

» MODALIDADES: TURISMO AVENTURA

De Buenos Aires al Aconcagua

Un programa de entrenamiento especial, a la medida de inexpertos, para escalar el coloso cordillerano.

Una mujer de 61 años, un deportista asmático, un jugador de fútbol, una corredora porteña que jamás trepó un escalón por arriba del nivel del mar. Todos tienen en común que se entrenaron y fueron a intentar el **Aconcagua** (6.959 msnm). Este cerro, al igual que otros de más de 6.000 metros, puede ser un desafío al alcance de alguien sin experiencia en montañismo. Sólo hay que tener determinación, ciertas condiciones físicas y muchas ganas. Para lograrlo hay que prepararse meses previos al intento.

Esto propone la consultora Antis outdoor: más que un viaje de aventura, una experiencia para la que hay que entrenarse física y mentalmente. Prefieren llamarlo "turismo experiencial", otra forma de encarar la aventura.

Un "seismil" como meta

Lejos de los realitys que llevan a deportistas a intentar la cumbre, hasta el límite de sus esfuerzos físicos, este programa propone una preparación concienzuda y milimétrica para que aquellos que quieran entrenarse puedan hacerlo y lograr un viaje seguro –por sobre todo– y placentero. El entrenamiento se realiza en los **Bosques de Palermo** y **Puerto Madero** –donde se practican corridas en planos inclinados–, y para quienes viven en la zona norte, hay un grupo en **San Isidro**.



El Aconcagua no es la única meta, también otros cerros y volcanes de más de 6.000 metros. El entrenamiento físico se basa en el running, dos a tres veces por semana. A esto se suman salidas especiales –se prueban los equipos y se realizan trekkings largos– en **Tandil** y **Sierra de la Ventana** y travesías en kayak, tanto en **Zárate** como en **Tigre**. También son fundamentales las

charlas técnicas de preparación. Y los chequeos médicos.

La cara noroeste del Aconcagua es conocida como la "ruta normal". Por este sendero se asciende caminando. No se trata de un trekking de altura más, ni de cualquier desafío deportivo. El Aconcagua es un cerro célebre por su inestabilidad meteorológica, y por eso, sortearlo con éxito requiere de conocimientos específicos. Estadísticamente, los accidentes se deben a errores humanos que

con prudencia e información son evitables.

Los responsables de Antis tienen gran experiencia en montañas de **América, Europa, África y Asia**. Su director, Gonzalo Sayavedra, montañista, autor del Audiovisual "Peru, Land of living glaciers" (sobre la cordillera Blanca de **Perú**) y ex guardaparque de Aconcagua explica: "Antis es la etimología de la palabra Andes. Es un nombre aymara que significa 'montaña que se ilumina'. Nos

diferenciamos por los ojos con que vemos el mundo andino y la manera en que lo mostramos. Los Andes es una tierra de aventuras, pero también de mitos y leyendas. Aquí se conjugan lo deportivo, lo turístico y lo cultural".

Si bien la consultora se especializa en los grandes cerros andinos, se está preparando una expedición para 2010 a la montaña más alta de África, el volcán **Kilimanjaro** (5.895 msnm), para la que hay tiempo de sumarse, según explicaron.

A la montaña con la empresa

También se realizan experiencias de programas corporativos outdoor para integración de grupos de trabajo en ámbitos andinos. Las salidas proponen la resolución de problemas en equipo y formación de liderazgo, todo en ambientes imprevistos. Se intenta poner el foco en el cumplimiento de los objetivos grupales.

DATOS UTILES

► **ENTRENAMIENTO.** El primer llamado es en abril, para los que necesitan más tiempo de preparación. Y el último es en septiembre. Los precios van desde \$ 150 mensuales (seguimiento y test de rendimiento físico). En tanto que el plan de entrenamiento mensual, presencial, cuesta \$ 250. Ambos incluyen preparación técnica.

INFORMACION

► www.antisoutdoor.com
 ► info@antisoutdoor.com

SUPEROFERTAS www.kevintour.com KEVIN

Buzios 679	Iguazú 999	Playa del Carmen 1499	Orlando 1299
Araya 799	Ushuaia 2399	Varadero 1249	

Consulte otros destinos

Con CACCIOLA siempre podés!

MONTEVIDEO \$181 Ida y vuelta

Isla M. GARCIA EXCURSION COMPLETA 1 DIA \$130

CARMELO 2 D/1 N Hotel Casino 3* \$250

CACCIOLA S.A. Tigre: Lavalle 520 • 4748-0320 / 0331 / 2969

Clarín presenta una nueva colección de **LIBROS BILINGÜES INGLÉS - ESPAÑOL**

Con los guiones de grandes películas de los últimos tiempos. 12 libros coleccionables.

YA ESTA EN TU KIOSCO

EL LIBRO 3 - SENSATEZ Y SENTIMIENTOS

SI TE PERDISTE EL LIBRO N°2 "OLIVER TWIST" conseguilo en todos los kioscos.

TODOS LOS MARTES, CON EL CUPÓN DEL DIARIO + SÓLO \$ 1,90.

Clarín