup> Tal y como han hecho otros investigadores como Zulaika (1989), Anta (1990) y Mata (2004) en sus respectivos estudios antropológicos sobre la mili y el fútbol.

características singulares de la carrera deportiva, desde el ingreso hasta la salida del Gimnasio.

Por último, hacemos una breve incursión en “el mundo simbólico del gimnasio”, indicando nuestras impresiones sobre los rasgos más representativos de la identidad gimnástica producida en esta sala, los valores que los protagonistas consideran necesarios para llegar a ser un buen gimnasta, además de algunos comportamientos rituales típicos de esta microcultura deportiva y de una breve discusión sobre la doctrina “militar” amorosiana que impera en el interior del Gimnasio.

## **5.1. EL GIMNASIO COMO INSTITUCIÓN**

En el inicio de esta investigación estudiamos algunos de los rasgos más significativos del deporte, en especial en el ámbito del alto rendimiento. De ellos destacamos la necesidad de una gran inversión económica y de una infraestructura adecuada para que los deportistas puedan desarrollar toda su capacidad competitiva en las distintas modalidades. Buscando fomentar el desarrollo del deporte de alta competición, el gobierno español procedió con una serie de medidas legales, algunas de las cuales han sido capitales para la instauración de los Centros de Alto Rendimiento.

### **5.1.1. Los Centros de Alto Rendimiento**

El apoyo estatal al deporte de competición se remonta a las décadas de 1920 y 1930. Pero no fue hasta, 1968, con la publicación del “Plan Ideal de Instalaciones Deportivas” que el gobierno español expresó de forma explícita su apoyo al desarrollo de la actividad deportiva (García Ferrando, Puig y Lagardera et al., 2002). Respecto a la performance de alto rendimiento, el apoyo estatal al deporte de competición vino a notarse en 1978 cuando el Consejo Superior del Deporte (CSD) “crea un plan de tecnificación que intenta responder a la necesidad de atender al deporte de alto nivel” (García Manso, Navarro y Ruiz, 1996: 73). Este plan disertaba sobre la necesidad de la construcción de Centros de Alto Rendimiento (CAR), centros de iniciación técnico deportiva (CITD) y también centros de promoción técnico deportiva (CPTD). La elección de Barcelona como sede los Juegos Olímpicos de verano de 1992, fue uno de los

principales motivos que llevó el gobierno a poner en marcha un gran proyecto de construcción de centros de entrenamiento de alto rendimiento. De modo que, desde la segunda mitad de los ochenta, hubo una clara intención de impulsar y dar el apoyo necesario al desarrollo del deporte de alta competición, esfuerzo que se vio recompensado durante las olimpiadas de Barcelona con la mejor participación del equipo español de todos los tiempos en un evento de esta naturaleza (Ministerio de Educación y Ciencia, 1996).

En realidad fue a partir del 15 de octubre de 1990 cuando el deporte de alto rendimiento español recibió un gran impulso, con la publicación del “artículo 8k de la Ley 10/1990”, en el cual se determinó que “una de las competencias del Consejo Superior de Deportes es elaborar y ejecutar, en colaboración con las comunidades autónomas y, también con las entidades locales, los planes de construcción y mejora de las instalaciones deportivas para el desarrollo del deporte de alta competición, así como actualizar en el ámbito de sus competencias, la normativa técnica existente sobre este tipo de instalaciones” (cf. Consejo Superior del Deporte, 2003; García Ferrando, Puig y Lagardera et al., 2002: 169, 235). De acuerdo con esta ley, los centros de entrenamiento deportivo fueron divididos en las siguientes categorías:

a) Centros de Alto Rendimiento Deportivo (CARD o CAR)

“Instalaciones deportivas de titularidad estatal y/o autonómica cuya finalidad es la mejora del rendimiento deportivo proporcionando a los deportistas de alto nivel las mejores condiciones de entrenamiento y atendiendo prioritariamente a las necesidades de entrenamiento de las Federaciones Deportivas Españolas”.

b) Centros de Tecnificación Deportiva (CTD)

“Instalaciones de titularidad autonómica que tienen por finalidad atender el perfeccionamiento de los deportistas y cuya actividad se desarrolla fundamentalmente en el ámbito territorial autonómico”.

c) Centros Especializados

“Instalaciones de titularidad autonómica y/o local cuyo objetivo es ser centros de entrenamiento para modalidades deportivas concretas que no pueden ser atendidas en los centros señalados anteriormente”.

Particularmente, los centros especializados fueron divididos en “Centros de Especialización de Alto Rendimiento” (CEAR), es decir, en lugares desarrollados para el entrenamiento de alto nivel de una única modalidad deportiva, y en “Centros Especializados de Tecnificación Deportiva” (CETD), desarrollados para

el perfeccionamiento de los deportistas de una única modalidad deportiva con menor alcance territorial, normalmente autonómico.

El marco legal que establece la ley de 1990 también determinó que los centros pasarían a ser financiados fundamentalmente por las comunidades autónomas, corporaciones locales u otras entidades públicas, cuya titularidad o gestión les corresponde. Además, suscribiendo el correspondiente convenio de colaboración, el Consejo Superior de Deportes podría ayudar en su financiación (Ministerio de Educación y Ciencia, 1996). Observando detenidamente la definición que establece dicha ley, un Centro de Alto Rendimiento Deportivo (CARD), o simplemente Centro de Alto Rendimiento (CAR), consiste en un espacio especialmente destinado al entrenamiento de deportistas de alto nivel, un entorno favorable a su preparación y dotado de las condiciones necesarias para la práctica del deporte de competición con una infraestructura a la altura de los demás países desarrollados, con el que se busca obtener resultados representativos a nivel internacional. En términos del Consejo Superior de Deportes “una fábrica de futuros campeones”<sup>3</sup>.

En la actualidad existen varios centros de este tipo en funcionamiento en las distintas comunidades autonómicas españolas, de los cuales destacamos el de Madrid y el de Sant Cugat del Vallès (Barcelona), los únicos que poseen un espacio específico, un Gimnasio, destinado a la GAM<sup>4</sup>.

---

<sup>3</sup>[http://www.madrid2012.es/espanol/noticias.../pagina4\\_reportajeCARMadridqg-09-02.htm](http://www.madrid2012.es/espanol/noticias.../pagina4_reportajeCARMadridqg-09-02.htm)  
(Consulta: 13-05-03).

<sup>4</sup> De acuerdo con el Consejo Superior del Deporte hay que añadir tres Centros de Tecnificación Deportiva (CTD) que ofrecen actividades de Gimnasia Artística: el de Castilla y León, el de Murcia y el de Alicante (Ministerio de Educación y Ciencia, 1996: 16).

### 5.1.2. El CAR De Sant Cugat

“El objetivo de los Centros de Alto Rendimiento, es el de proporcionar a los deportistas, las mejores condiciones de entrenamiento para que puedan preparar a fondo su participación en los JJ.OO. y en las competiciones de carácter Mundial y Europeo” (Ministerio de Educación y Ciencia, 1996: 15).

El Centro de Alto Rendimiento (CAR) de Sant Cugat empezó a funcionar en octubre de 1987<sup>5</sup>, aunque su inauguración oficial ocurrió en noviembre de 1989. Situado en el término municipal de Sant Cugat del Vallès, en la provincia de Barcelona, ocupa 18 hectáreas de la zona, con una superficie de 32.000 m<sup>2</sup> edificados dentro de los terrenos de la heredad "Vullpalleres". De acuerdo con su página web, el CAR “es una entidad de derecho público de las reguladas en el Capítulo III de la Ley 4/85, de 29 de marzo, que fue creada por la Ley 13/88, de 31 de diciembre (DOGC 1988), con personalidad jurídica propia, que actúa en régimen de empresa mercantil y disfruta de autonomía en su organización”. Su vinculación con el Consejo Ejecutivo de la Generalitat de Catalunya se produce a través del Departamento de Cultura, al cual queda adscrito mediante la “Secretaria General de l'Esport” (SGE)<sup>6</sup>.

La manutención económica del centro proviene de SGE y del CSD, según el convenio firmado por ambas instituciones, además de los recursos aportados por patrocinios y/o ayudas de fundaciones y empresas, en su mayoría vinculadas a productos deportivos. El centro dispone de gestión autónoma, a partir de un equipo administrativo, siguiendo la política deportiva que establece el “Consell Català de l'Esport”<sup>7</sup>. De acuerdo con sus estatutos, la función principal de este centro es dotar a los deportistas de los medios necesarios a fin de rentabilizar sus esfuerzos y sus potencialidades al máximo y alcanzar el más alto nivel competitivo. Se trata de una institución diseñada para la optimización del deportista de alto rendimiento, poniendo a su disposición los medios materiales, técnicos, pedagógicos, científicos y humanos necesarios para el entrenamiento,

<sup>5</sup> Con anterioridad a la publicación de la ley de 1990.

<sup>6</sup> Para la SGE el “Centre d'Alt Rendiment (CAR) és una estructura de suport de la màxima qualitat científic-tècnica per a l'esport en general i molt especialment per a l'esport d'alt nivell. El CAR va iniciar les seves activitats l'any 1987 com un instrument de millora dels esportistes d'alt rendiment, posant al seu abast els mitjans materials, tècnics, pedagògics, científics i humans necessaris; vetllant sempre per la seva formació integral, i fent arribar a la societat els coneixements generats per aquestes activitats” <http://cultura.gencat.net/esport/car/index.htm> (12-3-4). Consultando otras fuentes parece que el CAR pasó a estar suscrito a partir del 2004 al “Departament de Presidència de la Generalitat de Catalunya”, información que no hemos podido confirmar.

además de “velar siempre por su formación integral y de hacer llegar a la sociedad los conocimientos generados por estas actividades” (CAR, 2003).

Para el desarrollo de sus múltiples actividades, el CAR está estructurado en cuatro unidades básicas: a) unidad Técnica: instalaciones y coordinación de técnicos; b) unidad Administrativa: dirección y administración del centro; c) unidad Académica: instituto y tutorías; y d) unidad de Investigación: control médico, seguimiento y procesos de entrenamientos, psicología, biomecánica, nutrición, fisioterapia y desarrollo de proyectos de investigación.

En términos arquitectónicos, gran parte de estas unidades mencionadas se encuentran en el edificio central, manteniendo una proximidad importante entre los servicios médicos, la dirección y administración, el restaurante, el salón de actos, las aulas, las áreas de ocio y recreación y algunas de las salas de entrenamiento. Por otra parte, las residencias y demás dependencias destinadas al entrenamiento están distribuidas en edificios periféricos alrededor de este eje central, en su mayoría a una corta distancia, lo que facilita la movilidad por el centro. El edificio central fue construido y utilizado como centro sanitario público y, por lo tanto, ha tenido que ser ligeramente adaptado. No obstante, la mayoría de las edificaciones periféricas, exceptuando la residencia, han sido construidas posteriormente adecuándose a las necesidades de cada modalidad deportiva.

Las instalaciones deportivas con las que cuenta el centro actualmente son las siguientes: pista de atletismo de 400 m. con seis calles interiores y una exterior; zona de lanzamientos; piscina descubierta climatizada de 50 x 25 m; piscina cubierta de 25 m; zona cubierta de atletismo para pértiga y altura; pabellón polideportivo de parquet para deportes de equipo; pabellón polideportivo de suelo sintético; pabellón para gimnasia rítmica; salas de gimnasia artística femenina y masculina; sala de trampolín; dos campos de hierba de 140 x 70 m. para fútbol y rugby; cinco pistas de tenis; circuito de *jogging*; mini-pista de golf; estación de acondicionamiento físico y salas de musculación; salas de boxeo, halterofilia, judo, karate, taekwondo y lucha; y sala de tenis de mesa.

---

<sup>7</sup> Generalitat de Catalunya (2003).



Imagen 17. Perspectiva aérea del CAR de Sant Cugat <http://www.car.edu>

Considerado el mayor y mejor centro de entrenamiento de Cataluña, y uno de los mayores de España, sus instalaciones albergan una gran variedad de modalidades deportivas, especialmente de carácter individual, como el Tenis, Tenis de Mesa, Natación, GAF, GAM, Taekwondo, Atletismo y Golf, aunque algunos deportes de equipo también utilicen sus dependencias esporádicamente. En la actualidad aproximadamente 500 deportistas entrenan regularmente en el CAR, de los cuales 300 viven allí en régimen de internado<sup>8</sup>. Además de los deportistas, aproximadamente otros 150 profesionales entre entrenadores, médicos, fisioterapeutas, nutricionistas, psicólogos, administradores, cocineros, equipo de limpieza y seguridad, completan los recursos humanos del centro.

Destacado públicamente como una de las joyas del privilegiado municipio de Sant Cugat del Vallès, el centro está “protegido” detrás del cinturón montañoso que rodea la ciudad de Barcelona<sup>9</sup>. En otras palabras, está situado estratégicamente a pocos kilómetros de la capital catalana, junto a Autopista AP2,

<sup>8</sup> Tal y como expresa el Consejo Superior del Deporte en Ministerio de Educación y Ciencia (1996: 15), la residencia en el CAR puede ser “continuada y/o temporal”. La posibilidad de internado y la libertad controlada de entrar y salir, que por supuesto es más formal que real, permite decir que se trata de una “institución total”. Una institución que proporciona un “mundo propio”, en este caso altamente vinculado a los valores promovidos por el deporte de alta competición, tal y como señala Anta (1990: 12-15).

<sup>9</sup> Aunque no hemos podido encontrar ninguna declaración directa en este sentido, la ubicación del CAR parece funcionar como un mecanismo de “aislamiento” benéfico, que permite a los deportistas desarrollar sus entrenamientos con la tranquilidad necesaria, a la vez que posibilita a los usuarios tener centros sanitarios, aeropuerto y estación de trenes a una distancia razonable. Según Mercurial (1973: 19), desde la Grecia antigua los gimnasios solían estar “apartados de las ciudades”.

con acceso relativamente fácil: desde el centro de Barcelona no se tarda más que 30 minutos, tanto en coche como en los trenes intermunicipales (cercanías) que parten, cada 15 minutos, de la estación de “Plaça Catalunya”.

Como muestra de la excelencia de sus instalaciones, durante los Juegos Olímpicos de Barcelona el CAR fue sede de entrenamiento de varios deportes como Lucha Olímpica, GAM, Gimnasia Rítmica y Fútbol. También en este período, el centro acogió la concentración de todo el equipo paraolímpico español que participó en los Juegos Paraolímpicos. Además, durante los últimos años viene recibiendo varios equipos y atletas españoles y extranjeros de renombre internacional, para períodos de concentración, prétemporada o intercambio. Debido a la calidad de los servicios prestados y fundamentalmente a los excelentes resultados obtenidos por los atletas que entrenan en este centro, el CAR ha adquirido un gran prestigio internacional erigiéndose como símbolo de orgullo catalán, atrayendo la atención de varios profesionales e instituciones extranjeras interesadas en el deporte de alta competición (Generalitat de Catalunya, 2003).

Se puede considerar al CAR como una pequeña “comunidad”, una institución que concentra un gran número de personas que, además de actividades deportivas, comparten vida escolar, residencia, actividades de ocio y recreación, elevando el grado de colectividad social, de sentimientos de pertenencia y de amistad (Acuña, 1994: 152). Dentro de este centro se encuentra el Gimnasio de GAM, una sala situada en el brazo izquierdo del edificio central, al lado de la sala de GAF y que además comparte el pabellón con las salas de Taekwondo, Judo y Halterofilia.

Para poder acceder a la sala, en primer lugar, es necesario superar el portal principal de entrada del CAR vigilado por un “responsable de la entrada” que controla desde su garita el flujo de personas y vehículos<sup>10</sup>. Una vez en el interior del centro hay que dirigirse al extremo izquierdo pasando por las ventanas de los despachos de administración y por el campo de mini Golf. Al cruzar la puerta automática de cristal que da acceso al edificio hay un salón que, además de dar paso a las aulas donde los deportistas acuden diariamente a estudiar,

---

<sup>10</sup>Durante todo el tiempo de duración del trabajo de campo he tenido que identificarme a los guardias de seguridad del CAR para poder acceder al interior del mismo. En todas las veces me identifiqué como “el que viene a hacer la investigación con los chicos de GAM”.

conecta el bloque central con otros edificios periféricos. Unos de los caminos posibles, a partir de este salón, es un largo y estrecho pasillo que por el lado izquierdo está construido por una pared transparente que permite ver la parte exterior del edificio (*parking*, portería principal, césped, etc.) y por el derecho ofrece, a cada 20 metros aproximadamente, las puertas que dan acceso a una de las 5 salas de entrenamiento de este pabellón. Tras recorrer todo el pasillo, la última puerta es la entrada principal del Gimnasio de GAM. Atendiendo a los criterios de seguridad del centro esta puerta sólo puede ser abierta por los entrenadores y por el personal del CAR<sup>11</sup>.

Esta no es la única posibilidad de acceder a la sala, existen otras dos: la primera es una inmensa puerta deslizante de hierro situada en la parte de atrás del pabellón, utilizada normalmente para la entrada del material de gran tamaño. En esta gran puerta existe una abertura pequeña que frecuentemente es usada por los entrenadores para entrar en la sala y que permanece cerrada la mayor parte del tiempo; la segunda es una puerta que comunica la sala de GAM con la de GAF y, como se encuentra en la parte interior de ambas, para acceder a ella se necesita primero entrar en la sala de GAF. Estas tres puertas controlan el acceso al interior de la sala, y además representan el primer indicador del hermetismo físico al que está sometido el interior del Gimnasio.

De esta forma el CAR y el Gimnasio no son espacios públicos en el sentido de que cualquier persona pueda utilizar sus servicios o acudir a sus instalaciones, tampoco constituyen un espacio totalmente privado, como puede ser nuestra propia casa. En realidad es un espacio semi-público, restringido al personal calificado (atletas y cuerpo técnico), que permite de forma controlada el acceso de algunas personas como políticos, directivos, profesionales del deporte, familiares de deportistas, amigos, exgimnastas, otros entrenadores, siendo inaccesible para el público en general<sup>12</sup>. Y también, ocasionalmente, a un exgimnasta reconvertido en antropólogo del deporte e interesado en observar de cerca el universo cultural de esta peculiar comunidad.

---

<sup>11</sup> En varias oportunidades hemos llegado algunos minutos antes del horario regular de entrenamiento y hemos tenido que esperar afuera, en el pasillo o bien el salón, hasta que uno de los entrenadores llegase para abrir.

## 5.2. EL MUNDO ESPACIO-TEMPORAL DEL GIMNASIO

Este apartado pretende ofrecer una caracterización espacial de la sala de entrenamiento, disertando también sobre la relación que establecen los protagonistas con este espacio, además de algunos apuntes sobre los límites subjetivos que los protagonistas construyen del Gimnasio<sup>13</sup>. Por otra parte, se aborda otro importante aspecto de la peculiaridad cultural deportiva, la temporalidad del entrenamiento. Por último, abordamos los recursos materiales utilizados por el grupo, con especial atención en el cómo emplean los diversos objetos destinados a la preparación gimnástica. Así pues, a través de una lectura del marco espacial, temporal y material buscamos organizar las piezas del puzzle que conforman la estructura básica de funcionamiento del Gimnasio.

---

<sup>12</sup>Considerando el Gimnasio como parte de un complejo polideportivo y que posee una capacidad casi nula para recibir público durante los entrenamientos, se puede decir que consiste en un espacio inadecuado para visitas o cualquier otro tipo de flujo de personas ajenas (no hay gradas, sillas o ninguna otra estructura para recibir público en su interior), tal y como advierte Luis de la Cuadra Oyanguren en Mestre (1984: 144).

<sup>13</sup> Siguiendo el planteamiento de Marc Augé (2000), el estudio del espacio adquiere suma importancia en el análisis cultural, permitiendo entre otras cosas definir las barreras físicas que delimitan lo que está dentro y fuera del Gimnasio, es decir, el mundo interior y el exterior.

### 5.2.1. El espacio de entrenamiento

“El Gimnasio es como una burbuja para mi, esto es una burbuja. Porque esto me ha sacado de muchos problemas, me ha desconectado mucho de ellos. Le llamo burbuja al centro porqué cuando sales hay otro ambiente, esto es, otra vida. Yo cuando estoy lesionado, estoy con la familia, con todos los problemas, todo me viene encima. Y cuando estas aquí desconectas, estas con esto y creas que no, te ayuda a continuar la vida de una forma más fácil. Tienes sus otros inconvenientes y otros problemas, pero respecto a los de la vida real, de familia por ejemplo, el Gimnasio ha sido un medio importante para librarme de ellos” (Jonny - Diario de Campo<sup>14</sup>).

Una vez dentro de la sala la primera impresión es la de estar en una especie de cámara blindada, un espacio “cerrado”<sup>15</sup> inerte al movimiento exterior, normalmente tranquilo, silencioso<sup>16</sup>, controlado y aislado, para que de esta forma los entrenamientos no sufran interrupciones. La “burbuja” de que nos habla Jonny en la anterior citación, muestra de forma metafórica que existe una “vida” dentro del Gimnasio que se desarrolla de forma paralela, distinta a la vida exterior a la sala, en cierto modo “confinando” estas personas el otro “mundo”, una realidad con rasgos muy particulares. Se trata de una sala construida casi completamente por una estructura de acero y hormigón, repleta de materiales y aparatos típicos de la GAM, ambientado con fotos, trofeos, textos y carteles divulgativos de competiciones colgados en la pared, impregnado por un peculiar olor a magnesio<sup>17</sup>. Un templo en el que la Gimnasia es protagonista, tal y como nos comentó en una oportunidad Pere.

<sup>14</sup> Cita extraída del Diario de Campo, en lo sucesivo denominado DC. Por razones éticas los nombres verdaderos de los protagonistas fueron substituidos por seudónimos.

<sup>15</sup> Cerrado en el sentido de que se trata de un lugar restringido a la mayoría de las personas, donde apenas unos pocos tienen acceso (García Alonso en Gutiérrez Estévez, 2002: 25). Para este autor, “no existen espacios abiertos o cerrados” totalmente, sino espacios que tienden a permitir la entrada de uno e impedir la de otros, es decir, con una “apertura” relativa. En opinión de Anta (1990: 36), los espacios acotados definen una realidad interior diferente de la exterior, y las barreras, como las puertas, limitan la permeabilidad a un mínimo con el fin de no interferir en la dinámica óptima de actividades.

<sup>16</sup> “El silencio y la concentración en este enorme espacio de hormigón y madera es extraordinario.” Extracto del reportaje ofrecido por Televisión Española sobre la preparación de los gimnastas españoles juniors durante un control federativo en el CAR de Madrid (12-6-04). En lo sucesivo utilizaremos para las referencias apenas el código (TV2, 2004).

<sup>17</sup> El polvo de magnesio es un producto utilizado para mantener las manos de los gimnastas secas durante su ejercitación. Se trata de un polvo ligero y de fácil impregnación, que además de pintar de blanco todo lo que tiene cerca, sigue flotando por el aire, por lo que se puede sentir su olor, especialmente aquellas personas menos acostumbradas. En las barras paralelas, además de la magnesio, los gimnastas suelen utilizar agua con azúcar, caramelo líquido o miel para mayor adherencia al aparato, por lo que se puede ver algunas botellitas de plástico cerca del aparato a que los gimnastas acuden con frecuencia.

Los límites físicos de la sala están muy bien definidos, formando un espacio rectangular acotado por cinco “paredes”, que mide unos 40 x 20 x 7 metros aproximadamente. Las paredes laterales son uniformes y paralelas, pero el techo que recubre la sala fue construido en forma de “W”, por lo que sus puntas inferiores se encuentran a unos 5 metros del suelo, mientras que las partes altas llegan hasta los 7 metros. Esta característica del techo ha condicionado decisivamente la distribución espacial de los aparatos, restringiendo por ejemplo la instalación de las anillas y la barra fija a las zonas más elevadas.

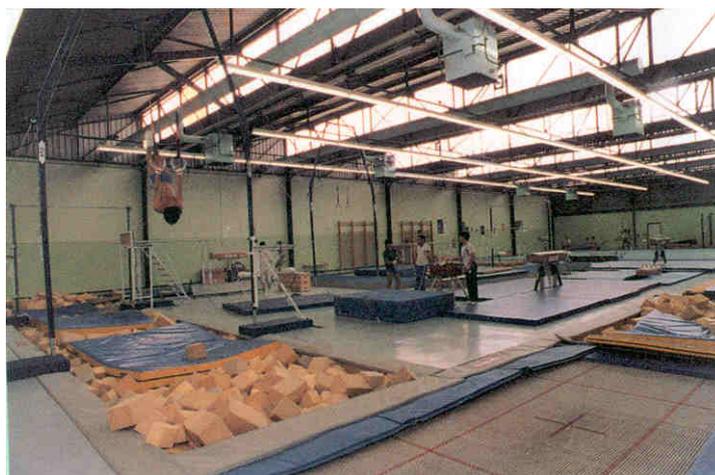


Imagen 18. Gimnasio de GAM: Tríptico publicitario del CAR Sant Cugat (2001)

La sala está bien iluminada, aunque los protagonistas advierten que podría estar mejor, algo imprescindible para la práctica de la GAM. Durante el día penetra algo de luz por las brechas que ofrece el tejado. El Gimnasio también cuenta con un sistema de ventilación y extracción del aire con el que se intenta mantener la temperatura ambiente interior controlada constantemente entre los 20-25 grados en el invierno y los 23-27 grados en verano. Dicho sistema tiene la capacidad de calentar el aire pero no de enfriarlo, lo que permite a todos ejercer sus labores pese al duro frío del invierno, aunque no ayuda casi nada respecto al agobiante calor del verano típico en esta zona. Mientras se realizaba el trabajo de campo, en el verano de 2003, el gimnasio experimentó, durante algunas semanas, una temperatura interior superior a los 30-33 grados, perjudicando sensiblemente el rendimiento de los deportistas. Una tarde, Manuel, uno de los gimnastas juveniles, se acercó y comentó:

“Ya no puedo seguir entrenando, me siento agobiado y no tengo ganas de hacer nada. Con este calor no se puede hacer nada” (DC).

Durante este período, debido al material metálico del tejado (chapa o uralita metálica), la falta de un sistema de ventilación y de aire acondicionado, el calor se mantenía “aprisionado” en la sala, de modo que la temperatura interior superaba con creces la exterior, según la medición de los técnicos de mantenimiento del CAR. Después de que los entrenadores y gimnastas insistiesen repetidas veces con la administración del centro, el problema tuvo una solución temporal, al menos para el resto del verano, con la instalación de dos equipos especiales de aire acondicionado “portátiles”, y gradualmente las actividades volvieron a su normalidad. Los entrenadores advierten que las temperaturas extremas, tanto el frío como el calor, no son idóneas para el entrenamiento pues afectan sensiblemente la capacidad de ejercitación y aumentan drásticamente la posibilidad de lesiones<sup>18</sup>. Cuando las temperaturas son muy bajas se percibe una disminución en la capacidad de atención y cuando son muy altas aparecen los casos de tensión baja y excesivo cansancio. Por otra parte, señalan que estas condiciones dificultan que los deportistas mantengan su cuerpo en la temperatura ideal aumentando el gasto energético. La dificultad de entrenar en condiciones como estas se ve expresada por Paco de la siguiente manera: “Es difícil entrenar con tanto calor. Antes de empezar te sientes chafado” (DC).

Tener un ambiente con la temperatura controlada también impide que los deportistas eliminen más líquidos de lo necesario para el mantenimiento de la temperatura corporal, proceso natural durante el esfuerzo físico intenso<sup>19</sup>. Cuando el aire acondicionado dejó de funcionar los gimnastas demostraron un aumento significativo en el consumo de agua compatible con el aumento de la transpiración. Nunca antes sus botellitas de agua y la máquina-grifo instalada en la entrada de la sala fueron tan importantes.

La estructura de la sala también es capaz de sofocar los “ruidos” externos creando un profundo silencio, interrumpido apenas por el ruido del aire

---

<sup>18</sup> Durante este período se ha notado un bajón en el rendimiento de los gimnastas además de muchos casos de mareo, según nos comentó Xavier.

<sup>19</sup> Sobre este tema consideramos los aportes de Konopka (1988) y Paish (1990). Curiosamente, en algunos deportes según señala Bette (1995: 332), sudar o “mojar la camiseta” es sinónimo de empeño, una “prueba” del sacrificio, que incluso pertenece a la identidad del deportista entregado. En el Gimnasio, en situaciones normales, los gimnastas casi no sudan, y tampoco hemos observado una relación entre sudar y estar entrenando con “ganas”.

acondicionado<sup>20</sup>, la música de fondo y las conversaciones. De modo que las “interferencias” que puede causar el mundo exterior en la sala son mínimas, tanto los cambios ambientales de temperatura, luminosidad, viento y otros aspectos climatológicos, como el ruido causado por el flujo de personas y coches pasan casi totalmente desapercibidos cuando uno está dentro. Excepcionalmente, el ruido producido por la lluvia logra perturbar la tranquilidad de la sala: en estas ocasiones el material metálico del tejado origina un fuerte ruido en el interior de la sala, superior al experimentado del lado de fuera, ruido que puede alcanzar niveles ensordecedores que impiden la comunicación verbal en los días de lluvias intensas, tal y como destaca Julián. Excepto en estas circunstancias, la capacidad hermética de la sala crea un ambiente altamente tranquilo y aséptico. En palabras del entrenador Xavier la sala es una especie de “búnker” o “acorazado resistente a casi todo”. Conscientes de los problemas que supone estar encerrado en un ambiente durante un tiempo prolongado, los protagonistas afirman que la sala necesitaría de unas ventanas grandes que permitiesen la entrada de la luz exterior, además de la posibilidad de ver el “bonito” paisaje que ofrece el CAR.

Aunque las actividades parecen fluir normalmente, entrenadores y gimnastas reclamaban que la sala es pequeña, lo que no permite la distancia de seguridad apropiada entre algunos aparatos, cruzando zonas de entreno, especialmente las zonas de salida, y también dificultando el orden de los aparatos menores o adaptados (alternativos) utilizados para los ejercicios educativos. De todas formas, todos reconocen que se puede trabajar en estas condiciones con normalidad.

Excepto por un estrecho pasillo que permite recorrer la sala por los laterales, el espacio interior está totalmente aprovechado, por lo que no existe ningún sitio vacío. Se demuestra en la sala una alta racionalización<sup>21</sup>, un estricto aprovechamiento del espacio disponible. Existe una organización en la distribución de los aparatos y del material disponible: todo debe estar en su sitio (el espacio de entrenamiento no debe cambiarse, ofreciendo siempre el mismo orden para que no hayan imprevistos). El suelo está casi en su totalidad

---

<sup>20</sup> Julián advierte que el sistema de ventilación y calefacción supera con creces el nivel de decibelios ideal para una sala de entrenamiento, y que en algunas oportunidades se ha producido casos de dolores de cabeza, además de una marcada sequedad en la piel.

recubierto de colchones con unos 20 cm de grosor de alta densidad, que permiten estabilidad suficiente para caminar, subir y bajar de los aparatos, además de la seguridad necesaria. En las zonas de salidas de los aparatos existen colchones de varias medidas y densidades utilizados para amortiguar el impacto de las acrobacias. En el extremo opuesto a la puerta principal de entrada existe un “foso” de tacos de espuma de aproximadamente metro y medio de profundidad, en forma de “U”, sobre el cual están instalados todos los aparatos que requieren mucha seguridad en los entrenamientos, tales como barra fija, anillas, salto, *tumbling* y trampolín (cama elástica) y paralelas<sup>22</sup>.

La sala cuenta con dos barras fijas, cuatro barras paralelas, dos anillas, dos plataformas de salto, cuatro trampolines, dos caballos con arcos, un practicable de suelo de 12 por 12 metros, todos con las dimensiones oficiales, además de una pista de *tumbling* de 18 x 2 metros y un trampolín (cama elástica) de 5 x 3 metros (4 x 2 de red). Los espacios entre los aparatos oficiales están ocupados por una serie de aparatos adaptados diseñados para facilitar el proceso de aprendizaje: dos paralelas de madera bajas, una barra fija y tres anillas con altura variable, un potro sin arcos, dos potros sin patas, tres setas para molinos. Además, el Gimnasio posee un juego de espaldares, una pizarra fijada en la pared, un supino de musculación, una bicicleta estática, una cuerda colgada del techo, diversas piezas metálicas de musculación para trabajo de fuerza, así como “plataformas de ayuda” que son utilizadas por los gimnastas para acceder a los aparatos con mayor facilidad.

---

<sup>21</sup> Según Sánchez en Medica y Sánchez (2003: 57) y Ferrando, Puig y Lagardera et al. (2002: 167) la racionalización del espacio representa una importante característica del deporte de competición actual.

<sup>22</sup> De acuerdo con Magakian (1978: 102), la existencia del foso atiende a una de las necesidades de la GAM especialmente en virtud del riesgo y de la complejidad de los elementos entrenados.



Imagen 19 Escalera de acceso a las Anillas Imagen 20. Seta baja con un arco

En el Gimnasio, está permitido utilizar aparatos no tan nuevos, gastados por el tiempo, impregnados de magnesita por todos los lados, así como colchones agujereados, protecciones fijadas con cinta americana<sup>23</sup> (Imagen 21). Pese a estar dotado de las dimensiones necesarias y material de calidad suficiente para la actividad a que está destinado, los propios protagonistas advierten que existen salas mucho mayores y mejor equipadas<sup>24</sup>. Estas características espaciales pueden ser representadas mediante un plano espacial (Fig. 73)<sup>25</sup>. El mantenimiento de los aparatos y la limpieza de la sala son aspectos tratados con especial importancia: normalmente, la sala suele estar limpia por la mañana,

<sup>23</sup> Existe una diferencia clara entre el espacio deportivo de competición y este espacio de entrenamiento, tal y como comenta Jacques Carbonnel en Barreau y Morne (1991: 39). El primer, debido a su carácter "público" y principalmente en función de la óptica del espectáculo deportivo moderno, adoptado por las federaciones que rigen dicho deporte, tal y como podemos comprobar en los campeonatos mundiales y olímpicos, presenta unas características que buscan la comodidad, el confort y, sobretodo, una buena impresión estética (una imagen agradable) del evento por parte del público. En los espacios competitivos, todo debe estar rigurosamente en su sitio, desde las flores, las pantallas electrónicas, hasta el traje y la corbata de los jueces y asistentes que trabajan en la organización. No se admiten aparatos viejos, sucios, alfombras de color apagado, y otros elementos que podrían dejar una imagen que no sea de glamour, de lujo, de espectáculo. Ya, en el segundo o, mejor dicho, en el Gimnasio de entrenamiento que estudiamos, su carácter "privado", inadecuado al gran público, permite que se oriente las características del espacio hacia sus necesidades y sobretodo a la funcionalidad de las instalaciones respecto a las actividades realizadas, dejando en un según plano el confort, los aspectos estéticos, prescindibles en esta situación.

<sup>24</sup> Como ejemplos de Gimnasio con mejores condiciones espaciales podemos mencionar la sala del "Jenks Gymnastics" (USA) (International Gymnastics, feb. 2004: 34-35) y la de la Federación Brasileña de Gimnasia, localizado en Curitiba (Paraná – Brasil).

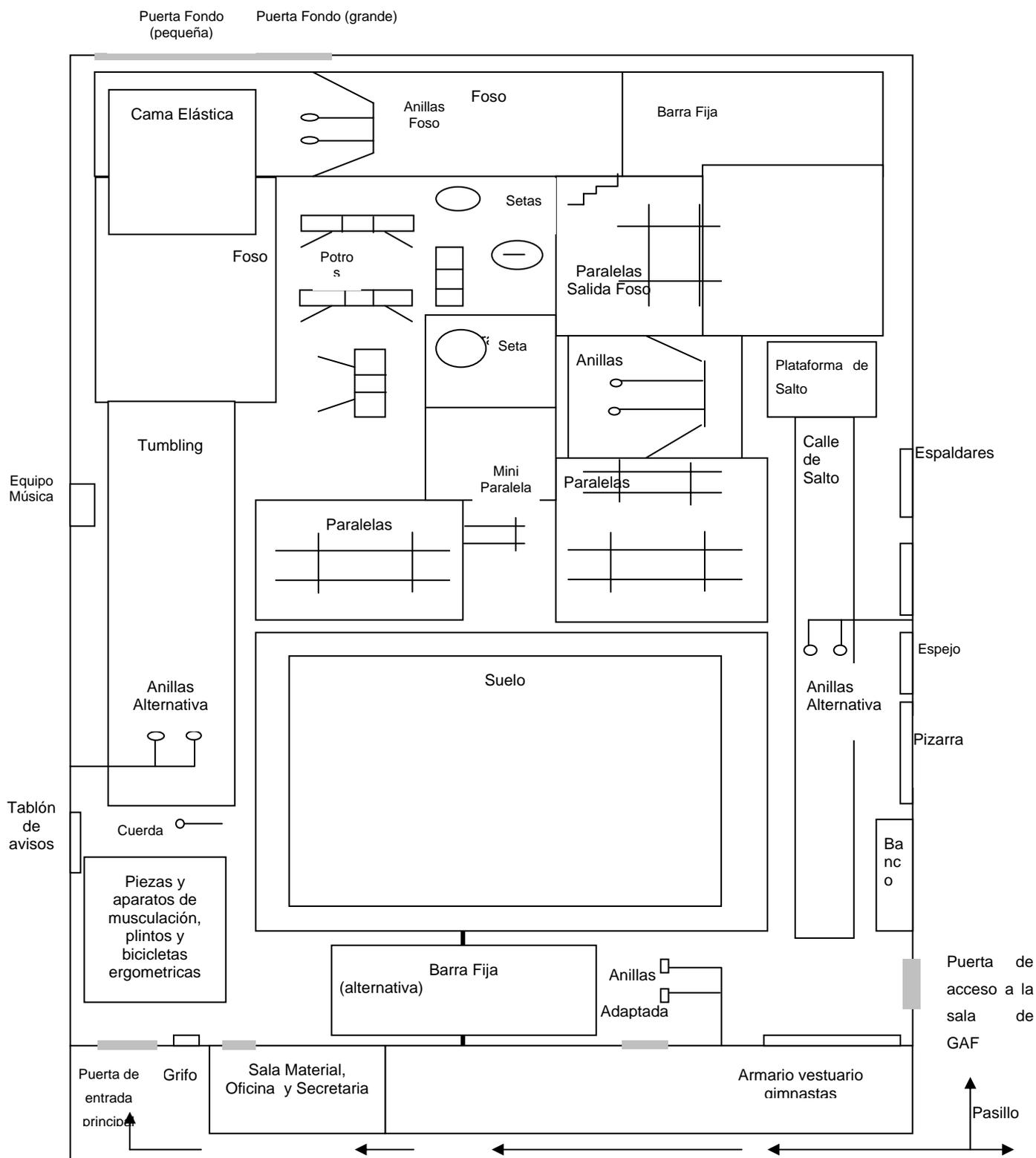
buscando la seguridad y óptimo confort de los protagonistas (Marcelo y Xavier: DC). Una mañana de septiembre (2003) entramos en la sala y el personal de limpieza había dejado mojadas las barras paralelas haciendo su utilización imposible. Según nos contaron Kiko y Tomás, hacía unos meses el personal había fregado la pista de salto haciendo imposible su utilización durante varios días hasta que se secura. En cierta ocasión, Pere nos explicó que el personal de limpieza había recibido explicaciones sobre las características del material para poder limpiarlo y conservarlo en condiciones para el uso cotidiano.



Imagen 21. Potro desgastado.

---

<sup>25</sup> De acuerdo con Taylor y Bogban (1992: 289), el mapa espacial es un recurso que de facilita la descripción del espacio, frecuentemente utilizado en estudios etnográficos.

Figura 73. Representación espacial del Gimnasio del CAR<sup>26</sup>

<sup>26</sup> Peixoto (1984: 108), presenta un plano bastante similar al del CAR, relativo a otro Gimnasio ubicado en Portugal, lo que indica de alguna manera un patrón internacional, o un “estado convencional” como diría Javier Escalera en Medica y Sánchez (2003), respecto a este tipo de espacio gimnástico. Por otra parte, Magakian (1978: 222-224), presenta otros tres modelos de Gimnasio utilizados en Francia en las décadas de 70-80, que tampoco se diferencian demasiado del gimnasio del CAR.

Buscando escapar del confinamiento prolongado al que están sometidos todos los gimnastas, excepto los pequeños, acuden a menudo a la puerta del fondo del gimnasio. Tal y como comentan Sergi y Manuel (DC), abrir la puerta del fondo para poder ver el sol, las personas que transitan por el centro, o simplemente sentir que la vida sigue existiendo en el exterior, “es todo un placer”. Abrir esta puerta significa contactar con el mundo, de hecho es la única “ventana directa” con la realidad exterior que posee el Gimnasio. En opinión de Jonny, es la única posibilidad de escapar de la “burbuja” que representa la vida en el Gimnasio. Según Tomás, todos adoran tener la puerta abierta y no se hace con mayor frecuencia<sup>27</sup> porque las condiciones ambientales externas (calor, viento, lluvia, frío) no lo permiten. El mismo gimnasta expone de forma tajante este asunto con las siguientes palabras:

“Puede que en los primeros años no se note tanto, pero después de 11 años entrenando en la sala poder tener la puerta del fondo abierta es como entrenar gimnasia en la playa” (Tomás: DC).



Imagen 22. Alejandro abriendo la puerta del fondo

Los gimnastas pequeños, de forma intuitiva, saben que todavía no “tienen el permiso” para acceder a este verdadero placer. En opinión de Xavier, su entrenador, la puerta del fondo adquiere para ellos un sentido subjetivo de

“pared”, de una barrera infranqueable al menos de momento, que el tiempo tratará de abrir<sup>28</sup>. Las pocas veces que hemos visto alguno de los pequeños franqueando esta puerta lo hacían desconfiados y atentos para ver si los entrenadores estaban observando. Las veces en que iban con tranquilidad era cuando su entrenador les recomendaba “ir a mirar por la puerta para bajar un poco la tensión” (Xavier, DC).

La planificación<sup>29</sup> del trabajo de los gimnastas hace que los diversos grupos ocupen la sala de la mejor manera posible. Existe una preocupación latente del cuerpo técnico en dinamizar el entrenamiento de forma que no se produzcan “atascos” en la sala. Mientras un grupo utiliza una determinada zona de la sala, un aparato por ejemplo, los otros grupos suelen utilizar otras zonas. Se planea la utilización del Gimnasio antes del inicio de la temporada teniendo en cuenta los “compromisos” de los distintos grupos según el calendario federativo. Normalmente los gimnastas se ejercitan en dos o tres apartados por sesión de entrenamiento, buscando seguir el orden de rotación utilizado oficialmente en las competiciones. Conforme se acercan las competiciones, el orden de rotación se hace más estricto y los gimnastas pueden llegar a hacer los 6 aparatos en una misma sesión, entrenamientos que según comenta Vicente se denominan “ejercicios completos”. No existe una regla rígida, lo que permite a menudo que los gimnastas de diferentes grupos compartan un mismo aparato sin problema aparente. En estos casos, se observa una disminución del ritmo de entreno, un incremento en el tiempo de descanso y un importante aumento en la conversación entre los gimnastas.

Eventualmente, de acuerdo con las necesidades específicas de cada gimnasta, el orden de rotación puede ser modificado, permitiendo que se trabaje más un determinado aparato. Aunque los gimnastas suelen ejercitarse con la misma intensidad y volumen existen muchos factores que permiten a algunos el “lujo” de entrenar a un ritmo más lento, nos referimos al talento. La facilidad que

---

<sup>27</sup> Durante el trabajo de campo la puerta grande del fondo casi siempre permanecía cerrada. En algunas oportunidades la puerta pequeña que hace parte de este inmenso portal se encuentra abierta.

<sup>28</sup> Según García Alonso en Gutiérrez Estévez (2002: 24), en todos los grupos sociales la conquista por el respecto, el poder y por consiguiente por poder acceder a determinados lugares consiste en un proceso dinámico pero que requiere tiempo y demostración de determinadas virtudes, como puede ser la experiencia.

<sup>29</sup> La planificación consiste en un de los principales mecanismos de la actividad de los entrenadores deportivos. De acuerdo con García Manso, Navarro y Ruiz (1996: 9), “la planificación del entrenamiento deportivo representa el plan o proyecto de acción que se realiza con el proceso de entrenamiento de un deportista para lograr obtener un objetivo determinado (alto rendimiento)”.

algunos tienen respecto a la flexibilidad, fuerza, coordinación y también de orientación espacio-temporal (Manno, 1991: 219), les permite aprender y desarrollarse con mayor rapidez, por lo que los demás deben trabajar a un ritmo más fuerte para poder alcanzar el mismo nivel deportivo.

La utilización del espacio se basa en intervenciones breves, con intervalos de descanso entre cada repetición que varían según las exigencias físicas del ejercicio<sup>30</sup>. La ejercitación tiende a ser realizada en los aparatos dispuestos en la zona del foso, por lo que algunas partes de la sala son menos utilizadas. Por ejemplo, los ejercicios de Anillas y Barra Fija en “duro<sup>31</sup>” raramente son realizados, posiblemente por aspectos de seguridad y para evitar un desgaste innecesario de los deportistas. Por otra parte, el entreno de las acrobacias de Suelo suele ser realizado en el tumbling, cuya dureza de la superficie es ajustable conforme las características de los gimnastas y/o según los objetivos de la sesión. De esta forma se evita, según los entrenadores, un desgaste innecesario de los gimnastas además de facilitar el proceso de aprendizaje. Bajo este razonamiento, el entrenamiento de Suelo se hace casi por completo en el “tumbling”, una superficie más blanda, que puede tener su dureza y capacidad de “bote” modificada según el objetivo de los ejercicios o según el tamaño y peso de los gimnastas. Según los entrenadores apenas dos o tres semanas antes de las competiciones los gimnastas entrenan en “duro” o sea, en el practicable de Suelo oficial. No obstante, diariamente los gimnastas calientan sobre el practicable y además, realizan ejercicios de base gimnástica (acrobacias, saltos y equilibrios simples) y de preparación física sobre el practicable, lo que les permite “no olvidar” las características del bote de esta superficie que posteriormente encontrarán en la competición.

Independiente del objetivo de la sesión, que puede ser básicamente de aprendizaje de elementos nuevos, corrección, perfeccionamiento o estabilización de ejercicios completos, la utilización del espacio se basa en la “repetición”<sup>32</sup>. Se repite incansablemente decenas de veces un mismo elemento, parte de un

---

<sup>30</sup> Tal y como resalta Pociello (1999: 93), esta relación está regulada sobre todo por la “estructura espacial y funcional de los equipamientos específicos”, y también según los objetivos que persiguen cada uno de los gimnastas.

<sup>31</sup> En condiciones semejantes a la vivida en la competición, tal y como hemos analizado en los análisis de la lógica interna en el Capítulo IV.

elemento o una secuencia de elementos gimnásticos. Dependiendo de la sesión la cantidad de repeticiones puede alcanzar varias decenas por lo que el volumen diario se cuenta en miles de “elementos gimnásticos”. Naturalmente, se trata de una tarea extremadamente dura, con un intenso desgaste físico y que requiere voluntad, paciencia y, por supuesto, gran capacidad física<sup>33</sup>. Los ejercicios de aprendizaje y corrección son tutelados más de cerca por el cuerpo técnico, con una carga crítica mayor. Ya en la fase de perfeccionamiento la repetición adquiere una connotación más mecánica y con una menor carga orientativa, es decir, busca la mejoría de las acciones motrices simplemente a través de la repetición exhaustiva<sup>34</sup>. De todas formas, entrenar consiste en repetir, volver a repetir, hasta que se obtenga el dominio “absoluto” del movimiento. Se fomenta con eso el sentimiento de que solamente a partir del entrenamiento sistemático y exhaustivo, basado en la repetición, los gimnastas pueden transformarse en grandes deportistas<sup>35</sup>. Los objetivos son planificados a corto, medio y largo plazo siguiendo estrictamente las exigencias del reglamento y de los compromisos competitivos. Se trata de una búsqueda individual que persigue cumplir los requerimientos reglamentarios<sup>36</sup>, tratando de construir una base sólida que permita, después de muchos años, alcanzar un alto nivel de calidad técnica y estética en la ejecución de estas exigencias con el menor esfuerzo posible.

Con frecuencia los gimnastas expresan su cansancio por la repetición “casi-infinita”, principalmente cuando el resultado final no es exactamente el esperado. No obstante, todos son conscientes que el resultado de tanta insistencia sólo podrá ser visto a lo largo de muchas semanas, meses, y dependiendo del caso, años. La repetición también conforma la rutina del entrenador, ya que éste repite una y otra vez, cuantas veces sea necesario, la explicación y la corrección detallada de los fallos para que el gimnasta pueda

---

<sup>32</sup>Según Magakian (1976: 43), “le gymnaste se perfectionne lui-même par la repetition”. Traducción del autor: “El gimnasta se mejora por la repetición”. Para el conocido autor francés Tissie (1946), la repetición es un factor fundamental en el adiestramiento gimnástico.

<sup>33</sup> Estas características del entrenamiento gimnástico están reflejadas en el estudio realizado por Jemni, Sands, Friemel y Le Chevalier (2003). La obra de Salmela et al (1974) también refleja algunos de los aspectos fisiológicos de la preparación a la que están sometidos los gimnastas de élite.

<sup>34</sup> De acuerdo con Manno (1991: 223) se automatiza los movimientos a través de la repetición.

<sup>35</sup> El trabajo sistemático aparece como uno de los valores más importantes del entrenamiento deportivo, como señalan García Ferrando, Puig y Lagardera et. al. (2002: 79).

<sup>36</sup> Tal y como presentamos en el capítulo IV, se busca la mayor nota de partida y la mayor precisión en la reproducción (ejecución), para la obtención de la mejor nota final.

seguir mejorando sus acciones. Para poder controlar la ejercitación de los diferentes gimnastas bajo la tutoría de cada entrenador, se ha instaurado en la sala el hábito de que antes de realizar el ejercicio los gimnastas procuran solicitar el permiso para los entrenadores levantando un brazo o llamándolo por su nombre. Esta costumbre también contribuye a la instauración de la disciplina y del orden en el Gimnasio, según nos recuerda el entrenador Pere.

Como una tradición muy bien instaurada, a menudo los entrenadores valoran objetivamente la ejercitación de los gimnastas, sea a través de puntos o de otros criterios, registrando los valores en la pizarra. Este recurso, que pretende en primer lugar instigar la voluntad de ganar, también funciona como un mecanismo que ayuda para todos para aprender a perder. Haciendo público los resultados alcanzados en el día a día, los entrenadores establecen una especie de parámetro interno que permite además, a la larga, observar la evolución de los gimnastas. Con frecuencia los valores quedan reflejados varios días en la pizarra para que nadie se olvide del rendimiento que ha alcanzado. Esta tradición permite que el entrenamiento simule los mecanismos de puntuación típicos de la competición que los gimnastas tendrán que afrontar en la competición, una forma institucionalizada de educar las conductas en función del sistema de puntuación de la GAM<sup>37</sup>.

En un gesto de disciplina, sumisión y respeto a la jerarquía de mando, los gimnastas solicitan el permiso a sus entrenadores para poder salir de la sala, sea para ir al lavabo, a fisioterapia, o por cualquier otro motivo (normalmente se acercan y piden verbalmente).

Las fronteras físicas encierran de tal manera a estas personas, que tras un largo periodo de tiempo se han creado algunas fronteras simbólicas que dificultan, por ejemplo, la entrada de conocimientos desde el exterior, aunque provengan de personas conocidas y expertas en la materia. Estas barreras varían a nivel personal, por lo que algunos se muestran más abiertos a las aportaciones exteriores. Convencer a los protagonistas sobre la validez e importancia del

---

<sup>37</sup> El adiestramiento corporal que reciben los gimnastas en la sala también centra especial atención en la colocación corporal durante los preparativos previos a la ejecución del ejercicio. El gimnasta debe transmitir una buena impresión corporal y también "moral" cuando no está ejercitándose. Por eso es habitual escuchar frases como "recuerdas que estás haciendo gimnasia" (Xavier), cuando uno de los entrenadores observa algún gimnasta con una conducta (corporal y/o moral) "inadecuada" a las expectativas de este deporte (tener la espalda curvada cuando camina por la sala, o golpear el aparato cuando sufre una caída, por ejemplo).

conocimiento producido fuera de la sala es una tarea muy difícil, tal y como nos contó Joaquim. Para Julián esta cuestión se desarrolla de la siguiente manera:

“Aunque se escuche, no se llega a aceptar todo lo que pueda venir de fuera de la sala, a la hora de la verdad se basan en aquello que creen correcto y lo de fuera no vale.”

De este modo, el Gimnasio, en frase de Tomás compartida por todos, termina por representar la “casa” donde conviven de forma íntima gimnastas y equipo técnico; un reducto en que impera el desarrollo de la GAM con un fin común muy específico y claro: preparar deportistas de élite. Por eso, se trata de un espacio que, como cualquier otro hogar<sup>38</sup>, debe ser protegido y donde imperan sus propios conceptos de verdad, inhibiendo las verdades del mundo exterior y resaltando su propia cultura de entrenamiento.

### **5.2.2. Los imperativos temporales de la preparación gimnástica**

Hablar del tiempo<sup>39</sup> en un deporte como la GAM significa hablar de muchos años destinados al entrenamiento sistemático, de una carrera deportiva dividida en varios ciclos<sup>40</sup> y vivida en gran parte dentro del Gimnasio (Gajdos, 1983a: 90).<sup>41</sup> Todos los gimnastas entrenan 6 días a la semana, salvo en casos de lesiones o en ocasiones especiales como por ejemplo cuando hay problemas

---

<sup>38</sup> En el Gimnasio algunos protagonistas ejercen roles muy parecidos al de los padres en el seno familiar, otros representan los hermanos o los asistentes, y con eso, las relaciones entre estas personas, así como en el hogar, también se construyen con sentimientos de amor, desamor, conflictos, identificación y admiración.

<sup>39</sup> Tiempo entendido como “duración de las cosas”. Esta “coordinada temporal es el aspecto formal más difícil de evaluar” dado que permite una carga de subjetividad muy difícil de identificar (Anta, 1990: 53).

<sup>40</sup> Como sucede en el ámbito militar, el tiempo gimnástico se divide en etapas, ciclos, fases, es decir, en regularidades temporales que buscan ordenar todo la carrera deportiva (Anta, 1990: 55). Para este autor, la formalización y el control del tiempo por la institución, en este caso por el equipo técnico del Gimnasio, termina por educar a los protagonistas a seguir una rutina que a lo largo de los años parece actuar como un moderador del carácter de cada uno de sus miembros, amortiguando los deseos de libertad (Anta, 1990: 58).

<sup>41</sup> Entender la dimensión temporal del entrenamiento al que son sometidos los gimnastas permite ampliar los saberes sobre él espíritu deportista, sobre la disciplina y las reglas que condicionan su labor cotidiana de preparación para la competición, tal y como señala Bailleau (2004: 26). El *Gym* (Gimnasio), utilizando las palabras de Wacquant (1995), es “una máquina de fabricar el espíritu de disciplina”, cuya temporalidad es fruto de un conjunto de reglas internas, o mejor dicho, de un protocolo de demarca los límites del tiempo.

personales, concentración del equipo nacional, controles<sup>42</sup> o viajes de competición.

Los gimnastas realizan dos sesiones diarias de entrenamiento, una por la mañana y otra por la tarde, excepto los jueves y sábados cuando el entreno se hace sólo por la mañana. Los gimnastas infantiles, juveniles y juniors entrenan una media de 5 horas diarias mientras que los seniors pueden llegar hasta 7 horas. La jornada de entrenamiento para los mayores empieza sobre las 10:00 de la mañana, finalizando la primera sesión sobre 13:30 o 14:00 horas. Los menores inician a las 11:00 después de asistir a las clases del colegio interno, finalizándola a la misma hora que los mayores. Por la tarde los mayores empiezan a las 17:00 mientras los pequeños lo hacen a las 18:00, finalizando todos a las 20:00 horas<sup>43</sup>. De esta forma, se entrena una media de 25-30 horas semanales<sup>44</sup>.

En general, el grupo disfruta de un período vacacional de dos semanas, durante todo el año, entre julio y agosto, a menos que tengan algún compromiso competitivo muy importante<sup>45</sup>. Se evita al máximo paros prolongados por considerar que originan muchos problemas en el ritmo de entrenamiento y también en la capacidad de concentración de los deportistas. Los días de fiesta más importantes del calendario nacional (Navidad, Año Nuevo) son respetados por todos, pero se evita que los “puentes” largos interfieran en la dinámica de

---

<sup>42</sup> Un control es una evaluación rutinaria realizada con los gimnastas para acompañar (analizar) su estado de rendimiento y también la evolución que está teniendo, a partir del entrenamiento que está realizando. Normalmente los controles son realizados en períodos pre-competitivos y pueden ser a nivel interno del CAR o a nivel externo, tanto por la Federación Catalana como por la Real Federación Española de Gimnasia.

<sup>43</sup> Antonio Marques (2001), en un estudio publicado en la revista RED (Revista de Entrenamiento Deportivo, Tomo XV, nº 2, Editorial Boidecanto, La Coruña, 2001) titulado “Niños y adolescentes deportistas: entre la escuela y los centros de entrenamiento” y basado en el trabajo del alemán (CARL, 1993), relata que en la primera fase del entrenamiento de alto nivel (entre 10 y 12 años para la GAM) los gimnastas normalmente realizan 2 unidades (sesiones) de entrenamiento diario que pueden llegar a sumar más de 18 horas semanales de actividades, algo bastante parecido a lo que observamos en el CAR:

<sup>44</sup> El volumen de entrenamiento mencionado, tanto respecto a la cantidad de horas diarias como semanales, es parecido a lo que estipulan Smoleuskiy y Gaverdouskiy (s/f: 34).

<sup>45</sup> Dependiendo del año los gimnastas pueden incluso gozar de tres semanas de descanso vacacional. Después de este período festivo, normalmente el grupo realiza un período de pretemporada en una sala diferente (en 2003 estuvieron en Andorra y este año tal vez hagan en Vilanova i la Geltrú o Burgos). Durante la pretemporada, suelen retomar los ejercicios de forma cauta buscando animar el grupo, aprovechando para realizar ejercicios aeróbicos, paseos en bicicleta, actividad en piscina, tal y como señalan los entrenadores.

entrenamiento de los gimnastas<sup>46</sup>. Los pequeños son los únicos que también descansan junto a sus familias durante las fiestas de Reye, intentando que, al menos en los primeros años en el centro, puedan dar continuidad a esta tradición popular, algo que es muy importante para ellos según menciona Xavier (DC). Particularmente respeto los gimnastas mayores, aunque normalmente respeten estos días festivos, en ocasiones no pueden interrumpir sus actividades debido a sus compromisos. Con frecuencia la proximidad de una competición importante hace que el cuerpo técnico decida seguir trabajando durante días de fiesta, tal y como comenta Xavier (DC).

Para el inicio de todas las sesiones se ha instaurado un ritual inspirado en una tradición rusa mediante indicación del auxiliar técnico, según nos cuentan Xavier y Vicente (DC), por lo que todos los gimnastas se colocan en fila por orden ascendente de altura y por grupos de edad (categorías). Este acentuado empeño, por parte del cuerpo técnico, en ritualizar el comienzo de cada sesión sirve para recordar a los gimnastas sus objetivos inmediatos, para motivarlos, para transmitir las informaciones generales y especialmente para marcar el momento formal de inicio del entreno, además de ser una cuestión marcial, es decir, una forma de mantener la disciplina y expresar las relaciones de poder. A partir de este momento, las bromas, la pereza y otros comportamientos poco “serios” deben ser substituidos por las ganas de entrenar.

Excepto los gimnastas lesionados o enfermos graves cuya ausencia sea aprobada por el cuerpo técnico, todos los demás deben cumplir los horarios normalmente. Incluso los lesionados o enfermos de carácter leve suelen seguir acudiendo al gimnasio en los mismos horarios (Imagen 23), aunque la ejercitación sea modificada según las posibilidades del gimnasta. Los entrenadores indican que se debe mantener a los gimnastas lo más integrados posible al grupo, dado

---

<sup>46</sup> En opinión del cuerpo técnico tener muchos días de descanso hace que los chicos pierdan el ritmo de trabajo. Un ejemplo mencionado fue lo ocurrido durante la celebración del Memorial Blume (mayo de 2004), cuando han estado casi 5 días sin entrenar, al menos no como lo hacen normalmente, dado que los aparatos del gimnasio fueron trasladados a otro lugar. Cuando retomaran las actividades normales se notaba que les costaba mucho ejercitarse con la misma disposición de la semana anterior, que se cansaban rápidamente y que estaban chafados.

que el ritmo de los entrenamientos y la motivación puede sufrir un importante desgaste cuando se aparta un deportista de su rutina diaria<sup>47</sup>.



Imagen 23. Kiko aplicando hielo en su codo lesionado para poder seguir entrenando.

De la misma forma que lo ocurrido con el espacio, el tiempo de entrenamiento está organizado de forma racional y estricta, buscando el mejor aprovechamiento posible, por lo que las horas de entreno no deben ser utilizadas para nada que no pertenezca a lo que ha sido planificado por los entrenadores<sup>48</sup>. Existe así un compromiso colectivo que permite controlar el tiempo y que fuerza a que todos respeten los pactos y las normas existentes, aspecto similar a lo encontrado por Bailleau (2004: 26) en un gimnasio de Gimnasia Rítmica. Además, la temporalidad del entrenamiento busca preparar los gimnastas para las exigencias temporales que posee la GAM respecto a los eventos competitivos que deberán afrontar durante su trayectoria deportiva, por lo que los intervalos de descanso, de calentamiento y de ejercitación se asemejan a los que fomenta la competición gimnástica. En las sesiones de entrenamiento precompetitivas, es habitual que los entrenadores utilicen parámetros temporales idénticos a los que establece el reglamento para controlar las actividades de los gimnastas, como por

---

<sup>47</sup> Durante tres meses acompañamos el caso de Elias, que acudía a la sala a entrenar todos los días pese a que tenía una fractura en el pie derecho, fruto de una mala caída en la cama elástica. Desplazándose con la ayuda de muletas y con extremo cuidado para no chocar el pie lesionado mostraba especial valentía y una capacidad de sacrificio aun mayor, sin quejarse en absoluto.

ejemplo: utilizar los tres minutos de calentamiento en cada aparato antes de iniciar las intervenciones, o los 30 segundos de recuperación para volver a subir en el aparato después de una caída.

Los entrenadores se encargan de “recordar” a los gimnastas constantemente el tiempo y el ritmo que llevan, intentando que se cumpla la planificación de forma integral<sup>49</sup>. Un retraso notable, la lentitud o el bajo aprovechamiento del tiempo suele conllevar una bronca, a menudo en tono “irónico”, que con frecuencia “ataca” más el estado de ánimo que el físico de los gimnastas<sup>50</sup>. Pese a que existan algunos “castigos” de carácter físico, como por ejemplo tener que repetir una serie de ejercicios de fuerza o el denominado “cuerdas”, que consiste en subir algunas veces por la cuerda colgada en el techo de la sala, las broncas suelen “despertar” los gimnastas en el nivel psicológico. Los entrenadores prefieren no utilizar el trabajo físico como forma de castigo, para que los gimnastas no asocien la preparación física como algo “malo” o como una punición, sino como una necesidad. Como ejemplo de presión motivacional podemos mencionar la expresión de Xavier: “Fulano, ¿a qué esperas? ¿Qué el potro se canse y baje para que puedas subir?”.

Los gimnastas suelen terminar los ejercicios programados aunque eso suponga quedarse en la sala unos minutos después del horario normal, algo poco habitual. Existe una conciencia colectiva de que “hay que aprovechar lo mejor posible el tiempo de entrenamiento”, según comenta Kiko, y que eso puede influir directamente en la carrera deportiva. El entrenamiento se asemeja a una “línea de producción” de una fábrica, con un ritmo constante controlado de cerca por los por los “gestores” (los entrenadores) basado en la repetición “infinita” de las tareas,

---

<sup>48</sup> Las actividades programadas siempre buscan la optimización del tiempo, lo que confirma la hegemonía del modelo capitalista de rendimiento tal y como expone García Ferrando (1990) (Ferrando, Puig y Lagardera et al. (2002: 167). Una reflexión interesante sobre la optimización del tiempo como rasgo dominante en el deporte moderno, es la realizada por Himanen (2002), donde presenta y discute el trabajo de Max Weber “The protestant ethic and the spirit of capitalism” (original, 1905).

<sup>49</sup> De acuerdo con Julián, durante el tiempo en que se entrenaba en el CAR, pocos fueron los días en que se cumplió la planificación al 100%. Las limitaciones de los gimnastas y/o otros motivos llevaban a los entrenadores a adaptar la planificación inicial y ajustarla a las condiciones de cada día, dando un aspecto dinámico a la programación que obedecen los gimnastas.

<sup>50</sup> Una interesante expresión utilizada por Vicente cuando veía que los gimnastas se retenían en un apartado sin ejercitarse normalmente era la siguiente: “Oye, veo rebañismo allí, ¿qué pasa, ha muerto alguien?”

que conlleva un adiestramiento corporal concreto según los objetivos planificados<sup>51</sup>.

El ritmo de la ejercitación raramente es agobiante para los protagonistas, imperando una relativa “tranquilidad” en la sala, rota en pocas ocasiones por las “llamadas de atención” de los entrenadores. El ritmo de las actividades es “lento” y pausado, en una dinámica en que los gimnastas se alternan repitiendo cada cual su rutina personal, respetando eso sí, el “orden” de intervención. De este modo, “colarse” o “escaquearse” son actitudes totalmente rechazadas por el colectivo. Las repeticiones intercalan momentos de descanso, introspección, corrección y también de lamentación en los casos de dolor muscular o de caídas sin mayores consecuencias. La ejercitación también incluye breves pausas para beber agua, siempre con la autorización de los entrenadores, las pausas para echar magnesia en las manos, para preparar las calleras y otros tipos de protección del cuerpo y para la preparación del aparato (limpieza y colocación de magnesia)<sup>52</sup>.

### **5.2.3. Objetos materiales empleados en el entreno**

Según lo expuesto en el capítulo cuarto, consideramos los aparados sobre los cuales se ejercitan los gimnastas como parte del espacio, aunque algunos de ellos sean móviles, por lo que este subapartado centra la atención en los utensilios utilizados durante las sesiones de entrenamiento. Entre los escasos recursos materiales utilizados en la sala para el entrenamiento cotidiano destacamos las piezas (barras, pesos), las gomas elásticas, el cinturón lastrado, los magnesieros, chaleco lastrado (prenda que visten y que posee la posibilidad de poner “pastillas” de peso funcionando como un lastre), lijas para las paralelas, y la cinta métrica. Sin duda, estos son los implementos más usados por los gimnastas diariamente.

---

<sup>51</sup> En palabras del Aykroyd (1983: 18), experto en GAM, se trata de una constante competición en la que cada gimnasta compite contra si mismo.

<sup>52</sup> De esta forma, se sigue estrictamente el planteamiento expuesto por Aykroyd (1983: 19) cuando dice que “los mejores gimnastas son los que han aprendido paso a paso, lentamente, pero con mucha constancia y estabilidad”. Además, se pone de manifiesto una perspectiva temporal (ritmo, intensidad y frecuencia) en la que los progresos son lentos, que los resultados pueden tardar años en aparecer, con objetivos a medio y largo plazo, en la que la paciencia y la capacidad de predecir la evolución de los gimnastas con muchos años de anterioridad prevalecen (Smoleuskiy y Gaverdouskiy, s/f: 37).

El cinturón lastrado, el chaleco y las piezas son utilizados diariamente en la preparación física de los gimnastas, por lo que su empleo depende de la planificación del entreno de cada uno de los grupos. Las gomas elásticas son utilizadas diariamente en el inicio de la sesión durante el primer bloque de preparación física, así como en algunos casos de recuperación de lesiones. La cinta métrica suele ser utilizada para conferir la altura de los aparatos así como la distancia de la carrera de los saltos. Los magnesieros (Imagen 24) representan uno de los objetos más importantes de la sala. Cada gimnasta acude a los cinco cubos decenas de veces durante una única sesión, con la intención de impregnar las manos, axilas y pies con el polvo de magnesia, siempre antes de ejercitarse en los aparatos<sup>53</sup>. Acudir a los magnesieros sin duda es algo habitual dentro de la actividad del Gimnasio, y en muchas ocasiones trasciende el simple hecho de echar magnesia en las calleras<sup>54</sup> o en cualquier otra parte del cuerpo, convirtiéndose en un ritual de preparación individual. Desentrañar el significado de este ritual de carácter personal sin duda es algo altamente complejo, por lo que apenas mencionamos este comportamiento que conforma parte de la lógica simbólica del Gimnasio. Algunos gimnastas son directos, rápidamente echan magnesia y suben en el aparato, no obstante, otros llegan a tardar varios minutos en una especie de conversación interior delante del magnesiero. Este ritual se repite de forma idéntica varias veces en todas las sesiones.



Imagen 24. Pablo poniendo magnesia en las manos y axilas.

Según señala Marcelo (DC), la organización del material es fundamental para la dinámica del Gimnasio, además de ser capital para la seguridad de todos.

---

<sup>53</sup> De forma particular, cada gimnasta desarrolla su propia manera (técnica corporal) para que las manos no resbalen durante los ejercicios.

En varias oportunidades tanto gimnastas como entrenadores se enfadaban porque alguien había dejado algo fuera de su sitio al terminar su ejercitación. Se trataba de recordar a diario esta regla oculta, especialmente respecto a los gimnastas menores, lo que demuestra un intento de adecuar la conducta de los que acaban de ingresar a las “leyes” que regulan la dinámica del Gimnasio. Este material está disponible en cantidad inferior al número de gimnastas por lo que su utilización debe seguir una alternancia racional<sup>55</sup>. Según un “pacto interno”, los mayores tienen preferencia en la utilización de los utensilios, como ocurre con el espacio (aparatos).

Entre los entrenadores tampoco se observa la utilización de recursos materiales complejos para controlar la actividad de entrenamiento. En la sala de los entrenadores existe un ordenador de sobremesa utilizado básicamente para elaborar e imprimir las plantillas de entreno, informes, comunicados federativos, resultados de competencias. Durante el trabajo de campo sólo en una oportunidad he sido testigo de la utilización de un sistema de vídeo camera para la grabación del entrenamiento<sup>56</sup>, como recurso pedagógico, aunque según me comentó Xavier una vez, lo utilizan siempre que parece necesario. Este es otro indicador de la creencia en el modelo tradicional de trabajo que impera en la sala. Se observa que la tecnología “punta” que acompaña e impulsa el deporte de alto rendimiento, tal y como señalan Sánchez y Sánchez (2001: 41), no ejerce tanta influencia en la práctica cotidiana en la sala. Los implementos, así como la mayor parte del material de los aparatos que configuran el espacio de práctica son relativamente simples, si los comparamos con otros deportes.

#### **5.2.4. Un día en el gimnasio: la estructura de una jornada de trabajo**

Para acabar este apartado relataremos la jornada de trabajo llevada a cabo diariamente por los protagonistas de este estudio etnográfico, a manera de síntesis de la microcultura de la que forman parte. Todos los días los gimnastas adultos, los primeros en llegar, acuden al centro con sus propios vehículos sobre las 9:45 horas de la mañana. Ya en la sala, utilizan los minutos que anteceden el

---

<sup>54</sup> Protectores de manos utilizados para los ejercicios de Barra Fija y Anillas (Aykroyd, 1983: 39).

<sup>55</sup> En deportes minoritarios como la GAM, sus practicantes deben aprender a utilizar de forma racional los recursos disponibles, tal y como comenta García Ferrando, Puig y Lagardera et al. (2002: 167).

inicio de la sesión para charlar, contar sus historias o explicar chistes. Normalmente el auxiliar técnico, único que llega al centro con los trenes públicos, es el responsable por dar inicio a las actividades. A continuación llega el entrenador responsable y se pone a controlar el entrenamiento.

Los gimnastas infantiles, que por opción del cuerpo técnico siguen viviendo con sus familias, llegan sobre las 8:00 de la mañana, traídos en coche por sus padres, y se dirigen directamente al colegio para asistir a las clases. Los gimnastas juveniles y juniors que residen en el centro acuden a clase en el mismo horario. Sobre las 10:50 todos los gimnastas pequeños dejan las clases y se dirigen a la sala. Sus entrenadores suelen llegar sobre las (10:45), también con vehículo propio, dirigiéndose a la pequeña sala del cuerpo técnico donde preparan café y revisan la planificación diaria de actividades. Hasta la 11:00 todos aprovechan al máximo el tiempo para charlar, estar relajados, jugar o incluso bromear.

Lo primero que hacen todos es cambiarse<sup>57</sup> y prepararse para el entrenamiento. El vestuario de entreno es normalmente muy simple: consiste en un *shorts* o un pantalón típico de la GAM, camiseta y calcetines. Debemos matizar diciendo que para muchos la camiseta y los calcetines representan algo prescindible, y que además algunos optan por utilizar zapatillas especialmente para entrenar Suelo y Salto. Después de cambiarse, como muestra de respeto, todas las mañanas los gimnastas saludan uno a uno todos los entrenadores con un apretón de manos, aunque eso signifique interrumpir su actividad o tener que cruzar toda la sala<sup>58</sup>. A las 11:00 horas en punto y con apenas una palmada de uno de los entrenadores todo el grupo forma una fila sobre el practicable de suelo.

---

<sup>56</sup> Según los entrenadores este sistema suele fallar después de dos o tres veces de uso, probablemente debido a problemas originados por la magnesia.

<sup>57</sup> Tal y como señala Feixa (1995: 42), un momento clave para la jornada de entrenamiento “es el cambio de vestuario”. En este momento los gimnastas “abandonan sus hábitos cotidianos” propios a las condiciones externas a la sala, “ponen ropa adecuada para la ocasión”, convirtiéndose en atletas.

Alineados de pie por orden de altura y de grupo de edad, guardan silencio y escuchan las indicaciones de los entrenadores, lo que no suele tardar más que cinco minutos. Este ritual diario marca el inicio de las actividades de entrenamiento.

A continuación los adultos regresan a su ejercitación normal, dado que llevan casi una hora entrenando y los pequeños dan inicio a un “calentamiento” general que incluye ejercicios de estiramiento, carreras, saltos y juegos individuales con algunos elementos gimnásticos simples. La “puesta a punto” no debe tardar más de 15 minutos y es la más tranquila de la sesión, donde existe un pequeño margen para las conversaciones paralelas en voz baja, siempre que no molesten “el orden” de la sala. La condición física de los gimnastas es lo que permite que en tan poco tiempo puedan estar preparados para la exigente ejercitación que deben afrontar durante la jornada.

Seguidamente, parten para una rutina de preparación física de base que también lleva unos 15 minutos para ser cumplida. Progresivamente la sesión adquiere un carácter más serio y el esfuerzo físico a que son sometidos los gimnastas en esta parte del entreno hace con que las conversaciones disminuyan y que aumente la concentración. Durante esta primera parte de las actividades los entrenadores se limitan a unas pocas y sutiles broncas a los gimnastas que demuestran una relajación inadecuada o que incumplen la planificación, y también aprovechan para conversar con sus compañeros y discutir problemas relacionados con los entrenamientos.

La tercera fase de la jornada consiste en el bloque principal de la sesión, con una duración de aproximada de dos horas. El contenido de esta parte puede variar considerablemente según el período de la temporada, abarcando temas técnicos de base, de perfeccionamiento o de corrección de ejercicios, por ejemplo. Durante esta fase la presencia de los entrenadores se hace notar de

---

<sup>58</sup> En los primeros 5 meses de observación los gimnastas solían saludarme apenas de forma verbal, con el tiempo, especialmente después de que se iniciase la fase de contacto más cercano, que incluía conversaciones y entrevistas, los gimnastas pasaron a saludarme de la misma forma que hacían con los entrenadores. Los entrenadores a las pocas semanas ya me saludaban con total naturalidad. Excepto en el caso de algunos gimnastas adultos, que han mantenido una postura más alejada hasta el final del trabajo de campo, los demás gimnastas y entrenadores pasaron a tratarme como un miembro más del grupo manteniendo conversaciones, haciendo bromas, acercándose para hablar. La sensación de no estar molestando y de estar integrado a la dinámica de la sala ha tardado unos 6-7 meses en llegar, aunque nunca la he sentido totalmente respecto a los gimnastas seniors, quizás porque sus largos periodos de ausencia de la sala, entrenando en Madrid o compitiendo fuera, han sido constantes.

manera intensa, por lo que las correcciones, las broncas y las conversaciones personales “a la oreja” con los gimnastas eran frecuentes. Cada uno de los entrenadores, a menos que se lo solicite, se restringe a comentar los ejercicios de los gimnastas bajo su responsabilidad, respetando la jerarquía de mandos al máximo posible. Durante la sesión existe un cruce constante de gimnastas por un mismo espacio, pese a que la planificación busque evitar la concentración de dos grupos en un mismo aparato. Estos momentos permiten breves y disimuladas conversaciones entre los gimnastas. No existe una regla que impida que los gimnastas y entrenadores conversen durante el entrenamiento, pero nadie se atreve a romper el orden y la disciplina de la “seriedad”. Para la mejor calidad de la performance y también para la seguridad se evita mantener conversación con gimnastas durante su ejercitación, excepto los entrenadores que con frecuencia comentan los ejercicios al mismo tiempo de su ejecución.

Durante el tiempo de descanso entre una y otra repetición los gimnastas suelen sentarse en el suelo o acudir a unos de los colchones “quita miedo” de la sala, pero siempre evitando demostrar pereza<sup>59</sup>. Durante esta fase los entrenadores evitan sentarse, aunque las muchas horas en la sala obliguen a que se pongan cómodos para no cansarse. Finalmente sobre las 13:15 aproximadamente todos los gimnastas paran la ejercitación y realizan estiramientos leves concluyendo la sesión alrededor de las 13:30. En algunas ocasiones especiales, como pueden ser las vísperas de competiciones importantes, el entrenamiento se extiende hasta las 14:00 horas. Los gimnastas infantiles dos veces por semana dejan la sala a las 13:00 para asistir a clases de coreografía de 30 minutos en la sala de GAF<sup>60</sup>. Las sesiones matinales de los jueves representan un especial momento para los gimnastas menores, dado que se permite que entrenen de forma más libre, ejercitándose en los apartados que les agradan. También se les permite perfeccionar elementos que les ilusionen, siempre que no suponga un problema para la planificación del entrenamiento y/o para su desgaste y seguridad. Eventualmente los pequeños salen a darse un

---

<sup>59</sup> La falta de “ganas” o cualquier otro comportamiento contrario a la actitud esperada de un deportista de elite no es bien recibida en la sala, especialmente por los miembros del equipo técnico, tal y como comentan los entrenadores.

<sup>60</sup> El estudio realizado por Marletta (1989), señala que el tiempo empleado para el entrenamiento coreográfico en la modalidad femenina de gimnasia artística (un 10% de la carga horaria total) es muy superior a la masculina, posiblemente por las exigencias del sistema de puntuación del Suelo y la Barra de equilibrio.

baño en la piscina o a jugar un “partidillo” de fútbol en las dependencias del CAR, como un recurso motivacional y también terapéutico de relajación, tal y como nos cuenta Xavier.

Finalizada la sesión matinal, la mayoría de los gimnastas y entrenadores suelen dirigirse al restaurante del centro para la comida<sup>61</sup>, aunque algunos gimnastas adultos y entrenadores opten a veces por irse a casa a comer, aprovechando así para realizar otras actividades y desconectarse un poco del ambiente deportivo, según nos contaron varios de ellos.

Dando continuidad a la jornada, por la tarde todos acuden a la sala a las 17:00 horas. Con el aviso de uno de los entrenadores, vuelven a formar fila y una vez más se da inicio a los entrenamientos. La estructura de la sesión se asemeja considerablemente al modelo matinal: 5 minutos de charla, 15 de calentamiento, 15 minutos de preparación física básica, dos horas de ejercicios técnicos, 15 minutos de preparación física y 5-10 minutos de estiramientos. La sesión de la tarde finaliza sobre las 20:30 horas, aunque dependiendo de la planificación se permite terminar antes o se exige quedar un poco más. Tras finalizar la sesión los gimnastas que no residen en el CAR se marchan a casa mientras que los que residen en el centro se dirigen al restaurante a cenar y luego a la residencia<sup>62</sup>. Debido a otros compromisos federativos y/o de gestión del Gimnasio el entrenador responsable de los seniors se ausenta en algunas sesiones vespertinas, por lo que el auxiliar técnico asume la responsabilidad de este grupo. Su ausencia no es bien recibida por los gimnastas que con frecuencia reclaman que necesitan de él para poder trabajar con mayor calidad.

Los jueves y sábados no se realiza la sesión de tarde, excepto cuando el cuerpo técnico decide que hace falta “apretar” la marcha de los entrenamientos, casi siempre por el acercamiento de alguna competición importante<sup>63</sup>. Algunos gimnastas aprovechan estos días para seguir con el tratamiento de sus lesiones o para acudir a los fisioterapeutas del centro para recibir masajes o incluso a

---

<sup>61</sup>Normalmente los gimnastas que se quedan en el centro comen juntos y luego cada uno aprovecha de forma particular el tiempo disponible hasta la sesión de la tarde para descansar o hacer sus tareas escolares.

<sup>62</sup> En opinión de Julián, el hecho de poder ir a dormir a casa cambia mucho la forma de afrontar el entrenamiento.

<sup>63</sup> Según nos explicó Xavier, en las últimas temporadas los pequeños que habían entrenado bien durante el mes podían quedarse a entrenar el jueves por la tarde centrándose en elementos que les apetecían aprender o perfeccionar con una ayuda especial del entrenador, como un premio por haber desempeñado de forma óptima sus labores.

sesiones de hidroterapia. Los que no residen en el centro aprovechan para irse a casa para descansar y desconectar. Según recuerda Vicente, para los gimnastas que viven en un entorno familiar tranquilo, estar un “rato” en familia<sup>64</sup> es muy importante y favorece al rendimiento deportivo<sup>65</sup>.

Excepcionalmente, el inicio de las sesiones de los gimnastas menores tanto por la mañana como por la tarde puede variar en los días de fiesta o que no tengan clases, algo que los entrenadores pactan con algunos días de antelación. En general el cuerpo técnico demuestra una clara intención de mantener cierto rigor en los horarios de entrenamiento, por lo que es normal que los gimnastas que no cumplan estos horarios sean advertidos delante de todos. En el caso de los pequeños, en algunas oportunidades se penaliza pidiendo que ponga un euro en el bote del grupo<sup>66</sup>, dinero que es utilizado para pagar los refrescos y golosinas de los cumpleaños celebrados en la sala. Pese a la rigidez en el cumplimiento de los horarios, existe una cierta flexibilidad con los horarios de forma que cada entrenador puede pactar pequeñas alteraciones con sus gimnastas según algunas circunstancias especiales que origine el calendario escolar, federativo, competitivo, o incluso en virtud de las lesiones personales y las pruebas físicas o sanitarias que realizan los gimnastas en el centro durante la temporada.

### 5.3. EL MUNDO SOCIAL DEL GIMNASIO

“El gym (término institucionalizado/consagrado/establecido en los países de habla inglesa) es una institución compleja y polisémica sobrecargada de funciones y representaciones que no se desvelan a primera vista ante el observador, aunque esté advertido sobre la naturaleza del lugar” (Wacquant, 1995: 2).

De acuerdo con el planteamiento de Wacquant (1995), el Gimnasio funciona como una forja de deportistas<sup>67</sup>. Es un lugar al que acuden varias personas con un objetivo común: alcanzar el más alto puesto en el universo

<sup>64</sup>La vida familia no es incompatible con el entrenamiento, aunque todos los gimnastas y entrenadores experimentan un distanciamiento importante con sus familiares, dado que dedican gran parte de su tiempo a la ejercitación.

<sup>65</sup>Tener un entorno familiar tranquilo ha sido destacado varias veces por Vicente, Joaquim y Xavier como un importante agente en la evolución y estabilidad de los gimnastas.

<sup>66</sup>Según nos explicó Xavier, a partir de un “pacto verbal” el grupo de los gimnastas infantiles y su entrenador se ha comprometido con pagar esta “multa simbólica” por los retrasos. Todo el dinero conseguido es revertido en el propio grupo.

<sup>67</sup> En sus propias palabras: “el gym es esa forja donde se forma el boxeador, el taller donde se fabrica ese cuerpo-armadura y el alma que se apresta a empuñar en su enfrentamiento en el ring” (Wacquant, 1995: 4).

deportivo. Lo que define el grupo es tener una “meta compartida”, un “objetivo especializado” y una “asociación voluntaria”, por lo que se activan sentimientos y conductas parecidas que conforman una cultura particular.

El Gimnasio de GAM del CAR está en funcionamiento desde el inicio de las actividades del centro en 1987. Durante este período esta sala ha sido responsable de formar varios campeones españoles, de ofrecer gran parte de los gimnastas del equipo nacional y de haber preparado gimnastas medallistas en diversos torneos internacionales relevantes (copa del mundo por ejemplo) y el único vencedor olímpico en esta modalidad en el estado<sup>68</sup>. Por todo eso, la sala goza de un importante prestigio en el escenario deportivo catalán y español. Antes de empezar este estudio éramos conscientes de que algunos de los protagonistas de la sala representaban verdaderos iconos de la gimnasia. Sin embargo, todo eso era abstracto, un cuento explicado por otras voces: queríamos verlo con nuestros propios ojos. Así pues, elaboramos este apartado con la intención de conocer más detalladamente las personas que dan vida a este Gimnasio.

Observando el flujo cotidiano de personas en la sala constatamos, en primer lugar, la existencia de un grupo de 24 protagonistas “oficiales”, es decir, de personas que frecuentan diariamente el local con un compromiso declarado con el centro y con la Federación Catalana de Gimnasia (FCG). Por otra parte, la sala recibe la visita casi a diario de otras personas, tales como directivos, exgimnastas, visitantes del centro, amigos y también de las gimnastas y los entrenadores de GAF que entrenan en la sala contigua. De este modo, cuantificar con precisión el flujo de personas de la sala era una tarea complicada, y por eso nos conformamos en decir que el número de personas que frecuenta la sala diariamente oscila entre 25 y 30 personas.

Considerando los objetivos de esta investigación, optamos por centrar la atención en los protagonistas oficiales, los únicos que mantienen un vínculo regular con el Gimnasio en cuestión. Estos protagonistas oficiales se dividen en dos grandes grupos: los gimnastas, es decir, aquellos que entrenan, y el cuerpo técnico. Pese a que se trate de un grupo reducido de personas esta división en

---

<sup>68</sup> Entre los campeones españoles formados en Sant Cugat destacamos Andreu Vivó, Víctor Cano, Oriol Combarros y Juan Francisco María, los dos primeros han logrado medallas en fases de la Copa del Mundo que organiza la FIG. Por otra parte, nos referimos a Gervasio Deferr, gimnasta que ganó la medalla de oro en Salto en los JJOO de Sydney (2000) y Atenas (2004).

dos roles principales adquiere fundamental importancia para la dinámica del Gimnasio, dado que cada grupo asume papeles y responsabilidades distintas (Anzieu y Martín, 1971).

El grupo de los gimnastas está formado por 19 atletas con edades comprendidas entre 12 y 26 años. Se trata de un colectivo de jóvenes, que en función de un ideal común, llegar a ser deportistas victoriosos, ha optado temprana y “voluntariamente<sup>69</sup>” por una vida consagrada al entrenamiento de alto nivel. Por otro lado, el cuerpo técnico está formado por 3 entrenadores, 1 auxiliar técnico y 1 psicólogo, profesionales que excepto en el caso del psicólogo son contratados directamente por la FCG. Estas personas son responsables de las actividades realizadas en la sala y mantienen un vínculo diario, directo y muy íntimo con los gimnastas. Los entrenadores son los que poseen el mayor grado de proximidad con los gimnastas y, además de cumplir con sus labores técnicas, actúan como maestros-tutores a nivel personal, adquiriendo particular intimidad y amistad con ellos<sup>70</sup>.

Por otra parte, otros profesionales como el equipo sanitario (médicos, fisioterapeutas, nutricionistas, etc.), el personal administrativo, los educadores, el equipo responsable de la alimentación, la limpieza y la seguridad, también son importantes para el funcionamiento del Gimnasio. Aunque no los incluyamos en la descripción no significa que no sean importantes para la dinámica del centro, se trata una decisión estratégica en función de los límites temporales y objetivos de la presente investigación.

### 5.3.1. Los gimnastas

<sup>69</sup> En términos de Caillois en Lüschen y Weis (1976: 37), la opción voluntaria por la práctica significa, al menos en teoría, que estas personas pueden decidir libremente el momento en que desean interrumpir su actividad deportiva. Esta libertad es cada vez menor respecto el deporte profesional, dado que se controla las decisiones de los deportistas a través de contratos y penalizaciones federativas o económicas.

<sup>70</sup> Según la “Normativa técnica de GAM” de la Real Federación Española de Gimnasia (2001), las categorías competitivas son: benjamín (10 años o menos), alevín (11 y 12 años), infantil (13 y 14 años), juvenil (15 y 16 años), junior (17 y 18 años) y senior (19 años o más). En un artículo titulado “O papel do treinador no processo de ensino-aprendizagem da ginástica”, publicado en 1998, p. 230, en Libro de actas del VI Congreso de Educación Física e Ciencias do Deporte dos Países de Lengua Portuguesa y VII Congreso Gallego de Educación Física, INEF Galicia (A Coruña), Real Corte comenta la actitud que deben asumir los entrenadores respecto a los gimnastas para que su relación sea lo más adecuada posible respecto los objetivos deportivos y los valores humanos. En términos de Anzieu y Martín (1971), los entrenadores representan los líderes del grupo y cargan con la responsabilidad de tomar las decisiones más importantes para el desarrollo de la preparación de los gimnastas.

Los gimnastas representan el colectivo más numeroso. De los 19 gimnastas actuales, 17 están oficialmente incorporados a las actividades de la sala y los otros dos se encuentran en proceso de incorporación. Los gimnastas incorporados están subdividirlos en cuatro categorías de edad: infantiles (5), juveniles (4), juniors (3) y seniors (5)<sup>71</sup>. Según cuentan los entrenadores, esta clasificación por grupos de edad sigue las normativas deportivas de competición de la FCG, la RFEG y la FIG.

Los gimnastas infantiles (Alejandro, Leandro, Andrés, Fernando e Ismael<sup>72</sup>) son los más jóvenes del grupo y los que incorporaron al Gimnasio más recientemente. Tienen entre 12 y 13 años, aunque algunos hayan ingresado en el centro a los 11 años siempre en el año que cumplían los 12 años. A pesar de ser novatos en la sala, todos presentan una relativa experiencia en el entrenamiento de la GAM, con una media de 5 años (3-7 años)<sup>73</sup>. En el CAR llevan entrenando una media de 2 años (1-4 años), lo que indica que se han incorporado en años distintos.

Los cuatro gimnastas juveniles (Manuel, Paco, Kiko y Pablo) tienen entre 14 y 15 años, llevan una media de 10 años practicando gimnasia, siendo los últimos 3 entrenando en el CAR. Los tres gimnastas juniors (Sergi, Ramon y José) tienen entre 16 y 17 años, llevan entrenando 9 años de media, los últimos 4 en el CAR. Los gimnastas de estos tres grupos conforman lo que se denomina en la sala el grupo de los “menores”<sup>74</sup>.

Por otra parte, los cinco gimnastas seniors (Tomás, Marcelo, Flavio, Plinio y Jonny), denominados en el seno del gimnasio los “mayores” (adultos), tienen entre 18 y 26 años y llevan entrenando gimnasia de 8 a 20 años, con 10 años de media (8-12) en el CAR. Por último, los dos gimnastas en proceso de incorporación (Jean y Elias) pertenecen a la categoría infantil, tienen 12 y 13 años

<sup>71</sup> La división de los miembros de un grupo social por franjas de edad puede ser considerada, de acuerdo con Marion (1975: 520-521), como un aspecto común a todas las sociedades, lo que facilita la atribución de papeles, su función en el grupo y su grado jerárquico. En el caso del deporte, particularmente de la GAM, esta división busca igualar las condiciones de las competiciones en virtud de las diferencias de rendimiento según el desarrollo corporal. Además, pretende establecer normativas específicas para cada grupo evitando excesos por parte de los entrenadores y las federaciones, tal y como señala la Federación Internacional de Gimnasia (FIG, 1991).

<sup>72</sup> Mencionar que algunos gimnastas poseen “apodos” frecuentemente utilizados en el Gimnasio.

<sup>73</sup> En la opinión de Leglise (1985: 27), los gimnastas suelen iniciar la práctica de la GAM sobre los 5-7 años de edad, algo parecido a lo observado con los gimnastas del CAR.

<sup>74</sup> Según hemos podido observar, el empleo de la expresión “pequeños” no agrada demasiado a los gimnastas juniors, porque se identifican más con los seniors que con los demás.

de edad respectivamente: el primero empezó sus entrenamientos esporádicos dos meses después del inicio de este trabajo de campo, y el segundo solamente apareció en la sala al final de los trabajos de observación<sup>75</sup>.

Este reducido número de gimnastas indica, por un lado, la necesidad de mantener el Gimnasio con una densidad poblacional relativamente baja, lo que facilita el control de las actividades y también refleja un modelo de entrenamiento frecuentemente utilizado en los países donde no hay tanta tradición gimnástica, en los cuales los organismos reguladores y los responsables deben buscar extraer el mejor resultado posible de los pocos gimnastas que logran ser admitidos en un programa de entrenamiento de alto nivel. Además, demuestra indirectamente la dificultad que existe en la actualidad de captar gimnastas con potencial para entrenar en el Gimnasio, pese a su excelente infraestructura.

Por último, mencionar que todos los gimnastas fueron seleccionados por la FCG y, al menos de momento, no existe ningún gimnasta entrenando por libre, es decir, pagando al CAR para poder usar las instalaciones, pese a que las normativas del centro permitan este tipo de actividad. Además, los gimnastas que entrenan en el CAR siguen representando a sus clubes de origen en competiciones autonómicas. La actual política de la FCC incluye también ayudas económicas (becas simbólicas) a los clubes por cada gimnasta aportado al CAR, reconociendo de alguna forma su importancia en el proceso de formación de base (iniciación) de la gimnasia catalana y en la captación de jóvenes gimnastas a nivel escolar.

### **5.3.2. El cuerpo técnico**

Este colectivo está formado por apenas cinco personas, por lo que optamos por describir a cada uno de ellos por separado. Xavier, el entrenador de los gimnastas infantiles, fue gimnasta durante muchos años y en la actualidad paralelamente a la función de entrenador, actúa de juez en competiciones de nivel nacional. Además ejerce la función de coordinador del plan de tecnificación de la FCG, lo que le mantiene bastante próximo a los gimnastas y entrenadores de los clubes, lo que facilita su tarea de “ojeador” de futuras estrellas. Su incorporación al

---

<sup>75</sup> En el Campeonato del Mundo de 2001 en Gante ( Bélgica) el campeón del Concurso II (Final Individual General) fue el gimnasta chino Feng Jing a sus 16 años de edad. Según el reglamento la edad mínima para participar en los JJOO y Mundiales es de 16 años (categoría junior).

CAR ocurrió hace aproximadamente 3 años, pero anteriormente trabajó varios años como entrenador de un club en un municipio cercano a Barcelona. Titulado como “Técnico Deportivo Superior de GAM”, su formación en GAM ha sido complementada a través de un curso de formación de entrenadores ofrecido por la FCG, momento decisivo para su acercamiento al cuerpo técnico del CAR. A los 33 años de edad es el más joven de los miembros del cuerpo técnico.

Vicente, entrenador responsable de los gimnastas juveniles y juniors, lleva aproximadamente 12 años trabajando en el centro. También ha sido gimnasta, durante 3 años estuvo entrenando y compitiendo en los EEUU y llegó a participar en dos olimpiadas, acumulando gran experiencia en este deporte, que según él es muy importante para su labor actual de entrenador. Antes de incorporarse como entrenador en el CAR había estado entrenando en la sala como gimnasta del equipo nacional y también había sido entrenador en el gimnasio de la Foixarda en Barcelona. Licenciado en Educación Física y en Medios de Comunicación en EEUU, también asistió el curso de formación de entrenadores de GAM ofrecido por la FCG durante tres años y actualmente también ejerce la función de juez a nivel nacional.

Pere, el más veterano de todos los entrenadores, es el actual responsable de los gimnastas seniors y trabaja en el CAR desde 1992. Tiene 45 años de edad y tuvo su primer contacto con la GAM en condición de gimnasta. Ejerce la función de entrenador desde hace 25 años. Ha actuado en otros gimnasios, como en el de la Foixarda, además de haber estado dos años trabajando en USA. Actualmente también desempeña la función de juez de GAM tanto a nivel nacional como internacional, además de compaginar la labor de coordinación de las actividades de los Gimnasio de GAM y GAF como gerente de la FCG. Actúa como el “líder central” del grupo, siendo altamente respetado por sus compañeros y representando la mayor autoridad en la sala. Es el responsable final de las decisiones tomadas en el Gimnasio.

Todos los entrenadores acuden diariamente a la sala, tanto en la sesión de la mañana como por la tarde. Pese a que desde el primer día se anima a los gimnastas a entrenar de forma autónoma siguiendo una estricta planificación. En caso que uno de los entrenadores no pueda estar presente uno de los demás se responsabiliza de su grupo de gimnastas, manteniendo las actividades planificadas por el entrenador original. En las raras oportunidades en que hemos

presenciado la ausencia de uno de los entrenadores, la aparente autonomía de los gimnastas se demostraba frágil<sup>76</sup> y de alguna forma el entrenamiento salía perjudicado, por lo que la presencia de los entrenadores, aunque los gimnastas saben perfectamente lo que tienen que hacer, es imprescindible. En palabras de Paco (DC):

“Entrenar con Vicente es mucho mejor, sin él es diferente. Con él nos sentimos más orientados, aunque conocemos muy bien la planificación, aquella que está colgada en el tablón. Además, Vicente está para cobrar empeño, marcar los fallos, así que particularmente prefiero que esté presente.”

Mario, el auxiliar-técnico, es el mayor de todos los miembros del cuerpo técnico. Un profundo conocedor de la GAM con más de 40 años de experiencia como entrenador, la mayoría de ellos en el ámbito de alto rendimiento. Su trayectoria por diferentes países y diversos gimnasios como responsable de equipos y gimnastas de renombre internacional, le atribuye un significativo reconocimiento ante los demás protagonistas de la sala. Como único extranjero de la sala, su actuación está marcada por las costumbres de la cultura de su país de origen, una ex república soviética, algunas de las cuales han sido incorporadas a la dinámica de entrenamiento del Gimnasio. Aunque su labor esté dirigida mayormente a los gimnastas seniors, frecuentemente interviene junto a los demás gimnastas. En los momentos en que el entrenador de los seniors no está presente, Mario suele ser responsable del entreno de este grupo de gimnastas. Al igual que los entrenadores, Mario acude a la sala diariamente en las dos sesiones de entrenamiento.

Por último, Joaquim el psicólogo deportivo, fue contratado por el CAR un año después del inicio de las actividades del Centro. Tras 15 años de trabajo en el CAR, actualmente es el responsable del departamento de psicología deportiva y desde hace tres años viene trabajando con la GAM, pero no de forma exclusiva. A sus 35 años de edad su trabajo abarca a todos los gimnastas y a todos los miembros del cuerpo técnico. A diferencia de los demás miembros del cuerpo técnico, su presencia en la sala es esporádica, acudiendo dos o tres veces a la

---

<sup>76</sup> Esta dificultad en entrenar de forma autónoma contraría el discurso de entrenadores y de los demás miembros del cuerpo técnico. Tal vez ese sea un aspecto de debilidad del sistema de entrenamiento, como podemos comprobar en las palabras de Joaquim: “Tengo claro que un valor que ayuda a llegar al alto rendimiento es la autonomía, no se puede llegar al alto nivel sin autonomía, tenemos que buscar autonomía en el deportista”.

semana, especialmente en los entrenamientos importantes y en los controles. Su labor consiste en optimizar las conductas psicológicas de los deportistas respecto a las dificultades del entrenamiento y especialmente respecto a los problemas típicos de la competencia de alto rendimiento. En sus propias palabras:

“Lo primero que trabajamos con un deportista es que pueda aprender. Que su funcionamiento como persona sea sano, normal, estable, sea regular, y que el entorno de este gimnasta no le reste posibilidades de aprender, no le impida. Les ayudamos a solucionar cuestiones personales, esto es fundamental, su salud psicológica, ser tipos autónomos, estables, su salud psicológica como personas. Querer aprender, el segundo punto que nos ocupa es que mantengan su motivación, que a pesar de malos entrenamientos, lesiones, malos resultados, no conseguir el esperado, mantengan el nivel alto de motivación. La tercera cosa que hacemos es facilitar el aprendizaje, hacer que el deportista aprenda más rápido y que lo que haya aprendido lo mantenga, no se olvide rápidamente. Y la técnica base es la visualización, que el deportista se ejercite mentalmente. Lo último que hacemos es enseñar a competir, a base de técnicas para mantener su control, su concentración, para regular su tensión. En definitiva, el trabajo con los gimnastas consiste en enseñar cuatro cosas: a competir, a aprender rápido, bien y seguro, a mantener la motivación, y a superar sus cuestiones personales. Estas son las cuatro paredes claves del trabajo” (Joaquim)<sup>77</sup>.

### 5.3.3. Otros protagonistas

En términos de Anta (1990: 31), el binomio gimnastas y cuerpo técnico conforma la espina dorsal del Gimnasio y por eso se encuentran en el centro de nuestra atención. No obstante, queremos comentar brevemente las otras personas que suelen frecuentar la sala, y como ocurre este contacto con los protagonistas oficiales.

En primer lugar, destacar a Julián, exgimnasta, exentrenador de los pequeños en el CAR y que ahora se encarga del plan de tecnificación de la FCG, además de ejercer de profesor en un centro de formación universitaria. Licenciado en Educación Física y exmiembro del equipo nacional de GAM, es una de las personas que visita el Gimnasio con más frecuencia, de las pocas que ha vivido la experiencia desde la perspectiva de gimnasta y también entrenador”, por lo que fue la única persona que acudimos de forma directa durante este trabajo de campo a parte de los protagonistas ya mencionados. Luego, mencionar los entrenadores y las gimnastas de GAF, que entrenan en la sala de al lado, son los que “visitan” el Gimnasio con mayor frecuencia. Su presencia puede variar cada

---

<sup>77</sup> La intervención que plantea Joaquim, que él la denomina de “psicología del rendimiento”, puede ser consultada en Marí (2003).

día: desde breves instantes para pedir algún material prestado hasta horas cuando utilizan el practicable de Suelo o el tumbling para entrenamientos técnicos, o en menor medida, la bicicleta y la cuerda para entrenamiento físico. La sala también es visitada con frecuencia por amigos, ex entrenadores, entrenadores de clubes catalanes y, en menor número, por el personal de mantenimiento. En este caso las visitas se hacen notar bastante menos en la dinámica de la sala.

Por otra parte, existen otras personas que no visitan la sala personalmente pero que forman parte de las conversaciones cotidianas. Nos referimos al personal sanitario (médicos, fisioterapeutas, etc.), a los maestros y los demás deportistas que comparten la vida en el centro. Los familiares, especialmente los padres, como norma general no pueden asistir a los entrenamientos. Los entrenadores afirman que su presencia no representa un aspecto positivo para el desarrollo normal de las ejercitaciones. Todas estas personas conforman el mundo social del Gimnasio, unas de forma más cercana y otras más lejana pero todas importantes. El acto de poder conversar o simplemente ver a estas otras personas parece funcionar como una válvula de escape, una conexión con la realidad exterior, un punto de reflexión, un motivo que permite a “los internos” recordar que no están solos en el mundo ni siquiera durante las muchas horas que están “encerrados” en el interior de la sala, según nos contó Jonny.

De toda formas, se trata de un grupo reducido de personas, unos pocos privilegiados que pueden conocer un poco de la realidad interna de este “templo gimnástico”, en su mayoría de gente conocida, con un vínculo personal y/o profesional de largo tiempo, que no implica cambios en la característica “cerrada” de la sala. La presencia de todas estas personas, aunque la mayoría de ocasiones es breve y silenciosa, “siempre deja o encuentra algo”, y de forma “imperceptible” altera la dinámica de la sala, tal y como señala García Alonso en Gutiérrez Estévez (2002: 43). Un ejemplo notorio es la alteración que demuestran los gimnastas pequeños cuando determinadas “chicas” acuden a la sala para ejercitarse. Jamás dejan de hacer lo que tienen planificado, pero sus discretos comentarios, el ritmo de trabajo, las bromas, algún que otro signo de vergüenza, de admiración juvenil son fácilmente observados. A continuación presentamos una representación simplificada de los protagonistas que componen el mundo social del Gimnasio:

<b>Roles</b>	<b>Situación – contacto</b>	<b>Subroles</b>
Cuerpo Técnico (5)	Contacto directo, constante y diario	Entrenadores (3) Auxiliar técnico
	Contacto directo, esporádico, 2 o 3 veces por semana	Psicólogo
Gimnastas (17)	Incorporados (15)	Seniors (5) Juniors (1) Juveniles (3) Infantiles (6)
	En proceso de incorporación (2)	Infantiles (2)
Otros protagonistas	Contacto directo – interno -, esporádico, poca relación (n)	Gimnastas y entrenadores de GAF
	Contacto indirecto – externo (n)	Personal sanitario (médicos, fisioterapeutas, y nutricionistas), administradores, personal de limpieza, maestros, personal de alimentación

Figura 74 – Organización de los protagonistas del Gimnasio

#### 4.3.4. La manutención económica<sup>78</sup>

El cuerpo técnico, a excepción del psicólogo que es funcionario del CAR, están contratados y mantenidos por la Federación Catalana de Gimnasia (FCG) con una remuneración típica de un deporte poco popular, mejor que los que pueden ofrecer los clubes que desarrollan actividades similares. Según Xavier, el sueldo puede incluso parecer bueno respecto a los patrones sociales a que tiene

<sup>78</sup> La clase social de procedencia representa un indicador social que permite exponer una panorámica de como cada deporte se manifiesta en las diferentes naciones o en determinadas regiones (Lüschen y Weis, 1976). La mayor parte de los protagonistas del Gimnasio provienen de familias de clase media, aunque existe excepciones entre la clase media-alta o clase media-baja. Entre las escasas referencias sobre la práctica de la Gimnasia Artística, destacamos un estudio realizado en la sociedad alemana en 1955, a través del cual se detectó que la “Apparatus Gymnastics” era una práctica ejercida por miembros de todas las clases sociales, con mayor énfasis por las clases sociales media y media-baja (Günther Lüschen en Lou y Kenyon, 1969: 265-266), coincidiendo en gran parte con la realidad del Gimnasio del CAR. Estas informaciones también coinciden con otros indicadores alemanes mencionados una vez más por Lüschen (1983) citado por García Ferrando, Puig y Lagardera et al. (2002: 236). La relación existente entre las distintas clases sociales y las prácticas deportivas viene siendo foco de investigación de diversos sociólogos y antropólogos deportivos tales como Bordieu (1988), Parlebas (1988), McPherson, Curtis y Loy (1989) y Elias y Dunning (1992). Modalidades como el boxeo (Weinberg y Arond en Lüschen y Weis, 1976; Wacquant, 1995) y el fútbol fueron estudiadas con mayor profundidad con relación a este aspecto social (DaMatta, 1978; Elias, 1987).

conocimiento, pero es bajo considerando los riesgos laborales de un deporte como la GAM en que los resultados de los deportistas tiene gran importancia para la carrera del entrenador y también por la cantidad de horas invertidas, tanto dentro del Gimnasio como fuera en función de los demás compromisos que exige el deporte de alto nivel (competiciones, controles, concentraciones, viajes, etc.), que supera con crece el patrón de 36-40 horas de un trabajador normal.

Respecto los gimnastas, todos están entrenando en el CAR por invitación de la FCG y consecuentemente disponen de becas o ayudas económicas<sup>79</sup>. Las becas se distinguen en tres grupos: “externas”, “mixtas” e “internas”; de menor a mayor coste económico, concedidas según el régimen de entrenamiento adoptado por cada gimnasta. Las becas externas incluyen la utilización de la sala, el acompañamiento de los entrenadores, alimentación, además de servicios de educación<sup>80</sup> y cuidados sanitarios<sup>81</sup>. Las mixtas e internas cubren además el alojamiento en la residencia del centro, excepto en el caso de los gimnastas infantiles que por normativas del CAR y decisión del cuerpo técnico no residen en el centro. Estas ayudas económicas son, en primera estancia, subvencionadas por el gobierno catalán a través del programa ARC (“Alt Rendiment Català”).

A medida que los gimnastas van subiendo de categoría, y alcanzando resultados más expresivos a nivel autonómico o estatal, pueden acceder a otras ayudas económicas, concedidas por la FCG o por la Real Federación Española de Gimnasia (RFEG). Estas ayudas normalmente son renovables anualmente de acuerdo con los resultados competitivos. Para los gimnastas juniors y seniors campeones nacionales y/o miembros del equipo nacional la RFEG ofrece ayudas especiales que permiten una vida económica relativamente tranquila, además de subvencionar gastos de transporte, hospedaje y alimentación durante períodos de concentración o de competiciones. Un sueldo parecido a la media de los trabajadores, que para estos jóvenes que dedican gran parte de su vida a los entrenamientos puede ser un recurso muy bueno.

---

<sup>79</sup> De acuerdo con Lüschen y Weis (1976), uno de los componentes fundamentales para su desarrollo del deporte de alto rendimiento es la inversión económica, tanto en infraestructura como de mantenimiento de los propios deportistas y del cuerpo técnico.

<sup>80</sup> El instituto del CAR ofrece los estudios de ESO (Educación Secundaria Obligatoria) y también de Bachillerato.

<sup>81</sup> En la opinión de Smoleuskiy y Gaverdouskiy (s/f: 22) este tipo de ayuda es imprescindible para el desarrollo de deporte como la GAM dado que no suelen tener ayudas externas (patrocinios) como tienen los deportes de masa.

“En el mundo de la gimnasia las becas se consiguen por las federaciones. Es una ayuda económica, particularmente el dinero que cobro de una beca de la federación española no esta nada mal. Llevo entreno 14 años y cobrando apenas 3, todos los años anteriores no he cobrado nada, y llevo suerte, pues tengo otros compañeros que llevaron entrenando 20 años y no cobrarán nada. No puedes vivir de las becas, pero te solucionan muchos problemas. Tiene que conseguir buenos resultados mínimos cada año para mantenerla, para continuar con la beca” (Jonny).

Finalmente, para los pocos gimnastas que logran resultados internacionales significativos, concretamente medallas olímpicas y en campeonatos del mundo, existe otro tipo de becas ofrecidas por el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, a través del Consejo Superior del Deporte y del programa ADO<sup>82</sup>: son ayudas que tienen duración de 4 años y un valor mucho más alto respecto las demás becas<sup>83</sup>, consideradas todo un lujo para un deporte como la GAM y tal vez la única posibilidad de garantizar un tímido beneficio para los años posteriores al final de la carrera deportiva.

A parte de las becas regulares, tanto gimnastas como entrenadores reciben “premios” por resultados internacionales expresivos. Pero estas gratificaciones representan una excepción en la vida económica de los protagonistas. En el caso de los gimnastas, que no disponen de “subsidio de desempleo”, tanto los resultados como cualquier interrupción prolongada, sea por lesión o por cualquier otro problema, puede afectar directamente su única y necesaria fuente de renta. Aunque las condiciones económicas que envuelven la actividad de los protagonistas sean relativamente buenas, alcanzan porcentajes muy bajos en comparación con otros deportes más populares, como el ciclismo, el fútbol, el baloncesto, el balonmano, etc. Por otra parte, esta es la única fuente de ingresos de estas personas, dado que la intensidad y el volumen de trabajo en el Gimnasio impide a casi todos ejercer otras actividades remuneradas. Por último, hay que destacar que la carrera deportiva supone un esfuerzo que evidentemente afecta a la formación social, educacional, profesional de estas personas fuera del ámbito gimnástico, por lo que a todos les parece que se debería mejorar las condiciones económicas para amortiguar las consecuencias que suponen el final de la carrera

---

<sup>82</sup> Según el Ministerio de Educación y Ciencia (1996: 39), el “programa de la Asociación de Deportes Olímpicos ADO nació en 1988 como una iniciativa básica para el apoyo al Deporte de Alto Nivel de cara a la obtención de los mejores resultados posibles en la importante cita de Barcelona '92. Este apoyo se concretó a través de la entrada, por primera vez en la historia del deporte español, de patrocinadores privados que hicieron posible la financiación de unos planes específicos de preparación olímpica”.

y la difícil inserción en el mundo laboral y social después de tantos años dedicados a una actividad tan específica y a un contexto social y de trabajo tan “estricto”.

### 5.3.5. El Gimnasio como microcultura

“La actividad física competitiva impregnaba toda la vida griega. La <palestra> y el gimnasio eran centros cívicos donde se realizaba ejercicio y se competía, pero además servían como perfectos círculos de relación social y de enculturación de valores” (Solar, 2003: 53).

Toda sociedad desarrolla “pautas de conductas propias” que incluyen una forma de interacción y comunicación peculiar que permite la construcción de una identidad cultural (cf. Zulaika, 1989; Mata, 2004). Los pequeños grupos sociales pueden, a su vez, desarrollar características específicas para las relaciones entre sus integrantes, marcadas evidentemente por rasgos de la cultura envolvente<sup>84</sup>, que permiten a estos grupos desarrollar formas propias de cultura, denominadas subculturas o en nuestro caso microculturas<sup>85</sup> (Geertz, 1989b). La actividad del Gimnasio permite que este grupo de personas desarrolle una microcultura de entrenamiento en la cual se reflejan los valores, creencias y todo lo que configura para estas personas la “verdad” gimnástica. Las normas y cultura de la sala<sup>86</sup> se imponen a sus miembros al mismo tiempo que es a partir de las aportaciones individuales que esta microcultura evoluciona a lo largo del tiempo (Entwistle, 2002: 25-26). Conocer la “estructura social”, es decir, la organización de los miembros de un grupo social, las peculiaridades de la interacción y de la comunicación, es una tarea fundamental para entender la dinámica sociocultural del grupo, por lo que hemos decidido iniciar la descripción del Gimnasio como

---

<sup>83</sup> Mencionar que, según nos contaron los gimnastas, existen una serie de incompatibilidades entre las diferentes becas que dificultan sensiblemente la estabilidad económica en algunos casos.

<sup>84</sup> El deporte puede ser descrito de forma general como un “producto cultural”, reflejo de la sociedad (McPherson, Curtis y Loy, 1989), pero también se puede hacer de forma local o específica, considerando los distintos deportes o los grupos deportivos como microculturas o incluso subculturas (García Ferrando, Puig y Lagardera et al., 2002: 75). Un ejemplo de una microcultura deportiva puede ser la del un Gimnasio de Boxeo, descrita por Wacquant (1995).

<sup>85</sup> Microcultura entendida como “el flujo de significados y valores manejados por pequeños grupos [de jóvenes] en la vida cotidiana, atendiendo a situaciones locales concretas (Wulff, 1988 apud Feixa, 1998: 87).

<sup>86</sup> Destacar que el CAR posee una “Normativa disciplinaria” que regula la conducta de sus usuarios dentro del centro. Todos los deportistas ingresos deben someterse a estas normativas firmando un documento de consentimiento. La carta expone los derechos, deberes, así como las faltas y penalizaciones a que todos deportistas están sujetos [http://www.car.edu/CASTELLA/normas/normas\\_disciplinarias\\_cast\\_03\\_04.pdf](http://www.car.edu/CASTELLA/normas/normas_disciplinarias_cast_03_04.pdf) (Consulta: 25-5-4).

microcultura a partir de este indicador, tal y como mencionan García Ferrando, Puig y Lagardera et al. (2002: 43).

A priori no existe ninguna regla o norma explícita que prohíba el contacto entre determinados protagonistas, por lo que se mantiene una relación abierta y regular entre todos aparentemente sin excepción. Ninguna de las personas parece sufrir ningún tipo de exclusión, al menos dentro de la sala, así pues la interacción ocurre de forma indiscriminada e independiente del rango o estatus jerárquico que ocupen los protagonistas. De este modo, la comunicación de forma general fluye normalmente entre gimnastas y entrenadores, sin que el grado de antigüedad, la experiencia, el nombre o el grupo al que pertenezcan sea una barrera<sup>87</sup>.

“La relación es compleja. Es como en una escuela, tiene un amigo con quién tienes más confianza, más relación con unos y menos con otros. Aunque tenemos nuestros piques, casi siempre por chorradas, todos nos queremos mucho y creo que nos ayudamos bastante” (Jonny).

“Mi relación yo diría que hasta muy personal, tan personal que incluso a veces me confían problemas personales, extra-deportivo. Creo que es muy buena, en cualquier momento les puedo decir a cualquiera todo lo que pienso. Con el auxiliar técnico mi relación es muy cordial, pero no tengo relación profesional con él” (Joaquim).

No obstante, los gimnastas suelen relacionarse con mayor intensidad con sus compañeros de la misma edad y con sus respectivos entrenadores, que evidentemente suelen estar más próximos tanto a un nivel espacial como también en lo que se refiere al trabajo realizado. Esta condición no impide que con frecuencia se observe gimnastas de diferentes grupos relacionándose y que incluso lleguen a formarse vínculos de amistad importantes entre gimnastas de los diferentes grupos. La integración entre los gimnastas infantiles y los seniors es la más delicada, dado que son los más nuevos y los más antiguos en la sala, como podemos observar en estos relatos:

“Yo intento tener la mejor relación posible con todos, porque estamos mucho rato aquí en la sala, para que no haya líos o cosas así. Si viene cualquier entrenador yo le escucho, si nos habla le escucho, y con los mayores pues intento tener buena relación pero a veces no lo sé, se enfadan y cosas de este tipo” (Alejandro).

“Yo escucho a los grandes a no ser que me digan tonterías” (Fernando).

“Con los grandes también nos llevamos bien, pero a veces les vacilamos un poco y se enfadan con nosotros” (Andrés).

---

<sup>87</sup> La cohabitación prolongada de un espacio reducido y “cerrado” estimula relaciones afectivas profundas, “tanto de simpatía como de antipatía”, tal y como advierten Anvieu y Martín (1971: 22-23), enriqueciendo el “contacto” que mantienen estas personas entre sí (Bailleau, 2004).

“Hay días que me gustaría entrenar sin los pequeños, pues a veces hacen mucho ruido y perjudican la concentración” (Tomás).

Entre los entrenadores las relaciones suelen ser más abiertas y diversificadas, aunque la mayor intensidad de la relación se observe entre cada entrenador y su grupo de gimnastas (imagen 25). Xavier y Vicente, los entrenadores más jóvenes, demuestran una mayor intimidad personal y profesional entre sí, y mantienen una cierta distancia respecto a Pere, quizás porque este último además de ser el entrenador más experimentado también representa la figura del “jefe” en la sala. Pese a que exista un relativo intercambio de informaciones a nivel técnico entre todos los entrenadores que también abarca el auxiliar técnico, cada uno de ellos intenta “hacer valer” su propia visión para el grupo del cual es responsable. Además, entre los entrenadores, “hay una jerarquía que se debe obedecer” según comentan Julián y Xavier (DC).



Imagen 25. Xavier conversando con su grupo de gimnastas.

Así pues, las relaciones más íntimas se dan entre los miembros de un mismo grupo, formado por gimnastas y un entrenador. En el caso del auxiliar técnico, la relación es un poco diferente. De forma libre mantiene contacto similar con todos los gimnastas y entrenadores, aunque su labor suele centrarse en los seniors. Hay que recordar que el respeto que ha adquirido dentro del grupo es incuestionable, pero el hecho de no ser responsable directo de los gimnastas crea un cierto distanciamiento con los demás protagonistas.

En el caso del psicólogo la relación es similar. Su contacto es aparentemente normal con todos los protagonistas excepto con los gimnastas en proceso de incorporación y con el auxiliar técnico, con los cuales se limita a cordiales saludos. Con frecuencia, la naturaleza terapéutica de las

conversaciones hace que sean más discretas, individualizadas, tal vez siguiendo los principios éticos y de privacidad, buscando que los demás no se enteren del contenido de la conversación. En algunos casos, principalmente en las “charlas” orientativas de cómo afrontar la competición realizadas antes y después de eventos importantes, las sesiones pueden ser en grupo o individuales dentro y/o fuera del Gimnasio. Cuando las reuniones son fuera de la sala, normalmente son realizadas en su despacho particular, ubicado en el departamento de psicología del CAR. Cuando la conversación se realiza dentro de la sala suele ser en voz baja, con aparente tranquilidad.

Por otra parte, el orden jerárquico juega un papel importante en la relación de estas personas, principalmente en las conversaciones sobre temas técnicos. Eso significa que entre entrenadores y gimnastas la comunicación fluye con mayor intensidad de arriba hacia abajo, es decir, de los gimnastas mayores hacia los menores, del entrenador de los seniors hacia los demás entrenadores. Como ejemplo ilustrativo podemos mencionar que los gimnastas de categorías “inferiores”, al igual que sus entrenadores, no suelen formular comentarios sobre los demás, al menos de forma explícita, a menos que se les pida que opinen. Aunque no tanto como ocurre en instituciones militares (Zulaika, 1989), la jerarquía es respetada al máximo, buscando mantener la armonía entre las diferencias que puedan existir tanto a nivel técnico como también personal.

“Está muy claro quién manda primero, quién manda segundo y quién manda tercero, y quién no manda. Esta jerarquía que hay tan explícita, tan formal, tan evidente y tan aceptada por todos junto con los rituales hace del Gimnasio algo especial, un templo<sup>88</sup>” (Joaquim).

Además del aspecto jerárquico, la proximidad espacial, el momento vital (edad, desarrollo intelectual, afectivo, motivaciones, intereses personales o gimnásticos) y las características de la personalidad de los protagonistas filtran las relaciones entre ellos, creando pequeños “círculos” de amistad e intimidad, que suelen mantenerse durante la carrera deportiva de estas personas en la sala. Por lo general se admite que la comunicación entre entrenadores y gimnastas

---

<sup>88</sup> La concepción del Gimnasio como un “templo” la discutimos al final de este capítulo en el apartado “mundo simbólico”.

consiste en un sistema impositivo<sup>89</sup>, aunque se está trabajando para modificarlo con los gimnastas más jóvenes, hacía un diálogo y una concienciación del “porqué de las cosas” (Xavier). Tal y como señalan Pere y Vicente, la comunicación debe ser mejorada, dado que representa un aspecto vital para el rendimiento sobre todo a largo plazo y que a día de hoy representa un aspecto “débil” de la dinámica relacional del Gimnasio. En palabras de Julián:

“En mi opinión los gimnastas deben entender todo lo que les están exigiendo; deben creer en el proceso que están siguiendo. Cada vez menos el entrenamiento puede ser impositivo. Siempre ha fallado el tema de la comunicación más de lo que a mí me hubiera gustado.”

La estructura social del Gimnasio se organiza de la siguiente forma:

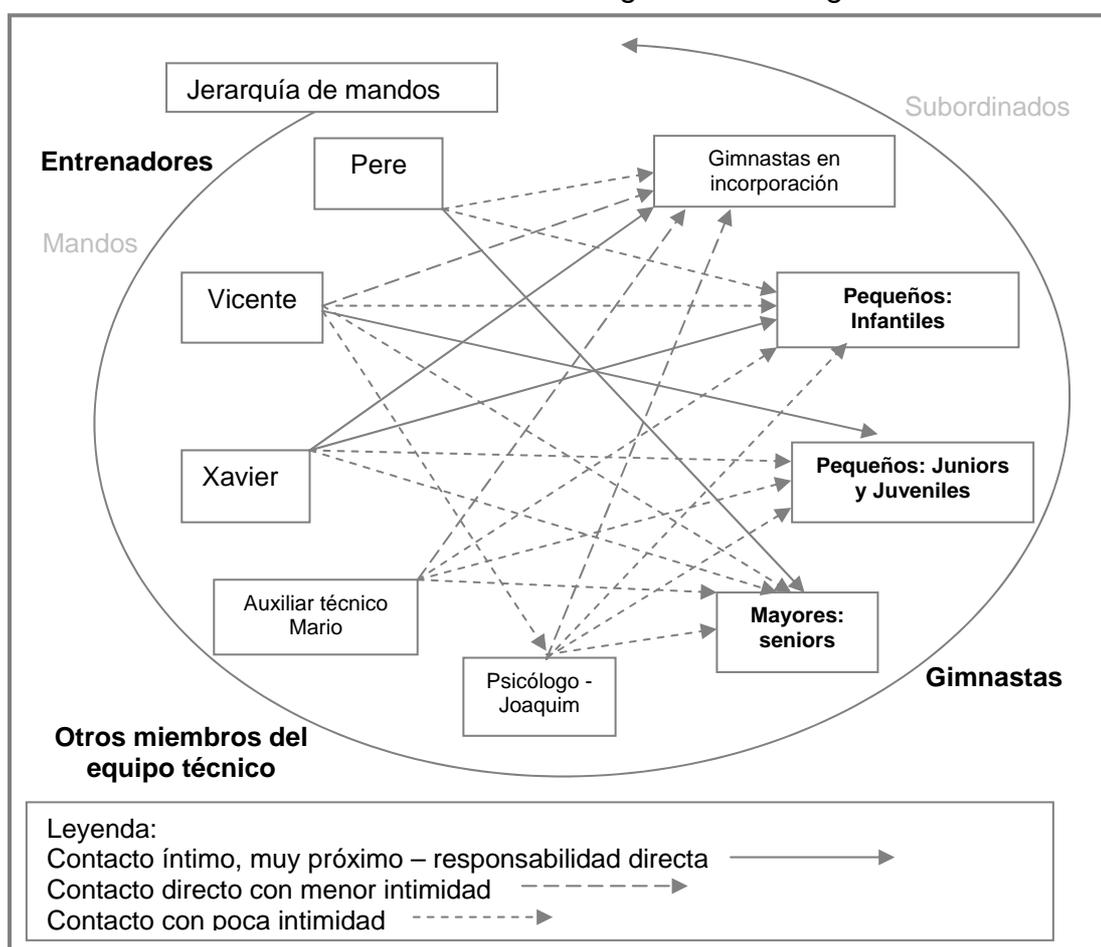


Figura 75. Representación de la organización, jerarquía e interacción entre los protagonistas del Gimnasio.

<sup>89</sup> Según la clasificación realizada por Muska Mosston (1981), citada por Manno (1991: 68), este estilo de enseñanza se caracteriza por un “estilo de mando”, es decir, “el profesor toma todas las decisiones, mientras que el alumnado debe limitarse a realizar, seguir y obedecer”.

Desde la perspectiva motriz, es decir, en cuanto se refiere a ejercitación cotidiana, se observa que las actividades son mayormente de naturaleza psicomotoras (sin interacción motriz), lo que significa que los gimnastas utilizan casi la totalidad de su tiempo realizando ejercicios de forma individual<sup>90</sup>, aunque compartan la misma sala de entrenamiento con sus compañeros (comotricidad). Por todo eso siguen un proyecto deportivo que busca la especialización precoz y un entrenamiento lo más individual posible. Respecto a los seis aparatos de la GAM, los entrenadores defienden que los gimnastas deben ejercitarse en todos ellos, buscando alcanzar la mejor base para que en el futuro puedan destacar en uno o dos. Se preconiza que un gimnasta completo tiene mayores posibilidades de resultados competitivos positivos a largo plazo<sup>91</sup>.

El cuerpo técnico es consciente de que en la actualidad, a nivel social, se valora por igual a un gimnasta campeón olímpico en un sólo aparato que en los seis, algo totalmente diferente desde la perspectiva gimnástica. Los entrenadores relatan que los premios y el reconocimiento es “relativamente” igual, por lo que la GAM se está desarrollando cada vez hacia los gimnastas especialistas en uno o dos aparatos, opción que normalmente coincide con las preferencias particulares de los deportistas<sup>92</sup>.

En menor número se producen situaciones en las cuales la ejercitación es sociomotriz, o sea, a partir de ejercicios en parejas y/o en grupo con interacción motriz directas (ayudas) (imagen 26 y 27). En los ejercicios de fuerza con pesas (pesos libres), por ejemplo, los gimnastas necesitan ayudarse mutuamente para poder ejecutar dichas tareas, algo parecido a lo que ocurre en algunos ejercicios de flexibilidad como en el caso del *espagat* lateral en las espaldas cuando se necesita la colaboración de un compañero, o durante el entrenamiento de elementos acrobáticos de alta dificultad que aun están en fase de aprendizaje, donde los compañeros y/o entrenadores ayudan poniendo protecciones (colchones, apoyos de manos) en las fases críticas del movimiento. En menor

---

<sup>90</sup> La individualidad y la “especialización” aparecen como características muy importantes del deporte moderno según Parlebas (2001). En este apartado nos remitimos a los conceptos de psicomotricidad, comotricidad y sociomotricidad explicados en el capítulo III.

<sup>91</sup> En deportes como la Natación o el Atletismo los atletas generalmente se especializan en determinadas pruebas o modalidades (saltos, lanzamiento, etc.) desde el inicio del entrenamiento (Dunning en Lagardera y Lavega et. al, 2004).

<sup>92</sup> Según apunta García Ferrando (1990: 41) “el deporte moderno está cada vez más dominado por el especialista un reflejo de la división del trabajo existente en la sociedad industrial, y tanto en un caso como en otro hay que considerarla como condición del progreso.”

cantidad también se producen en la sala situaciones sociomotrices para ayudas durante el entrenamiento de algunos elementos gimnásticos específicos, como las “planchas” y “maltesas” (*infernales*) en anillas, o el “healy” y el “diamidov” en paralelas (las ayudas pueden ser realizada por los entrenadores u otros gimnastas).



Imágenes 26 y 27. Ayudas durante preparación física – Ejercicio de flexibilidad y fuerza.

De modo que, pese a que el entrenamiento se produzca en grupo (en compañía), la “construcción del gimnasta” es un trabajo individualizado enfocado a potenciar las posibilidades de cada uno (Bailleau, 2004: 26). Desde que entran en el CAR hasta que llegan a la categoría senior, los gimnastas se ven inmersos en una dinámica que progresivamente tiende a enseñarles a entrenar de forma autónoma y a seguir una rutina individual. Por eso, los gimnastas infantiles son los que realizan mayor cantidad de actividades en pareja o en grupo, mientras los seniors entrenan prácticamente todo el tiempo individualmente. A medida que ganan experiencia, nivel técnico y físico y que avanzan de categoría, el entrenamiento se hace más especializado<sup>93</sup>, llegando a ser casi totalmente individualizado durante la fase de seniors. De modo que la singularidad del “gesto deportivo” de la GAM y la necesidad de un entrenamiento individualizado que expresa Coca (1993: 132) es seguida a “rajatabla” en la sala.

La relación entre los entrenadores y gimnastas sigue el razonamiento anterior: se va transformando paulatinamente de una forma inicial que podría ser

<sup>93</sup> De acuerdo con Magakian (1976: 63), “L’enseignement de la gymnastique aux agrés peut être collectif, mais les corrections sont individuelles.” Traducción del autor: “La enseñanza de la gimnasia con aparatos puede ser colectiva, pero las correcciones son individuales”.

definida como <<entrenador-gimnasta>> donde el primero “manda” y el segundo se limita a obedecer y ejecutar lo solicitado, hacía un planteamiento en que predomina una relación <<entrenador-amigo>> con una orientación más amplia<sup>94</sup> que extrapola los aspectos técnicos<sup>95</sup> con fuerte componente psicológico, de amistad y orientación personal, un modelo más parecido a un “maestro<sup>96</sup>” o un amigo<sup>97</sup>.

“A mi entrenador le cuento todos mis problemas, tanto familiares como cualquier otro externo al centro. Pero con otro entrenador que no es mi entrenador no hay la misma relación. Tienes un respecto hacia a todos los entrenadores y ellos hacía ti como gimnasta, pero no es lo mismo, no hay la misma confianza” (Jonny).

En opinión de Mario, es natural que los gimnastas pequeños necesiten de una orientación más cercana y constante de los entrenadores. A medida que ganan más experiencia, la aportación de los entrenadores disminuye en “cantidad” y aumenta en “calidad”, centrándose en temas técnicos muy específicos además de mayor énfasis en aspectos psicológicos. Para Julian “cuando te haces mayor la presión que ejerce el entrenador hacía ti se va liberando un poco, pero aumenta la presión federativa”. Según Vicente, en todos los casos,

“El entrenador debe ayudar a los chicos en todo lo que pueda; en los estudios, a nivel profesional, personal, incluso con consejo, y haciendo el puente con la federación. La confianza es una cuestión esencial.”

Así pues, con el tiempo los entrenadores adquieren total confianza de los gimnastas por lo que los últimos se someten sin dudar a sus ordenanzas. En palabras de Jonny:

---

<sup>94</sup>Magakian (1976: 61), “la Gym pratiqueé comme un Sport nécessite de l’entraîner une somme de connaissances techniques mais également une grande valeur humaine sans laquelle aucun résultat n’est possible.” Traducción del autor: “La Gimnasia como una práctica deportiva necesita entrenar una suma de conocimientos técnicos, pero también un gran valor humano sin el cual el resultado no es posible”.

<sup>95</sup> Wacquant (1995), relata que el gimnasio es un espacio donde no solamente los conocimientos técnicos cobran importancia. Incluso puede que la función técnica o de formación de la competencia deportiva esté subordinada a las funciones sociales y morales.

<sup>96</sup> Desde los gimnasios griegos la figura del maestro aparece como indispensable en el proceso de adiestramiento corporal que reciben los practicantes (Rodríguez López, 2000: 79).

<sup>97</sup> Un formato parecido a lo observado por S. Kirson Weinberg y Henry Arond en Loy y Kenyon (1969: 448) en un gimnasio de boxeo.

“Diga lo que diga los entrenadores hay que hacerlo igual, hay que obedecerlos, porque son entrenadores. Es como ir a misa, tiene que hacerlo tal y como te piden. Si te hablan es por su bien, los entrenadores tienen experiencia y saben de lo que están hablando”.

En ninguna oportunidad hemos observado a un gimnasta contestar o discutir una orden dada por su entrenador<sup>98</sup>. Con los años las ordenes se convierten en orientaciones y la relación adquiere una connotación más íntima floreciendo una fuerte amistad en algunos casos<sup>99</sup>. Respecto a la personalidad de los jóvenes gimnastas, la cercanía y la admiración que pueden llegar a tener a sus respectivos entrenadores termina por condicionar que los gimnastas imiten a sus “maestros”, estableciendo una transmisión directa de valores<sup>100</sup>. Eso no significa que la jerarquía de mandos y roles dejen de existir, sino que el tiempo hace que los gimnastas desarrollen una alta capacidad disciplinar. Así pues, la formalidad y la tradición en el trato entre gimnastas y entrenadores se mantiene por encima de cualquier afinidad o intimidad (Padiglione, 1996: 399).

En el Gimnasio predomina el uso de la comunicación verbal, no obstante la comunicación gestual aparece de manera importante. La especificidad de los temas tratados en el interior de la sala ha hecho emerger un vocabulario repleto de términos técnicos y de una peculiar jerga, de la misma forma que en otros deportes como es el caso del fútbol (Morris, 1982). La terminología técnica de la GAM y del entrenamiento deportivo predominan en la sala, por lo que es normal escuchar expresiones como: “aprieta el culo, estira las puntas de los pies, levanta la cabeza, empuja de manos, saca la barriga, más vuelo, mantenga bloqueado el cuerpo”. Con los años, la mayoría de los comentarios verbales llegan a ser substituidos por un movimiento de cabeza, un gesto sutil, demostrando una profunda conexión comunicativa entre todos, especialmente entre los miembros de cada subgrupo (infantiles, juveniles, juniors y seniors).

Siguiendo una de las características que apuntan Anzieu y Martín (1971: 22) para la dinámica de los grupos reducidos, los protagonistas han desarrollado

---

<sup>98</sup> De forma similar a lo que ocurre en la “mili”, según la descripción de Zulaika (1989), los gimnastas no se atreven a contestar una orden dada por un superior, en este caso sus entrenadores. Los comentarios críticos normalmente se reservan a los miembros de mismo rango, es decir, entre los gimnastas.

<sup>99</sup> Este acercamiento es fundamental para la “eclosión de la vocación” del gimnasta, según expone Wacquant (1995).

<sup>100</sup> Este aspecto coincide con lo que apuntan Anzieu y Martín (1971: 22), considerando los estudios de R. F. Bales sobre la interacción interpersonal en grupos reducidos.

un vocabulario propio, a partir del cual consiguen expresar sus más profundos sentimientos y deseos, además de sus conocimientos técnicos, como podemos comprobar en este ejemplo: Cuando un gimnasta ejecuta de manera “brillante” un elemento o un ejercicio, tanto los entrenadores como sus compañeros suelen utilizar la expresión “boáh”. Esta expresión ha sido introducida en la sala por el auxiliar técnico y a día de hoy marca la pauta de conducta para este tipo de felicitación. Cuando la ejecución es buena pero no ha logrado ser brillante, se utilizan expresiones como “me gusta” “no está mal”, por lo que los gimnastas agradecen cuando escuchan un “boáh”.

Por otro lado, la importancia de la comunicación gestual se hace notar especialmente en las situaciones en que existe un alto contenido técnico gimnástico. Poder utilizar las manos o los brazos para representar el cuerpo y las distintas colocaciones que se deben asumir durante los complejos elementos gimnásticos es un recurso utilizado muy a menudo en el Gimnasio. Cuando la distancia espacial es grande, entre el entrenador y el gimnasta, los gestos se tornan grandes aliados para orientar la ejecución del movimiento y/o la postura del cuerpo durante el ejercicio. Con el tiempo, las articulaciones de brazos y manos pasan a ser verdaderos ejemplos ilustrativos de las articulaciones de los hombros, las caderas y las rodillas, por lo que los principios de la biomecánica (palanca, brazo de fuerza, eje, sentido de rotaciones, etc.) corporal son retratados diariamente a través de gestos.

La comunicación casi siempre empieza de forma verbal pasando a la gestual según la necesidad, como si de un recurso complementario se tratara. Los gestos utilizados en la comunicación son altamente codificados y del conocimiento de todos, como por ejemplo el de abrir y cerrar la mano con la palma de la mano hacia arriba para representar la acción de abrir y cerrar el tronco (el cuerpo) durante la ejecución de un elemento. En aquellos casos en que la palabra y la gestualidad no son suficientes para establecer una comunicación eficaz, los entrenadores suelen acudir al contacto físico directo, tocando, cogiendo o apretando los distintos segmentos del cuerpo con las manos, por ejemplo. Este tipo de comunicación ocurre con bastante menos frecuencia y puede resultar un poco agresivo al observador externo, pero resulta extremadamente eficaz para los gimnastas.

La comunicación suele variar bastante según la distancia entre comunicador y receptor y según el estado de tensión entre ambos. Cuando las orientaciones y/o llamadas de atención son transmitidas a través de gritos o desde grandes distancias, o cuando hay un alto nivel de tensión entre las partes, la comunicación resulta poco eficaz por lo que el rendimiento de los gimnastas bajaba significativamente<sup>101</sup>. El estado de ánimo y de tensión de los protagonistas está relacionado con el período del entrenamiento, con los objetivos de la sesión, con problemas de lesión y, especialmente, con molestias físicas que arrastran los gimnastas de forma crónica o no. En períodos pre-competitivos, cuando los entrenadores aprietan un poco a los deportistas para soportar la presión de la competición y cuando la presión externa a la sala aumenta, la agresividad entre los protagonistas se hace notar llegando incluso a duras discusiones, a “cabreos importantes”<sup>102</sup>, al silencio prolongado entre algunas personas e incluso dejando caer algunas lágrimas, algo poco común teniendo en cuenta la imagen de “masculinidad” que la GAM impone. En los momentos en que la tensión interna y externa a la sala es extrema, como cuando se percibe una presión por parte de la federación<sup>103</sup> y la sociedad respecto a los resultados que “deben” alcanzar estos jóvenes, la relación entre todos se hace más delicada, sufriendo un mayor desgaste y demostrando todo lo que está en juego en el universo del deporte de alto rendimiento. Se puede llegar al extremo de que un entrenador “solicite” un período de descanso, “echando” al gimnasta una tarde o unos días para que pueda descansar, relajarse, desconectar un poco y así bajar el nivel de tensión. Casos como estos han ocurrido solamente con los seniors, porqué son los que

---

<sup>101</sup> Durante el 4º Coloquio Internacional de la Asociación Francesa de Actividades Gimnásticas y Acrobáticas (Afraga) realizado en Amiens (Francia) en abril de 2004, varios estudiosos de la gimnasia como Jean-François Robin, Mathilde Musard, Marie France Carnus, Evelyne Salaun y Michel Dellannet destacaron las dificultades que tienen los entrenadores para comunicarse con sus atletas y los efectos que pueden llegar a tener aspectos como los que hemos mencionado.

<sup>102</sup> La compleja relación entre entrenadores y gimnastas puede ser observada en un reportaje publicado en el diario “El País” del 27 de septiembre de 2004, titulada “Gervi, yo también te quiero”(veáse Anexo XIII).

<sup>103</sup> Para ilustrar el nivel de las exigencias federativas respecto a los gimnastas que pretenden componer el equipo nacional en la categoría seniors para los campeonatos importantes (europeo, mundial y olimpiadas) en 2004 la Real Federación Española de Gimnasia propuso que los gimnastas deberían tener una nota de partida entre 9,60 y 10,0 para los que optan por competir en los 6 aparatos; 9,80 y 10,0 para aquellos que optan por competir en 3 aparatos y finalmente 10,0 para los que los especialistas en menos de 3 aparatos. Además las notas finales deben estar entre 9,10 y 9,50 para los que optan por 6 aparatos, 9,3 y 9,8 para 3 aparatos y 9,7 y 10,0 para los especialistas. Este control de las notas para la selección de los gimnastas se hace teniendo en cuenta las notas obtenidas en los controles regulares y también en las competiciones menores previas a los eventos importantes.

mayor compromiso poseen y, por tanto, están sometidos a mayores presiones para la obtención de resultados, según cuentan Pere y Xavier (DC). Naturalmente, la presión ejercida sobre los gimnastas también la sufren los entrenadores, personas que, en opinión de Julián, deben intentar mantener la templanza en estos períodos, pues su actitud repercutirá de forma decisiva en sus gimnastas, pudiendo ayudarles o no según su estado de nervios.

Para ilustrar esta problemática, podemos mencionar los incidentes presenciados en las vísperas del campeonato del mundo de Anaheim (USA). Aproximadamente un mes antes de la competición los gimnastas seniors dejaron el Gimnasio y se concentraron con el equipo nacional en el CAR de Madrid. Durante este período tuvieron una semana para poder volver a Sant Cugat y entrenar en la sala, lugar en que se sienten más cómodos. Durante estos días todos notamos la presión a que estaban sometidos y la carga que habían traído de Madrid, por lo que el nivel de estrés era enorme y cualquier suspiro era motivo de discusiones, sea con su propio entrenador o con sus compañeros, especialmente los menores. En definitiva, las relaciones entre los protagonistas revelan una estructura en la que el desarrollo individual prevalece respecto al social<sup>104</sup>.

La “unión” entre los miembros del grupo adquiere tanta importancia, en algunos casos, que lleva a que se mantenga un contacto directo y constante en el “mundo exterior” tal y como advierten Anzieu y Martín (1971). Según nos comentaron, en algunas ocasiones los gimnastas mayores y también los entrenadores, de vez en cuando, salen a comer y beber algo. Entre los pequeños hemos podido escuchar que a veces visitan la casa de algún compañero. El círculo de amistad de estas personas tiende a ser reducido por lo que se busca mantener una interacción cercana durante el tiempo que están fuera de la sala<sup>105</sup>, como nos indicaron Xavier y Vicent. Por último, decir que en tiempos de alta tecnología es normal escuchar gimnastas y algunos entrenadores comentando

---

<sup>104</sup> Esta condición coincide con los objetivos deportivos de una modalidad como la GAM según relata Parlebas (2001), y también con las características que observó Wacquant (1992) en un gimnasio de boxeo en USA.

<sup>105</sup> Pese a que nos dedicamos fundamentalmente a estudiar la dinámica interna del Gimnasio, creemos oportuno mencionar algunos datos que envuelven la cultural del centro o fuera de él. Según Manuel “tengo más amigos fuera de la sala, deportistas que también viven en el centro, entre los deportistas del CAR existe piques y pequeñas discusiones sobre que deporte es más duro (sobre cuantas horas se entrena, sobre quién entrena más, etc.), especialmente entre los compañeros de colegio.

sobre la comunicación que mantienen a través de internet y con los teléfonos móviles<sup>106</sup>.

#### 5.4. EL MUNDO VITAL DEL GIMNASTA: LA CARRERA DEPORTIVA

“Ahora, Joaquín Blume, que ha nacido en 1933, comienza a tener la edad en que los deportistas deben consolidar sus músculos. Pero él no se conforma con eso. Dedicar tantas horas a los entrenamientos que parece estar atornillado a los aparatos: se cuelga de las anillas o de cualquier asidero que ofrezca unas garantías mínimas de solidez y repite mil veces un mismo movimiento hasta ajustarlo al milímetro. Con la práctica diaria, sus miembros se transforman en resortes, y se organizan en figuras geométricas difícilmente explicables. Maneja con soltura impulsos, tensiones y giros; modela ángulos rectos y curvos a voluntad, y encadena los tornos con las volteretas sin perder ni por un instante el control sobre las articulaciones. Despega de la rampa después de una corta pero violenta carrera sobre el tapiz, finge abandonarse a la inercia del ejercicio, y de pronto sus miembros componen una figura que se detiene en el aire. Tiene el comportamiento de un autómatas de hule movido por control remoto” (Iglesias, 1992: 17-18).

La compleja atracción que el fenómeno deportivo ejerce en las personas, especialmente entre la población joven, es un tema frecuentemente discutido por sociólogos y antropólogos del deporte. De acuerdo con MacDonald-Walken (2000: 13), uno de los retos de la investigación cultural sobre grupos sociales consiste en conocer el camino y las motivaciones que condujeron a los integrantes a incorporarse al colectivo. En este apartado, además de indicar algunos aspectos peculiares de la “vocación” gimnástica trataremos de describir los rasgos relevantes del proceso de incorporación, formación y salida de la carrera<sup>107</sup> deportiva de los protagonistas del Gimnasio que estamos estudiando.

##### 5.4.1. La vocación

“Me gustaba competir y quería ser bueno, y la única forma de aspirar a algo era viniendo aquí al CAR” (José).

<sup>106</sup> Xavier, Fernando e Ismael frecuentemente comentaban que habían estado “chateando por internet”. Según ellos existe incluso un foro “rosa” de la gimnasia, al que acuden para contactarse con otros gimnastas internautas o personas interesadas en el tema (<http://pub34.bravenet.com/forum/2844923787/show/347044>). Por otro lado, varios gimnastas intercambian mensajes por teléfono móvil.

<sup>107</sup> Carrera entendida como el “hilo conductor que sigue el ciclo vital de una persona [...] La carrera será, por lo tanto, el proceso en el cual se pasa de una situación dada a otra, dentro de los esquemas establecidos en el ciclo vital, y conlleva un cambio de actitud gradual en la adquisición y profesión de una nueva ideología, que en cualquier caso sería la de una persona integrada socialmente a un código de valores y un sistema de normas preestablecido” (Anta, 1990: 29). También se podría emplear el término de N. PUIG, “itinerario deportivo” para referirse a la carrera deportiva.

Para ser un deportista de elite es imprescindible una vocación, un conjunto de sentimientos difíciles de explicar aunque muy importantes para comprender la trayectoria vital de los gimnastas y técnicos. El diccionario de la Real Academia Española (1992, tomo II: 2102) define vocación como una “inclinación a cualquier estado, profesión o carrera”. En nuestro caso, se trata de una afinidad y una voluntad despertada en unas pocas personas hacía un deporte minoritario<sup>108</sup> y que requiere una dedicación casi exclusiva y prolongada en el tiempo. Este silencioso llamamiento al que atienden los gimnastas y miembros del cuerpo técnico, ocurre motivado por una compleja trama de circunstancias socioculturales, como por ejemplo residir en una población en donde existe algún centro que ofrece entrenamiento en GAM<sup>109</sup>. Así pues, depende en gran parte de las oportunidades que ofrece el contexto en donde viven. Por otra parte, también depende de unas expectativas individuales especialmente vinculadas a la competitividad y el triunfo (Elias y Dunning, 1992: 247).

“Quise hacer psicología del deporte para poder vivir aquello que como deportista no había conseguido, vivir el alto rendimiento, y me ha ido muy bien, he estado en los juegos olímpicos, campeonatos del mundo, europeos, competiciones importantes, entre personalidades, he podido vivir completamente lo que es el alto rendimiento como psicólogo” (Joaquim).

Por lo general, los protagonistas comulgan con el deseo de alcanzar un estatus sociodeportivo<sup>110</sup> igual al que lograrán sus ídolos, motivación que varía según las distintas fases de madurez personal (niñez, juventud, vida adulta) y también según sus ilusiones profesionales y económicas. De una manera o de otra, les encanta demostrar sus habilidades y/o capacidades físicas, gimnásticas

---

<sup>108</sup> Diversos estudios sobre los hábitos deportivos de la población española apuntan la Gimnasia Artística como un deporte minoritario (cf. García Ferrando, 1990, 1996; García Ferrando y Mestre, 2000; Ministerio de Educación y Ciencia, 1996). Esta misma publicación apunta que en 1995 habían 6498 licencias y 790 clubes registrados en la Real Federación Española de Gimnasia. Mencionar el estudio de TAPIADOR, Mireia (2001): Gimnasia Artística un deporte minoritario: factores sociológicos que intervienen en el estado actual. *Actas del VI Simposium de Actividades Gimnásticas*, INEFC Barcelona.

<sup>109</sup> Rubio (2001: 154), al estudiar la historia de vida de una joven gimnasta brasileña, sugiere que la respuesta al llamamiento representa el inicio de la carrera deportiva, un proceso que para algunos puede extenderse por años, modificando sensiblemente sus vidas.

<sup>110</sup> Quizás aquí podríamos establecer una comparación con lo que afirma Wacquant (1995: 2) respecto al gimnasio de boxeo: “la pertenencia al *gym* es la prueba tangible de aceptación en una cofradía viril que permite salir del anonimato de la masa y, con ello, ganarse la aprobación y la admiración de la sociedad local.

y/o profesionales, y también perseguir desafíos complicados que requieran extrema perfección<sup>111</sup>. En palabras de Jonny:

“A todos nos encanta la práctica deportiva, entrenamos en primer lugar para satisfacernos nosotros mismos. Pero eso no es todo, muchos buscan también llenar de orgullo sus familias, alcanzando incluso un estatus que quizás no podrían hacer de otra manera utilizando los recursos que su familia dispone”

A eso hay que añadir que la GAM no es exactamente un deporte que ofrezca estatus social, estabilidad económica o cualquier otro tipo de mejora socioeconómica, incluso cuando se alcanza un alto nivel deportivo. Por eso, hace falta un sentimiento especial de atracción que posiblemente no esté relacionado con cuestiones económicas, sino más bien con una autorealización muy individual, con una enorme “ilusión” deportiva. Además, no basta con tener voluntad y un fuerte deseo de ser campeón. Al atender la convocatoria social que el deporte realiza uno debe presentar unas cualidades específicas<sup>112</sup> que serán evaluadas por otras personas, en particular por las instituciones federativas que fomentan las actividades del centro y, finalmente, por el filtro que el propio deporte hace pasar a sus adeptos<sup>113</sup>.

Nuestros protagonistas afirman haber conocido la GAM mucho antes de tener contacto con el Gimnasio del CAR (todos practicaban este deporte en clubes) y que su “pasión” por esta modalidad es difícil de explicar. No obstante, todos admiten haber acudido al centro porque les permitía una cierta seguridad, tanto en el nivel deportivo (infraestructura material, ayudas económicas y posibilidad de participar de competiciones de alto nivel), como a nivel personal

---

<sup>111</sup> Estas intenciones coinciden con lo que apunta Harris (1976) citado por Acuña (1994: 233), al decir que el hombre hace deporte “porque le satisface internamente de un modo especial” y también “porque tiene la oportunidad de demostrar perfección”. Algunos de los gimnastas más laureados tanto de la GAM como de la GAF (Svetlana Boginskaia, Dmitri Bilozerchev, por ejemplo) afirmaban públicamente que la ilusión de alcanzar la perfección y de ser el mejor es lo que impulsaba sus carreras deportivas (Revista World Gymnastics, 1982, nº. 42, p. 8-14). Esta búsqueda por la perfección, que puede incluso llegar a la obsesión, es una de las principales características de la personalidad de los gimnastas, como señala un estudio realizado por Chroni (1998: 141).

<sup>112</sup> Smoleuskiy y Gaverdouskiy (s/f: 37) señalan que tanto los gimnastas como los entrenadores deben atender a las exigencias físicas, morales, y sociales, del tipo de práctica llevada a cabo en el Gimnasio.

<sup>113</sup> Como vimos anteriormente para la gran mayoría de las personas inmersas en este universo del deporte de alto rendimiento las compensaciones materiales (medallas, becas, premios, etc.) son mínimas sobretodo si tenemos en cuenta la dedicación que supone este tipo de práctica. En cierto modo no deja de tener una similitud con la vocación religiosa, en la cual la compensación no es material. Posiblemente, la distinción social minoritaria (estatus) represente uno de los principales “motores” de la vocación gimnástica.

(cuidados sanitarios, apoyo educativo y alojamiento). Las vías de acceso al CAR son variadas. Algunos como Jonny, Tomás o Vicente fueron trasladados desde el antiguo Gimnasio de la FCG (La Foixarda), otros como Manuel, Kiko, Pablo fueron incentivados por sus entrenadores del club, aunque también hay los que accedieron a los llamamientos de amigos y parientes que ya estaban entrenando en el centro, como son los casos de Ismael y Sergi. En todos los casos, según cuentan, las condiciones que ofrece el Gimnasio del CAR no pueden ser comparadas a las que viven los clubes y las entidades a que pertenecían anteriormente. La “ficción” por la GAM y “el significado de lo que representa ser olímpico” constituyen un núcleo central del sentimiento que atrae a estas personas al Gimnasio (García Ferrando, 1996)<sup>114</sup>. En sus propias palabras:

“Vine porqué aquí era un buen sitio para hacer gimnasia, buenas instalaciones, donde podría también estudiar y entrenar a la vez, algo que no es muy fácil” (Sergi).

“Era una gran oportunidad de entrenar en serio” (Manuel).

“Pertener a este grupo es un honor, que atrae a los gimnastas que aspiran a algo más” (Julian).

En su opinión, el Gimnasio del CAR representa una especie de “salto cualitativo” en su vida deportiva, de modo que acceder a este centro significa iniciar un nuevo período, una nueva fase que les permite “ser realmente un gimnasta o un entrenador” (Vicente). Afirman además, que es el único lugar donde uno puede plantearse ser un gran gimnasta y alcanzar el alto nivel deportivo, “donde se encuentran los mejores gimnastas, los realmente buenos” (Sergi). Poder compartir escenario con algunos de los mejores gimnastas y entrenadores españoles no deja de ser un aliciente particularmente importante, reforzado por las mejores condiciones de entreno que ofrece la comunidad catalana. En este sentido “no se puede negar a la evidencia del efecto que ejercen los campeones para acercar la práctica deportiva a la gente de la calle”, tal y como expone José Campos Granell en Mestre (1984: 41).

La compleja atracción que sienten estas personas por la GAM se materializa en la búsqueda del centro ideal para desempeñar esta práctica deportiva. Al decantarse por el proyecto deportivo desarrollado en el Gimnasio del CAR no pueden dejar de intentar alcanzar su sueño de acceder a la elite

---

<sup>114</sup> Uno de los relatos más interesantes sobre la “vocación” del gimnasta es el que ofrece Rubio (2001: 151-160).

internacional de la Gimnasia. Comprender este asunto es una tarea extremadamente complicada aunque los argumentos hasta aquí expuestos nos permiten al menos conocer algunos indicadores que estimulan inicialmente la unión entre estas personas y el Gimnasio, relación que discutiremos a continuación.

#### 5.4.2. La incorporación

“Convertirse en un miembro competente implica conocer las normas culturales y las expectativas exigidas al cuerpo, algo que Mauss (1973) ha examinado en términos de técnicas corporales” (Entwistle, 2002: 25).

En el universo deportivo la incorporación al selecto grupo de los deportistas de alto rendimiento representa un paso significativo para que simples aficionados puedan transformarse en verdaderos atletas. Se trata de una condición indispensable para poder emprender un largo camino hacia la realización del mito deportivo de la victoria, de la fama, de la transformación en un ídolo y, por consiguiente, de la eternización de su persona (Medica y Sánchez, 2003). La incorporación de todos los protagonistas al Gimnasio en cuestión no ha sido fruto del azar ni mucho menos ocurre de manera espontánea. Tanto gimnastas como el equipo técnico han pasado por un proceso de selección en el cual intervino directamente la Federación Catalana de Gimnasia (FCG)<sup>115</sup>. En el caso de los gimnastas, la FCG realiza un seguimiento constante de las jóvenes promesas de la GAM en toda la comunidad de Cataluña. A través de un programa específicamente diseñado para esta labor, la federación vigila de cerca el desarrollo de los gimnastas tanto en competiciones, en entrenamientos especiales realizados en el CAR en que los clubes son invitados a participar, como en controles<sup>116</sup> periódicos a nivel autonómico, o por medio de visitas de

<sup>115</sup> Se confirma así la tesis de Pierre Laguillaumie en Barreau y Morne (1991: 80), cuando dice que “la federación a la que está afiliado, su club, la jerarquía deportiva son quienes deciden”.

<sup>116</sup> Los controles son entrenamientos especiales realizados a nivel interno del CAR, bien para que la Federación Catalana de Gimnasia (FCG) pueda evaluar los gimnastas internos o externo, bien para que los internos puedan compartir experiencias con otros deportistas. Los controles a nivel nacional son realizados bajo el mando de la Real Federación Española de Gimnasia (RFEG). Durante estas sesiones, los gimnastas presentan sus ejercicios en situaciones muy parecidas con las encontradas en las competiciones, y son evaluados por jueces del propio centro, de la propia comunidad o, en ocasiones especiales, por jueces invitados de nivel nacional y/o internacional. Según Hadjiev (1981), este tipo de procedimiento es muy importante para la evolución adecuada de los gimnastas.

representantes federativos a los clubes y/o a las otras instituciones que se dedican a esta modalidad.

Este proceso de observación culmina con la indicación anual de los gimnastas que potencialmente presentan las condiciones mínimas para poder desarrollarse como deportista de alto nivel. A partir de esta preselección la federación, de común acuerdo con el cuerpo técnico del Gimnasio, invita a los gimnastas a un proceso de adaptación previo, o sea, una fase que incluye uno o dos entrenamientos semanales en el CAR con el objetivo de corroborar las observaciones realizadas anteriormente y también permitir una adaptación paulatina de los gimnastas a la dinámica de entrenamientos del Gimnasio, preparando a los jóvenes para una “ruptura con la vida ordinaria” (Feixa, 1995: 42). Se busca de esta forma certificar la “complicidad del gimnasta con la causa”, es decir, si el novicio está seguro de qué es lo que realmente desea, dado que la inversión de los escasos recursos materiales y económicos no permite que la federación y que el centro se equivoquen.

Por otra parte, se evita una mudanza brusca en el sistema de entrenamiento y en la vida del joven gimnasta<sup>117</sup>, además de permitir un tiempo razonable para que los propios gimnastas y sus respectivas familias tomen la decisión de entrar o no en el centro. Durante este período el cuerpo técnico se esfuerza en marcar con claridad las diferencias que tiene el trabajo realizado en los clubes y en el Gimnasio del CAR, para que el gimnasta tome la decisión consciente del esfuerzo que deberá desplegar una vez “pertenezca” a los miembros internos de la sala.

Según los entrenadores, la actual realidad catalana, que no difiere de la vivida en España, imposibilita que la federación pueda seleccionar exclusivamente los gimnastas considerados talentos, es decir, aquellos que presentan “todas” las calidades y habilidades típicas de un “excelente” deportista. En este caso, la selección se restringe en encontrar gimnastas jóvenes con las condiciones y potencial mínimos, con la esperanza de que puedan desarrollarse y

---

<sup>117</sup> En esta web encontramos un interesante relato sobre las dificultades de adaptación al “régimen de concentración permanente” que un joven gimnasta malagueño ha tenido en su primer año en un centro de alto rendimiento [http://www.madrid2012.es/espanol/noticias.../pagina4\\_reportajeCARMadridqq-09-02.htm](http://www.madrid2012.es/espanol/noticias.../pagina4_reportajeCARMadridqq-09-02.htm) (Consulta: 13-05-03).

llegar a un buen nivel gimnástico. La escasez de jóvenes gimnastas<sup>118</sup>, añadida a la dificultad de controlar la calidad técnica de la GAM desarrollada en los clubes y a la compleja tarea de realizar una selección de “talentos”<sup>119</sup>, disminuye la capacidad del centro y de la federación de poder aportar una nueva generación completa de gimnastas cada dos años, período ideal dado que representa el cambio de categoría de competición de los gimnastas, tal y como comentan los entrenadores<sup>120</sup>.

De este modo, los entrenadores señalan que la selección actual de estos gimnastas es bastante flexible, lo que permite, por ejemplo, la incorporación de gimnastas relativamente diferentes tanto desde el punto de vista físico como técnico, respetando unos mínimos establecidos por el cuerpo técnico en conformidad con la FCG. En la actual situación pocos son los gimnastas que ingresan en el centro ofreciendo niveles óptimos de todas las capacidades físicas (fuerza, velocidad, coordinación, flexibilidad) que requiere la GAM. En la mayoría de los casos cada gimnasta destaca por una o dos de estas características por lo que durante la formación el cuerpo técnico debe tratar de mejorar los aspectos más débiles.

De acuerdo con Vicente, entre los aspectos imprescindibles en este proceso de selección están la “capacidad de lucha” y el “carácter”, así como otros indicadores que confirmen que estas personas quieran realmente llegar a ser grandes deportistas, que les guste mucho la GAM y sobretodo que puedan soportar la dureza del trabajo típica del entrenamiento de alto rendimiento. Los entrenadores admiten que aunque este proceso “selectivo” pueda ser perfeccionado bastante, los resultados que se están obteniendo son favorables, lo que confirma que están en el camino correcto. Además, mucho antes de incorporarse al centro todos estos gimnastas eran conocidos por el cuerpo técnico y por la federación, en la mayoría de los casos fueron orientados para ingresar en el CAR por los entrenadores de sus clubes de origen, algunos de los cuales

---

<sup>118</sup> En 1985, García Ferrando (1990: 82), pudo comprobar que la GAM pertenecía al grupo de deportes “claramente minoritarios”, al menos en el estado español, no superando el 1% de los encuestados en dicha investigación. Según podemos observar en el texto, 18 años después, parece que está condición de deporte minoritario o de elite parece seguir vigente a día de hoy.

<sup>119</sup> En la actualidad se está llevando a cabo, en el INEFC Barcelona, una investigación a cargo del profesor Alfredo Irurtia, en la cual se intenta desvelar algunos indicadores (físicos, psicológicos y sociales) que permitan “seleccionar” los gimnastas con mayor precisión y en edades precoces.

<sup>120</sup> Para Smoleuskiy y Gaverdouskiy (s/f: 21), esta problemática no representa un handicap únicamente del estado español sino que asola la mayoría de las naciones.

trabajan en el centro en la actualidad. Por otra parte, durante los primeros años de entrenamiento en el CAR, los gimnastas reciben un asesoramiento especial de la FCG para asegurar su completa adaptación a la nueva realidad.

Respecto a los entrenadores, su incorporación también ha tenido lugar por medio de un proceso de selección llevado a cabo por la FCG, en función de la adecuación de estos profesionales a las características del proyecto que se está desarrollando en el centro, además de los resultados obtenidos por sus gimnastas y la capacidad demostrada en sus anteriores clubes. Para la incorporación de los entrenadores también es decisiva la opinión del “gerente” de la federación, que también ejerce la función de entrenador y de supervisor general del Gimnasio. Todos los entrenadores eran profesionales conocidos por la federación debido a sus trabajos en clubes o en otros centro de la federación, como por ejemplo en el Gimnasio de la Foixarda en Barcelona mantenido por la FCG. Eso significa que el proceso de seguimiento es parecido al realizado con los gimnastas, aunque no sea una actividad realizada con la misma constancia.

En el caso del auxiliar técnico, su relación con el Gimnasio del CAR de Sant Cugat empezó por una invitación de la FCG que, a través de la mediación de Pere, lograron traerle por primera vez a España<sup>121</sup>. Posteriormente, gracias al apoyo de varios gimnastas que pertenecían al equipo nacional, la RFEG decidió llevarle a Madrid, donde estuvo trabajando como entrenador en el Club Gimnástico Blume (CAR de Madrid) y también como seleccionador nacional durante algún tiempo. Su incorporación definitiva al centro de Sant Cugat ha sido bastante peculiar, durante algunos años la FCG solicitó sus conocimientos para períodos cortos de tiempo (un mes, 4 meses, ...), y finalmente le contrató de forma definitiva. Su incorporación se debió a su extensa experiencia en el área, conocimientos que según los entrenadores han sido capitales desde los primeros contactos promoviendo un cambio “paradigmático” en la dinámica de las actividades del Gimnasio. El potencial de sus aportaciones se ha podido comprobar mediante la instauración de un “nuevo” concepto o estilo de GAM, una ampliación del conocimiento técnico y, sobretodo, en un cambio positivo en el “sistema” de entrenamiento, según nos explicó Pere (DC).

Respecto al psicólogo, su participación en el cuerpo técnico vino a concretarse con la ascensión del antiguo psicólogo responsable del grupo a un

cargo de directivo del centro. Por indicación de su antecesor, asumió la orientación psicológica de los gimnastas, algo que en su opinión, al menos al principio, era un reto personal. En este caso, su incorporación ha sido mediatizada por el CAR y no por la federación, aunque evidentemente los dirigentes y entrenadores han tenido la última palabra.

Los protagonistas relatan que pertenecer a este selecto grupo de personas puede ser considerado una fortuna y también una responsabilidad, pues representan a menos de dos decenas de personas entre los centenares a los que las gustaría estar ahí. Esta “oportunidad” extremadamente valiosa es reconocida por toda la comunidad gimnástica, generando una “admiración” de los deportistas y profesionales externos, y de alguna manera disminuyendo el anonimato social en un deporte minoritario como es la GAM.

“Aquí en la sala podemos gozar de las condiciones necesarias para entrenar e intentar hacer las cosas que no podríamos hacer en un club. Es una gran motivación para mí y para todos los demás. A la larga te das cuenta que es un privilegio, un orgullo, y ves que la gente te pregunta en la calle ¿Estás en el CAR? ¿Eres deportista? Y eso te llena. Se habla de que aquí es donde se prepara prácticamente todo lo bueno de la gimnasia, los que van a estar en la elite” (Jonny).

“Primer sentimiento: soy un tipo privilegiado, porque voy a trabajar con gente de un gran nivel en su trabajo, en lo suyo son muy buenos. Segunda sensación: responsabilidad. Porque tengo que estar a la altura, a ver mi experiencia, a ver como me desarrollo, porque tengo que estar a la altura de las exigencias” (Joaquim).

Durante el estudio tuvimos ocasión de acompañar la incorporación de dos gimnastas infantiles de 11 y 12 años respectivamente<sup>122</sup>. Esta siguió los pasos mencionados en los párrafos precedentes. El proceso de incorporación de estos gimnastas, que a priori debería haber sido llevados a cabo en el año anterior, ha sido prorrogada porque el cuerpo técnico y la federación así lo entendieron oportuno<sup>123</sup>. Según cuentan los entrenadores, estas incorporaciones

<sup>121</sup> Según nos contó Julián, Mario había estado trabajando anteriormente en Portugal.

<sup>122</sup> En opinión de Aykroyd (1983: 20) y Ukran (1978:16-17), la edad de 11-13 años escogida por el cuerpo técnico para la incorporación al Gimnasio es la ideal. Durante este proceso no hemos observado ningún tipo de “novatadas” (juegos, bromas, celebraciones, ritos, etc.) con los gimnastas incorporados. Su entrada apenas se hizo notar en el grupo, que parecía más preocupado en seguir con su preparación dando poca atención a los nuevos compañeros. No obstante, no observamos ningún tipo de rechazo a los nuevos miembros. Al igual que los demás gimnastas de su categoría (infantil) estos dos gimnastas incorporados continuaron viviendo con su familia, y además según informó el cuerpo técnico solamente pasan a estudiar en el centro cuando el proceso de incorporación se da por completado (algo en torno a un año). Esta fase coincide con lo que Manno (1991: 268) denomina “etapa de inicio de la especialización deportiva”.

<sup>123</sup> Según los entrenadores, también se ha respetado la opinión del entrenador del club de procedencia que entendía que aun no era el momento oportuno.

representaban una propuesta de la FCG de contar con al menos 10 gimnastas en la categoría infantil, para que en el futuro todas las categorías puedan tener el número mínimo de seis deportistas, anticipando así la posibilidad de la renuncia de algún gimnasta por motivos personales o causas fortuitas (lesiones). Los entrenadores afirman que el Gimnasio no está cerrado a incorporaciones de gimnastas mayores, aunque este tipo de hecho es difícil que ocurra.

Todos los gimnastas y entrenadores, excepto el auxiliar técnico, provienen de localidades catalanas, aunque la FCG no fomente ningún tipo de prohibiciones a gimnastas y/o profesionales de otras comunidades y/o localidades. Para los entrenadores es la RFEG la responsable de este “nacionalismo”, dado que su política de becas y ayudas económicas “impone” a todos los que no son catalanes que se incorporen al Gimnasio del CAR de Madrid. Por consiguiente, observamos la existencia de un “nacionalismo gimnástico catalán”, reflejado en el orgullo de representar Cataluña, lo que motiva positivamente el grupo a lograr resultados en las competiciones nacionales, es decir, aportando cierta responsabilidad en los resultados obtenidos por Cataluña, lo que permite que esta comunidad, por medio del Gimnasio del CAR de Sant Cugat, aporte gran parte de los gimnastas del equipo nacional desde hace varios años<sup>124</sup>.

En última instancia, incorporarse al Gimnasio significa renunciar al modo de vida que llevan la mayoría de las personas, apostar por una vida dura y con pocas posibilidades de lograr ser un gran deportista. Tal y como arguye Feixa (1995: 41) refiriéndose a los deportes de aventura, se asemeja a un “ritual de paso” que sigue las tres fases señaladas por Turner (1980): en primer lugar “una ruptura del individuo respecto de su situación normal”, pasando por una “transformación del individuo mediante determinadas prácticas físicas y simbólicas” que permite al final su “agregación a la sociedad” en este caso al Gimnasio como un nuevo estatus.

Los gimnastas renuncian a algunas satisfacciones de su infancia, juventud y parte de su vida adulta. Situaciones tan normales como jugar, saltar, salir con los amigos, estar en casa haciendo el vago, salir de copas, tener una novia, viajar,

---

<sup>124</sup> El “nacionalismo” puede ser percibido en la sala desde varias perspectivas: por la utilización del idioma catalán para comunicarse, en el uso de uniformes del equipo catalán para entrenar, y en ocasiones por el destacar el aporte catalán a las selecciones españolas de GAM, etc. Salvando las debidas diferencias, según Solar (2003: 95) históricamente la gimnasia ha sido un vehículo de promoción del nacionalismo alemán y de otros países europeos.

estar con la familia, sufren una importante mudanza, una disminución natural dado que gran parte de su tiempo será empleado en el Gimnasio, en las concentraciones, en los viajes de controles y de competición, y en otras ceremonias típicas del deporte<sup>125</sup>. Los entrenadores, aunque se puede decir que están trabajando, también renuncian a muchas cosas. El elevado precio de dirigir un deportista durante tantos años lo paga también su familia, sus amigos. Su vida social también se reduce drásticamente, pero todos coinciden que eso es lo que les encanta hacer y que no cambiarían, por lo menos ahora, por nada. Esta situación queda reflejada en los relatos de Manuel y José:

“Cuando vamos a casa intentamos aprovechar al máximo para descansar. El sábado por la tarde y el domingo son usados para desconectar, ver la familia, los amigos y relajar”.

“No salimos mucho cuando estamos fuera del centro, aprovechamos para descansar.”

---

<sup>125</sup> Para Rubio (2001: 155), la rutina diaria que deben afrontar los gimnastas una vez incorporados en un centro de entrenamiento representa un alejamiento de la vida normal que tenía hasta entonces.

### 5.4.3. La formación

“Desde el punto de vista más profesional, más técnico, más deportivo, una actividad técnica. Se preparan para ser máquinas. El gimnasta cuanto más máquina, ya sé que son personas, pero para ser buenos gimnastas cuando más máquinas mejor, no hay que tomar decisiones, no hay que pensar, hay que reproducir un mismo patrón técnico de movimiento. Cuanto más exacto lo vas haciendo en el entrenamiento mejor, más parecido al patrón, siempre igual” (Joaquim)<sup>126</sup>.

El entrenamiento es un “adiestramiento” prolongado<sup>127</sup> a través del cual se pretende que el gimnasta evolucione progresivamente, siguiendo una estricta planificación pautaada por unos objetivos predeterminados por el cuerpo técnico a partir del calendario federativo y de sus pretensiones gimnásticas<sup>128</sup>. Cada una de las personas que vive la realidad interior del Gimnasio adquiere una percepción diferenciada del proceso de formación, reaccionando a sus consecuencias de formas muy distintas. Según los diferentes grupos de trabajo esta percepción puede ser aun más distinta, especialmente porque son personas en momentos muy diferentes de su madurez personal, con objetivos que también pueden variar. Pese a estas diferencias existen algunas generalidades de la dinámica diaria bajo las cuales se forjan los deportistas.

En primer lugar, el Gimnasio concentra casi por completo la atención de los protagonistas en ejercitaciones de carácter técnico y preparación física, en el control del cuerpo en el espacio. Siguiendo la perspectiva expresada por Elias y Dunning (1992), la GAM es una modalidad deportiva que debe obedecer determinados modelos técnicos, por lo que la ejercitación se desarrolla según patrones muy concretos y poco flexibles. Los gimnastas infantiles son los que más realizan actividades de forma colectiva, tanto de carácter técnico como de preparación física. Durante estas ejercitaciones grupales se persigue objetivos comunes, denominados de “base gimnástica”, aunque debemos matizar que la intervención suele ser de naturaleza individual. En casos específicos, como

<sup>126</sup> Este extracto del discurso de Joaquim nos recuerda que en cierto sentido la filosofía cartesiana todavía impregna el discurso sobre el hombre deportivo. Según el padre del mecanicismo (positivismo) “el hombre no es otra cosa que una máquina de tierra” (René Descartes, 1990: El tratado del hombre. Alianza Universidad, Madrid, p. 50). Entre los estudiosos clásicos de la “Gimnasia Racional” destacamos a Philippe Tissie (1946) quién también defendía un método gimnástico para la formación de “la machine humaine”.

<sup>127</sup> Según relata Fillin (1989) citado por García Manso, Navarro y Ruiz (1996: 70), en GAM los deportistas tardan 7,7 años de media en lograr altos rendimientos deportivos.

<sup>128</sup> En opinión de Manno (1991: 102), establecer la planificación según el calendario competitivo es muy importante para el éxito deportivo.

pueden ser los ejercicios de fuerza o flexibilidad, los gimnastas se ayudan mutuamente normalmente en pareja, tal y como hemos advertido en el apartado anterior.

Según el entrenador responsable de este grupo, este tipo de actividad tiene como objetivo consolidar un “patrón” técnico común a todos los gimnastas aprovechando que llevan poco tiempo entrenando en la sala y que se trata de una fase fundamental en la adquisición de la estructura técnica de la GAM. Es una fase muy delicada, en la que no se puede “apretar” demasiado a nivel técnico y tampoco a nivel físico dado que los gimnastas todavía son muy jóvenes y eso podría provocar serios problemas e incluso la interrupción de la carrera. En esta categoría el volumen de los ejercicios técnicos y de preparación física (fuerza, resistencia y flexibilidad) tiende a ser igual para todos los gimnastas, aunque en algunos casos concretos existe la necesidad de ajustarla de forma individual.

Para los gimnastas juveniles y juniors la actividad tiene un color diferente. El trabajo diario adquiere un mayor grado de dureza y las exigencias y responsabilidades son mayores. La cantidad de actividades en conjunto disminuye considerablemente, aunque en algunos momentos compartan este tipo de ejercitación con los infantiles. En general estos gimnastas siguen una planificación propia que también se basa en ejercicios técnicos y preparación física, con un formato más individualizado y con un volumen más elevado. Los entrenadores advierten que mezclar los gimnastas juveniles y juniors con los infantiles en algunas oportunidades es positivo porque los menores tienen la oportunidad de percibir los problemas técnicos que normalmente arrastran de la formación que han recibido antes de ingresar en el Gimnasio del CAR.

Para todos los grupos mencionados (infantiles, juveniles y juniors) el volumen de repeticiones diarias y las cargas que tienen que soportar los gimnastas supone un gasto energético considerable y un intenso desgaste físico, como ya hemos comentado, al que tardan mucho tiempo en acostumbrarse. Los años se encargan de atribuir condición física y mental suficiente para que esta carga se transforme en algo normal. La adaptación al entrenamiento llega a ser tan profunda que muchos relatan sentir la necesidad de entrenar en los días festivos o, cuando por otros motivos, no acuden al Gimnasio. Como si del aire se tratara, los años transforman el entrenamiento en una necesidad en la vida de estas personas, impregnando sus sueños y sus deseos se esté o no en la sala. La

adrenalina que acompaña la actividad diaria es añorada cuando no se está en la sala, por lo que algunos llegan a acudir al Gimnasio incluso en los días en que no hay entrenamiento oficial, según señala Jonny (DC). Ocasionalmente testificamos algunos ejemplos de gimnastas que no querían acudir a la sala a entrenar, por el motivo que sea (enfermedad, cansancio, problemas familiares, deberes escolares, ...), pero en estas circunstancias el compromiso deportivo prevalecía superando la voluntad personal.

La presión que soportan a diario los gimnastas juveniles y juniors se va incrementando a medida que pasan los años y avanzan de categoría. Con frecuencia los entrenadores se comportan con mayor dureza afirmando que se están jugando la continuidad en el Gimnasio. Paulatinamente se van añadiendo, al compromiso personal, las responsabilidades que un deportista de alto nivel debe asumir, sea a nivel político, ético, de resultados, con sus compañeros de entreno y con sus entrenadores.

Respecto a los gimnastas adultos, los años que llevan en la sala son altamente visibles y conducen a una actividad altamente burocrática, que se restringe a un entreno individual. El volumen de la preparación física sufre un aumento significativo y los ejercicios técnicos son básicamente de perfeccionamiento de elementos gimnásticos aprendidos en las fases anteriores, lo que no excluye la posibilidad de aprender algunos elementos nuevos durante esta fase. Los hábitos de entreno de los gimnastas mayores cambian considerablemente respecto del de los menores, según comenta Pere (DC). El modelo de entrenamiento de los mayores ha sido formulado hace aproximadamente 8-10 años, mientras que el de los menores es más reciente. En opinión del cuerpo técnico, los pequeños vienen utilizando un sistema de entreno que representa una evolución de los anteriores, de una experiencia de más de 20 años, por lo que, tanto en términos técnicos como en lo que se refiere al volumen de entreno y a las expectativas y objetivos de cara a la temporada son significativamente diferentes, conforme nos contaron Xavier y Julian.

Pese al estricto control de los horarios del entrenamiento, los gimnastas mayores poseen un grado mayor de libertad respecto a los menores, lo que les permite entrar y salir de la sala de forma más flexible. Eso se debe a sus compromisos con los clubes que representan, con la RFEG, y sobre todo a un “pacto verbal” que han hecho con su entrenador, que consiste en hacer lo que

“queiran” después de que alguno de ellos haya conquistado algún resultado expresivo en una olimpiada, hecho consumado en los JJOO de Sydney en 2000, según nos explicó Pere (DC).

Para los actuales entrenadores, las mudanzas en la directiva federativa<sup>129</sup> y sus consecuentes alteraciones en los entrenadores responsables del Gimnasio han provocado que a día de hoy existan diferencias relevantes entre la generación de los adultos y los demás gimnastas (Pere: DC). En realidad, se habla de dos “estilos” de entreno, algo que advirtió Xavier (DC). Además, según Julian “en función si te toca un entrenador u otro, la GAM es un mundo completamente diferente.”

De forma general, los gimnastas coinciden en que la preparación física representa el tipo de actividad que les agrada menos. Durante una de las entrevistas con los pequeños, cuando les preguntamos que era lo que menos les gustaba de las actividades realizadas en el Gimnasio, la mayoría respondió de forma contundente, compartiendo estas palabras de Fernando: “lo que menos me gusta es la preparación física”. En realidad los ejercicios de flexibilidad y fuerza que componen la base de la preparación física parecen “atormentar” a algunos de ellos, sensación reflejada en sus rostros con frecuencia, aunque afirmen con convicción que deben superar estas dificultades por su propio beneficio. La preparación física se centra básicamente en el tren superior del cuerpo (dorsales, hombros, brazos, etc.) y en los abdominales, por lo que los gimnastas que tienen dificultades para adquirir fuerza y resistencia en el sistema muscular del tronco y de los brazos manifiestan mayor dificultad para seguir las actividades.

En el caso específico de los infantiles, también se observa un rechazo hacía las sesiones dedicadas al entreno técnico de coreografía, popularmente denominado “ballet”. Respecto a la ejercitación en los 6 apartados que constituyen la GAM, cada deportista tiene una opinión diferente, declarando explícitamente sus preferencias. En la mayoría de los casos la preferencia por uno u otro aparato tiene estrecha relación con las dificultades que encuentran en progresar en cada uno de los aparatos. Las insatisfacciones declaradas por los ejercicios de preparación física, de coreografía o de técnica son diluidas por un discurso persuasivo del cuerpo técnico en el cual se señala que la importancia que estas actividades tienen relación directa con su evolución gimnástica. Por

tanto, se asume abiertamente que se debe hacer aunque no les guste, de modo que en todo momento impera la disciplina, como observamos en las palabras de Andrés: “Lo que menos me gusta es flexibilidad, aunque lo tengo que hacer.”

Como tendencia general, año tras año el entrenamiento se va haciendo más individualizado llegando al extremo de que la sala puede contener la mayoría de los gimnastas siguiendo una planificación individual<sup>130</sup>. Paulatinamente, la individualidad prevalece en las conductas de entreno de tal manera que el hecho de compartir una misma sala pasa al plano abstracto, tornando el entreno predominantemente en una actividad solitaria<sup>131</sup>. Evidentemente se observa un distanciamiento interpersonal provocado por este modelo de entrenamiento individualizado, solo interrumpido esporádicamente por algún compañero que intenta reforzar de alguna manera la condición de “amigos”, como por ejemplo acercándose para conversar sobre algún tema no gimnástico.

En esta familia, en la que los entrenadores son los padres y los gimnastas los hijos, al menos como la percibo, el compañerismo no es una característica predominante. Es cierto que existe una ayuda mutua, especialmente en los momentos problemáticos, como en las lesiones o después de competiciones frustradas pero, al menos dentro de la sala, las ayudas son tímidas prevaleciendo la capacidad individual de superar los “baches” que este tipo de actividad puede originar<sup>132</sup>. Este distanciamiento entre los protagonistas, pese a cercanía espacial y “profesional”, queda reflejado en las palabras de Manuel:

---

<sup>129</sup> Según dicen, la Federación Catalana realiza elecciones a cada cuatro años (un ciclo olímpico).

<sup>130</sup> Este formato es según Couëdon (2004), favorable al entrenamiento que deben recibir los gimnastas para lograr el éxito deportivo en GAM.

<sup>131</sup> Quizás las palabras de Vladimir Artemov, uno de los mayores gimnastas de todos los tiempos, ilustre mejor este carácter individualista que la cultura del entrenamiento impone a los deportistas: “My character has been shaped in the process. I learned that only by relying on my own strength could I overcome obstacles. I remember, once I had to be taken to hospital, because I got injured during some trials. Incredible as it may sound nobody came to visit me. It may have served to develop my character” (Traducción de María Luisa Bellotto: “Mi carácter se forjó durante el proceso. Yo aprendí que solamente confiando en mi propia fuerza podría superar los obstáculos. Me acuerdo que una vez tuve que ser llevado al hospital, porque me hice daño durante los entrenamientos previos. Puede que parezca increíble, pero nadie vino a visitarme. Puede que haya servido para el desarrollo de mi carácter”). Citación extraída de la revista *World Gymnastics*, nº 40 (1989: 18).

<sup>132</sup> Bette (1995) en su artículo “Deporte e individualización” advierte sobre la falta de actividad reflexiva, el alto grado de individualización (falta de unidad), sensación de aislamiento que algunos deportes tradicionales de alta carga disciplinaria son capaces de originar en sus practicantes.

“Somos compañeros, quieras o no son muchas horas juntos y acabas por tener aprecio. Tengo amigos en la sala, aunque tengo más amigos de otros deportes que también viven en el CAR. A veces cuesta más ser amigo cuando estás todos los días junto, que cuando ves de vez en cuando. Amigos, amigos es muy difícil tener en la sala, son muchas horas, a veces hay broncas, te enfadas o cabreas con los otros gimnastas. Pero nos ayudamos mucho.”

Además, tras muchos años de pura repetición este estilo de formación también ofusca la espontaneidad y la capacidad de creación de los gimnastas y de los entrenadores, por lo que la dinámica de entreno casi no sufre modificaciones<sup>133</sup>. La mayor parte del tiempo, la tradición parece ganar el “combate” a la innovación<sup>134</sup>.

La labor de los entrenadores consiste, en primer lugar, en decidir qué debe aprender cada uno de sus gimnastas en función de su condición técnica, física y emocional, siempre teniendo en cuenta los compromisos competitivos. Una tarea complicada teniendo en cuenta que “el esfuerzo de semanas y años se debe demostrar en unos pocos minutos” (TV2, 2004). Su autoridad está incluso por encima de la de los demás miembros del cuerpo técnico, según apunta Joaquim. Una vez determinados los objetivos, su cometido pasa por escoger los ejercicios más apropiados, el volumen y la intensidad de la preparación<sup>135</sup>. Iniciado el proceso de entreno, su contribución pasa gradualmente a la corrección y regulación de las conductas de los gimnastas según los modelos técnicos que establece el reglamento y los criterios de la cultura gimnástica que van desde la opinión de los jueces, pasando por la de sus compañeros de sala y culminando en su propio concepto técnico. Cuando los gimnastas alcanzan un buen nivel de ejecución técnico, los entrenadores centran su atención en las posibles

<sup>133</sup> En un texto escrito por Martín Cebrián en Pelegrín, Fraile, Blanco, Martín y Lorenzo (1998: 66), sobre la enculturación durante la infancia, se describe algunos aspectos que ofrecían las escuelas del principio del siglo XX y que podrían confundirse en gran parte con los que estamos observando en la sala de entrenamiento de GAM. En sus propias palabras, en la escuela de este período “aparece la disciplina, la rutina, la obediencia, la resignación, la competitividad, la rivalidad por las notas, la uniformidad en el aprender (trabajar todos al mismo tiempo, realizando la misma actividad, utilizando las mismas herramientas y pretendiendo conseguir el mismo objetivo”. Creemos necesario remitirnos aquí al discurso de Michel Foucault expuesto en su obra “Vigiar e Punir” (1975, Editorial Vozes, Río de Janeiro).

<sup>134</sup> En términos de Bailleau (2004: 26), la formación consiste en un medio para lograr el máximo rendimiento deportivo posible, un proceso complejo que busca modelar los atletas en base a la tradición y la cultura de la sala. Una preparación muy parecida a la “instrucción militar” (Morris, 1982: 122), con base en un sistema de entrenamiento de carácter rígido, meticuloso y con estrictas pautas de comportamiento (Mata, 2004: 6).

<sup>135</sup> Para Manno (1991: 102) la carga de entrenamiento en el caso de la GAM se puede establecer considerando el “numero” (cantidad) de elementos gimnásticos entrenados diariamente.

conexiones que los gimnastas deberán incluir en sus ejercicios. Suelen montar un ejercicio base para cada aparato que eventualmente se ve alterado por un elemento nuevo que el gimnasta está apto para incorporar o por cambios en el reglamento.

La calidad del entrenador también se hace notar en las tareas de carácter técnico, dado que es ahí cuando sus aportaciones se hacen más incisivas. La experiencia y capacidad de cada entrenador en reconocer los fallos y/o indicar el mejor camino, “la técnica correcta”, para la ejecución de un elemento, y de “estudiar la mejor manera de ofrecer el mejor rendimiento de sus gimnastas” (TV2, 2004), es lo que al final determina el respeto de los gimnastas. No obstante, la confianza y la intimidad que se establecen entre los gimnastas y entrenadores es lo que influye en la proximidad de la relación<sup>136</sup>. Por eso, en un deporte donde siempre se puede aprender algún que otro “truco” (elemento) nuevo, los nuevos desafíos son la mejor arma para luchar contra la monotonía que puede ocasionar la “infinita” repetición. Eventualmente las apuestas son utilizadas como recurso motivacional, especialmente respecto a los gimnastas infantiles y juveniles<sup>137</sup>.

La capacidad de los entrenadores en hacer que los gimnastas logren la ejecución de diferentes elementos gimnásticos con perfección y seguridad se convierte en el alimento más importante en la nutrición de la motivación, una fuente de ánimo necesaria para mantener despiertos a estos jóvenes durante largos años de práctica, tal y como advierten Joaquim y Xavier (DC)<sup>138</sup>. Por todo eso, la consecución de los objetivos planificados esta relacionada íntimamente con un estado de ánimo favorable y con una enorme voluntad de vencer, tanto respecto a los gimnastas como a los miembros del equipo técnico.

Se observa también un esfuerzo en hacer que los gimnastas entiendan el complejo sistema de puntuación de la GAM, por lo que con frecuencia los

---

<sup>136</sup> Esta compleja labor llevada a cabo por entrenadores ha sido objeto de estudio de un artículo escrito por J. Cote y J. H. Salmela (1996) titulado “The organizational tasks of high-performance gymnastic coaches” publicado en el “Journal The Sport Psychologist” (Canadá).

<sup>137</sup> Como ejemplo podemos recordar que los jueves por la mañana los entrenadores permiten a los gimnastas entrenar elementos gimnásticos “nuevos” que más les apetece.

<sup>138</sup> Algunos entrenadores, especialmente Xavier, nos recuerdan que pese a la necesidad de un trato mecanizado el entrenamiento se trata de un proceso ejercido por seres humanos y por tanto es necesario que los gimnastas sean “buenas personas y luego buenos gimnastas”. Quizás sea por eso, y también por saber lo difícil que es alcanzar resultados expresivos en ese deporte que los entrenadores se muestran tan cautelosos con la evolución de los gimnastas. Mejor que nadie, ellos son conscientes de que se trata de un proceso lento en el que cada paso es imprescindible para el resultado final y de que las posibilidades de éxito son muy pequeñas.

entrenadores acuden al Código de Puntuación para consultar el valor de un elemento<sup>139</sup>. Esta información va siendo transmitida a los gimnastas que con el tiempo pasan a ser verdaderos expertos en este tema. A menudo, como un mecanismo de regulación del rendimiento, los entrenadores puntúan los ejercicios realizados por los gimnastas para que se enteren del valor de aquello que están realizando. Además, estos resultados son comparados entre los gimnastas originando un clima de competición en la sala parecido a lo que tendrán que afrontar cuando salgan de la sala.

En los ejercicios de preparación física los entrenadores se limitan a sutiles broncas para que los gimnastas no se olviden de sus objetivos y de la importancia de este tipo de actividad, como por ejemplo la que Xavier imprime a Leandro en un momento de despiste en la preparación física: “Estar parado puede ser divertido, pero útil seguro que no es”. Se realiza un esfuerzo constante para que el trabajo relativo al acondicionamiento físico realizado diariamente se convierta en un procedimiento automatizado. Por otro lado, una de las responsabilidades eventuales de los entrenadores es la de conversar con el equipo sanitario (médicos y fisioterapeutas) para supervisar el estado de salud de los gimnastas lesionados o enfermos. Este tipo actividad representa un “mal necesario”, porque significa que alguno de los gimnastas se encuentra con problemas, tal y como expresa Vicente:

“Lo que más me gusta es la preparación de los gimnastas, pues cada gimnasta es diferente, un desafío distinto, y lo que menos me gusta es hablar con los médicos.”

Como estamos viendo, la disciplina es un factor fundamental en la formación del gimnasta. Se trata de una disciplina de reproducción en la que la creación apenas existe en la imaginación de los protagonistas. Se repite fielmente todo aquello que se ha comprobado empíricamente eficiente en función de los objetivos deportivos, y por eso “el camino correcto” no debe ser modificado. En opinión de Joaquim esta labor podría ser definida de la siguiente manera:

---

<sup>139</sup> Curiosamente, tal y como advierte Julián, no hemos visto a los gimnastas puntuando a sus compañeros en ninguna oportunidad, y tampoco hemos observado los gimnastas consultando el Código de Puntuación (CP) o en posesión del mismo, aunque parece que eso ocurra eventualmente. Según Julián pocos son los gimnastas que se interesan por tener una copia del CP, por lo que este representa otro aspecto que debería ser mejorado respecto al grupo.

“Disciplina, trabajo, constancia, esfuerzo, sacrificio, práctica, práctica y más práctica. Una actividad muy exigente, bajo un estilo de decisión muy autoritario donde el entrenador habla por el gimnasta, decide la forma de hacer. Allí está muy claro lo que hay que hacer, es más, yo sé como hay que hacer, déjate llevar que yo sé como se hace. Un estilo de dirección muy cerrado, muy estricto, con el aprendizaje basado en la práctica, en la repetición, en un estilo de entreno muy directivo”.

Pese a que algunos protagonistas adviertan que la disciplina deportiva no debe ser una dictadura, todos la asumen como necesaria y coherente con el proyecto al que están sometidos. Pocas fueron las oportunidades en las que observamos algún gimnasta discutiendo las decisiones de los entrenadores. En realidad sólo lo seniors demuestran explícitamente sus diferencias con lo que plantean los entrenadores, por lo que la disciplina para los menores adquiere una característica diferenciada, quizás un poco más rígida.

En base a argumentos técnicos (biomecánicos) y fisiológicos, el cuerpo técnico ejerce una total persuasión en la voluntad de los gimnastas conduciendo su vida, al menos dentro de la sala, hacía el modelo que creen más eficiente desde el punto de vista del rendimiento deportivo<sup>140</sup>. Recíprocamente y, al menos aparentemente, los gimnastas demuestran total confianza en los entrenadores a nivel gimnástico, por lo que jamás llegan a poner en duda lo que les es solicitado. Simplemente se obedece, aunque en oportunidades escasas y de forma muy sutil se observan disconformidades, diluidas en conversaciones paralelas en voz baja, tragándolas en silencio de forma individual, y/o fuera de la sala<sup>141</sup>.

La formación que reciben los gimnastas no se limita a las actividades realizadas en el interior de la sala, sino que existe un importante complemento de naturaleza externa que busca atender algunos aspectos también relevantes de la constitución del deportista. Debemos mencionar que la actividad interna normalmente configura o influye en la externa lo que demuestra que lo más importante, desde el punto de vista deportivo, es lo que se hace dentro de la sala.

---

<sup>140</sup> Pocas fueron las ocasiones en que escuchamos los entrenadores advirtiéndolo a los gimnastas para que se cuidasen cuando están fuera de la sala (sea con sugerencias de alimentación, cuidados con determinadas actividades de ocio o salidas nocturnas, etc.). Su discurso demuestra que los deportistas son conscientes de sus responsabilidades. Una vez nos dijo Xavier que muchos padres, especialmente de los pequeños, preguntaban que deben hacer los gimnastas cuando están en casa o de vacaciones, y la respuesta fue que deben aprovechar al máximo para desconectarse.

Según sus indicaciones, como veremos a lo largo de este apartado, estas actividades extra sala contribuyen para que el ritmo de vida de los gimnastas sea intenso y que por tanto el proceso de formación exija aun más esfuerzo de los protagonistas, conforme arguye Julian (DC).

La importancia de los estudios como actividad paralela al entreno es unánime entre los protagonistas, especialmente tratándose de una modalidad deportiva que solamente en raras oportunidades permite una vida económica estable una vez abandonada la carrera deportiva. En este sentido, se admite globalmente que ser un gran gimnasta, llegar a ser considerado un ídolo o una referencia nacional o internacional para este deporte no es una garantía de un futuro. Por eso, la FCG “obliga” a todos los gimnastas infantiles, juveniles y juniors a estudiar, ofreciendo la estructura necesaria dentro del propio CAR. Para los gimnastas pequeños sus entrenadores son los “responsables” de realizar un seguimiento de sus notas (rendimiento escolar)<sup>142</sup>. Se trata de una educación especialmente diseñada para deportistas, con horarios y forma adaptada a los calendarios competitivos, que garantiza la formación mínima hasta bachillerato. De esta forma, diariamente estos gimnastas acuden a las clases de 8 hasta 11 de la mañana, ingresando inmediatamente después en las sesiones de entrenamiento.

Debido a que el CAR no ofrece la posibilidad de cursar estudios de grado superior (diplomatura y/o licenciatura), los gimnastas seniors que deseen seguir estudiando deben hacerlo fuera del centro, a no ser que opten por realizar un módulo de grado superior en animación deportiva. Resaltar que, pese a las excelentes condiciones de escolarización que ofrece el centro, para todos los gimnastas mantener este tipo de actividad es muy complicado en virtud de las exigencias del entrenamiento<sup>143</sup>, según relatan Tomás y también autores como García Ferrando (1996: 25). De los cinco gimnastas seniors en actividad, cuatro han optado por iniciar una carrera universitaria (Periodismo-Comunicación,

---

<sup>141</sup> Siguiendo el discurso de Zulaika (1989: 116) sobre la formación ofrecida en los cuarteles militares, la conciencia gimnástica consiste en saber obedecer y confiar plenamente en las ordenanzas de los entrenadores. Se deben cumplir los ejercicios planificados con la mayor eficiencia posible.

<sup>142</sup> El discurso de Julián resalta que a medida que los gimnastas se van haciendo mayores el “interés” tanto de la FCG como de los entrenadores disminuye respecto al rendimiento escolar, situación que, según él, debería ser revisada.

Interpretación–Teatro, INEF y Gestión Deportiva) aunque afirman que teniendo en cuenta los compromisos deportivos es una tarea complicada que puede llegar a durar el doble del tiempo normal (esperado) para finalizar sus estudios.

“Todo lo que es externo al centro es muy complicado. Yo he estudiado la Eso y todo aquí, ahora estoy estudiando una carrera, pero como es ajeno al centro es complicado mantener los horarios, es muy difícil eso. Te estoy hablando de que mi carrera es de 3 años y la voy a sacar en 6, pero se estudia, intentamos compaginar el entreno con el estudio” (Jonny).

#### 5.4.4. Los controles y la competición<sup>144</sup>

“Nosotros hemos vivido la infancia, adolescencia, juventud y parte de la vida adulta. Para mi en un principio, los primeros años, era una diversión lo hacía porque me gustaba, estábamos en el Gimnasio muchas horas y la motivación era intrínseca, lo haces porque quieres. Pero llega un momento conforme vas creciendo que te vas haciendo mayor y las motivaciones empiezan a ser otras, piensas en estar en el equipo nacional, en competir, tener becas, empiezas a ver otras realidades, no sólo la realidad de la sala, y a partir de este momento va cambiando un poco, cada vez más va pasando más, puede ser de algo que te motiva, que haces porque quieres estar ahí, hacía una adaptación, una motivación externa, tema dinero, resultados y demás” (Julian).

Las diversas formas de intercambio con otros centros, gimnasios, entrenadores y gimnastas es, en opinión de todos, un factor determinante para la evolución de los gimnastas, tanto a nivel técnico como motivacional. La suma de experiencia de los protagonistas que se maneja internamente representa gran parte del conocimiento necesario para alcanzar buenos resultados deportivos, no obstante, los entrenadores señalan que es imprescindible complementar la formación a partir de intercambios, realizando entrenamientos en otros gimnasios, así como compitiendo con cierta frecuencia.

Según ellos, la posibilidad de entrenar y/o competir<sup>145</sup> en otros lugares (países, estados) permite un aprendizaje muy importante a largo plazo, dado que representa una información muy útil para la experiencia necesaria para ganar

<sup>143</sup> Consciente de la dificultad en estudiar fuera del centro, Manuel nos contó que este año se está preparando para hacer bachillerato científico (dos años) para luego poder optar por una carrera universitaria más adelante.

<sup>144</sup> Como indicamos anteriormente, este estudio se centra en las actividades del Gimnasio. Sin embargo, dado que las entrevistas y comentarios registrados en el diario de campo remiten de forma repetida al contexto competitivo (dimensión fundamental del deporte) y también a los frecuentes controles realizados de forma externa al centro, decidimos incluir algunos datos sobre el impacto de estas actividades en la cultura de entrenamiento.

<sup>145</sup> Otro indicador externo al Gimnasio que según los entrenadores es importante para la formación de los gimnastas, especialmente para los pequeños, es la asistencia de los gimnastas mayores a las competiciones. Para los pequeños la presencia de los mayores representa una motivación importante percibida de forma muy positiva.

grandes competiciones, además de ser una excelente oportunidad para comprobar la calidad del trabajo realizado de forma tan “íntima” en el Gimnasio. Los intercambios ocurren durante toda la temporada, empezando en la pre-temporada y llegando a su auge durante los períodos pre-competitivos. De forma general, los entrenadores son favorables a los entrenamientos colectivos, controles y competiciones preparatorias, tanto a nivel regional, comunitario, estatal e internacional. Este tipo de actividad está condicionada al presupuesto federativo, así como al calendario y a los objetivos trazados para cada uno de los grupos de gimnastas.

Durante toda la temporada los gimnastas también realizan otras actividades externas especialmente relacionadas con el entrenamiento físico, relajación y el seguimiento sanitario. Durante las fases de la planificación anual de trabajo, en las que la preparación física tiene gran protagonismo, es normal que los gimnastas y sus respectivos entrenadores acudan una o dos veces a la semana a la sala de musculación del CAR. Por otra parte, cuando los entrenamientos se centran en la parte técnica este tipo de actividad puede disminuir o incluso ser suspendida. Poder salir del Gimnasio para hacer una actividad externa, como puede ser la musculación, normalmente es bien recibida por todos, dado que pueden “respirar otros aires”, en palabras de Xavier (DC).

Dependiendo de la intensidad del trabajo los gimnastas también suelen acudir una vez a la semana al departamento de fisioterapia, para recibir masajes y otros tipos de tratamientos para la relajación y/o para cuidar pequeños problemas físicos. En el caso de los gimnastas que arrastran lesiones leves<sup>146</sup> normalmente acuden al equipo sanitario todos los días para la aplicación de “*tapping*” o para la inmovilización de la parte lesionada, por lo que la participación de médicos y fisioterapeutas puede ser bastante constante en las actividades cotidianas de algunos gimnastas.

---

<sup>146</sup> Durante el trabajo de campo fuimos testigos de varias pequeñas fracturas en los dedos, fisuras en la muñeca y pies, así como varios problemas articulares en la muñeca, codo, tobillo, rodillas y hombros.

Conforme nos alertó Vicente, al inicio y al final de la temporada el grupo es sometido a un control médico<sup>147</sup>, que incluye pruebas de esfuerzo, testes para analizar el estado de la zona lumbar, la composición corporal, el estado fisiológico y nutricional. Con los datos obtenidos, el cuerpo técnico acumula anualmente información que sirve de parámetro para las futuras generaciones y también para evaluar el desarrollo de cada uno de los gimnastas. Este tipo de control revela el cuidado con que se trata a estos jóvenes, ya que, al final, representan “un bien bastante escaso en el momento”, según comentó Mario.

Según ellos la motivación puede ser muy diferente durante este largo proceso. Los resultados competitivos positivos, así como los controles, conforman un agente motivacional. No obstante, salvo en ocasiones muy singulares, el grupo suele conmemorar los buenos resultados logrados por alguno de sus integrantes de forma tímida y con poco alarde, para que la ilusión que suscita este tipo de circunstancia no encubra la real dificultad a que deben seguir enfrentándose. Se resalta, eso sí, el esfuerzo que todos han empleado para que se consiguiese aquel resultado.

En todo momento el adiestramiento exige un alto nivel de entrega y donación por parte de todos los protagonistas, un esfuerzo que puede prolongarse por hasta 18 años de entrenamiento<sup>148</sup>, período condicionado especialmente por los accidentes y lesiones pero también por los resultados obtenidos, y por la capacidad de soportar el esfuerzo y la “presión” que supone un Gimnasio. En los discursos y en las miradas se puede observar la nobleza del objetivo que persiguen, de modo que ser un campeón justifica toda esta dedicación. Esta profunda experiencia deportiva, vivida especialmente en el interior del Gimnasio, sin duda alguna modela los cuerpos y también el espíritu de estas personas, conformando una memoria que jamás podrá ser borrada de sus vidas. El precio que todos han aceptado pagar con “total consciencia” debe ser valorado y reconocido. Debe ser público que no son sólo aquellos que han

---

<sup>147</sup> El CAR solicita a los padres y/o responsables de los deportistas que ingresen en el centro que firmen una carta denominada “Modelos de consentimiento para pruebas de evaluación e informes”, autorizando todas las pruebas sanitarias necesarias para el seguimiento de la salud de los deportistas [http://www.car.edu/CASTELLA/normas/Cons\\_informado\\_pruebas\\_informes.pdf](http://www.car.edu/CASTELLA/normas/Cons_informado_pruebas_informes.pdf) (Consulta: 25-5-4).

<sup>148</sup> Según Smoleusky y Gaverdousky (s/f: 31), la carrera del gimnasta normalmente se extiende a 11-12 años en el alto nivel. Para Aykroyd (1983: 18), “se necesita un tiempo largo para convertirse en un gran gimnasta”, dada la complejidad de las acciones motrices que deben dominar los gimnastas. Esta opinión es corroborada por Ukran (1978: 17),

alcanzado la gloria deportiva los que han trabajado tan intensamente. Cuando se enciende la tele para ver algunos minutos de los Juegos Olímpicos, del Campeonato de Mundo o en raras oportunidades para seguir un Campeonato Nacional pocos son conscientes del sacrificio al que se sujetan estos deportistas y sus responsables para poder participar en una competición de este nivel. Desde fuera se valoran especialmente los momentos de alegría, las medallas, pero durante su formación todos deben aprender a valorar el conjunto de su experiencia gimnástica, lo que incluye los momentos felices y en mayor cantidad los momentos de extrema frustración y tristeza. Indicar por último, también que la “voluntad” federativa interviene directamente en todo el ciclo vital de los gimnastas y del cuerpo técnico, especialmente en la incorporación y en la formación, en palabras de Julian “los procesos federativos y políticos externos influyen mucho en la dinámica de la sala”.

#### **5.4.5. La salida**

“No tengo idea de seguir trabajando en el mundo de la gimnasia, pero sacarle provecho a la gimnasia sí. Salir de aquí y meterte en un trabajo normal es muy duro. Lo mejor sería alguna historia ligada a las acrobacias, teatro, musicales, etc.” (Jonny).

La despedida de un gimnasta o de un miembro del cuerpo técnico del Gimnasio siempre representa un momento triste, un duro golpe que todos deben estar preparados para soportar y superar. Los problemas federativos, la edad cronológica, el bajo rendimiento y las lesiones constituyen el marco principal de éxodo gimnástico (García Ferrando, 1996: 64). El profundo vínculo que establecen estas personas con el grupo y con el Gimnasio hace que muchos de los que han abandonado esta realidad sigan visitando la sala sin esconder que el final de la carrera es un momento muy complicado y difícil de digerir, dado que gran parte de la memoria de sus vidas hace referencia a lo que uno puede vivir únicamente en el interior de la sala<sup>149</sup>.

Con frecuencia, el Gimnasio recibe la visita de sus antiguos miembros; algunos se presentan para entrenar de vez en cuando, otros lo visitan simplemente para ver la evolución de los que se quedaron, para abrazar a sus

---

<sup>149</sup> Al igual a lo que observa Padiglione (1996: 395) en algunas actividades de ocio, la “renuncia” a las experiencias personales vividas en el seno Gimnasio significan algo extremadamente difícil.

amigos, en fin, para sentirse todavía parte del grupo, sentirse integrantes del universo deportivo que envuelve todo aquello. Este conflicto personal que viven todos aquellos que deciden dejar el Gimnasio queda reflejado en las palabras de Julian de la siguiente forma:

“Desde que deje de estar 8 horas al día en aquella sala, mi vida<sup>150</sup> cambio. Porqué toda mi vida personal la tenía en aquella sala prácticamente. Afortunadamente puedo seguir pasando aproximadamente 3 veces por semana por la sala.”

Durante esta investigación hemos acompañado el “traumático” proceso de abandono que han vivido dos gimnastas, un junior y un senior. Por otra parte, mantuvimos una cercana y frecuente conversación con una persona que había dejado la actividad como gimnasta y como entrenador de este Gimnasio hacía pocos años y que también solía acudir a la sala.

La salida del gimnasta junior, que llevaba aproximadamente 8 años en el centro, representa el típico caso al que nadie en el Gimnasio le gustaría haber presenciado. Después de lesionarse dos veces consecutivas en la zona cervical, tuvo que abandonar los entrenamientos por recomendación médica. Ninguna lesión es bienvenida, aunque todos intentan tomarlas de la forma más positiva posible, pero en este caso la mala fortuna ha sido determinante para abortar una prometedora carrera deportiva. Una lesión cervical es muy difícil en GAM, pero en este caso ocurrió dos veces en el mismo sitio, lo que hizo que los médicos, entrenadores y el propio gimnasta decidiesen interrumpir el entrenamiento, pues la relativa suerte que le acompañó en las dos primeras oportunidades podría desaparecer y la próxima lesión alcanzar dimensiones mucho más graves. En este caso, la interrupción de la vida que tenía este “chaval” en el Gimnasio no fue nada fácil de aceptar. Los vínculos extrapolan lo puramente deportivo, en la sala tenía la mayoría de sus amigos, sus compañeros de colegio, gran parte de su mundo giraba alrededor del CAR y por eso la salida tuvo que ser paulatina. Lentamente, a la vez que se recuperaba de la lesión con una tímida ejercitación, iba despidiéndose silenciosamente de todo y de todos, construyendo un puente que permitiese salir de aquel espacio hacia una “nueva” vida fuera de allí. El “afán

---

<sup>150</sup> En la obra de Calderón (1999: 71) podemos ver un relato de la excampeona olímpica Dominique Monceanu (USA) que refuerza la importancia que adquiere el Gimnasio para la vida de los gimnastas de elite: “En el Gimnasio empezaba y terminaba mi mundo.”

de superación” que había acompañado este gimnasta durante muchos años tuvo que ayudarlo una vez más, pero, esta vez, para “desligarse” del Gimnasio.

El segundo gimnasta abandonó la sala unos meses después, y se trataba de un senior que llevaba más de 12 años entrenando. Tras una desafortunada lesión en un importante campeonato nacional y una recuperación excepcional, todo parecía volver a la normalidad, e incluso su voluntad de seguir adelante parecía haberse fortalecido. De pronto, decidió dejar todo para buscar una vida diferente, relacionada con el mundo del arte (trabajar como actor-acróbata en el mundo del espectáculo – circo – teatro). Pese a que la decisión había sido tomada por el propio gimnasta sin la imposición de una lesión como en el caso anterior, el trauma también fue importante. En sus compañeros y especialmente en su entrenador, el cual había empleado sus esfuerzos en su formación durante más de una década, se podía notar un sentimiento de tristeza que no tenía una explicación aparente, pero ciertamente había sido una decisión muy dura y había costado mucho tiempo tomarla. La decisión pareció haber “pillado” de sorpresa a todos, pero fue acatada sin mayores discusiones, pese al dolor que reflejaba el grupo.

En general, el final de la carrera deportiva para los gimnastas que logran alcanzar la categoría senior tras tantos años de entrenamiento y superando todos los problemas que suponen en entrenamiento intensivo, suele ocurrir entre los 24-26 años de edad. Según nos contaron, la gran mayoría de los gimnastas dejaron los entrenamientos antes de los 20 años y muy pocos consiguen superar estas cifras. De este modo, tal y como comenta Julian, el final de la carrera siempre viene acompañado por dolor, por tristeza, por un sentimiento de pérdida, por una confusión, que posiblemente representa la dificultad de adaptarse a otra vida que no sea la que ofrece el Gimnasio. Después de tantos años de dedicación casi exclusiva a la GAM, cualquier otra actividad se hace muy complicada y necesita tiempo para que uno asuma nuevas responsabilidades y nuevos desafíos, aunque se afirme de forma contundente que la experiencia de la dureza del deporte de alto rendimiento les hace más fuertes y con grandes capacidades para afrontar

esta nueva fase de sus vidas<sup>151</sup>. Este conflicto queda reflejado en el siguiente relato de Jonny:

“Por eso, el Gimnasio es como mi casa, es como mi vida, es algo que he vivido en él desde los 5 años, siempre he estado metido en un Gimnasio, entre cuatro paredes, sólo he visto esto, o sea, relativamente he salido poco. Me refiero que me he criado así siempre entre cuatro paredes, saltando, entrenando, machacando, sudando cada día. Teniendo la satisfacción que tengo ahora, no sé, a mi me quitan ahora, en este momento, lo que estoy viviendo en estas cuatro paredes y me jodería bastante. Como has visto, he estado a punto de perderlo todo por la lesión y ahora veo que tengo la posibilidad de conseguir muchas cosas, pues tengo muchas ganas y te das cuenta que esto que tienes, lo tiene muy poca gente y que es muy bonito y hay que aprovecharlo bastante”.

Por último, mencionar que pocos son los que dejan la sala para dedicarse a la GAM, la mayoría se decanta por otras actividades. Para los que deciden seguir en el mundo de la gimnasia, su experiencia en el entrenamiento puede ser de gran validez y un mecanismo que permite abrir algunas puertas de la vida profesional. Sin embargo, para la mayor parte, los que desean realizar otros tipos de actividades laborales, hay que recuperar el tiempo en que estuvieron “lejos” del mundo exterior, por lo que la estabilidad profesional y personal posterior es más difícil de conquistar.

## 5.5. EL MUNDO SIMBÓLICO DEL GIMNASIO

“Vista desde dentro, la sala de entreno es, ante todo, un dispositivo disciplinar. En ella se estipulan objetivos concretos - dominar la técnica de un gesto, asimilar una nueva táctica, aumentar la capacidad de acción, perfeccionar la inteligencia de la acción - y se ofrecen los medios adecuados para realizarlos. Estimula, dirige, cierra y contiene la actividad, "dota de hábitos a la voluntad y le impone frenos", para tomar una de las definiciones de Durkheim (1963: 41) sobre la disciplina. Exige e impone puntualidad, regularidad y obediencia; la menor acción, la ocupación más anodina, la interacción más tenue son objeto de una vigilancia escrupulosa y de una evaluación minuciosa” (Wacquant, 1995: 9).

Con la intención de desvelar fragmentos del universo simbólico del Gimnasio, se interpretan en este capítulo los aspectos que se han mostrado más relevantes para la dinámica de entrenamiento y reveladores del sentido último de la Gimnasia para sus protagonistas. Esta incursión comienza por la descripción

---

<sup>151</sup> La prolongada y rígida formación gimnástica provoca una profunda modificación en la personalidad de los protagonistas, y algunos de los valores posiblemente acompañaran estas personas en sus vidas extra-deportivas, de forma muy parecida a lo que expone Zulaika (1989: 116) respecto a la formación militar.

del significado de la “identidad gimnástica”, es decir, del estilo que se pretende dar a los deportistas en la sala, seguida por la presentación de los valores que necesitan los gimnastas para alcanzar el objetivo del alto rendimiento. A continuación, disertamos sobre algunos de los rituales que permiten conocer la actividad de entrenamiento desde una perspectiva simbólica. Siguiendo en la misma línea, tratamos de disertar sobre los aspectos que simbolizan la dureza de la vida gimnástica, como el riesgo, el cansancio y el dolor. Presentamos también los comportamientos más representativos de la vida en el interior de la sala, desde el juego, el papel de la música, las bromas y también algunos hábitos estéticos. En la parte final, exponemos cómo el Gimnasio adquiere un sentido de “templo”, con una dinámica sometida a los imperativos disciplinares inaugurados por el modelo gimnástico “amorosiano”, y finalizamos con una síntesis de la jornada de entrenamiento reproducida diariamente en la sala.

### **5.5.1. La identidad gimnástica: en busca de un estilo propio**

“El conjunto de los hábitos del cuerpo constituyen también una técnica que se enseña y cuya evolución no termina” (Mauss, 1974a: 45).

Partiendo de las valiosas aportaciones realizadas por Marcel Mauss sobre las técnicas corporales, el proceso de entrenamiento representa un proceso “educativo<sup>152</sup>” a través del cual se busca modelar los gimnastas según unos valores, unos conceptos técnicos y estéticos del cuerpo que se han demostrado eficaces en función de los objetivos deportivos que persiguen estas personas. De este modo, día a día, tienen lugar pequeñas “batallas” dirigidas por los entrenadores que buscan ajustar el comportamiento de estos jóvenes gimnastas a los modelos ideales que imponen la sociedad y, en especial, la tradición de la cultura gimnástica en que se encuentran inmersos (Mauss, 1974b; Mauss en Barreau y Morne, 1991: 216).

En este sentido, el Gimnasio termina por ser un transmisor de la “identidad cultural gimnástica” forjada en los más de 100 años de existencia de este deporte

---

<sup>152</sup> En su discurso sobre el hecho social, Durkheim (1974a: 34-35) revela el poder de coacción, regulación y influencia que ejerce la educación en las personas, en cuanto conocimiento exterior al individuo que modifica su forma de “obrar, pensar y sentir”. En la opinión de Cagigal (1996: 851), el deporte de alta competición absorbe casi totalmente a sus practicantes y les educa especialmente hacia la competitividad, la disciplina y la aceptación de la derrota.

(Feixa en Medina y Sánchez, 2003: 83)<sup>153</sup>. Simultáneamente, la sala pretende modelar sus integrantes según su propia tradición gimnástica, cuyos valores y conocimientos constituyen la identidad del Gimnasio del CAR de Sant Cugat. En un deporte como la GAM, el estilo representa un importante aspecto de éxito, por lo que cada país, cada Gimnasio, termina por desarrollar un estilo propio.

Un indicador de este fenómeno puede ser la discrepancia de la cultura gimnástica entre los gimnastas que todavía están en proceso de incorporación y los ya incorporados. Los gimnastas en proceso de incorporación acudían al Gimnasio apenas dos días a la semana y sus comportamientos, tanto a nivel técnico como de cultura general de entrenamiento, ponían de manifiesto un estilo aprendido en sus clubes de origen. Paulatinamente, sus conductas van modificándose en función del modelo de la sala, en un proceso de enculturación, tal y como mencionan Blanchard y Cheska (1986: 53). De forma impositiva, los hábitos de entrenamiento y las técnicas corporales típicas de la sala modifican la conducta de estos gimnastas novicios. Sin que se produzca un “corte radical”, el cuerpo técnico hace valer la autoridad de los patrones técnicos y la rutina de ejercitación considerados exitosos, a través de una planificación que debe ser cumplida de forma estricta<sup>154</sup>.

Al mismo tiempo, la cultura corporal de los gimnastas más expertos y especialmente de aquellos que han podido conquistar resultados significativos a nivel internacional y que, por tanto, disfrutaban de un mayor estatus en la sala, influyen fuertemente en la modificación del estilo de los gimnastas principiantes. Esta transmisión cultural, como relata Mauss (1974b), permite decir que el hecho de compartir un mismo espacio de entrenamiento hace que los gimnastas pequeños utilicen los mayores como referencia para su desarrollo, especialmente en el aspecto técnico. De la misma manera, todos los gimnastas “tienden a copiar” a sus maestros y a sus compañeros que han alcanzado grandes resultados en sus carreras deportivas, oportunidad que aparentemente resulta ser un privilegio y un beneficio para todos.

Para la mayoría, la coexistencia de diferentes generaciones de gimnastas y entrenadores es beneficiosa, aunque en determinados momentos también

---

<sup>153</sup> En términos de Zulaika (1989: 113), se trata de una “estilización” que sigue los parámetros gimnásticos hegemónicos en la sala y también fuera de ella.

<sup>154</sup> Se cumple así la función de transformación y educación del deporte de que nos habla Sánchez y Sánchez (2001).

provoca ciertos conflictos<sup>155</sup>. Los gimnastas seniors por ejemplo, indican que a veces la presencia de los pequeños les molesta porque hay mucho “jaleo”, impidiendo que alcancen la concentración necesaria. Además, dicen que no pueden soltar “palabrotas” en los momentos de irritación, dado que no sería un buen ejemplo a los pequeños. Para los pequeños, en cambio, la presencia de los mayores es valiosa, una referencia que puede ayudar en su desarrollo y motivación. No obstante, en varias ocasiones relataron que al “vacilar” a sus compañeros mayores sufrieron bromas que les hizo mucha gracia. Entre los entrenadores la convivencia también es vista como positiva, y aunque permite el intercambio de experiencias normalmente la perspectiva de los más expertos impera.

Teniendo en cuenta estos argumentos, entendemos que el entrenamiento busca establecer una identidad propia para los gimnastas, una especie de patrón técnico y estético basado en la experiencia acumulada en el Gimnasio. Este estilo gimnástico forjado en la sala, además de permitir que se alcancen los objetivos deportivos que envuelven todo el trabajo de estas personas, posibilita al final distinguir los gimnastas del CAR de Sant Cugat de los demás, tanto a nivel nacional como internacional<sup>156</sup>.

---

<sup>155</sup> De acuerdo con Hans Lenk en Lüschen y Weis (1976: 163), los conflictos internos en los grupos de deportistas de alto rendimiento son comunes, especialmente por las tensiones que origina la alta competición. Además de la problemática de las divergencias de opinión que pueden ofrecer las diferentes fases de maduración, la relación se torna más complicada en los períodos previos a las competiciones importantes y durante las fases críticas de la carrera deportiva (malos resultados, lesiones, problemas familiares, etc.). Uno de los conflictos más comunes en el CAR y rechazados de forma más contundente por el grupo son las actitudes “superiores”, es decir, cuando alguno de los gimnastas “se pasa de listo”.

<sup>156</sup> Coca (1993) relata que la formación de diferentes identidades o estilos deportivos es un fenómeno corriente tanto entre colectivos de una misma modalidad como en diferentes deportes.

### 5.5.2. Los valores que describen al gimnasta

“En el rostro del atleta podemos reconocer el miedo, la concentración, la alegría, el dolor, la rabia. Emociones necesarias, todas ellas, en su contexto de producción” (Padiglione, 1996: 402).

“Los gimnastas tienden a ser algo introspectivos, muy reflexivos de ellos mismos, al menos los gimnastas que yo he considerado, digamos, los mejores. La realidad es que estás 8 horas al día y si tu nivel de concentración es alto, eso hace que continuamente estés autoevaluando todas las cosas. Eso es algo que yo he vivido personalmente y muchos de mis compañeros eran así. Cambia totalmente muchas veces cuando estas fuera del Gimnasio, pero dentro la capacidad de concentrarte en lo que tienes que hacer es fundamental para el rendimiento. Es muy importante la capacidad de sacrificio, tenacidad, disciplina y autosuperación” (Julián).

La estricta planificación que siguen los gimnastas, la excelente infraestructura y la calidad de los equipamientos disponibles en el Gimnasio, así como la competencia del cuerpo técnico no son suficientes para que de este lugar salgan campeones. El severo adiestramiento a que son sometidos estos jóvenes exige determinadas cualidades físicas, como fuerza, flexibilidad, velocidad (explosión muscular) y una especial coordinación (Smoleuskiy y Gaverdouskiy, s/f; Gajdos, 1983a; Generelo y Tierz, 1992: 8; Marina, 2003), además de unas capacidades psíquicas considerables como la concentración (Aykroyd, 1983: 19). Para llegar a ser un gran gimnasta es necesario también una serie de valores, como los que señalan los propios protagonistas:

“Para la gimnasia o cualquier deporte hace falta determinación, y creo que por mucho que tengas condición física no ayuda de nada si no tienes la determinación. Hay que tener muy claro lo que quieres, luego hay que tener condiciones físicas (fuerza, flexibilidad y coordinación) y también carácter. Hay otros muchos factores, la familia, que no lleguen los momentos de lesiones, y también es importante tener un poquito de suerte” (Vicente).

“Hay que entrenar con ganas y tener carácter” (Paco).



Imagen 28. Jean concentrándose antes de subirse al Caballo con Arcos.

Día a día hemos visto cuánto se sacrifican estas personas, cómo ofrecen y entregan lo mejor que tienen a cambio de una creencia. Se sacrifican por acreditar que podrán alcanzar un objetivo mayor y más relevante para sus vidas: el éxito deportivo. Los entrenamientos confirman que realmente todos estos valores son “indispensables” para el éxito del gimnasta<sup>157</sup>. Tal y como advierte Cagigal (1996), todos los días los protagonistas son llevados a demostrar de alguna forma su capacidad de persuasión, su tenacidad y un gran componente de voluntad y superación para poder seguir avanzando en su formación<sup>158</sup>.

“Lo primero es estabilidad emocional. Tipos que su entorno, no hace falta que les ayude, pero que por lo menos no interfiera, no moleste. Tipos sanos personalmente. Después, tipos motivados, es decir, tipos con los objetivos muy claros, y los más dispuestos a pagar todo el precio, en cuanto a sacrificio, a dedicación y esfuerzo. Tipos que estén dispuestos a pagar el precio, dispuestos a dejarse la piel por eso” (Joaquim).

La larga trayectoria de la carrera deportiva gimnástica y la dificultad en visualizar los objetivos a largo plazo hacen que el carácter y la paciencia también constituyan un valor imprescindible para superar la dureza de esta vida (Mario)<sup>159</sup>. Durante el entrenamiento, la paciencia es, según Julián, fundamental para que

<sup>157</sup> Según Ginés (1985: 1-2) “los diez mandamientos” de la GAM consisten en: “voluntad, disciplina, sacrificio, tenacidad, valor, entusiasmo, coordinación, agilidad mental, autodominio y autodeterminación”. Esta aportación coincide completamente con lo que hemos podido observar.

<sup>158</sup> Este conjunto de valores ha sido destacado desde hace décadas por Gajdos (1983a), uno de los expertos más respetados en el ámbito gimnástico.

<sup>159</sup> Expertos en Gimnasia Artística, como los franceses Thomas, Fiard, Soulard y Chautemps (1997: 10), relatan que el arrojo, la audacia, la coraje son valores que conforman la identidad de los gimnastas.

uno sepa cuándo está preparado para poder ejecutar determinados elementos acrobáticos y no hacerse daño.

La naturaleza del entrenamiento también exige una altísima capacidad disciplinar<sup>160</sup>, de obediencia a reglas y, porqué no, de “sumisión” a un sistema riguroso y sistematizado de enseñanzas, fundado en la repetición y la obediencia confiada a las “órdenes” de los entrenadores. Las tensiones que suscitan la actividad repetitiva, la convivencia prolongada con un grupo reducido de personas en un espacio también reducido, requieren una especial tenacidad de todos que en, el caso de los entrenadores, se traduce en una habilidad en hacer que los gimnastas sean capaces de superar estas circunstancias de la mejor manera posible.

Por otra parte, dado el riesgo que envuelve la práctica de la GAM, el entrenamiento inculca “coraje” y “valentía”, tanto para afrontar las situaciones poco convencionales de aprendizaje como para reaccionar a los problemas que aparecen durante el proceso de entrenamiento, como por las lesiones (Leguet, 1985). En este mismo sentido, la humildad debe acompañar durante todo el tiempo, dado que las derrotas<sup>161</sup>, las frustraciones y la impotencia frecuentemente asolan la vida deportiva. Como ejemplo del valor de la humildad para estas personas, hemos presenciado la presión que Pere ejerció sobre Paco en una sesión matinal, “obligando” a que el gimnasta repitiese un mismo ejercicio que no le salía bien hasta que no pudiera más delante de todos sus compañeros, con la excusa de que debería ser más humilde y entrenar con mayor concentración. Sergi me retrató este episodio con las siguientes palabras: “Vaya, Paco las está pasando putas, le están machacando” (DC).

En opinión de los entrenadores y de los gimnastas, éstos últimos deben aceptar las limitaciones sin dejar de luchar “como verdades guerreros” en busca de un mejor rendimiento. Una rutina muy bien expresada por Calderón (1999: 68):

---

<sup>160</sup> En palabras de Hans Lenk en Lüschen y Weis (1976: 136), “el hombre se disciplina, se obliga al máximo, y saca de esa conciencia una suerte de orgullo por el rendimiento, una especie de autoafirmación. En ocasiones, incluso esa sencilla forma de aplazamiento de la satisfacción, de automartirio es vivida como placentera. Sufrimiento por el placer, placer en el sufrimiento [...]”.

<sup>161</sup> El peso de la derrota y de los valores que deben tener los gimnastas pueden ser observados en los siguientes extractos de la obra de Cagigal (1996: 843-844): “saber perder es una de las características que se atribuyen al estilo deportivo o a la manera deportiva de vivir”; “Frente al fracaso inexorable que a uno le llega sin haberlo buscado, está la cita voluntaria con la derrota. Esta cita se concierta practicando deporte. Y esta voluntariedad engendra confianza en sí mismo.”; “La derrota superada significa enriquecimiento de la persona.”; “De una persona a superarse deportivamente se puede esperar un hábito de superación para la vida.”

“En toda práctica deportiva hay más derrotas que victorias. Hay, por tanto, que aspirar al triunfo, pero sin perder de vista la posibilidad de la derrota”.

Este conjunto de valores<sup>162</sup> conforman el tejido “espiritual gimnástico” que permite a todos afrontar las presiones internas, es decir, las exigencias que uno se impone a sí mismo, y externas, ejercida por los demás compañeros, por aquellos que subvencionan esta actividad y de la sociedad en general<sup>163</sup>. La fortaleza que caracteriza un deportista o un entrenador de alto nivel con el tiempo se torna su mayor aliado para poder reaccionar positivamente respecto a los resultados positivos y negativos que la competición y la vida deportiva puede ofrecer.

“El deportista tiene que ser lo suficiente ambicioso como para poder conseguir el objetivo final, con todos los imprevistos que puedan aparecer. Sus objetivos deben ser lo suficientemente ambiciosos, pero suficientemente conseguibles, realistas, como para que el deportista los vaya consiguiendo y vaya manteniendo su motivación” (Joaquim).

---

<sup>162</sup> Los valores mencionados representan un claro indicador de la intención del “movimiento olímpico” defendido por P. de Coubertin, “los principales valores que Coubertin atribuía a su movimiento eran iniciativa, perseverancia, intensidad, búsqueda del perfeccionamiento y menosprecio del riesgo” (Cagigal, 1996: 811). Matizar que nos parece más adecuado el control del riesgo en vez de menosprecio.

<sup>163</sup> La prensa funciona como uno de los agentes que más presionan a los deportistas de elite. En un reciente reportaje de la Revista del Vallès, de 14 de mayo de 2004, (n. 3906, III época, año 64, Granolles), un periodista local compara uno de los gimnastas juveniles del CAR con el actual subcampeón europeo y además afirma que se trata de una promesa para los futuros campeonatos europeos y olímpicos. Este tipo de comentario público aumenta la expectativa social sobre los gimnastas y, según los entrenadores, puede repercutir de forma desfavorable en su carrera deportiva, al final, pocos son aquellos que logran cumplir los pronósticos.

### 5.5.3. Rituales<sup>164</sup> del entrenamiento

“Porque, además, está el tema de los rituales: Es el deporte de la casa, del centro, que más los tiene institucionalizados. Hay rituales para todo, para iniciar el entreno, para calentar; los deportistas piden permiso al entrenador para ir al lavabo, para tomar agua. Hay rituales para decir al entrenador que mire el ejercicio, hay rituales casi para todo, para el calentamiento, el estiramiento final, preparación física, de musculación. Es como una ceremonia iniciática en cada entrenamiento” (Joaquim).

La ritualidad que encontramos en el Gimnasio busca mantener tradiciones, reforzar un conocimiento indispensable para el fortalecimiento del grupo y, finalmente, es un mecanismo de proyección de unos valores que tipifican el gimnasta (Padiglione, 1996: 399)<sup>165</sup>. De las prácticas rituales de mayor expresión en la sala, que permiten desvelar parte relevante de la peculiaridad cultural del grupo según destaca Mata (2004: 8), destacamos el ritual de incorporación y el de inicio de las sesiones:

#### a) El ritual de incorporación

Conforme hemos descrito anteriormente, el proceso al que deben someterse los gimnastas que ingresan en el Gimnasio consiste, desde una perspectiva simbólica, en un “rito iniciático<sup>166</sup>”; un acto que supone una separación de la vida ordinaria física y también espiritual (Huizinga, 1972: 26). Se trata de una ruptura con lo normal que permite al novato integrarse en el grupo y, por tanto, adquirir un nuevo estatus social en el universo gimnástico, un procedimiento formalizado que separa el “pseudo-gimnasta” del “verdadero gimnasta”<sup>167</sup>. Además, este ritual iniciático aparece como un medio para transmitir los principios inmediatos de una ideología compleja, repleta de valores que

<sup>164</sup> Aunque el término técnicamente más correcto sería el de “ceremonia”, utilizamos el término ritual por ser el que usan los protagonistas.

<sup>165</sup> El ritual “en tanto que comportamiento altamente formalizado, permite unir aquello que la vida ordinaria separa, y exhibir aquel negativo existencial que la cultura no tolera y expulsa de su propia imagen” (Padiglione, 1996: 400). Los rituales forman parte vital de la dinámica de los grupos reducidos como el que estudiamos, consistiendo en una forma positiva de que todos puedan vivir una experiencia común, de comprobar que todos están dispuestos a “apostar” por lo mismo, de establecer una “conciencia colectiva de la meta del grupo” (Anzieu y Martín, 1971: 26). Para Medina y Sánchez (2003: 122), el “aislamiento de los protagonistas”, “la sucesión estandarizada de fases” y otros elementos que se encuentran en el tejido cultural del Gimnasio ponen de manifiesto la ritualidad a que están sometidas estas personas.

<sup>166</sup> La discusión de los rituales iniciáticos a las prácticas deportivas es un de los temas abordados por la obra de Calderón (1999: 8-9).

<sup>167</sup> Zulaika (1989) utiliza estos términos para referirse a la incorporación en el servicio militar.

permiten que un “simple mortal” se convierta en un “campeón”<sup>168</sup>. Es el inicio de un proceso en que los novatos deben recibir una formación basada en un modelo cultural propio, una forma peculiar de practicar la GAM ante tantas otras posibles (Medina en Medina y Sánchez, 2003: 122). Por último, el ritual de incorporación busca evitar que la cultura de entreno de la sala se “contamine” por costumbres poco deseadas oriundas del ambiente exterior.

### **b) Ritual de inicio de la sesión**

También hemos mencionado que en la sala tiene lugar, dos veces al día, un rito que marca el inicio de las sesiones de entrenamiento. Con apenas una señal de uno de los entrenadores, normalmente el de mayor rango, los gimnastas corren y forman una fila sobre el lateral derecho del practicable de suelo (Imagen 29). El hecho de respetar un orden específico de alineación, según las categorías de edad y la altura de los gimnastas y según el orden jerárquico de los entrenadores, de guardar silencio y escuchar atentamente las ordenanzas, demuestra que se trata de una ceremonia altamente formalizada, que requiere especial atención y respeto de todos, y que tiene la finalidad de recordar que en la sala se comparte un objetivo común, además de marcar el inicio de la actividad seria, es decir, del entrenamiento. En la fila, los gimnastas se muestran relajados, sin ningún tipo de actitud burlesca, algunos con los brazos cruzados y la mayoría con las manos detrás del cuerpo, como una señal de sumisión y respeto. Los “chicos” se limitan a escuchar, interviniendo apenas cuando se les solicita. En muy pocas ocasiones los gimnastas se han atrevido a intervenir sin la solicitud de los entrenadores. En palabras de Vicente (DC):

“En este momento marcamos los objetivos generales y además aprovechamos para animar un poco, especialmente cuando hay muchas caras largas. También es una forma de que los gimnastas sientan que son un grupo, y que a partir de este momento se inicia el entrenamiento.”

---

<sup>168</sup> Para Feixa (1995: 41), la incorporación implica la “muerte y un renacimiento simbólico del sujeto”, el final de la práctica aficionada de la gimnasia y el inicio de la carrera deportiva en el alto rendimiento.



Imagen 29. Ritual de inicio de la sesión de entrenamiento.

Con esta breve ceremonia se pretende además ahuyentar todo tipo de comportamiento del mundo exterior que no sea útil para la dinámica de funcionamiento de la sala. Todas las actitudes contrarias al máximo aprovechamiento del entrenamiento deben ser rechazadas en estos minutos iniciales<sup>169</sup>. Es el momento en que se “evoca” el espíritu de cada gimnasta para la “batalla” (entrenamiento), un toque de motivación y atención que los entrenadores destacan como fundamental para el desarrollo óptimo de las actividades en la sala.

La claridad del plan de acción y los objetivos diarios son fundamentales para que este proceso resulte eficaz, por lo que se utiliza este momento para recordarlos, de acuerdo con Ukran (s/f: 257). Como si de una “oración” se tratara, los “chamanes” (entrenadores) “evocan a todos” en un rito social en el que proclaman en voz alta su sabiduría y autoridad para que sus “discípulos” (gimnastas) traten de guardar cada una de palabras, para que no se pierda de vista el camino que deben seguir (Mauss, 1970: 115). Además, esta forma de ritualizar el inicio de las sesiones simula a la perfección el inicio de las situaciones competitivas. La actitud que los gimnastas conservan ante sus entrenadores durante este breve ritual es la misma que deben asumir con relación a los jueces en las competiciones. De este modo, este rito de entrenamiento también se convierte en una “metáfora simplificada de la realidad competitiva”.

#### **5.5.4. Retratos de la vida gimnástica**

La vida de los gimnastas y también de los miembros del cuerpo técnico incorpora experiencias que, de un modo directo, reflejan el más profundo sentimiento de “hacer gimnasia”. La práctica diaria trata de alinear estas experiencias de forma positiva para que todos puedan encontrar dentro de sí mismos fuerzas para superar todos los problemas que este tipo de práctica pueda suponer. En este apartado, tratamos de exponer brevemente el importante papel que juegan aspectos como el riesgo, el cansancio, el dolor y la entrega en la vida de estas personas.

##### **a) El riesgo: un concepto asumido**

Como hemos podido comprobar durante el análisis de la lógica interna de la GAM, el riesgo es una propiedad de las acciones motrices y puede alcanzar niveles en que incluso la vida del gimnasta peligra. La posibilidad de accidentes se debe a la incapacidad humana de controlar con absoluta precisión las complejas acciones motrices de esta modalidad, denominada “incertidumbre subjetiva” por Thomas, Fiard, Soulard y Chautemps (1997: 9). De este modo, el riesgo constituye un tema presente en la mente de todos durante las situaciones de entrenamiento. Un asunto tratado con naturalidad por el grupo, que, con frecuencia, aparece en las conversaciones de los protagonistas. La mayoría de las veces el cuerpo técnico aborda el riesgo con cierta sutileza, con un especial cuidado, para que los gimnastas no se asusten con este rasgo tan característico de la actividad acrobática. En opinión de Julián “el riesgo implícito que conlleva la acrobacia depende en gran parte de cómo se enfocan las situaciones de entrenamiento”, por lo que el entrenador tiene una responsabilidad fundamental en el momento de aprender a afrontar este rasgo de la GAM.

Pese a las estrictas medidas de seguridad tomadas en los momentos donde la ejercitación así lo exige, siempre existe una posibilidad de accidentes<sup>170</sup>. De hecho, “desgraciadamente ha habido lesiones en el seno del Gimnasio”, tal y

---

<sup>169</sup> Según Elias y Dunning (1992), el deporte de forma general repele determinados valores y actitudes considerados poco favorables al rendimiento.

<sup>170</sup> Las frecuentes lesiones leves y las esporádicas lesiones graves que padecen los gimnastas nos permite decir que la asociación popular del concepto de salud al deporte puede ser cuestionada, sobretodo en el ámbito del alto rendimiento. Acuña (1994: 217) realiza una interesante discusión respecto a este tema.

como expresa Julián. Consecuentemente, según relata Vicente, el miedo representa un “fantasma” que debe ser controlado en la “cabeza” de todos: tener miedo representa una consecuencia lógica y relativa a las diferentes situaciones llevadas a cabo diariamente<sup>171</sup>. Para Vicente, los gimnastas con un grado excesivo de miedo tardan más tiempo en aprender y se “bloquean más<sup>172</sup>” durante el entrenamiento, aumentando el riesgo de hacerse “daño”, por eso los entrenadores deben esforzarse en concienciarlos para que aprendan a controlar sus miedos. De este modo, según los entrenadores, el riesgo y la consecuente sensación de miedo son temas que deben ser tratados con extrema atención, buscando superarlos paulatinamente, sin traumas que interfieran en la continuidad del proceso de entrenamiento, posición compartida por Cartoni et al (2002). Para que eso sea posible, los gimnastas deben demostrar especial valor y valentía, característica fundamental de un practicante de GAM.

Como muestra de la posibilidad de accidentes durante las actividades de entrenamiento, la sala cuenta con un pequeño papel colgado en el tablón de anuncios, con el teléfono del hospital y del servicio de ambulancia, que afortunadamente no ha sido necesario durante el trabajo de campo. Su presencia no deja de simbolizar el riesgo que envuelve el entrenamiento, y, además, demuestra que existe un plan más o menos pensado para reaccionar ante la posibilidad de un accidente, algo imprescindible en la opinión de Stuart (1978: 204). Casi semanalmente, alguno de los gimnastas caía lesionado, en la mayoría de casos con carácter leve, como, por ejemplo, un esguince o un dedo fracturado. Las heridas superficiales (morados, rasguños, etc.) que se pueden observar en la imagen 30, además de los “tapping”<sup>173</sup> que ayudan a proteger alguna parte del cuerpo tocada, especialmente los tobillos y los gemelos, son algo frecuente en la realidad de la sala. La historia del Gimnasio ha sido marcada por algunos casos de lesiones graves, como por ejemplo de fractura de vértebra cervical o de

---

<sup>171</sup> En su estudio, Rubio (2001: 153), relata que el miedo debe ser “abolido o expulsado” de los sentimientos del Gimnasta, opinión que no compartimos. Nosotros, en concordancia con el discurso de los entrenadores, entendemos que es una sensación que debe ser controlada a partir de un aprendizaje seguro, basado en una progresión paulatina.

<sup>172</sup> Cartoni et al (2002) presenta un interesante estudio sobre los “bloqueos psicológicos” en gimnastas italianos de alto nivel. Según esta investigación, culturalmente el machismo y la virilidad que debe mostrar el gimnasta hace con que muchos de ellos tengan vergüenza de sus sensaciones de miedo, por lo que intentan encubrir las el máximo posible, algo poco interesante para su progresión.

<sup>173</sup> Protección hecha con esparadrapo que disminuye el movimiento de la zona afectada protegiendo así el gimnasta y permitiendo que siga entrenando.

muñecas durante los entrenamientos, accidentes que han motivado incluso la interrupción de la carrera deportiva de algún que otro gimnasta.

Los relatos a los que hemos podido acceder coinciden, indicando que el riesgo y la dificultad que demanda cada aparato es relativo. Cada uno de los gimnastas, en función de muchos factores como pueden ser sus características físicas y psicológicas, la forma de encarar el miedo a la altura por ejemplo, tiene una opinión diferente respecto al grado de dificultad y riesgo de los aparatos. A título ilustrativo, en una de las conversaciones con Jonny, declaró que, en su opinión, las Anillas es el más difícil y peligroso de los aparatos porque exige mucha fuerza, capacidad que él no tiene en demasía, sin embargo, se

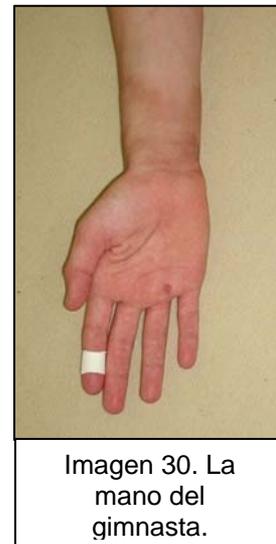


Imagen 30. La mano del gimnasta.

sentía especialmente cómodo en potro con arcos, aparato que para otros puede significar la desgracia. Kiko revela que tiene miedo a situaciones diversas en casi todos los aparatos, especialmente las que proyectan el cuerpo a grandes alturas, y por eso su lucha particular en la GAM está en vencer el miedo en estas circunstancias específicas.

Todos son conscientes de que el deporte de alto rendimiento en general, y la GAM en particular, consiste en una profesión de alto riesgo, tal y como destacan García Ferrando, Puig y Lagardera et al. (2002: 237). Además, entienden perfectamente que se trata de una carrera de corta duración<sup>174</sup>, con limitadas posibilidades de éxito deportivo y consecuentemente social y económico. En su opinión, existe un especial riesgo de lesiones que pueden interferir decisivamente en la continuidad de su carrera, llegando en algunos casos a provocar consecuencias permanentes. Dado que se trata de un deporte amateur, no existe un respaldo legal para su labor de entrenamiento y, por supuesto, no existen bajas laborales y tampoco jubilaciones por accidente o por imposibilidad de trabajar. Todo eso hace que las medidas de seguridad sean extremadas. De forma general, se admite que un factor importante en la carrera y,

por supuesto, en el éxito del gimnasta es la “suerte”, es decir, la fortuna de que no ocurra ningún accidente grave a lo largo de los años de entreno y competición, según nos señaló Vicente.

### **b) El cansancio**

Las sesiones de entreno suponen un gasto energético importante, principalmente para los gimnastas pequeños (infantiles) que todavía no están totalmente adaptados al volumen, a la carga y al ritmo del entrenamiento. Aunque exista una preocupación visible por parte del cuerpo técnico en producir una adaptación gradual, aumentando los factores progresivamente, el cansancio cobra importancia. No es extraño que, después de tantas horas de entrenamiento, se escuche de estos jóvenes que no tienen ganas de hacer nada. En muchos casos, el mayor deseo después de finalizar la sesión de la tarde es comer y dormir para poder descansar. Como ejemplo anecdótico, tal y como explica su entrenador Xavier, algunos de los gimnastas pequeños llegan a casa tan cansados que sus madres tienen dificultad para hablar con ellos antes de que se duerman, y que, por la mañana al despertarlos, algunos tienen que ser duchados semi-dormidos.

La rutina diaria produce en todos una alteración profunda de sus vidas, tanto a nivel físico, psicológico, como social, por lo que la ejercitación casi se torna una necesidad. Algunos relatos de los gimnastas mayores dicen que en los días en que no entrenan el cuerpo “pide” ejercicio, y que incluso se ponen mal humorados. El cansancio para una gran parte de la población representa un indicador claro de que deben interrumpir lo que están haciendo, una sensación molesta que debe ser evitada al máximo. Sin embargo, para los gimnastas consiste en apenas un indicador más del esfuerzo que deben hacer si realmente pretenden lograr sus objetivos. Con el tiempo aprenden a administrar los síntomas de cansancio, transformándolos en un elemento de la vida misma, en sensaciones que se repiten diariamente y que mientras sigan entrenando estarán presentes y deberán ser tomadas con naturalidad.

---

<sup>174</sup> Para Ukran (1978: 16-17), la carrera deportiva del gimnasta suele extenderse hasta los 25 años de edad, aunque la historia ha demostrado que algunos buenos gimnastas han logrado competir hasta los 32-35 años. En el último Campeonato del Mundo celebrado en Anaheim (EEUU) en 2003, la media de edad fue de 22,7 años con un rango de 17 a 39 años. En los JJOO de Atenas 2004 la

### **c) La lucha contra el dolor**

Durante varias oportunidades, el trabajo de campo nos brindó imágenes y testimonios de la dureza de la actividad llevada a cabo en la sala. Así, fuimos testigo del dolor que algunos gimnastas sentían a veces en las muñecas, en la espalda o en otras partes del cuerpo. Los motivos parecían ser los más diversos: golpes, caídas, lesiones por repetición, problemas crónicos, etc., pero en todos los casos detrás de una extraña sonrisa o de un silencio absoluto se escondía una lucha personal contra el sufrimiento. Una demostración de valentía, una forma de dar ejemplo de la disposición que poseen para lograr sus objetivos. Durante el “combate” personal librado diariamente contra el dolor, la “virilidad”, en cuanto capacidad de aguantar la presión y los problemas que conllevan esta práctica, debe prevalecer. Por eso, las molestias, así como el dolor, son disimulados al máximo. Según cuentan los entrenadores, los gimnastas deben aprender a cuidar de sus cuerpos, pues no deja de ser su “herramienta de trabajo”, lo que muestra una preocupación por la salud y el estado de ánimo de sus deportistas. Concienciarlos de eso es una tarea cotidiana y muy importante de los responsables. En el Gimnasio, las lágrimas se retienen al borde de los ojos para que nadie las vea, las malas caras siempre encaran la pared y los susurros de reclamo son enfocados al vacío de modo que nadie se entere de su incómoda situación. Así, día tras día, estos problemas “intrínsecos” del entrenamiento deben ser superados, cada uno debe construir su propia fortaleza, su máscara que permita esconder sus problemas, aunque sus rostros y sus cuerpos no sepan mentir y esconder el dolor y el esfuerzo al que son sometidos. Pocas fueron las veces que pudimos presenciar alguna lágrima en la sala. En todas las ocasiones en que las hemos presenciado se ocultaban mediante hábiles gestos de las manos, casi como un mago que esconde una carta sin que él público pueda verlas.

El dolor, el sufrimiento que relatamos, puede ser visto también mediante los signos dejados por las “batallas” diarias libradas en la sala. Sus cuerpos tatuados con las marcas de los protectores de manos (calleras), por los morados de los golpes, impiden disimular la realidad. Así, tener unas muñecas de color morado,

rasguños por todo el cuerpo, esparadrapos en los dedos, palmas de las manos gruesas y, frecuentemente, destrozadas, son apenas las consecuencias del entrenamiento, de un dolor que al final deja de ser una excusa para no entrenar<sup>175</sup>. Tal vez, sin que fueran totalmente conscientes, las lágrimas de uno de los miembros del grupo representan el dolor colectivo. De modo que el dolor personal lo sufren todos. En un espacio tan reducido, donde los integrantes se conocen en profundidad, donde codo a codo “pelean” diariamente, es imposible disimular este tipo de sentimiento. La convivencia diaria aumenta los vínculos entre algunos, haciendo que determinadas personas sufran por el problema de algunos compañeros y que, además, entiendan que, ciertamente, algún día les tocará vivir el dolor que incomoda su amigo. Más de una vez hemos visto lamentos por colegas que estaban pasando por malos momentos, sea por lesiones, por dolores “inexplicables” o por resultados poco expresivos.

#### **d) De la frustración a la satisfacción: una donación total al deporte**

Lamentablemente, las historias tristes pertenecen a la realidad cotidiana del interior de la sala, tal y como acabamos de relatar. Como ejemplo de estos momentos tan duros, podemos comentar el caso de uno de los gimnastas pequeños, Fernando, que necesitaba mejorar la flexibilidad posterior de las piernas para poder mantenerlas estiradas con mayor facilidad durante los ejercicios, algo imprescindible en la GAM actual. Algunas veces a la semana tenía que realizar un ejercicio que consistía en ponerse sentado con las piernas estiradas, apoyadas en la tapa del plinto, con dos piezas de 10 kilos cada una sobre sus rodillas. Un día me acerqué y mantuvimos una inolvidable conversación de 30 segundos, en la cual ni sus palabras ni su rostro negaban el esfuerzo y lo desagradable que era aquella situación para él. Consciente de la necesidad de lo que estaba realizando, se mostraba valiente y resistía firmemente al dolor aunque a veces parecía demostrar que aquello superaría su capacidad viril de disimular el sufrimiento. Le pregunté tímidamente que sentía, y después de respirar hondo dijo:

---

<sup>175</sup> En un artículo denominado “Gymnastics hands: the daily routine”, publicado en 1989 en la revista World Gymnastics (nº. 44, p. 42), el Dr. Michel Léglise, presidente del comité médico de la FIG, expone los cuidados que debe tener el gimnasta con las manos frecuentemente dañadas por el roce con los apartados. En el mismo artículo se expone otras lesiones típicas del entrenamiento gimnástico.

“No me gusta nada, duele mucho y lo peor es que después me siento raro para caminar, las rodillas fallan cuando camino, al menos por algunos instantes, pero tengo que hacerlo” (DC)

Nuestra labor de observación estuvo marcada por muchos otros casos en los que la frustración y el dolor eran notorios, demostrando el profundo grado de dedicación e implicación de todos los protagonistas. Otro ejemplo fue el que ofrecieron un gimnasta junior y otro senior: el primero con una “contractura en la espalda” y el segundo con una “periostitis” en el brazo izquierdo. Lado a lado, aunque infinitamente separados por su entrenamiento individual, luchaban día tras día en silencio por superar estas lesiones. Una mañana, durante una sesión de potros con arcos, ambos coincidieron en este aparato y sus dramas saltaron ante mis ojos. Durante el entrenamiento ambos gimnastas se miraban, luchaban y expresaban en sus rostros el dolor que arrastraban, un sufrimiento fácilmente perceptible. Pese a eso, raras fueron las veces que sus palabras rompían el silencio para expresar su sentimiento. Aquel día ya no podían esconder lo que sentían, todos, entrenadores y compañeros, podían ver su dolor, pero se trataba de lesiones “normales” para aquellos valientes jóvenes, que estaban siendo tratadas casi a diario en las sesiones extra de fisioterapia. Este tipo de problema es habitual y no puede hacerles parar los entrenamientos, principalmente cuando tienen una competición importante por delante. Cada subida al aparato significaba un combate, segundos de dolor, pero que ellos trataban de aguantar y demostrar así todo su valor. El descanso parecía un lamento interminable, pero que finalizaba al levantarse y dirigirse una vez más al aparato. A veces me miraban a mí y comentaban algo, pero nunca ofreciendo cara de pena, siempre con una sonrisa extraña que intentaba demostrar que podían soportar todo aquello. Finalmente, ganaban la batalla, realizando sus ejercicios hasta el momento que debían cambiar a otro aparato que no les hacía sufrir tanto.

Estos son ejemplos de una dura rutina que con el pasar de los años provoca un relativo aumento del umbral de dolor, haciendo que los gimnastas “aprendan” a soportar cargas más intensas de dolor y tornando los problemas crónicos en sus compañeros. Puede que esta situación resulte insostenible para una persona “normal”, posiblemente con este dolor acudirían a un hospital o se quedarían en casa inertes reservando su cuerpo a cualquier esfuerzo físico. Pero para un gimnasta de alto nivel eso es imposible.

Cuando las lesiones son importantes y los gimnastas tienen que detener sus actividades normales, la historia gana otra versión. La política general del cuerpo técnico indica que los gimnastas deban seguir acudiendo a la sala, aunque sus lesiones impidan entrenar con normalidad, sobretodo para no perder la “chispa” de querer seguir adelante. Pocas fueron las veces que los deportistas dejaron de estar en la sala totalmente, cuando había un problema grave en el brazo se entrenaba flexibilidad de piernas, por ejemplo, y siempre se buscaba hacerles sentirse activos. Durante nuestra incursión de campo, acompañamos la recuperación de diversas lesiones importantes, como por ejemplo una fractura en el tobillo de un gimnasta senior, Jonny. Tras una lamentable y injusta lesión durante una competición, que podría haber sido letal, la fortuna le permitió volver gradualmente después de un riguroso tratamiento. Su lesión, según los precavidos médicos, podría haber terminado con su carrera deportiva, pero la suerte volvió a sonreír para él y después de cinco meses de rehabilitación, su deseo de volver y poder seguir luchando para ser un gran gimnasta finalmente fue realizada. Lentamente fue volviendo a las actividades normales del Gimnasio, al principio venía charlar o a ver a los amigos, luego pasó a ejercitar la parte física sin apoyar el pie en el suelo, luego pasó a realizar elementos de brazos y después de tanta paciencia, y con la debida autorización del médico dijo, en voz alta: “mirar, vamos hacer la prueba, vamos ver si termina o no aquí mi carrera o si podré seguir luchando” (DC). Preparó un pequeño colchón en el practicable de Suelo, calentó un par de ejercicio bastante simples y, finalmente, realizó una secuencia acrobática de “paloma mortal”, algo muy sencillo para un gran gimnasta pero en aquél momento significaba lo más importante de los últimos meses. Tras su éxito en la ejecución, gritó con la mayor felicidad del mundo que no sentía nada, que tenía miedo y estaba precavido, pero que estaba muy bien. Recuerdo como si fuera ahora la alegría de su retorno, un momento en que todos pararon lo que estaban haciendo para celebrar este momento tan importante para él y para todos. A partir de este día, hemos podido ver otra persona naciendo en la sala, un “tío” alegre, bromeando con todos, con la sonrisa que casi tocaba sus orejas y que decía constantemente “ahora voy preparar las próximas olimpiadas”. Naturalmente, éste no ha sido el único caso que hemos podido ver, pero creo que expresa bien la euforia que vivimos juntos aquellos días.

Por otra parte, también es cierto que la satisfacción por lograr una destreza, por ejecutar con perfección un elemento gimnástico, pasa a ser una recompensa que permite seguir trabajando sin pausas. El entrenamiento está repleto de momentos felices, de sonrisas que reflejan la alegría de haber sido capaz de ejecutar con destreza un movimiento gimnástico. A menudo, la satisfacción y el placer por haber logrado un objetivo, por más sencillo que sea, llena la sala de emoción. Curiosamente, en algunos casos, el silencio y la atención de todos hacia un compañero que se ejercita paraliza la sala, precediendo una explosión contenida de felicitaciones, de gritos de incentivo y de saludos de admiración cuando se finaliza con éxito la intervención. En un deporte tan individual como la GAM la mayor satisfacción consiste en el logro personal, lo que no significa que la conquista de los compañeros y los incentivos durante el entreno o los éxitos competitivos no sean elementos altamente emocionantes.

Finalmente, la dedicación que supone este tipo de formación también puede ser observado por otros indicadores de la vida de los protagonistas. Por ejemplo, solamente dos de los gimnastas tenían novias, y justificaban eso diciendo que era muy difícil mantener una relación, pues siempre estaban entrenando o viajando para competir. El esfuerzo realizado por estas personas queda visible cuando se observa que el tiempo libre, es decir, los momentos que tienen fuera de la sala son valorados como premios, como observamos en sus propias palabras:

“Lo que más me gusta es el tiempo que me queda libre, porque cada día es entrenar, colegio y entrenar, y el tiempo libre para mi es lo que me gusta más” (Sergi).

“Nosotros esperábamos como locos los jueves, porque por la mañana había un bloque que se llamaba entrenamiento libre, partidos de fútbol, juegos, etc. y por la tarde era fiesta. Nosotros esperábamos este día, y tengo que ser sincero, vamos, era nuestro mayor deseo. Es tanta la carga, que llega un momento que necesitas divertirte, motivarte, desconectarte, reírte, quitar la presión de encima” (Julián).

### 5.5.5. Comportamientos representativos: el juego y la música

Durante nuestras observaciones hemos podido “catalogar” algunas pautas de comportamientos que podemos tomar como emblema de la cultura gestual (motora)<sup>176</sup>, lúdica y también estética de los protagonistas, aspectos que Mata (2004) destaca como reveladores de la dinámica cultural de los grupos deportivos. Optamos mencionarlas por considerar que pueden aportar información de gran interés sobre la cultura del Gimnasio en general y del entrenamiento en particular.

#### a) El “juego” y el sentido lúdico

El sentido lúdico que caracteriza el ser humano puede ser observado en la mayor parte de los juegos, tal y como presenta Huizinga (1972). Sin embargo, a medida que aumentan las exigencias por el rendimiento, el ludismo disminuye y es remplazado por el trabajo sistemático (Elias y Dunning, 1992; Lavega, 1995). En este sentido, el acervo cultural lúdico en la sala es reducido, y estrechamente ligado a la conducta de los gimnastas pequeños<sup>177</sup>. De hecho, los gimnastas infantiles son los más juguetones del grupo, los únicos que aprovechan los minutos que anteceden el inicio de las sesiones de entrenamiento o los intervalos de descanso para jugar en el interior de la sala.

Los juegos a menudo son realizados en la cama elástica, casi siempre de carácter competitivo y demostrativo, algo parecido con pequeños “piques”, pequeñas disputas donde los protagonistas deben lograr ejecutar un determinado ejercicio y/o movimiento o ejecutar saltos “bombas” (agrupar el cuerpo y saltar lo más alto posible cayendo en el foso de espuma). A veces juegan con una pelota de fútbol intentando acertar a los compañeros con un “cañonazo”, o se ponen a luchar “cuerpo a cuerpo” (especialmente los pequeños). Estos juegos de contacto (físico o material) a veces terminan con enfados y broncas puntuales que se disuelven en pocos minutos. Estos juegos guardan íntima relación con algunas de las actividades realizadas durante el entrenamiento, en las cuales los gimnastas son “motivados a través de piques” (disputas) como, por ejemplo, para saber quién realiza más molinos en arcos o más mortales en la pista de tumbling. En el

---

<sup>176</sup> Según Sérgio (1986: 21), cultura corporal o cultura motora “también puede entenderse como el conjunto de comportamientos representativos de una determinada sociedad o grupo natural. SÉRGIO, Manuel (1986): *Motricidade humana – Uma nova ciência do homem!* Ministério da Educação e Cultura, Direcção geral dos desportos, Lisboa.

inicio de las sesiones, con frecuencia Xavier y Vicente realizaban juegos competitivos como, por ejemplo, para ver quién conseguía realizar más “mortales desde parado en el tumbling clavando el aterrizaje”. La respuesta de los gimnastas a estas pequeñas disputas siempre era positiva, demostrando una especial predisposición a la competición. De vez en cuando, los pequeños se atrevían a jugar con el balón en la sala, una especie de fútbol adaptado, siempre atentos a no romper las bombillas fluorescentes o cualquier otro objeto y bajo una vigilancia permanente de los entrenadores, que en varias oportunidades participaban del juego.

En el otro extremo de la escala lúdica se encuentran los gimnastas mayores (seniors), un grupo que demuestra un comportamiento bien diferente respecto a los juegos y a la ludicidad en general. Estos jóvenes normalmente entran en la sala, se cambian, entrenan, cuando finalizan su rutina vuelven a cambiarse y dejan el Gimnasio con bastante rapidez. Debemos reconocer que los mayores tienen más compromisos y también que los menores estudian y residen en el CAR y por lo tanto llegan antes a las sesiones de entrenamiento. No obstante, parece ser que los años de repetida actividad de entrenamiento pesan el ánimo de los gimnastas, haciendo que utilicen muy poco su tiempo libre dentro del Gimnasio, sea para jugar, charlar o cualquier otra cosa. Con los años, todos buscan estar el máximo de tiempo posible fuera de la sala.

Durante el bloque principal del entreno, los gimnastas infantiles son los únicos que aprovechan el tiempo de descanso entre una repetición y otra para “jugar” en la cama elástica, algo que no se observa en los demás gimnastas. En lo general, el espíritu lúdico<sup>177</sup>, expresado por una utilización espontánea y libre del cuerpo o por una ejercitación poco sistematizada quedan reducidos a unos mínimos, difíciles de observar, aunque nuestros protagonistas se encuentren en edades donde el juego y las conductas lúdicas “suelen” aparecer con relativa

---

<sup>177</sup> Según Rubio (2001: 155), para los gimnastas pequeños entrenar (hacer gimnasia) puede significar un juego, una actividad lúdica envuelta por un sentimiento de compromiso de “seriedad”.

<sup>178</sup> Lavega (1995), afirma que existe un paralelismo entre las reglas y el “ludismo” en el juego, sobretodo en el juego deportivo competitivo. Según él, cuanto más reglas tenga un juego y cuanto más importantes sean para su desarrollo práctico (más restrictivas), menor será el “ludismo” de dicho juego. La inversa también es verdadera.

frecuencia, tal y como expone Boltanski en Barreau y Morne (1991: 212)<sup>179</sup>. En este sentido, la disciplina y la repetición sistemática (rutina) que establece la cultura de entrenamiento del Gimnasio funcionan como inhibidores de la ludicidad<sup>180</sup>, al menos en el interior de la sala.

### **b) La música: motivación y gustos**

La sala posee un equipo de sonido que de forma espontánea y casi fortuita nos hizo reflexionar sobre las diferencias entre los hábitos musicales de los distintos grupos de gimnastas presentes en la sala, de los entrenadores, así como, el “poder” que ejerce la jerarquía también en este aspecto de la realidad del Gimnasio. Se trata aquí de señalar, de alguna forma, los gustos y motivaciones musicales de los protagonistas y, también, cómo cada grupo percibe la música durante el entrenamiento cotidiano y la sutil “batalla de poderes” que juega el hecho de poder controlar este elemento. Sesión tras sesión, hemos podido comprobar que la radio sonaba fundamentalmente cuando los gimnastas seniors estaban presentes.

En los días en que los gimnastas mayores no acudían a entrenar, los demás gimnastas no encendían el aparato o no demostraban ningún interés por lo que sonaba en caso que los entrenadores pusieran música. Aunque no exista una regla escrita, tal y como señala Julián, nos percatamos de que, como norma general, se “prohíbe”, o al menos se restringe, a los gimnastas pequeños encender, por iniciativa propia, el equipo de música. Consecuentemente, raras fueron las oportunidades en las que hemos observado los gimnastas pequeños cantando, bailando o haciendo cualquier gesto y/o comentario a las canciones que sonaban.

A diferencia de los “pequeños”, la presencia de los seniors siempre suponía un acompañamiento musical. Las emisoras de radio eran sintonizadas según sus gustos y, en muchas oportunidades, traían sus propios discos. Además, frecuentemente se podría observar uno u otro, cantando, bailando o comentando

---

<sup>179</sup> La importancia del juego es destacada de forma rotunda en capítulo escrito por Tomás Blanco en la obra de Pelegrín, Fraile, Blanco, Martín y Lorenzo (1998: 39). Según él “todos somos conscientes de que la infancia es por excelencia la edad del juego, porque no se puede concebir una sin la otra. Jugar es la principal actividad infantil”.

<sup>180</sup> Cagical (1996: 1145) señala que la búsqueda extrema por el rendimiento que caracteriza la actividad del deportista de elite aparta “al menos en parte” la espontaneidad, la ludicidad y la voluntariedad.

las canciones. Las preferencias musicales eran muy variadas, desde el *hip-hop* hasta el *rock* duro. Entre ellos se ponían de acuerdo permitiendo que todos pudiesen escuchar un poco de su estilo favorito, aunque parecía haber una cierta jerarquía con la cual algunos tenían mayores oportunidades que otros. En caso de no estar de acuerdo con el estilo de música que colocaban los seniors los entrenadores se limitaban a bajar el volumen, una actitud que evitaba conflictos y que muestra algunos detalles de la estructura jerárquica vivida en la sala.

Este comportamiento cultural respecto a la música es algo típico de los jóvenes de edades semejantes a los gimnastas seniors (17-25 años), característica descrita por autores como por ejemplo Feixa (1998) en situaciones completamente diferentes a la nuestra. Esta semejanza entre la importancia de la música dentro y fuera de la sala demuestra que las reglas del Gimnasio no impiden que al menos este rasgo conductual típico de la sociedad en que viven pueda ser expresado en su interior, aunque de forma más tímida y sutil.

#### 5.5.6. Hábitos estéticos

“Cuando nos vestimos, lo hacemos dentro de las limitaciones de una cultura y de sus normas, expectativas sobre el cuerpo y sobre lo que constituye un cuerpo vestido” (Entwistle, 2002: 25).

La percepción estética de los gimnastas y del equipo técnico puede ser descrita tomando como base diversos factores, desde el concepto de cuerpo hasta sus hábitos de vestuario. De forma breve, buscamos indicar en este apartado algunas de las tendencias más importantes de la estética cultivada en el Gimnasio. En primer lugar, la GAM y la cultura del grupo impone un modelo de cuerpo fuerte, musculoso, definido, que evita cualquier acumulación de grasa. Un cuerpo envuelto en un concepto “machista” de virilidad (Mata, 2004: 11-12). Las bromas con los gimnastas considerados “gorditos” o que presentan “michelines” son frecuentes, por lo que todos evitan pasar por esta situación. Pese a que no exista un control estricto respecto a las medidas o al peso, en la sala se estima un prototipo ideal de cuerpo masculino, rechazando cualquier desviación a estos patrones, algo menos importante que lo observado por Bailleau (2004: 26)<sup>181</sup> en la Gimnasia Rítmica.

---

<sup>181</sup> En términos de M. Foucault el cuerpo de los gimnastas experimenta una “manipulación cultural profunda” (Entwistle, 2002: 30-31).

Por otra parte, la vestimenta de entrenamiento es extremadamente sencilla, ligera, en la mayoría de los casos se utilizan camisetas de color claro, pantalones y *shorts* (pantalón corto), típicos de la competición de GAM (imagen 31). Los pantalones largos son utilizados especialmente para los ejercicios de Caballo con Arcos, y las zapatillas para el Salto y el Suelo. Es habitual que los gimnastas utilicen prendas con defectos o gastadas por el tiempo (pantalones, camisetas y zapatillas agujereadas por ejemplo). Sólo en los controles precompetitivos observamos que los entrenadores solicitan a sus gimnastas que vistan el uniforme oficial de competición<sup>182</sup>. Este vestuario ligero es imprescindible para la práctica de la GAM y también evita que la sala se convierta en un desfile de moda<sup>183</sup>. La indumentaria de los gimnastas es comparable a la de sus compañeros de misma edad que viven en otros contextos y debe estar ajustada a la cultura gimnástica. Por todo eso, el acto de cambiarse<sup>184</sup> adquiere un significado de ruptura con el mundo exterior, con el universo extra-gimnástico, demostrando que para empezar el entrenamiento hay que dejar de lado cualquier capricho en el vestir o de indumentaria estética complementaria considerados poco adecuados a la práctica de la GAM<sup>185</sup>. Cuando finalizan la jornada, todos vuelven a cambiarse, poniéndose un vestuario más adecuado a los patrones externos a la sala. Jamás hemos observado los gimnastas saliendo de la sala vestidos de la misma forma con que suelen entrenar.

---

<sup>182</sup> Mayot, pantalones cortos para suelo y salto, pantalones largos para paralelas, barra fija, anillas y arcos, zapatillas: prendas normalmente en óptimo estado de conservación (imagen 5).

<sup>183</sup> Según Aykroyd (1983: 36-38), el vestuario ligero es el más adecuado para la práctica de la GAM.

<sup>184</sup> Los gimnastas suelen cambiarse dentro de la sala, pese a que exista un acceso directo al vestuario (con baños, duchas, espejos, picas, etc.) desde el interior del Gimnasio. Cuando hay alguna persona extraña en la sala o cuando las “chicas” están entrenando cerca los gimnastas son bastante más discretos, algunos incluso se dirigen al vestuario para cambiarse. El armario, donde guardan sus pertenencias, es una de las pocas partes “desorganizadas” del Gimnasio. Cada gimnasta posee un cajón en el que pone de cualquier manera sus calleras, pantalones, ropa en general, botellita de agua y otros objetos personales. Quizás sea exactamente por ser un “espacio privado” (individualizado), que además no interfiere en el orden de la sala, lo que permita este tipo de “desorden”.

<sup>185</sup> Tal y como señala (Entwistle, 2002: 25), “vestirse requiere atender consciente o inconscientemente a estas normas y expectativas cuando se prepara el cuerpo para presentarlo en un entorno social en particular”. Siguiendo este discurso, las situaciones formales de competiciones tiene “normas de vestir más elaboradas”, tal y como podemos comprobar acudiendo al Reglamento Técnico de la GAM que edita la FIG. Nos parece además, que la sencillez del vestido y la escasez de los adornos estéticos acerca de forma interesante la conducta de los gimnastas al concepto griego de “Gymnós”, como arte de ejercitarse desnudo, es decir, una práctica libre de los pensamientos y de las alegorías accesorias que puedan entorpecer la persona. Para Zulaika (1989), las vestimentas representan un indicador claro de pertenencia al grupo, que los miembros suelen atender.

Los complementos estéticos tan presentes en la actualidad juvenil, como pueden ser los pendientes, *piercings*, cadenas, tatuajes, estilos exóticos de cabello, no pertenecen a los hábitos adecuados a la sala, por lo que no son frecuentes entre los protagonistas. Las pocas veces que algunos de ellos experimentó un peinado “exótico” o modernista, el grupo reaccionaba con mucho humor y “cachondeo”, comprobando que “el puritanismo” y la tradición de la GAM imperan en aquél espacio.



Imagen 31. Sergi y Kiko descansando.

Los gimnastas pequeños son los más sencillos, repitiendo día tras día el mismo vestuario y sin detalles que llamen la atención. A medida que pasan los años, van tornándose más exigentes con su estética personal y empiezan a aparecer con pelos coloreados artificialmente, cortes ligeramente diferentes, culminando en la edad adulta con pequeñas tatuajes, barbas con estilo, peinados modernos y con ligeros cambios en el vestuario con una postura más estilizada. Las preferencias estéticas varían mucho conforme cada una de las personas y quizás el aspecto “cerrado” de la sala ayude a que no exista una preocupación sobre estos aspectos, al menos en su interior, dado que casi nadie puede verlos entrenando. En general, los aspectos estéticos, entre ellos la indumentaria y los complementos, son simples y no demandan demasiada atención de los protagonistas y están íntimamente relacionadas con la adecuación al tipo de actividad que desarrollan, como por ejemplo en el caso del pelo, que casi todos

prefieren llevar corto para que no moleste durante la ejercitación. En los días que antecedían las competiciones, podíamos notar que los gimnastas se demostraban un poco más atentos a estas cuestiones estéticas. De este modo, dos o tres días antes de competir los gimnastas solían cortarse el pelo y afeitarse<sup>186</sup>.

Así pues, pese a que el Gimnasio represente una microcultura con una expresión peculiar de diferentes aspectos culturales, incluyendo por supuesto los hábitos estéticos, en el interior de la sala también “se compartem, manifiestam, reproducem y configuram los valores predominantes en el contexto sociocultural” al que pertenecen (Sánchez y Sánchez, 2001: 34).

### 5.5.7. El gimnasio como un templo amorosiano

“Lo que hace le parecer un templo es la gran cantidad de rituales que hay y la autoridad que hay allí. Es como ir a misa” (Joaquim).

“Isso quer dizer que o número de horas de treinamento e o nível de exigência vivido na ginástica olímpica tornam o ginasta um servo da sua prática e de suas mazelas, ainda que seja, na opinião dos praticantes, uma escravidão voluntária ou prazerosa” (Rubio, 2001: 152)<sup>187</sup>.

De la misma forma que ocurre con muchos estadios de fútbol, tal y como señala Morris (1982: 19, 31), el Gimnasio es considerado para la mayor parte de sus miembros como un “santuario”<sup>188</sup>, su “territorio sagrado”. La concepción de un espacio “sagrado” remonta el origen de los Gimnasios, lugares “prohibidos” para la mayor parte de la población, que reunían una élite militar y ahora deportiva<sup>189</sup>. Con el tiempo, la sociedad ve con “admiración” a aquellos que logran acceder a su interior, guerreros y deportistas, representantes de la nación, algunos de los cuales alcanzan el grado de ídolos sociales (Padiglione, 1996: 399). Este reconocimiento social queda confirmado en el discurso de gimnastas y

<sup>186</sup> Según el relato de los gimnastas, el aspecto estético puede influir en la “presentación” (en la nota), por lo que hay que cuidar de él. Este planteamiento coincide con las aportaciones realizadas por Abaurrea (1988). Para los entrenadores las nuevas generaciones de jueces no son tan susceptibles a juzgar un gimnasta por su apariencia, aunque todavía existe mucho conservadurismo entre los jueces más antiguos.

<sup>187</sup> Traducción del autor: “Eso quiere decir que el número de horas de entrenamiento y el nivel de exigencia vivido en la Gimnasia Artística hacen del gimnasta un servidor de su práctica y de sus deseos, aún cuando, en la opinión de los practicantes, sea una esclavitud voluntaria y placentera.

<sup>188</sup> El concepto de “santuario” no puede ser confundido con lo utilizado por Wacquant (1995: 6), pese a que, de cierta forma, el Gimnasio de GAM también funciona como un lugar de “pacificación y protección” tratado con respecto por sus usuarios. “De hecho, a un joven que ficha todas las tardes en la sala no le quedan ni tiempo ni energía y a veces incluso ni ganas de mezclarse en actividades peligrosas o ilegales, ...”

entrenadores. Así pues, la sala es sagrada en el sentido que representa un espacio fundamental para el desarrollo de la GAM y también de la vida de sus protagonistas, un lugar respetado por sus usuarios como si de la propia casa<sup>190</sup> de los protagonistas se tratara y también admirada por aquellos que no pueden acceder a ella (Sánchez y Sánchez, 2001: 36).

Los Gimnasios que construyó y dirigió Francisco Amorós en Francia en la segunda mitad del siglo XVIII estaban concebidos como “fábricas” que forjaban de la personalidad, la moral y la disciplina y que dejaban a los ciudadanos elegidos listos para el trabajo y, sobre todo, para la guerra (Ulmann, 1971: 295; Soares, 1994)<sup>191</sup>. Un siglo y medio después, nos topamos con una realidad en la que el Gimnasio sigue siendo sagrado, ahora para la forja del deportista, un espacio repleto de valores de la cultura gimnástica, “adorado” por todos aquellos que aspiran poder entrenar ahí y, especialmente, por sus miembros. Un espacio cultural que ha podido incorporar varios avances tecnológicos, varias modificaciones respecto a la cultura de entrenamiento, pero que también ha logrado mantener latentes algunos aspectos primitivos del adiestramiento militar y deportivo (Mata, 2004: 9). En este sentido, las raíces militares parecen estar todavía vigentes en el deporte, por lo que la repetición incansable, la lucha contra la pereza, la necesidad de vencer sus límites siguen con vida en el espíritu de los gimnastas. Recordar que la Gimnasia de forma general es un producto cultural y que ha empezado su formación bajo una pedagogía militar (Defrance, 1987: 17).

El entrenamiento rinde diariamente un homenaje a la disciplina militar que envuelve la gimnasia desde sus orígenes, controlando el espacio, el tiempo, los cuerpos y las conductas (Bailleau, 2004: 26). Basta con ver que algunos aparatos, como la cuerda y los espaldares, han resistido el paso del tiempo, tratando de demostrar a la modernidad<sup>192</sup> parte de la esencia de la gimnasia, la importancia

---

<sup>189</sup> Desde sus orígenes, la práctica de la Gimnasia competitiva de rendimiento ha sido una práctica reservada a unos pocos privilegiados (Rodríguez López, 2000: 202).

<sup>190</sup> En palabras del narrador del documental de TV2 (2004): “El gimnasio es su casa”.

<sup>191</sup> Rodríguez López (2000: 79) destaca que la intención de una formación física, militar, política y moral remonta a los Gimnasios griegos.

<sup>192</sup> En una interesante reflexión sobre la “Identité et culture du Judo international”, Michel Brousse en Simonet y Veray et. al (2003: 235-249) ha encontrado este mismo conflicto entre la tradición y la modernidad, entre los valores, la identidad, la disciplina y la moral marcial y los avances que este deporte está afrontando en la actualidad. En la misma obra, Nicolas Bancel señala aspectos de la cultura del atletismo, tales como la disciplina, el rigor corporal de una actividad esencialmente “individual” y los intereses higienistas, elementos que permiten establecer un cierto paralelismo con el modelo de la cultura gimnástica hegemónica en Francia a lo largo de los siglos XIX y XX.

de los conocimientos antiguos para su desarrollo. No podemos olvidar la importancia del “Caballo”, como un apartado distintivo de la GAM, basado en el animal símbolo del adiestramiento militar, un icono que nos ayuda a recordar que el origen de este deporte remonta a los principios de la educación marcial preconizada por Amorós y otros de los fundadores de esta disciplina corporal, pese a la “desmilitarización” del deporte (Simonet y Veray et al., 2003).

Contrarrestando el notorio avance tecnológico habido en los últimos 50 años en la GAM, que tiene su exponente máximo en las “plataformas” modernas de saltos, el Gimnasio mantiene diversos rasgos típicos de sus orígenes<sup>193</sup>. Por otro lado, algunos resquicios de la formalidad marcial incorporada en este deporte se resisten a las transformaciones y a introducir la informalidad del trato, como, por ejemplo, el saludo “espontáneo” a los gimnastas mayores y entrenadores con un “apretón” de manos<sup>194</sup>, o con la solicitud de permiso para poder intervenir (como ya se ha dicho, los gimnastas suelen levantar un brazo para pedir permiso a sus entrenadores – aunque muchos digan que es apenas una forma de avisar a los entrenadores para que observen su ejercicio).

---

<sup>193</sup> En este sentido, ganan protagonismo las afirmaciones de Gajdos (1983a), famoso experto de la GAM internacional, de que el Gimnasio no se centra sólo en el desarrollo físico, técnico y psíquico del deportista, sino también de la moral, del espíritu. De modo que se trata de un templo idóneo para la promoción del mito deportivo, de la conquista del hombre sobre el hombre, de la victoria, de la superación, de ser campeón. Un lugar donde acuden jóvenes a luchar por este ideal deportivo llamado “victoria” (Acuña, 1994: 239). Solar (2003: 38), destaca que el gimnasio amorosiano basaba sus actividades en la disciplina marcial, de un adiestramiento del físico y de la moral. Por otra parte, un estudio relevante sobre la evolución del perfil fisiológico de la GA en las últimas décadas es el realizado por Jemni, M., Friemel, F., Sands, W. y Mikesky, A. (2001), titulado “Evolution du profil physiologique des gymnastes durant les 40 derniers années (revue de littérature)”, publicado en el “Canadian Journal of Applied Physiology” (nº 26, 4, p. 442-456).

<sup>194</sup> Pese a que utilizamos en término “espontáneo”, el saludo que realizan los gimnastas respecto a los entrenadores y/o a sus compañeros mayores parece tener muy poco de espontaneidad, obedeciendo una regla “impuesta abiertamente” en la sala, tal y como señala Julian. Recordar que los militares están obligados a saludar a los mandos y autoridades de mayor rango, un comportamiento similar al observado en la sala (Zulaika, 1989).



Imagen 32. Andrés con el brazo levantado, pidiendo permiso para ejercitarse.

El aislamiento producido por la estructura del Gimnasio no es nada nuevo. Amorós y sus colaboradores defendían la importancia de esta característica desde el principio, como una protección para sus miembros, un medio de defenderles de las “tentaciones” del mundo exterior y de hacerles sumergir en los valores militares (Soares, 1994). Por todo eso, hemos visto que esta separación del mundo interno del externo ayuda en el desarrollo de comportamientos singulares, como por ejemplo el modo de vestirse o el lenguaje. A su vez, no impide que los comportamientos típicos de una cultura más amplia, exterior al gimnasio, y que también forma parte de la vida de sus protagonistas, consiga “superar” estas barreras arquitectónicas, aunque en menor medida comparado con las personas que viven en condiciones donde las relaciones socioculturales son más diversas y frecuentes. La intimidad que tienen los protagonistas con la sala hace que las celebraciones típicas del “hogar”, como por ejemplo la de cumpleaños, con frecuencia sean conmemoradas en la sala, pero siempre después de finalizar la sesión de trabajo, reforzando los lazos de afecto con este espacio. La tranquilidad deseada por Amorós y los demás antepasados que dieron inicio al imperio de los Gimnasios cerrados para el adiestramiento moral y corporal, cobra vida en la sala después de todo este tiempo (entrenar en un espacio cerrado es un símbolo del modelo estricto y tradicional en que la GAM fue concebida y que a día de hoy sigue imperando como “ideal”) (Vigarello en

Simonet y Veray et al, 2003: 21). Eso, en la opinión de todos, representa un aspecto positivo que posibilita el desarrollo normal de las actividades de entreno<sup>195</sup>, aunque sea difícil de absorber por las necesidades humanas de interacción con el mundo. En este sentido, la domesticación del hombre deportista se hace también por el acotamiento del espacio, por la instauración de un “ghetto”, un “circulo selecto” de personas, protegido contra las interferencias del mundo exterior, que evoluciona a partir de “unas experiencias producidas dentro del propio grupo”, según cuenta Julián<sup>196</sup>. Bajo el imperio de la disciplina marcial, el Gimnasio muestra un ambiente silencioso, un lugar que atiende una especial necesidad de concentración. Este silencio “resulta una manera explícita de comunicarse” (TV2, 2004), es decir, de mostrar que todos persiguen un mismo objetivo, sin “desviaciones”.

El Gimnasio refleja diversos rasgos del modelo deportivo moderno de forma general, pero también luce algunas peculiaridades locales. La “identidad colectiva” de este grupo presenta unas características peculiares, pero también rasgos de una cultura externa más amplia, como por ejemplo del estado o del país donde viven, que consigue superar las “barreras” que aíslan o, por lo menos, “apartan” los protagonistas de la realidad exterior durante las horas que están dentro del Gimnasio (Sánchez en Medina y Sánchez, 2003: 55). Se confirma que el Gimnasio como microcultura consiste en un “producto cultural”, reflejo de la sociedad y de una cultura deportiva, particularmente de una cultura gimnástica de “fuerte tradición y poder de penetración social” (McPherson, Curtis y Loy, 1989).

---

<sup>195</sup> En la opinión de Mario “no hace falta presionar a los gimnastas, ellos deben entrenar tranquilos y de forma normal, como lo hacen todos los días, pues así podrán competir bien.”

<sup>196</sup> Informar que la realidad manifestada por Julián es, en su opinión, uno de los fallos que debería modificarse respecto a la dinámica de funcionamiento del Gimnasio.