

CAMINO DEL ÉXITO (SOLIDARIO)

La marcha Trailwalker de Intermón Oxfam reúne a 270 equipos inscritos

La tercera edición de la marcha recorrerá los 100 km de la vía verde entre Olot y Sant Feliu de Guíxols | El dinero recaudado se destinará a dar suministro de agua en comunidades del Sahel

Vida | 04/04/2013 - 00:52h | Actualizada a las 08:57h



Los participantes de las anteriores ediciones mostraron un gran entusiasmo Xavier Cervera

BÀRBARA JULBE
Girona Correspondiente

UN EQUIPO DE 'LA VANGUARDIA'

La Vanguardia participará por primera vez este año con [un equipo propio en el Intermón Oxfam Trailwalker](#). El equipo de corredores lo integran los periodistas Ignacio Orovió, Silvia Angulo, Xavi Ayén y Miquel Molina, y el de apoyo, el también redactor del diario Jaume V. Aroca e Imma Boj, directora del Museu d'Història de la Immigració de Catalunya.

Otra periodista de *La Vanguardia*, Rosa M. Bosch, con experiencia ya en la prueba, participa en el Trailwalker enrolada en el equipo Pioneros del Comercio Justo.

El objetivo del equipo de *La Vanguardia* es, más allá de intentar terminar la prueba de 100 kilómetros entre Olot y Sant Feliu de Guíxols, generar apoyos hacia la causa solidaria que sostiene la onegé organizadora.

El Intermón Oxfam Trailwalker tendrá un seguimiento detallado en [Lavanguardia.com](#), desde donde se podrá acceder a la página web del equipo y hacer efectivos los donativos para los proyectos solidarios que impulsa la organización.

La tercera edición del [Trailwalker de Intermón Oxfam](#), que el próximo día 20 recorrerá los cien kilómetros de vía verde entre Olot y Sant Feliu de Guíxols, cuenta con 270 equipos inscritos. Aunque no se han alcanzado los 295 del año pasado, los organizadores están satisfechos porque el ritmo de recaudación es similar que en el 2012 y ya se supera, de momento, los 340.000 euros.

La marcha, que tiene un desnivel de 2.114 metros, no consiste sólo en recorrer a pie el trayecto en un tiempo máximo de 32 horas. Se trata también de que previamente los equipos (formados por cuatro personas y dos miembros de apoyo) recauden un mínimo de 1.500 euros que se destinan a proyectos de cooperación y desarrollo de la onegé. En esta ocasión, está previsto dotar de puntos de suministro de agua a comunidades del Sahel.

"Confiamos en que los inscritos logren el mínimo para participar y que hagan un último esfuerzo para obtener los 770.000 euros conseguidos en la última edición", precisa Elena Rodríguez, de Intermón Oxfam. Este año, 99 grupos ya han superado los 1.500 euros, 150 han alcanzado los 1.000 euros mientras que el resto están por debajo de los 1.000 euros. A poco más de dos semanas del evento, en el que por primera vez participará un equipo de discapacitados con bicicletas adaptadas, sus responsables ultiman detalles. Entre otras actuaciones, preparan el avituallamiento de agua y fruta en los nueve puntos de control habilitados y forman a los más de 400 voluntarios que colaborarán en la ruta, que pasa por Les Preses, Anglès, Bescanó, Girona, Quart, Llagostera i Santa Cristina d'Aro.

Como novedad, los puntos de control ofrecerán información del Sahel. "Queremos sensibilizar y recordar a los participantes sobre la necesidad de que culminen su hito deportivo y solidario a fin de evitar que un gran número de familias de estos países subdesarrollados tengan que caminar muchos kilómetros para poder llegar a un centro de ayuda o un campo de refugiados para sobrevivir", dice Rodríguez.

la iniciativa | Marcha solidaria

CONTRA LA POBREZA Y LA INJUSTICIA

Trailwalker es el mayor desafío deportivo por equipos para luchar contra la pobreza. 210 equipos inscritos en la primera edición y 295 en la segunda avalan la gran acogida que la unión de deporte y solidaridad tiene en nuestro país. El reto consiste en que equipos de cuatro personas recorran a pie 100 kilómetros. ¿El objetivo? Luchar contra la pobreza y la injusticia en el mundo.

La provincia de Girona albergará la Intermón Oxfam Trailwalker

La organización de la prueba cerrará inscripciones el 30 de marzo o al alcanzar los 400 equipos

M J. M.
Área Monográficos

El próximo 20 de abril tendrá lugar la tercera edición en España de la Intermón Oxfam Trailwalker. El reto de la prueba consiste en que equipos de cuatro personas recorran juntas a pie 100 kilómetros en un tiempo máximo de 32 horas. La edición 2013 del Trailwalker repetirá el recorrido del 2012: la *vía verde*, una ruta senderista que discurrirá entre Olot, Girona y Sant Feliu de Guíxols. El objetivo de esta marcha es luchar contra la pobreza y la injusticia en el mundo. La primera y segunda ediciones de la Intermón Oxfam Trailwalker han conseguido, respectivamente, 473.000 y 770.000 euros de recaudación. 200 equipos se inscribieron en la primera edición y 295 en la segunda. Para la tercera ya hay más de 180 inscritos, y se espera superar la participación del año 2012 y estar en disposición de acoger hasta 400. Las inscripciones permanecerán abiertas hasta el 30 de marzo de 2013.

La Intermón Oxfam Trailwalker no es una carrera de relevos, sino que los cuatro miembros del equipo deben empezar y terminar juntos en un claro ejemplo de solidaridad y trabajo en común. Dos personas con vehículo completan el equipo de apoyo que les ayudará a completar la marcha. Además del reto deportivo, la prueba implica también un desafío solidario. Cada equipo participante se compromete a recaudar antes del evento un mínimo de 1.500 euros para apoyar los proyectos de Intermón Oxfam en África, Asia y América Latina en cuatro vías principales de actuación: cooperación al desarrollo, acción humanitaria, incidencia política y comercio justo.

SITUACIÓN LÍMITE

A dos meses del evento, ya se han inscrito 180 equipos y recaudado más de 130.000 euros que Intermón Oxfam destinará a proyectos de desarrollo como los del Sahel. La población en los países del Sahel (África occidental, al sur del Sáhara), vive azotada por una grave crisis alimentaria, que ha afectado desde finales del 2011 a más de 18 millones de personas, entre ellas más de un millón de niños y niñas que podrían padecer desnutrición grave.

En la actualidad, el Trailwalker se celebra regularmente en Hong Kong, Canadá, Gran Bretaña, Japón, Nueva Zelanda, Australia, Bélgica, Alemania, Irlanda, Fran-



Participantes en una edición anterior de la marcha solidaria Intermón Oxfam Trailwalker.

la situación en el Sahel

18 millones de personas están en riesgo de sufrir crisis alimentaria

En los países que integran la región del Sahel (África oriental y central), por ejemplo, más de 18 millones de personas están en riesgo de sufrir una crisis alimentaria muy severa, entre ellas, más de un millón de niños y niñas que podrían padecer desnutrición grave. Las mujeres deben mantener a la familia cuando el marido se marcha lejos para buscar trabajo. Y cuando en casa ya no queda nada que comer, se cargan sus hijos a cuestas y caminan kilómetros y kilómetros, malnutridas y agotadas, hasta alcanzar un centro de ayuda o un campo de refugiados que les permita sobrevivir. Si se recrudece la emergencia se necesitarán 2,5 millones de euros para transportar durante cinco meses en camiones el agua que salve la vida de 80.000 personas. Pero preparar fuentes de agua en la misma zona costaría 721.000 euros, menos de lo recaudado en la última edición del Trailwalker.

cia y la India. Miles de personas de todo el mundo participan cada año. El récord del Trailwalker lo tiene Oxfam Japón, con más de mil equipos participantes en las últimas ediciones y Oxfam Australia, con un crono de 9 horas 46 minutos.

EMBAJADORES DE LUJO

El Trailwalker cuenta con embajadores de lujo en la edición de 2013: los medallistas olímpicos Andrea Fuentes, Joel González y María Vasco. Además, tiene el apoyo de la Diputación de Girona, el Patronat de Turisme Pirineu Costa Brava, el Consorci Vies Verdes de Girona, la Generalitat de Catalunya, la Federació Excursionista de Catalunya (FEEC) y los ayuntamientos de Olot, Les Preses, Sant Esteve d'en Bas, Sant Feliu de Pallerols, Les Planes d'Hostoles, Amer, Anglès, Bescanó, Girona, Quart, Cassà, Llagostera, Santa Cristina d'Aro y Sant Feliu de Guíxols.

El papel de las empresas sigue creciendo a medida que se va perfilando lo que será la tercera edición del Intermón Oxfam Trailwalker. En las dos primeras ediciones de la marcha solidaria más de 400 empresas se involucraron en la iniciativa de una u otra forma; de los 487 equipos participantes, 125, es decir, más del 25%, eran equipos de empresa; otras firmas aportaron donativos a sus trabajadores que disputaron la prueba. La carrera es una potente herramienta de recursos humanos y responsabilidad social corporativa que permite mejorar la imagen interna y externa de la empresa, ayuda a cohesionar a los empleados entre sí y su vinculación a la empresa y fortalece los lazos de la compañía con la sociedad.

COLABORACIONES

En la presente edición, empresas como DKV, Cuatrecasas, Gonçalves Pereira, Hi-pra, Fundació La Caixa, DHL, Hewlett Packard, W. L. Gore & Asociados ya han presentado sus respectivos equipos, hasta un total de 60 hasta el momento, pero las colaboraciones con el Intermón Oxfam Trailwalker no acaban aquí; por ejemplo, los patrocinadores principales llevan a cabo diversas acciones: DKV ha convocado en Facebook un concurso de vídeos para conseguir la donación que da derecho a participar en la marcha; Cinesa difunde el espot del Trailwalker en más de 500 salas de España; Sant Aniol aportará 20 palés de agua para su distribución durante el evento; y Cuatrecasas, Gonçalves Pereira ayudará a conseguir los 1.500 euros a los ocho equipos que ha inscrito, igual que en 2012, cuando recaudaron, en total, 34.000 euros. Destaca igualmente la iniciativa de Hi-Tec, cuya intención es formar su propio equipo y patrocinarlo mediante votaciones en su página de Facebook, o la de Sport Cultura Barcelona difundiendo el Trailwalker.

De su experiencia personal con el Trailwalker, Jaume Bonet, socio de Cuatrecasas, Gonçalves Pereira, explica que "los meses previos a la marcha se consiguió crear fuertes vínculos entre los miembros de los equipos, se implicó al personal con la causa de Intermón Oxfam y se mejoró la relación entre las oficinas representadas en los equipos. El Trailwalker es una herramienta que ayuda a impulsar retos empresariales, a proyectar el espíritu solidario de nuestros profesionales y, sobre todo, a cohesionar los diferentes equipos profesionales y oficinas de la firma".

A FONS

Professor del grau en ciències de l'esport de la FPCEE Blanquerna - Universitat Ramon Llull (sixtoan@blanquerna.url.edu)

Sixte Abadia i Naudí



Esport i solidaritat

“Pareu el món que en bai-xo”, deia Groucho Marx. Possiblement aquest mateix pensament és el que tenim molts catalans i catalanes, ara que ens trobem tot just a l'inici d'un nou any farcit de neixuts i incerteses. I és que aquest període de crisi quasi mundial i global de ben segur que serà estudiat pels nostres besnéts. Lluny de restar-ne al marge, l'esport pateix i amplifica les causes d'aquesta negativa conjuntura actual, condicionant la realitat de tota mena d'organitzacions i tipologies d'esport. Ara bé, aquesta crisi també ha evidenciat alguns comportaments ciutadans que no han de ser menystinguts. Em refereixo a l'exercici de responsabilitat que, cada cop més, caracteritza la ciutadania en els darrers temps. Iniciatives com *El gran recapte* o *La marató* de TV3 en són bons exemples, permeten afirmar allò de “Catalunya es mobilitza”, un cop més.

Des de l'esport, aquesta crisi també pot contemplar-se com una oportunitat de ser més solidaris i no tan sols –o especialment– per Nadal. En aquest sentit, m'agradaria destacar un exemple del binomi esport-solidaritat: la Intermón Oxfam Trailwalker, que enguany celebrarà la seva tercera edició a casa nostra. Aquesta cursa, que combina el repte esportiu –recórrer 100 quilòmetres en menys de 32 hores en equips de quatre integrants– i la solidaritat –cada equip es compromet a recaptar com a mínim 1.500 euros– recull i conjumina la passió per l'esport i l'exercici del bé comú.

Des de la perspectiva de l'anàlisi del lleure, propostes d'aquesta mena esdevenen un exemple de lleure autòtic, és a dir d'una pràctica esportiva que com a activitat de lleure es realitza pel mer plaer de participar-hi i que aporta una sensació gratificant. A diferència d'altres propostes esportives, orientades clarament a la *performance* o de caire més preventiu, les curses solidàries i en especial l'organitzada per Intermón Oxfam integren de manera prou equilibrada les cinc dimensions que configuren el lleure autòtic –lúdica, ambiental i ecològica, creativa, festiva i solidària–, totes àmpliament estudiades a l'Estat espanyol per l'Instituto de Estudios de Ocio.

D'una banda, les dimensions lúdica i l'ambiental i ecològica, actualment a l'alça per la creixent necessitat d'una pràctica esportiva que generi plaer, eva-

**Una imatge** de la Intermón Oxfam Trailwalker de l'edició de l'any passat ■ EL 9

sió i desrutinització, i que sovint té com a teló de fons la natura. I és que darrerament el medi natural està experimentant una clara revalorització com a escenari de nombroses pràctiques esportives, com si el gaudi que es desprèn de l'esport s'amplifiqués en la mesura que té com a escenari l'entorn natural. De l'altra, la dimensió creativa, que ens vincula a l'esport com a font d'aprenentatge, com a desenvolupament personal i a una vivència de l'activitat més raonada i seriosa.

I especial atenció es mereixen

La Intermón Oxfam Trailwalker conjumina la passió per l'esport i l'exercici del bé comú

les dimensions festiva i solidària, força definitòries de l'èxit de la Trailwalker. Aquesta cursa, com la resta de les que se celebren arreu del territori català, i que són un clar exponent del *boom* de l'atletisme popular, tenen sentit en tant que celebració extraordinària i compartida de l'activitat amb la resta de participants. L'esport espectacle és un clar exponent d'aquest fet, així com qualsevol esdeveniment esportiu que aplegui un nombre considerable de participants.

Sense aquesta dimensió festiva, difícilment comprendríem a algú del nostre entorn proper quan ens diu allò de “jo vaig ser-hi”, en clara al·lusió a una final viscuda com a una autèntica festa donant suport al seu equip. En l'esport popular aquesta dimensió festiva també és molt present, només cal copsar l'ambient a la sortida o l'arribada de qualsevol de les nombroses curses dels Nossos celebrades fa pocs dies arreu. I en certa mesura, aquesta dimensió festiva, ben gestionada per part de l'equip organitzador de l'esdeveniment, és bàsica per assegurar-ne l'èxit de participació. En l'àmbit urbà, curses com la d'*El Corte Inglés* s'hi sustenen clarament, ja que les aglomeracions i l'ambient festiu sovint dificulen el fet de mantenir un determinat ritme de cursa.

En propostes com la Trailwalker aquesta celebració compartida s'amplifica en el sentit preparatori de la cursa. De la mateixa manera que quan decidim anar de viatge i comencem a preparar-lo, el fet que a hores d'ara ja hi hagi més d'un centenar d'equips inscrits en aquesta cursa –que se celebrarà el 20 d'abril– intentant recaptar la quantia mínima per participar-hi, els situa en ple repte i en plena vivència festiva de la cursa. Alhora, el seu caràcter responsable i compromès –dimensió solidà-

ria– també en magnifica la dimensió festiva, que en aquest esdeveniment permet participar i fer partícip l'entorn proper per mitjà del micromecenatge. La popularitat d'aquest nou mitjà de finançament de masses és el que ha permès l'aparició d'iniciatives com Deportistas Solidarios en Red i de xarxes socials com goteo.org i migranodearena.org, que permeten la captació i donació de fons per a tota mena de projectes solidaris.

I és que en els temps que corren sembla que tenim una major necessitat d'ajudar desinteres-

Tenim oportunitats en el món de l'esport per contribuir a unes societats més justes

sadament l'altri, d'empatitzar davant problemàtiques que ara veiem més properes que no pas un temps enrere, i l'esport és un bon vehicle per fer-ho. Tot just encetant aquest 2013, cal esperar que la solidaritat en l'esport, tan característica del període nadalenc, s'estengui tot l'any i serveixi no tan sols per a la tranquil·litat de la nostra consciència, sinó com una manera d'interpretar l'esport. No es tracta només de consumir productes i serveis esportius en un escenari

de creixent mercantilització, sinó de valorar la possibilitat d'unir, en un mateix escenari re-creatiu, l'esforç, l'aprenentatge i el gaudiment personal amb el compromís social. Només per citar-ne dos exemples, el 3 de febrer se celebrarà la tradicional mitja marató de Granollers que permet als corredors inscrits la possibilitat de córrer dient un mocador solidari i el distintiu CORREX2 en suport amb el Laboratori d'Investigació del Càncer Infantil de l'Hospital Sant Joan de Déu, i pocs dies més tard –el 10 de febrer– es farà a Sabadell la cursa Corro contra el Càncer, una iniciativa personal de Lluís Domingo i que compta amb el suport de l'Associació Espanyola contra el Càncer (AECC).

Potser la crisi no l'hem creada nosaltres, possiblement tampoc de nosaltres depengui la seva fi, però sí que tenim oportunitats en el món de l'esport per contribuir a unes societats més justes i igualitàries. Ara fa uns dies, en resposta a una piulada de la periodista Ana Pastor en la qual de manava quin havia sigut el millor record del 2012, un tuitaire responia “la capacitat solidària de la gent en moment difícils”. Possiblement doncs, sí que podem interpretar aquesta crisi en clau d'oportunitat. I tu, com penses ser solidari aquest 2013? ■

EVENTOS

Jelemme by Blanca Manchón

La sevillana lucha por el windurf olímpico

Blanca Manchón iniciará la próxima semana la regata más importante de su vida. La sevillana, cinco veces campeona del mundo, forma parte de la élite del windsurf escogida para defender ante la ISAF la permanencia de la disciplina RS:X en los Juegos Olímpicos. La cita es en Dublín y es consecuencia de un error inaudito de la Federación



Española que votó en contra del windsurf. **Manchón** ha vuelto a entrenar tras recuperarse de su lesión y cuenta con multitud de apoyos, al margen de su sponsor, **Nike. Jelemme by Mark Ríos** ve en ella a la mujer ideal para unos bolsos únicos • **Fotos: Juan Carlos Morant**



Judith Mascó, madrina del Oxigen

La modelo catalana acudió a la tradicional cita otoñal con Estrella Pujol, directora del centro de belleza Oxigen, con el restaurante La Farga como punto de encuentro. Además de Mascó, Rosa Alucha, pareja de Santi Millán, las actrices Agnès Busquets y Mireia Portas y el perfumista Jimmy Boyd.



Las mejores palas contra grandes toreros

Las Matillas, en Arroyomolinos (Madrid), acogió un ProAm con ocho de las mejores raquetas de pádel femeninas vs ocho figuras del toreo: El Fundi, Oscar Higares, Miguel Abellán, Eugenio de Mora, Pedro V. Roldán, Matías Tejela, Cesar Jiménez e Iván García Todo para apoyar el pádel femenino.

Embajadores de la Trailwalker'2013

El taekwondista Joel González, la marchadora María Vasco y Andrea Fuentes, de natación sincronizada, son los tres embajadores olímpicos de la Intermón Oxfam Trailwalker que se celebrará el 20 de abril de 2013 y en la que los equipos de 4 personas tendrán que recorrer 100 km. contra la pobreza.



Calderón apoya a SOS

La firma Follie Follie presentará una colección solidaria para apoyar a la Fundación SOS de ayuda a la infancia y el jugador de la NBA Juan Carlos Calderón cede su imagen para esta causa.



Veritas abre un centro de 350 m2

Veritas, la cadena de alimentación ecológica, ha celebrado su 10 aniversario con la apertura de su establecimiento más emblemático en la calle Córcega, 302 de Barcelona, 350 m2 y una inversión de 500.000 euros. Silvio Elias, director general, estaba entusiasmado.



El ciclocròs torna a Girona ■ EL 9

Ciclisme. La primera prova de la copa catalana de ciclocròs, dissabte, i la segona Road Book dels Bandolers, l'1 de novembre

Dues proves ciclistes per les Fires de Girona

B.S.
GIRONA

Girona tornarà a ser escenari, demà passat, d'una prova de ciclocròs, la primera de les deu puntuables per a la copa catalana. El circuit, de 3 km, estarà ubicat a les ribes del Ter, darrere el Pavelló de Fontajau, i es disputaran curses per a totes les categories, des de dos quarts de

deu del matí (avui a la nit es tanca el període de preinscripció). També Fontajau serà el punt de sortida de la segona edició de la Road Book dels Bandolers, l'1 de novembre, amb un recorregut de 32 quilòmetres i que, en lloc d'estar marcat, s'ha de seguir un llibre de ruta que s'entrega a la sortida. Pot ser individual o per equips de fins a quatre persones. ■

Taller pràctic de comunicació

La representació territorial de la Generalitat a Girona i la Diputació oferiran un taller pràctic de comunicació i protocol en l'esport, el 10 de novembre al Parc Tec-

nòtic de la Universitat de Girona. El curs, d'un dia, va dirigit a alcaldes, regidors, presidents d'entitats esportives i organitzadors de proves esportives.

Atletisme. Serà el 24 de febrer, entre Girona i Sant Feliu, i també tindrà la distància de mitja marató

Les vies verdes tindran marató

B.S.
GIRONA

La demarcació de Girona tindrà l'any que ve una altra cursa de la distància reina de l'atletisme, la marató, amb la primera edició de la marató de les vies verdes, el 24 de febrer. La prova s'afegirà a la d'Empúries i a les que es fan en format *trail* de muntanya, com ara la de les Guilleries, l'Ardenya, la Rosanes-Cap de Creus o la Puigscalm Extrem –es va disputar diumenge passat a la Vall d'en Bas, amb victòria per Jordi Serra (CE Saltenc)–; a banda d'altres proves d'ultra resistència més llargues, o la que es fa al centre de Girona en benefici de *La marató de TV3*. La cursa transcorrerà pel tram de la Ruta del Carrilet, que va de Girona fins a Sant Feliu de Guíxols, que complirà els 42.195 metres reglamentaris, i ofereix també la distància de mitja marató amb la sortida des de Llagostera per recórrer els últims 21 quilòmetres de la Ruta del Carrilet que té el seu punt de sortida a Olot. L'organització de la prova anirà a càrrec de l'empresa Diversport Gestió Esportiva, especialista en organització de curses i activitats esportives, i les inscripcions es podran fer a partir de la setmana que ve des del seu lloc web (el període s'obrirà l'1 de novembre). ■



Atletes en el carrilet, en la Trailwalker ■ EL 9

Presentació de la Trailwalker

El 20 d'abril, la tercera edició de la marxa Intermón Oxfam Trailwalker a l'Estat es tornarà a fer a les vies verdes, en un recorregut de 100 quilòmetres i en equips formats per 4 persones. L'objectiu de la marxa és lluitar contra la pobresa, i cada equip es compromet a aconseguir donatius per donar suport als centenars de projectes que té l'ONG. L'edició del

2013 es presenta aquest matí al Museu Olímpic i de l'Esport de Barcelona i comptarà amb la presència dels medallistes olímpics i ambaixadors de la prova: Andrea Fuentes, Joel González i Maria Vasco; a més de Juli Pernas, director de la Fundació Barcelona Olímpica, i Francesc Mateu, director general d'Intermón Oxfam a Catalunya.

BREUS

Salicrú (Girona), en la llista del mundial. La portera del Girona de l'OK Lliga femenina d'hoquei patins Laia Salicrú ha estat convocada per disputar el mundial femení que es jugarà al Brasil del 10 al 17 de novembre. En la preselecció de 15 jugadores hi havia les seves companyes d'equip Esther Nadal i Laia Castro, que han quedat fora. La llista la completen les catalanes: Ortega i Tarrida (Reus), Casaramona (Voltregà), Díez (Biesca Gijón), Soler (Igualada), Font (Manlleu) i Puigdueta (Palau de Plegamans), i les asturianes Lee (Voltregà) i González (Biesca Gijón). ■ A.C.

Victòria de Cristian Vásquez i Judit Vergés. Cristian Vásquez i Judit Vergés van guanyar la 55a Travessia de Sant Martírià, que es va dur a terme en la jornada de l'esportista del Club Natació Banyoles, per la festa major. La prova, que consistia a travessar l'Estany per la part ampla (450 metres) va tenir 130 participants. Vásquez, encara en edat júnior, va aconseguir la victòria per tercer any consecutiu.

COMPRO OR I PLATA
FINS A 32 € GRAM
OroCat
Truqui gratis
900 282 292
www.orocat.com
20 botigues al seu servei

Segueix-nos

[f](https://www.facebook.com/elreidelarajola)

El Rei de la Rajola

Retallalem les preus

CROSS 57x57 9,95 €/m²

ALPI CAOBA 45x45 7,50 €/m²

VALENCIA Beige Marro 60x60 9,95 €/m²

Nova botiga N-II Km 680 PALAFOLLS entre Tordera i Malgrat

C. N-II Km 726. Medinyà - C. de la Canya 159. Olot. - 20 Rue d'en Cavailles. Le Boulou

Tel. 902 909 500



Miquel
Molina

Rapsodia de aventuras

El concepto de aventura está íntimamente asociado al Everest gracias al empeño de la Royal Geographic Society, que perseveró en su intento de situar un cuerpo humano en su cima hasta que, en 1953, Tenzing y Hillary culminaron los esfuerzos que hasta entonces habían sembrado de cadáveres las paredes de tan singular montaña. Han pasado muchas cosas desde entonces, pero aún hoy son conceptos indisolubles. Si en la primera mitad del siglo XX el reto de escalar el techo del mundo lo asumía la humanidad entera, ahora se trata más bien de un sueño personal. Yo también puedo, y no sólo porque me sobra el dinero, sino porque poseo capacidad de liderazgo y una determinación a prueba de todo.

En fin, por 60.000 euros te suben.

La novedad en este terreno, según fuentes bien informadas, es que ahora ya no hace falta ni dormir en el campamento base para subir a la cima por el lado nepalí. Si eres obscuramente rico y no te importa que se sepa, alquilarás un helicóptero que te llevará cada noche de vuelta a Katmandú. Durante el día, te aclimatarás a 5.300 metros de altura rodeado de piedras, hielo, individuos mal aseados y desolación; cuando caiga el sol, te refugiarás en las sábanas de algodón egipcio de un hotel de cinco estrellas. Y cuando llegue la hora del ataque final, habrá cuatro sherpas trabajando para ti. Ni siquiera tendrás que recordar sus nombres para incluirlos en el comunicado de cima. Para qué, ¿no se llaman todos igual?

Pero eso también es aventura: todos somos muy libres de establecer un horizonte hacia el que dirigir nuestros pasos y de

Mil voluntarios se preparan para el reto de la Intermón Trailwalker; mientras tanto, en un lugar del Himalaya...

autoconvencernos de que la heroicidad la hace el camino.

Con mucha menos épica, pero con el mismo pánico al abismo, hay quien prepara estos días la Intermón Oxfam Trailwalker, la carrera/caminata solidaria de 100 kilómetros en 32 horas que se celebra el 20 y el 21 de abril entre Olot y Sant Feliu de Guíxols. Mientras las expediciones comerciales están subiendo al campo base del Everest a través del valle del Khumbú, con su meta puesta en un punto situado 8.848 metros, hay más de mil atletas de base que tratan de dar con el modelo de calcetín adecuado para que las temibles ampollas no les aparten de su objetivo, la costa del Baix Empordà, convertida en su Ítaca por un día.

¿Es en cambio el Everest el vellocino de oro del argonauta que compra su sueño con American Express?

No es ésta una historia de aventureros buenos y malos. Séguro que entre los turistas de lujo del Everest habrá quien se deje muchos dólares en causas solidarias. Son sólo dos maneras diferentes de comprarse una aventura. La de Intermón Oxfam recauda fondos para luchar contra la pobreza y la injusticia en el mundo. La del millonario texano que quiere jugar a los alpinistas tiene la virtud de hacer circular el dinero. En definitiva, ¿no habíamos quedado en que el consumo es hoy en día una forma de solidaridad?

Revista de Prensa: Índice

Medio	Fecha	Orden	Titular	Pág.
			26/03/2013	
1. @ QUÉ!	26/03/2013	INTERMON OXFAM	Intermón Oxfam organiza su tercera Trailwalker solidaria	2
2. ABC CATALUÑA	26/03/2013	INTERMON OXFAM	Intermón Oxfam organiza su tercera Trailwalker solidaria	3
			25/03/2013	
3. @ ABC	25/03/2013	INTERMON OXFAM	Intermón Oxfam organiza su tercera Trailwalker solidaria	4
4. @ ABC	25/03/2013	INTERMON OXFAM	Salida de la carrera Trailwalker de la edición del año pasado	5
5. EL 9 NOU VALLES ORIENTAL	25/03/2013	INTERMON OXFAM	Emocions del Trailwalker	6
			24/03/2013	
6. @ DIARIO PALENTINO	24/03/2013	INTERMON OXFAM	Solidaridad y deporte de la mano	7
7. @ NC EL NORTE DE CASTILLA	24/03/2013	INTERMON OXFAM	Zancadas contra la pobreza	8
			23/03/2013	
8. @ EL MUNDO DEPORTIVO	23/03/2013	INTERMON OXFAM	Andrea Fuentes, madrina de la Trailwalker Intermón Oxfam, ama la tierra	9
9. @ LA VANGUARDIA SPAIN	23/03/2013	INTERMON OXFAM	Cien kilómetros de solidaridad	10
10. @ WORDPRESS.COM	23/03/2013	INTERMON OXFAM	Retos deportivos personales para este 2013	11
11. @ WORDPRESS.COM	23/03/2013	INTERMON OXFAM	Retos deportivos 2013	13
12. LA VANGUARDIA	23/03/2013	INTERMON OXFAM	Cien kilómetros de solidaridad	15
13. LA VANGUARDIA	23/03/2013	INTERMON OXFAM	Deporte y solidaridad	16
14. MUNDO DEPORTIVO	23/03/2013	INTERMON OXFAM	Andrea Fuentes ama la Tierra	17
			22/03/2013	
15. DIARI DE TARRAGONA	22/03/2013	INTERMON OXFAM	Juicio por seis despidos en el Registro de la Propiedad	20
			21/03/2013	
16. @ LA VOZ DE CÁDIZ DIGITAL	21/03/2013	INTERMON OXFAM	DKV Seguros Cádiz y su brillante apuesta por el deporte solidario	21
17. @ QUÉ!	21/03/2013	INTERMON OXFAM	DKV Seguros Cádiz y su brillante apuesta por el deporte solidario	22
18. LA VOZ DE CADIZ	21/03/2013	INTERMON OXFAM	DKV Seguros Cádiz y su brillante apuesta por el deporte solidario	23
			20/03/2013	
19. @ BLOGGER	20/03/2013	INTERMON OXFAM	A un mes para la Trailwalker	24
20. @ DEIA	20/03/2013	INTERMON OXFAM	Arranca el 6º Congreso de Marketing y Patrocinio	25

Intermón Oxfam organiza su tercera Trailwalker solidaria

<http://www.que.es/ultimas-noticias/espagna/201303260209-intermon-oxfam-organiza-tercera-trailwalker-abc.html>

El 20 de abril se celebra por tercera vez el Intermón Oxfam Trailwalker, un desafío deportivo consistente en recorrer cien kilómetros de camino rural en un máximo de 32 horas. El recorrido en esta ocasión seguirá por segunda vez la popular ruta de la «vía verde» en la provincia de Gerona, con salida en Olot y con final en Sant Feliu de Guíxols. El objetivo de esta competición es solidario, pues cad...

Leer noticia completa en ABC.es

SERÁ EL 20 DE ABRIL

Intermón Oxfam organiza su tercera Trailwalker solidaria

ABC
BARCELONA

El 20 de abril se celebra por tercera vez el Intermón Oxfam Trailwalker, un desafío deportivo consistente en recorrer cien kilómetros de camino rural en un máximo de 32 horas. El recorrido en esta ocasión seguirá por segunda vez la popular ruta de la «vía verde» en la provincia de Gerona, con salida en Olot y con final en Sant Feliu de Guíxols.

El objetivo de esta competición es solidario, pues cada uno de los equipos que participan se compromete a recaudar antes del evento un mínimo de 1.500 euros para apoyar los proyectos que la ONG desarrolla en África, Asia y América Latina. En la primera y segunda edición, Trailwalker recaudó 468.000 y 770.000 euros, respectivamente.

Intermón Oxfam organiza su tercera Trailwalker solidaria

<http://www.abc.es/local-cataluna/20130325/abci-intermon-oxfam-organiza-tercera-201303252004.html>

El 20 de abril se celebra por tercera vez el Intermón Oxfam Trailwalker, un desafío deportivo consistente en recorrer cien kilómetros de camino rural en un máximo de 32 horas. El recorrido en esta ocasión seguirá por segunda vez la popular ruta de la «vía verde» en la provincia de Gerona, con salida en Olot y con final en Sant Feliu de Guíxols.

El objetivo de esta competición es solidario, pues cada uno de los equipos que participan se compromete a recaudar antes del evento un mínimo de 1.500 euros para apoyar los proyectos que la ONG desarrolla en África, Asia y América Latina en cuatro vía principales de actuación: cooperación al desarrollo, acción humanitaria, incidencia política y comercio justo. En la primera y segunda edición, Trailwalker recaudó 468.000 y 770.000 euros, respectivamente. En la última edición la media de recaudación fue de 2.204 euros por equipo. Se presentaron un total de 295 equipos.

No se trata de una carrera de relevos, sino que los cuatro miembros del equipo deben empezar y terminar juntos en un ejemplo claro de solidaridad y trabajo en común. Dos personas con vehículo completan el equipo de apoyo que les ayudará durante la marcha.

Salida de la carrera Trailwalker de la edición del año pasado

<http://www.abc.es/fotos-cataluna/20130325/salida-carrera-trailwalker-edicion-15158310847.html>

NOTICIA RELACIONADA

Intermón Oxfam organiza su tercera Trailwalker solidaria



O.J.D.: 4099
E.G.M.: No hay datos
Tarifa: 778 €
Área: 350 cm² - 40%



Alguns dels fotògrafs de l'associació de Granollers que han participat a l'exposició

GRISELDA ESCRIGAS

Emocions del Trailwalker

Una exposició de l'Associació Fotogràfica Jaume Oller es presenta a Granollers

Granollers

EL 9 NOU

Un total de 28 fotografies formen l'exposició “Traiwalker: quilòmetres d'emocions”, que es pot veure aquests dies a l'Espai Gralla de Granollers, i que anteriorment es va presentar al Museu Olímpic de Barcelona. Els autors són una quinzena de membres de l'Associació Fotogràfica Jaume Oller, a partir d'una proposta de Cecili Gil, que fa dos anys que corre amb l'equip Book

Runners.

El Trailwalker, un exercici d'entrenament militar a Hong Kong, es va convertir el 1981 en un esdeveniment Oxfam per recaptar donatius. Actualment és un dels principals desafiaments esportius del món, amb 16 esdeveniments a 11 països. Consisteix a recórrer a peu 100 quilòmetres en un màxim de 32 hores amb equips de quatre persones. L'objectiu és completar els 100 quilòmetres en equip, però sobretot és lluitar contra

la pobresa i la injustícia en el món. Per això els equips es comprometen a aconseguir donatius, que Intermón Oxfam destina a més de 400 projectes de cooperació, acció humanitària, comerç just i sensibilització, en 40 països.

Els fotògrafs van assumir el repte que representa cobrir una prova tan llarga i amb tants equips amb un únic objectiu: captar l'essència del Traiwalker. Més enllà de la tècnica o la qualitat de les fotografies, el que van buscar

tots els fotògrafs participants va ser plasmar en imatges l'esforç, les emocions i la solidaritat dels participants. El resultat, després de fer més de 100 quilòmetres de recorregut van ser més de 3.000 fotografies.

L'exposició, que es pot visitar fins al 27 d'abril, es presenta fent un recorregut des del principi de la prova fins al final. Totes les imatges són en color i cadascuna d'elles va acompanyada d'un comentari fet per Intermón Oxfam.

Solidaridad y deporte de la mano

<http://www.diariopalentino.es/noticia/ZFA78347C-EA8A-178D-B2E22CBBE6FA2765/20130324/solidaridad/deporte/mano>

Se trataba de la III Trotada Solidaria del Canal, donde un grupo de palentinos organizaba una prueba en la que lo de menos era el puesto y lo de más el compartir la mañana haciendo ejercicio y ayudando. Por ello los inscritos pagaban cinco euros por el dorsal, que íntegramente irán a parar a uno de los proyectos contra el hambre que lleva a cabo en el sur del Sáhara la organización Intermón-Oxfam.

TRES GRUPOS. Los participantes podían correr una de las tres distancias propuestas por los organizadores, para que así no hubiera ningún freno ni por edad, ni por preparación física.

La más asequible era la de los 3.500 metros (una vuelta a la dársena); una segunda salida, para atletas más intrépidos (como señalaban en su información los convocantes) era la del grupo de los 7 kilómetros (dos vueltas a un mismo recorrido); y un tercer grupo optó por los 15,5 km., una distancia ya seria, ida hasta Villamuriel de Cerrato y regreso a la capital palentina.

TRAILWALKER. El motivo de esta trotada es la campaña solidaria llamada Trailwalker Intermón-Oxfam, que consiste en una prueba de 100 km. en grupos de cuatro (dos serán palentinos este año) como bonita excusa para recaudar fondos para los desfavorecidos en África.

Para participar en esa cita los equipos deben aportar 1.500 euros de inscripción (todos para el fin benéfico) y, para conseguirlos e incluso aportar más dinero, los palentinos, encabezados por Víctor Rodríguez (el impulsor de estas iniciativas desde hace un par de años), ponen en marcha diversas actividades, entre ellas las trotadas como la de ayer. Este año los equipos palentinos han recaudado buenas sumas: el llamado Un paso más lleva 1.900 y el A cien por agua, 2.111. Más datos y forma de ayudar, en la web de esta trotada: iiitrotadasolidariadelcanal.blogspot.com.es.

Zancadas contra la pobreza

<http://www.elnortedecastilla.es/20130324/deportes/otros/zancadas-contra-pobreza-201303241521.html>

Más de cuatrocientas personas participan en la III Trotada Solidaria del Canal La recaudación de la carrera destinada para la ONG Intermon-Oxfam permite a tres palentinos participar en el desafío solidario del 20 de abril La III Trotada Solidaria del Canal se ha convertido en una de las citas más respaldadas por los atletas populares de Palencia. La prueba marcada con un claro sentido solidario albergó ayer en las inmediaciones del Canal de Castilla a su paso por la capital palentina a más de cuatrocientos deportistas ávidos de dar zancadas contra la pobreza. Los palentinos respondieron con creces a la llamada de tres palentinos: Víctor Rodríguez, José Reque y Elena Junco, quienes participarán en el Intermon-Oxfam Trailwalker el próximo sábado 20 de abril en Girona.

La prueba internacional es el desafío por equipos más grande del mundo para luchar contra la pobreza y en esta edición los tres palentinos participarán para colaborar con esta causa solidaria. El desafío para ellos es doble: recorrer 100 kilómetros en 32 horas en equipos de cuatro personas y conseguir donativos para mejorar las condiciones de vida de miles de personas que aún viven en la pobreza. En principio, la ONG ha fijado los donativos para participar en 1.500 euros, una cifra que ayer quedó de sobra superada, ya que cada corredor tenía que aportar un donativo mínimo de 5 euros. «Estamos muy satisfechos con el respaldo. No esperábamos más de trescientas personas», comentó Víctor Rodríguez. De hecho, la organización se quedó sin dorsales y sin bebidas isotónicas para los participantes por lo que tuvo que conseguir más a marchas forzadas.

Los palentinos se solidarizaron con la causa en tres pruebas diferentes. La mayoría de los atletas participaron en la modalidad de 15,5 kilómetros en la que los deportistas corrieron hasta Villamuriel de Cerrato. También mayoritaria fue la de siete kilómetros. Sin embargo, la más colorida fue la modalidad más popular y apta para todos los públicos. Los más jóvenes, familias enteras y grupos de amigos se animaron a recorrer los 3,5 kilómetros más solidarios del año. Una muestra que se extenderá el próximo 20 de abril con la representación de Víctor, José y Elena en la Costa Brava.

Andrea Fuentes, madrina de la Trailwalker Intermón Oxfam, ama la tierra

http://www.mundodeportivo.com/20130323/ocio/andrea-fuentes-madrina-trailwalker-intermon_54369508481.html

Es una de las abanderadas de la marcha solidaria de 100 kms. por equipos

Cien kilómetros de solidaridad

<http://www.lavanguardia.com/vida/20130323/54370591601/cien-kilometros-de-solidaridad.html>

Hacer deporte sí, pero también luchar contra la pobreza y la injusticia. Con este doble objetivo calientan motores los participantes de la tercera edición de la Trailwalker de Intermón Oxfam, una marcha internacional que por segundo año consecutivo discurre por los 100 kilómetros de vía verde que separan Olot y Sant Feliu de Guíxols. Todo un desafío deportivo, con un desnivel acumulado de 2.114 metros, que las personas inscritas (agrupadas en equipos de cuatro corredores y dos miembros de apoyo) tendrán que realizar el 20 de abril en un máximo de 32 horas. Antes de iniciar la ruta, sin embargo, cada grupo ya habrá conseguido, tal como marca la norma, otro hito solidario: recaudar un mínimo de 1.500 euros para apoyar proyectos de cooperación al desarrollo de esta oenegé.

Un total de 245 personas se han inscrito este año, aunque los organizadores confían en llegar a las 300 de la pasada edición, porque hasta el 30 de marzo están abiertas las inscripciones (la travesía es el 20 de abril). El dinero recogido asciende, de momento, a 292.000 euros, además de los 93.000 euros en patrocinios.

Los participantes, en un 70% hombres y un 30% mujeres, suelen tener entre 20 y 60 años. Por primera vez habrá un grupo de discapacitados con bicicletas adaptadas. "Es una manera de dar ejemplo a las personas que sufren alguna discapacidad", apunta una de las integrantes, Elena Jacinto, de 27 años.

Los equipos de empresas proliferan cada vez más. En el 2011 hubo 30, en el 2012 fueron 60 y este año, 70. "Los empresarios ven que se genera buen clima en el trabajo", subraya Elena Rodríguez, responsable de eventos deportivos de Intermón Oxfam.

En la anterior Trailwalker se recaudaron 770.000 euros, una cifra récord que los organizadores creen que difícilmente se superará a causa de la crisis. "Los equipos piensan que cada vez es más complicado conseguir el dinero, aunque sólo representan 250 euros por participante, que se ingresan a través de actos solidarios, la venta de camisetas... El año pasado se superó la media de recaudación: 2.250 euros por equipo", afirma Rodríguez.

El dinero se destinará, entre otros proyectos, a dotar de un punto de instalación de agua comunidades del Sahel, en África occidental. "Un gran número de familias deben caminar muchos kilómetros para llegar a un centro de ayuda para sobrevivir", lamenta Rodríguez.

La Trailwalker, que también tiene lugar en otros países (en España es la tercera edición), supone para los municipios por donde pasa, en este caso Girona, Quart o Llagostera, un revulsivo turístico. El presidente del patronat de turisme Costa Brava, Joan Giraut, destaca que "mejora la marca Vies Verdes y la solidaridad le da un valor añadido". En la ruta no hay vencedores ni vencidos y a los que cruzan la meta se les entrega una medalla de madera elaborada en una cooperativa de comercio justo.

Retos deportivos personales para este 2013

<http://www.jordiperez.info/2013/03/retos-deportivos-personales-para-este-2013/>

Este es un post de los que puede que a nadie le importe, pero que para mi supone un compromiso de mejora personal en lo que a salud se refiere.

Como supongo nos pasa a muchos, la vida sedentaria y la forma física va en diminuendo . Y como soy un poco cazarro, sin retos no me siendo lo suficiente motivado como para marcarme planes de entrenamiento a cumplir. Así que, como ya empecé a hacer el año pasado, me he agendado una serie de carreras para este 2013 que me obligarán a exigirme un poquito más.

Primer reto: Marxa de les Ermites, Lloret de Mar.

31 de Marzo. Una marcha popular organizada por una entidad local, consistente en recorrer una ruta tradicional que une todas las ermitas de Lloret de Mar. Son 18 kilómetros que permite ver desde otra perspectiva parajes de Lloret: Ermitas de Sant Quirze, Les Alegries, Sant Pere del Bosc, i Santa Cristina, sin dejar capella de la Mare de Déu de Gràcia y la Creu de Terme. Toda la info aquí

Mi reto está en hacerla 50% corriendo 50% andando.

Segundo reto: la Trailwalker de Intermon Oxfam

20 de Abril. Como ya os expliqué en este post , se trata de una carrera no competitiva en equipos, consistente en recorrer los 100 kms que separan Olot de Sant Feliu de Guixols. Esto en lo que se refiere a reto deportivo, porque el auténtico reto está en recaudar los 1.500 - que todos los más de 200 equipos

Dado el perfil del trazado, y mi experiencia con la Matagalls-Montserrat 2012 (85Kms), creo que el equipo WackyWalkers lo podremos hacer en unas 25 horas. Y, por consenso con el equipo, lo haremos andando/bastones.

Tercer reto: el Trail Cap de Creus

4 de Mayo.

Mi experiencia en el 2012 fue bastante ridícula . Quise realizar el trail de 24 y tramos llanos, y andar en subidas, y al final lo tuve que hacer todo el recorrido andando y con apuros (torceduras de tobillo y sobrecarga en aductor). Resultado: llegué el último. Pero al menos llegué

Este 2013 iré más preparado, recorreré el track al menos una vez antes de la carrera, y como peor que en el 2012 no lo puedo hacer, seguro que saldré satisfecho.

Cuarto reto: Killians Classic

6 de Julio, en Font Romeu

Una carrera que la plantearé con un poco de más ambición que la Trail Cap de Creus, puesto que tendré más tiempo para prepararla. A parte, me hace especial ilusión porque recorre parajes que sólo he visto una vez, y de niño (el Carlit). A parte, por amigos que la han hecho, es un ambiente inmejorable.

De momento me veo incapaz de ponerme un reto a nivel de tiempo. Lo que sí que se es que la voy a disfrutar.

Quinto reto (provisional) La Matagalls-Montserrat 2013.

La logística de la carrera (que la familia te deje en Colformic y te venga a buscar a Montserrat) es algo que me condiciona (me sabe mal). Y todavía no se si el equipo Wacky Walkers de la Trailwalker-IO se va a animar a hacer la Mm13 en equipo. pero es una opción a tener en cuenta.

Y dado que el año pasado la hice entera con bastones de Nordic Walking, este año (si la hago) intentaré combinar tramos andando con tramos corriendo.

Retos deportivos personales para este 2013

Otras posibilidades

En Noviembre habrá la edición anual de la Cursa de Muntanya de Girona , en la que también participé el año pasado en la modalidad de 12 kms. El año pasado hice un tiempo de 1 h 562, por lo que de la tabla (posiciones 150 aprox) debería ser un buen reto.

Retos deportivos 2013

<http://www.jordiperez.info/2013/03/retos-deportivos-2013/>

Este es un post de los que puede que a nadie le importe, pero que para mi supone un compromiso de mejora personal en lo que a salud se refiere.

Como supongo nos pasa a muchos, la vida sedentaria y la forma física va en diminuendo . Y como soy un poco cazarro, sin retos no me siendo lo suficiente motivado como para marcarme planes de entrenamiento a cumplir. Así que, como ya empecé a hacer el año pasado, me he agendado una serie de carreras para este 2013 que me obligarán a exigirme un poquito más.

Primer reto: Marxa de les Ermites, Lloret de Mar.

31 de Marzo. Una marcha popular organizada por una entidad local, consistente en recorrer una ruta tradicional que une todas las ermitas de Lloret de Mar. Son 18 kilómetros que permite ver desde otra perspectiva parajes de Lloret: Ermitas de Sant Quirze, Les Alegries, Sant Pere del Bosc, i Santa Cristina, sin dejar capella de la Mare de Déu de Gràcia y la Creu de Terme. Toda la info aquí

Mi reto está en hacerla 50% corriendo 50% andando.

Segundo reto: la Trailwalker de Intermon Oxfam

20 de Abril. Como ya os expliqué en este post , se trata de una carrera no competitiva en equipos, consistente en recorrer los 100 kms que separan Olot de Sant Feliu de Guixols. Esto en lo que se refiere a reto deportivo, porque el auténtico reto está en recaudar los 1.500 € que todos los más de 200 equipos

Dado el perfil del trazado, y mi experiencia con la Matagalls-Montserrat 2012 (85Kms), creo que el equipo WackyWalkers lo podremos hacer en unas 25 horas. Y, por consenso con el equipo, lo haremos andando/bastones.

Tercer reto: el Trail Cap de Creus

4 de Mayo.

Mi experiencia en el 2012 fue bastante ridícula . Quise realizar el trail de 24 y tramos llanos, y andar en subidas, y al final lo tuve que hacer todo el recorrido andando y con apuros (torceduras de tobillo y sobrecarga en aductor). Resultado: llegué el último. Pero al menos llegué

Este 2013 iré más preparado, recorreré el track al menos una vez antes de la carrera, y como peor que en el 2012 no lo puedo hacer, seguro que saldré satisfecho.

Cuarto reto: Killians Classic

6 de Julio, en Font Romeu

Una carrera que la plantearé con un poco de más ambición que la Trail Cap de Creus, puesto que tendré más tiempo para prepararla. A parte, me hace especial ilusión porque recorre parajes que sólo he visto una vez, y de niño (el Carlit). A parte, por amigos que la han hecho, es un ambiente inmejorable.

De momento me veo incapaz de ponerme un reto a nivel de tiempo. Lo que sí que se es que la voy a disfrutar.

Quinto reto (provisional) La Matagalls-Montserrat 2013.

La logística de la carrera (que la familia te deje en Colformic y te venga a buscar a Montserrat) es algo que me condiciona (me sabe mal). Y todavía no se si el equipo Wacky Walkers de la Trailwalker-IO se va a animar a hacer la Mm13 en equipo. pero es una opción a tener en cuenta.

Y dado que el año pasado la hice entera con bastones de Nordic Walking, este año (si la hago) intentaré combinar tramos andando con tramos corriendo.

Retos deportivos 2013

Otras posibilidades

En Noviembre habrá la edición anual de la Cursa de Muntanya de Girona , en la que también participé el año pasado en
la modalidad de 12 kms. El año pasado hice un tiempo de 1 h 562, por lo que
de la tabla (posiciones 150 aprox) debería ser un buen reto.



O.J.D.: 179285
E.G.M.: 816000
Tarifa: 6382 €
Área: 567 cm² - 50%

Intermón Oxfam organiza la tercera edición de la carrera Trailwalker con el objetivo de recaudar fondos

Cien kilómetros de solidaridad

BÀRBARA JULBE

Girona

Hacer deporte sí, pero también luchar contra la pobreza y la injusticia. Con este doble objetivo calientan motores los participantes de la tercera edición de la Trailwalker de Intermón Oxfam, una marcha internacional que por segundo año consecutivo discurre por los 100 kilómetros de vía verde que separan Olot y Sant Feliu de Guíxols. Todo un desafío deportivo, con un desnivel acumulado de 2.114 metros, que las personas inscritas (agrupadas en equipos de cuatro corredores y dos miembros de apoyo) tendrán que realizar el 20 de abril en un máximo de 32 horas. Antes de iniciar la ruta, sin embargo, cada grupo ya habrá conseguido, tal como marca la norma, otro hito solidario: recaudar un mínimo de 1.500 euros para apoyar proyectos de cooperación al desarrollo de esta oenegé.

Un total de 245 personas se han inscrito este año, aunque los organizadores confían en llegar a las 300 de la pasada edición, porque hasta el 30 de marzo están abiertas las inscripciones (la travesía es el 20 de abril). El dinero recogido asciende, de momento, a 292.000 euros, además de los 93.000 euros en patrocinios.

Los participantes, en un 70%



Participantes en la última edición de la Trailwalker Olot-Sant Feliu

XAVIER CERVERA

hombres y un 30% mujeres, suelen tener entre 20 y 60 años. Por primera vez habrá un grupo de discapacitados con bicicletas adaptadas. "Es una manera de dar ejemplo a las personas que sufren alguna discapacidad", apunta una de las integrantes, Elena Jacinto, de 27 años.

Los equipos de empresas proliferan cada vez más. En el 2011 hubo 30, en el 2012 fueron 60 y este año, 70. "Los empresarios ven que se genera buen clima en el trabajo", subraya Elena Rodríguez, responsable de eventos deportivos de Intermón Oxfam.

En la anterior Trailwalker se

recaudaron 770.000 euros, una cifra récord que los organizadores creen que difícilmente se superará a causa de la crisis. "Los equipos piensan que cada vez es más complicado conseguir el dinero, aunque sólo representan 250 euros por participante, que se ingresan a través de actos soli-

darios, la venta de camisetas... El año pasado se superó la media de recaudación: 2.250 euros por equipo", afirma Rodríguez.

El dinero se destinará, entre otros proyectos, a dotar de un punto de instalación de agua comunidades del Sahel, en África occidental. "Un gran número de familias deben caminar muchos

Cada equipo debe recaudar un mínimo de 1.500 euros; el año pasado se ingresaron 770.000

kilómetros para llegar a un centro de ayuda para sobrevivir", lamenta Rodríguez.

La Trailwalker, que también tiene lugar en otros países (en España es la tercera edición), supone para los municipios por donde pasa, en este caso Girona, Quart o Llagostera, un revulsivo turístico. El presidente del patronat de turisme Costa Brava, Joan Giraut, destaca que "mejora la marca Vies Verdes y la solidaridad le da un valor añadido". En la ruta no hay vencedores ni vencidos y a los que cruzan la meta se les entrega una medalla de madera elaborada en una cooperativa de comercio justo. ●



CREEMOS QUE...

Deporte y solidaridad

La innovación es la clave para salir adelante en momentos difíciles como los que está atravesando el sector de la cooperación al desarrollo y acción humanitaria. Los recortes públicos y el estancamiento del donante privado están colocando en una complicada situación a las ongues, que deben ser creativas y reinventarse para salir adelante. Un ejemplo es Trailwalver, una marcha de 100 kilómetros de Olot a Sant Feliu de Guíxols que Intermón Oxfam propone para captar fondos y a la vez hacer deporte. El invento supuso ingresar el pasado año 770.000 euros que se invirtieron en distintos proyectos. Cada equipo, integrado por cuatro personas que recorren los 100 kilómetros y dos que actúan como grupo de asistencia, deben recaudar un mínimo de 1.500 euros. Con la Trailwalker, Intermón Oxfam cumple un doble objetivo: moviliza y conciencia a un nutrido grupo de personas y consigue fondos tan escasos en una época de crisis como la que estamos viviendo.



**Andrea Fuentes
ama la tierra**
La medallista
olímpica es
madrina de la
Trailwalker
Intermón Oxfam



O.J.D.: 93903
E.G.M.: 720000
Tarifa: 15025 €
Área: 2246 cm2 - 270%

02 OCIO
TENDENCIAS



by Cristina Cubero



**Andrea
disfruta
con la
tierra**





O.J.D.: 93903
E.G.M.: 720000
Tarifa: 15025 €
Área: 2246 cm² - 270%



Vestida de Jelemme
by Mark Ríos, de
Desigual y Puma,
Andrea Fuentes está
como nunca •
FOTOS: JC MORANT

La campeona olímpica es madrina de la Trailwalker

El gato persa Camarón
nos acompaña mientras
Andrea Fuentes, nuestra
olímpica más laureada,

recoge unos tomates y
una col para la comida.
Es una de las madrinas de
la **Trailwalker Intermón Oxfam**, una
carrera benéfica por
equipos de 100 kilómetros.

En su huerto, **Andrea** se
une a la tierra de la que
ha estado alejada durante
quince años como estrella
del equipo de natación
sincronizada. Le espera
un largo viaje por

Birmania. Antes,
guapísima de **Jelemme by Mark Ríos** y
Desigual, con sus
inseparables **Puma**,
Andrea disfruta de lo
mejor que da la tierra •





LABORAL

Juicio por seis despidos en el Registro de la Propiedad

■ Los juzgados de Reus acogieron ayer el juicio por el despido de seis trabajadoras del Registro de la Propiedad número 1 de Reus y lo que consideran una rebaja ilegal de los salarios al resto de la plantilla, que ha pasado a cobrar el salario mínimo interprofesional. Los afectados piden una indemnización por despido improcedente. Además, ahora denuncian un nuevo despido.

El pasado mes de febrero, la plantilla del Registro de la Propiedad número 1 de Reus, ubicado en la calle General Moragues, llevó a cabo una huelga de tres días, convirtiéndose en el primer registro de todo el Estado en declararse en huelga. Este registro de la capital del Baix Camp cubre los municipios de Reus, Riudecanyes, Montbrió del Camp, Alforja, Vinyols i els Arcs, Botarell y Riudecols.

SOLIDARIDAD

El Col·legi Sant Josep, en la carrera solidaria Trailwalker

Las familias, los alumnos y el profesorado del Col·legi Sant Josep de Reus ya preparan su participación en la carrera solidaria Trailwalker, organizada por la ONG Intermón Oxfam. La carrera, que tendrá lugar entre Olot y Sant Feliu de Guíxols del 20 al 21 de abril, pretende recaudar fondos para luchar contra el hambre y la pobreza en el mundo. En esta ocasión, el dinero recaudado se destinará a un proyecto de potabilización de agua en Sahel (Sáhara).

DKV Seguros Cádiz y su brillante apuesta por el deporte solidario

<http://www.lavozdigital.es/cadiz/v/20130321/deportes/deportes/seguros-cadiz-brillante-apuesta-20130321.html>

Será el próximo 20 de abril cuando los apasionados del atletismo y el senderismo se den cita en tierras gerundenses. El motivo merece especialmente la pena, ya que arranca la tercera edición nacional de la Intermón Oxfam Trailwalker, una competición solidaria que se celebra en diversos lugares de la geografía mundial desde el año 1981.

DKV Seguros Cádiz y su brillante apuesta por el deporte solidario

<http://www.que.es/deportes/201303210045-seguros-cadiz-brillante-apuesta-deporte-lavoz.html>

Será el próximo 20 de abril cuando los apasionados del atletismo y el senderismo se den cita en tierras gerundenses. El motivo merece especialmente la pena, ya que arranca la tercera edición nacional de la Intermón Oxfam Trailwalker, una competición solidaria que se celebra en diversos lugares de la geografía mundial desde el año 1981.

Leer noticia completa en lavozdigital.es



DKV Seguros Cádiz y su brillante apuesta por el deporte solidario

El equipo gaditano participará el próximo 20 de abril en la tercera edición nacional de la Intermón Oxfam Trailwalker, que este año se celebrará en Gerona

■ ANTONIO VALIMAÑA

CÁDIZ. Será el próximo 20 de abril cuando los apasionados del atletismo y el senderismo se den cita en tierras gerundenses. El motivo merece especialmente la pena, ya que arranca la tercera edición nacional de la Intermón Oxfam Trailwalker, una competición solidaria que se celebra en diversos lugares de la geografía mundial desde el año 1981.

La misión es clara: luchar contra la pobreza y la injusticia en el mundo. Por ello, en esta ocasión el reto consistirá en ayudar a los habitantes del Sahel (África central y oriental), una zona en

la que 18 millones de personas (entre ellos alrededor de un millón de niños) están en una situación de vida precaria.

Hasta la fecha, casi 300 equipos se han inscrito en una competición que cerrará el cupo en 400 plazas. El 31 de marzo finalizará el periodo de inscripción de una prueba que en la primera edición logró recaudar 473.000 euros y en la segunda unos 770.000 euros.

Un reto apasionante

Y entre esos equipos estará el formado por el DKV Seguros Cádiz, que por primera vez participará en la cita. Antonio Vila, Beatriz Rivas, Irene Hernández y Ángel Prado serán los cuatro integrantes que recorrerán a pie los cien kilómetros que unen Olot, Gerona y Sant Feliú de Guixols. Eso sí, en un tiempo máximo de 32 horas.

Pero no serán los únicos miembros de un equipo que también contará con la colaboración de Manuel Jesús Lledó

y Rosario Fernández, piezas fundamentales en el engranaje del equipo.

Y todo ello con unos embajadores inigualables para la presente edición de la Intermón Oxfam Trailwalker. Andrea Fuentes (medallista olímpica en sincronizada), Joel González (campeón de taekwondo) y la marchadora María Vasco se dejarán notar de manera simbólica en una cita para el recuerdo.

Y aunque cuenta con un recorrido idéntico al de la anterior edición, el evento ha despertado un interés absoluto. Y ahí estará este equipo de la provincia gaditana, que espera complementar en el terreno deportivo la gran imagen que ya aporta en el aspecto solidario.

A fin de cuentas, una nueva apuesta de DKV Seguros por el deporte provincial. Y es que, esta compañía deja su sello en deportes como el tenis de mesa, el baloncesto o la natación, sin olvidar su presencia en las Carreras de Caballos de Sanlúcar de Barrameda.

A un mes para la Trailwalker

<http://michel-trail.blogspot.com/2013/03/a-un-mes-para-la-trailwalker.html>

Ya sólo queda un mes para este gran reto deportivo-solidario.

La ilusión y el entusiasmo suplen la falta de kilómetros de entrenamiento por culpa de lesiones, fiebres.... Pero seguimos adelante, eso siempre. Y sobretodo gracias a vosotros, que sois los que nos estáis apoyando con vuestros ánimos y donativos. Hoy ya hemos superado la barrera psicológica de los 1000 euros, por lo que nos queda ya poco para alcanzar los 1500€ necesarios -aunque cuanto más mejor, puesto para quien va, necesitan cada euro mucho más que nosotros. Aquí tienes el enlace por si todavía quieres colaborar con este proyecto. Entras en la página web de nuestro equipo TRAILFEET dentro de la web oficial de Intermon-Oxfam. GRACIAS A TODOS.

Arranca el 6º Congreso de Marketing y Patrocinio

<http://www.deia.com/2013/03/19/deportes/otros-deportes/arranca-el-6-congreso-de-marketing-y-patrocinio>

conferencias 150 personas

acuden hoy y mañana en civican a este foro, que ya es un referente del sector

las claves

pamplona. Hoy arranca en Pamplona el 6º Congreso de Marketing y Patrocinio organizado por Asde. Finalmente serán 150 personas aproximadamente las que participen en este foro, que ya se ha convertido en un referente del sector.

El Congreso arranca a las 10.00 con la ponencia de Esteve Calzada, que ha sido durante siete años director general de Marketing del FC Barcelona, en una conferencia titulada Posicionamiento y marca en el deporte, el pasaporte para generar ingresos.

A continuación (10.45) José Manuel Jabaloyes, responsable de calidad de Asde, encabezará la ponencia titulada Proyecto: Excelencia deportiva. A las 12.00, Mariona González, responsable de Alianzas Estratégicas en Intermon Oxfam explicará el proyecto Intermon Oxfam Trailwalker. Por último, a las 12.45 será el turno para Álvaro Ferrol, gestor de patrocinios de Kyocera, que dará una charla sobre El proveedor técnico como fórmula de patrocinio. La primera jornada del Congreso se clausurará con un debate que se iniciará a las 16.30 con el título ¿Han cambiado las reglas del juego?

Mañana, último día del Congreso, José Miguel Dilla, responsable de marketing de Seur, iniciará la jornada hablando sobre la activación del patrocinio, a las 9.30.

A las 10.15, Pilar Sánchez-Bleda, socia de Legal & Media Advisers, abrirá una ponencia sobre El contrato de patrocinio; aspectos legales esenciales y tendencias de futuro. Tras una pausa, Marina López, directora de marketing de Joma, ofrecerá una conferencia titulada El deportista anónimo. Cerrarán el Congreso de Marketing y Patrocinio, Edmundo Irujo y Juan Luis Pérez, responsables de Artworks, hablando sobre patrocinio y redes sociales.

· Hoy. 10.00: 'Posicionamiento y marca en el deporte' (Esteve Calzada, Prime Time Sport). 10.45: 'Proyecto: Excelencia deportiva' (José Manuel Jabaloyes, Asde). 12.00: 'Intermon Oxfam Trailwalker' (Mariona Gonzalez, Intermon Oxfam). 12.45: 'El proveedor técnico como fórmula de patrocinio' (Álvaro Ferrol, Kyocera).

· Mañana. 9.30: 'Activación del patrocinio' (José Miguel Dilla, Seur). 10.15: 'El contrato de patrocinio' (Pilar Sánchez-Bleda, Legal & Media Advisers). 11.30: 'El deportista anónimo' (Marina López, Joma). 12.15: 'Patrocinio y redes sociales' (Edmundo Irujo y Juan Luis Pérez, Artworks).