

TRABAJO DE FIN DE GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE

Curso Académico 2017/2018

LAS CARRERAS POR MONTAÑA. AUGE, PARTICIPACIÓN Y SEGUIMIENTO.

Autor/a: Alberto Ortiz Fernández

Tutor/a: Julio De Paz Fernández

Fecha: 11 de diciembre de 2017

VºBº TUTOR

AUTOR

Resumen

El presente TFG trata de estudiar la tendencia percibida en el incremento de la oferta de *carreras por montaña, trails y ultra trails*, el aumento de la participación de corredores, *trail runners*, y la relevancia social creciente de esta modalidad deportiva.

En un primer apartado se pretende determinar el lugar de esa modalidad deportiva en el devenir del deporte, del tradicional al actual, en los llamados nuevos deportes, especialmente los inscritos en la creciente demanda/oferta de Actividad Física en la Naturaleza en el medio terrestre.

A continuación, se recogen y estudian la evolución y datos de participación en todas las ediciones de una selección de carreras por montaña: de las más clásicas del territorio español a las asociadas al evento de mayor renombre y transcendencia internacional, el *Ultra Trail del Mont Blanc (UTMB)*. Asimismo, se recoge el incremento y alcance de las carreras y de los deportistas más significados en medios no tradicionales, Internet y redes sociales (RRSS).

Tras la cuantificación y discusión de los datos se concluye el enorme aumento de pruebas de carreras por montaña en poco más de un quindenio, el seguimiento social, publicidad e implicación de grandes marcas que potencia una profesionalización de los medios y deportistas de más nivel.

Palabras clave: carrera por montaña, trail, ultratrail, redes sociales (RRSS).

Abstract

The current final degree project tries to study the upward trend in the offer of race mountains, trails and ultra trails, the increase of participation in races, trail runners and growing social relevance on this sport event.

In the first section, it is expected to determine the place of this sport event on the sports. From traditional to current sports, on those sports which are called new sports, especially those sports that are rising on the physical activity on the nature.

Right after, the evolution and data of participation in all the editions of some race mountains are collected and studied. The most classic races in Spain have been chosen in order to do this study. The most important race and with more international significance which is the " Ultra Trail del Mont Blanc (UTMB) has been chosen as well. Additionally, the rise and significance of the races and athletes on the no traditional means like Internet and social networks are collected.

After the quantification and discussion of the data, we can conclude with the huge increase on race mountains in only fifteen years. Social monitoring, publicity and the implication of very important brands facilitating the professionalization of means and top athletes have been very important on the development of this sport as well.

Key Words mountain race, trail, ultratrail, trail running, social network



ÍNDICE

1.	INTRODUCCIÓN.....	2
2.	OBJETIVOS Y COMPETENCIAS.....	3
3.	MÉTODO	4
4.	MARCO TEÓRICO.....	5
4.1.	Deporte y sociedad contemporánea	5
4.1.1.	Del deporte clásico al deporte actual	5
4.1.2.	Deporte, salud y desarrollo social	7
4.1.3.	Trascendencia económica del deporte en la sociedad actual	8
4.2.	Actividad física y deporte de aventura en la naturaleza.....	8
5.	CARRERAS POR MONTAÑA	11
5.1.	Origen y concepto de las carreras de montaña	11
5.2.	Tipos de carreras por montaña	13
5.3.	Importancia de las redes sociales y carreras por montaña.....	13
5.4.	Elección y toma de datos	15
6.	RESULTADOS.....	16
	Campeonatos y copas de España.....	16
	Zegama-Aizkorriiz	16
	Tres Valles	17
	Penyagolosa.....	18
	Ultrapirineu	19
	Transgrancanaria	19
	Evento internacional de UTMB.....	20
7.	DISCUSIÓN.....	23
8.	CONCLUSIONES.....	25
9.	APLICACIÓN Y VALORACIÓN PERSONAL.....	26
10.	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	27

1. INTRODUCCIÓN

Desde la publicación del Real Decreto 1393/2007 del 29 de octubre, sobre la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales, para la obtención de un Título de Grado en España es necesario realizar y defender un Trabajo de Fin de Grado (TFG). Este requisito se determinó para la Universidad de León en la *Resolución del 16 de abril de 2010*, por la que se ordena la publicación del Reglamento sobre Trabajos de Fin de Grado de la Universidad de León, y más concretamente en la Facultad en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte en la *Normativa para el desarrollo de Trabajos Fin de Grado en los estudios de Grado de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de León*.

Como dice la última norma, hay cuatro tipos de trabajos sobre los que se puede realizar un TFG: (a) *experimentales*, (b) *de revisión e investigación bibliográfica*, (c) *de carácter profesional* y (d) *otros*.

Este trabajo habría que encuadrarlo en la tipología (d), aunque, o precisamente por eso, tiene una parte de revisión (b) y otra asimilable a experimental (a).

La elección del tema de este TFG fue porque soy aficionado a las carreras por montaña ya que la zona donde vivo está rodeada de montañas y se realizan algunas pruebas de este tipo.

Tras intentar otras vías de estudio finalmente decidimos estudiar el incremento y variaciones de carreras y participantes, tomando como referencia algunas de las carreras por montaña españolas con más tradición y/o seguimiento y a nivel internacional el evento de mayor relevancia, desde las primeras ediciones realizadas hasta el actual 2017.

2. OBJETIVOS Y COMPETENCIAS

Este TFG pretende estudiar una modalidad deportiva en auge: las carreras por montaña, en sus distintos tipos de pruebas. Situados en ese ámbito los **objetivos** del estudio podemos resumirlos:

- Conocer el origen de las carreras por montaña, su evolución y crecimiento, así como seleccionar algunas de las *carreras por montaña* más importantes del panorama nacional e internacional para poder:
- Reconocer la creciente relevancia de estas modalidades deportivas, encuadradas en el ámbito del deporte actual, especialmente dentro de las Actividades Físicas en la Naturaleza en el medio terrestre.
- Representar y valorar el incremento de la oferta de *carreras por montaña* y de la participación en las mismas, al menos en las carreras principales.
- Representar y valorar la variación de esa participación de corredores.

Y entre las **competencias** asociadas al TFG en la *Memoria para la verificación de Título de Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte* (Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, s.f.) escogemos las que más propiamente se esperan mejorar y/o asentar:

- Conocer y comprender los efectos y los factores comportamentales y sociales que condicionan la práctica de la actividad física y del deporte.
- Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación al ámbito de las ciencias de la actividad física y del deporte.
- Interpretar los objetos y manifestaciones de la cultura física desde las perspectivas historiográfica, filosófica y antropológica según tendencias y corrientes de pensamiento.
- Describir los factores sociales y culturales que influyen en la práctica de la actividad física y del deporte, así como analizar y detectar, desde la perspectiva sociológica, las situaciones problemáticas relacionadas con dicha práctica.
- Identificar las necesidades de las personas y colectivos implicadas en la conducta deportiva y de ejercicio físico, así como valorar la formación y funcionamiento de los grupos deportivos.
- Reconocer, clasificar y diferenciar las principales figuras asociativas que integran la organización privada del deporte, tanto en el ámbito nacional como internacional.
- Identificar y manejar los conceptos y directrices generales que integran y sustentan la estructura y organización de las instituciones del deporte.

3. MÉTODO

En un principio pretendí hacer el trabajo basándome en la revisión bibliográfica, buscando en las bases de datos académicas más ligadas al deporte y accesibles, como DIALNET, PUBMED, SPORT DISCUS. Sin embargo, las publicaciones se centraban en estudios de rendimiento fisiológico, teoría o planificación del entrenamiento, cuidados y consejos nutricionales, que no eran el objeto de estudio. No se encuentran datos de la evolución, participación, trascendencia de las carreras de montaña, objeto principal de este trabajo.

Así, excepto para el marco teórico y conceptual, acudimos a fuentes de información más directas: revistas especializadas, webs de las pruebas, pruebas y blogs de organizadores y deportistas relevantes participantes en carreras por la montaña.

Las páginas oficiales de las carreras normalmente solo publican las clasificaciones finales de las carreras, los deportistas que finalizaron la prueba, *finishers*, faltando datos como límite de participantes, preinscritos o solicitantes. Por esta razón acudí a José Antonio de Pablo, conocido en este mundo de la montaña y el running como *Deparunner*, director de la revista Ultratrail, colaborador habitual en revistas especializadas, coorganizador, cronista y speaker de múltiples eventos y carreras nacionales e internacionales, que me atendió orientándome en la elección de carreras significativas, algunos datos y que además me puso en contacto con los organizadores de las pruebas. Gracias a esos contactos he podido conseguir datos que sería muy complicado si no imposible llegar a ellos. La mayoría, probablemente por la presentación de José Antonio de Pablo atendieron amablemente y con cierta prontitud a pasarme los datos solicitados de los que tenían constancia.

Tras recoger los datos de demanda y participación, los tratamos en Excell ver. 2016 para poder presentar la evolución gráfica y valores absolutos, que mejor revelan las tendencias de evolución e importancia de las carreras por montaña.

4. MARCO TEÓRICO

4.1. Deporte y sociedad contemporánea

El deporte tiene gran importancia en la sociedad actual, tanto desde una consideración cultural, como de ocio, actividad saludable e implicaciones económicas. Además, el deporte se ha transfigurado en las sociedades modernas como una nueva forma de socialización.

En los países desarrollados, desde la Revolución Industrial a nuestros días, se ha producido un constante aumento del tiempo libre, que se traduce más tiempo dedicado al ocio, siendo el turismo y el deporte dos de las actividades más realizadas por la población (Luque, 2003).

Esa transformación y cambio de hábitos sociales está asociado a la reducción de la jornada laboral y más tiempo de vacaciones (Puig y Heinemann, 2000). El tiempo de trabajo ha ido disminuyendo desde el 1900, cuando se trabajaba alrededor de 60 horas semanales a las actuales habituales 40 horas, máximo de la jornada laboral ordinaria (Randstad, 2017), o más reducidas, como las 37,5, o menos, en ámbitos como el de la función pública (BOE, 2012). Además, inversamente, se ha ido incrementando el salario de trabajo, las ayudas y atención sociales, con un consiguiente bienestar social generalizado.

Ya Laraña (1989) afirmaba que el deporte se estaba convirtiendo en pilar fundamental de la sociedad actual siendo una de las mejores opciones de la población para ocupar ese tiempo libre: *“nos dirigimos a una sociedad del ocio en la cual el deporte adquiere un espacio central en ella”*. Anteriormente el ocio en general y el deporte, particularmente el realizado fuera del ámbito urbano, quedaba casi reservado en exclusiva a unos pocos privilegiados frente a la popularización actual y la consiguiente aceptada calidad de vida (Puig y Heinemann, 2000)

4.1.1. Del deporte clásico al deporte actual

El deporte contemporáneo se ha convertido en una realidad que es casi imposible de delimitar por la infinidad de nuevas prácticas deportivas que se han dado en estos últimos años y las que podemos aventurar seguirán surgiendo en el futuro.

Heinemann (1986; y 1991, en Puig y Heinemann, 2000), así como Dietrich y Heinemann (1989, en Puig y Heinemann, 2000) ya trataron acerca de las distintas significaciones y actividades diferenciadas bajo el concepto “deporte”, calificando este como un “sistema abierto” que supera la concepción del deporte tradicional, y en el que continuamente están apareciendo nuevas formas de prácticas deportivas.

Ya años antes, Cagigal (1983) ya se planteó modificar dichas definiciones del deporte al considerar que las definiciones expuestas en aquella época eran unas definiciones demasiado básicas a lo que se podía y debía considerar deporte, por encima del concepto tradicional basado en la competición, objetivo de meta o logro del deporte. Ello exigía una preparación disciplinada y regular de actividad monótona y

repetida durante largo tiempo. Por esa razón, Heinemann (1991) dirá que el deporte tradicional, sistema autónomo y homogéneo, ya no define la realidad actual del deporte en la sociedad contemporánea.

Casanova (1991) señala que las diferencias entre el deporte tradicional y el deporte de la sociedad contemporánea fundamentalmente giran en torno a las metas y a las motivaciones del deportista. En el deporte tradicional los objetivos del deportista se centran en la competición, la superación de las marcas anteriores, en ganar o mejorar, utilizando su cuerpo a modo de instrumento para poder alcanzar los objetivos previstos.

Según Pociello (en Laraña, 1989) *“el primer rasgo que tienen en común estos nuevos deportes es que constituyen una oposición sistemática a los deportes tradicionales, son resultado de una valoración diferente del cuerpo, de una mística y un juego hedonista con el mismo que difiere de la moral competitiva tradicional.”* Es posible que esto que expresa el autor tenga que ver con el gran impacto que han causado los nuevos deportes en los últimos años, junto con una disminución de deportistas federados.

Antiguamente el deporte se practicaba en clubes o asociaciones deportivas, que además determinaban una selección de ciertos deportistas que cumplieran con los requisitos pedidos, marginando a otros potenciales interesados en la práctica deportiva. Esto ha cambiado al menos en numerosas modalidades alternativas. Por esta razón se puede hablar de ruptura con el modelo tradicional (Puig y Heinemann, 2000).

Como afirman Puig y Heinemann (2000) *“el deporte ha dejado de ser un sistema autónomo y se ha convertido en un sistema abierto con escasa identidad propia y estrechamente conectado a otros sistemas tales como el económico, el educativo, el político...”*

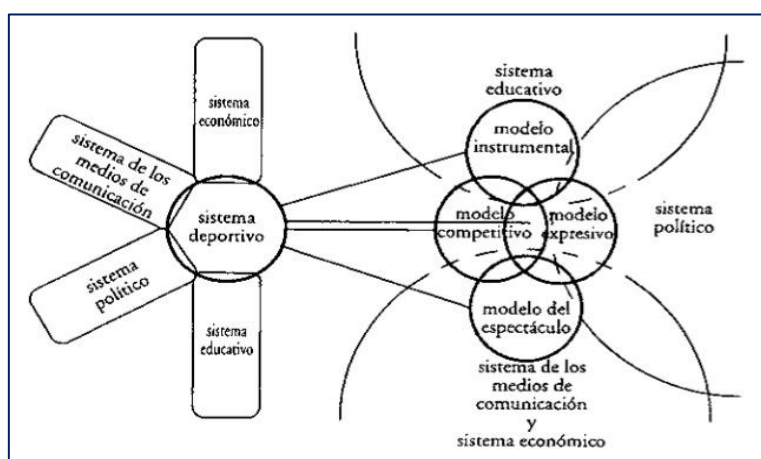


Grafico1.- La transformación del deporte (Puig y Heinemann, 2000).

Por esa razón y como se puede observar en el gráfico 1, la característica propia del deporte contemporáneo será su diversificación.

Como se puede observar en el gráfico 1 en el deporte contemporáneo se distinguen cuatro modelos: el competitivo, el expresivo, el instrumental y el de espectáculo; siendo únicamente el modelo competitivo el heredero del deporte tradicional.

Los nuevos modelos deportivos se alejan de la caracterización del deporte clásico, a no ser en el ámbito competitivo. Su principal fin es desarrollar actividad física por diversión y/o la sensación de bienestar generado en la práctica física. Muchas de estas actividades suelen ser accesibles a casi todas las personas. Cualquiera expresarse y practicar actividad física tanto en el medio urbano o en la naturaleza, aunque no se posean habilidades motrices que te posibiliten estar entre los mejores, únicamente por el disfrute y la práctica deportiva (Lapetra y Guillén, 2005).

Por otra parte, encontramos que las nuevas prácticas deportivas parten de su libertad en todos sus sentidos, desde su origen; su relación con el espacio de práctica (en cualquier lugar y medida), su relación con el tiempo de práctica (cuándo y cuánto se desee) y libre de coacciones institucionales (cuando una modalidad se institucionaliza, aparece otra similar o no) (Lacroix, 1988, en Casanova, 1991).

4.1.2. Deporte, salud y desarrollo social

Actualmente un alto porcentaje de españoles practican cualquier tipo de actividad física, pero esto no ha sido siempre así ya que la práctica deportiva dentro de la población española ha aumentado un 49,4% desde el año 2000 hasta el 2015 (CMDsports, 2016).

Lo que se observa en el año 2000 según una encuesta es que el 60% de las personas cuyos padres practicaban deporte, ellos practicaban el mismo deporte; como si se tratara de algo hereditario (García Ferrando, 2006).

El aumento de la práctica deportiva se ha producido gracias a la nueva visión del deporte por parte de la población, ya que estas nuevas prácticas deportivas que surgen de manera espontánea en el tiempo de ocio están relacionadas en el ámbito de la salud y de la cohesión social. Esto es porque se produjo un cambio a la hora de afrontar una práctica deportiva, olvidándose de la competitividad y consolidándose la tendencia social que genera dicha actividad (Jiménez, 2015).

La práctica de la actividad deportiva, especialmente las realizadas en el medio natural se entienden por muchos como especialmente saludables y liberadoras de las tensiones y el trabajo diarios.

El sector de población respecto a las actividades deportivas en la naturaleza presenta una evolución notable respecto a la edad de los practicantes. Si según Olivera (1995) la práctica de esas actividades se circunscribía a los jóvenes, entre 15 y 35 años, el mismo autor señala que en el 2015 su práctica se ha extendido tanto entre los más jóvenes y como en los más adultos lo que además conlleva un incremento muy considerable de participación (Olivera y Olivera, 2016).

4.1.3. Trascendencia económica del deporte en la sociedad actual

Desde los años 80 se está produciendo un consumo masivo de los productos relacionados con todos los deportes.

Los deportes clásicos tienen cada vez más demanda y seguimiento, con grandes eventos semanales publicitados y contados por los medios tradicionales, prensa, radio y televisión, y menos tradicionales (internet y redes sociales) en los que se mueven ingentes cantidades de dinero que llegan a deportistas, organizadores y medios de comunicación.

También los nuevos deportes crecen en ese sentido. En especial, en las dos últimas décadas el denominado mundo de las carreras, el *running*, y sus modalidades derivadas.

La comercialización y publicidad que las grandes marcas deportivas se han volcado en ofrecer a la población productos especializados para esas prácticas que al menos en sus inicios se caracterizaban por una actividad física barata. Vemos cómo sacan al mercado calzado con características similares, subrayando sus exageradas nuevas bondades, con el objetivo de aumentar sus ventas y producir mayores beneficios. También emplean a los deportistas con renombre para publicitarlas, al entender, así parece, que cualquier amateur quiere imitar a sus ídolos utilizando los productos que el deportista admirado usa (Jiménez, 2015).

Por otro lado, el turismo rural ha obtenido un gran crecimiento gracias al deporte en la naturaleza. Las carreras por montaña, aparte de participantes y organizadores de las pruebas, conllevan un gran número de espectadores, aunque sólo sea entre familiares y amigos de los deportistas (González, 2016). Como veremos en el análisis de las carreras de montaña el dato es importante aunque sólo sea por el gran incremento del número de las carreras y de participantes.

4.2. Actividad física y deporte de aventura en la naturaleza

Hay un grupo de modalidades diferenciado que se dio en llamar *nuevos deportes*, que tienen su origen en California, en los años 60, siendo la década de los 70 cuando se daría la difusión y aumento de su popularidad en todo el mundo desarrollado. Su denominación viene dada por la innovación, diferenciación y por ser una alternativa a los deportes tradicionales (Olivera, 1995). Ligados a los deslizamientos tanto en el medio acuático, como en el aéreo y terrestre, su realización en la naturaleza, un medio incierto, cambiante, menos controlado, nos permiten experimentar sensaciones más intensas asociadas al riesgo y la aventura. Por eso, rápidamente pasarán a denominarse, tanto en el contexto turístico como académico, Actividades Físicas de Aventura en la Naturaleza (AFAN). (Casanova, 1991; Olivera, 1995)

Según Olivera (1995) las Actividades físicas de aventura en la naturaleza (AFAN) “son prácticas individualizadas que se fundamentan – generalmente- en conductas motrices como el deslizarse sobre

superficies naturales, en donde el equilibrio para evitar la caída y la velocidad de desplazamiento aprovechando las energías libres de la naturaleza.”

Las AFAN se afianza en el tiempo de ocio activo del cual disponible, realizadas de forma espontánea en el medio natural (Olivera, 1995). Esta realidad es confirmada por Olivera y Olivera (2016) atendiendo a la importancia que ha cobrado en este sector la actividad empresarial con el surgimiento de organizaciones que publicitan, promueven y organizan estas prácticas. Y en todo ello las tecnologías de la información tienen una presencia capital.

En los nuevos modelos deportivos en general, y especialmente en las AFAN, cambia el significado que se le da al cuerpo. Éste pasa de ser un instrumento para conseguir los objetivos propuestos a un receptor y emisor de información. Como afirma Miranda (1989, en Casanova, 1991) se trata de “sensaciones de placer sensoriomotriz donde el descenso y el vuelo están asegurados” buscando en todo momento el placer a través del deporte y no el rendimiento. Y como afirma Nasser (1995) la práctica deportiva actual se utiliza para una mejora de la autoestima, la salud, divertirse y relacionarse. De la misma forma, Buchell (2014, en Olivera y Olivera, 2016) también considera que existe un cambio de la concepción del cuerpo frente a la anterior de instrumento energético para conseguir unos objetivos relacionados con rendimiento competitivo. En los nuevos deportes el cuerpo se concibe desde una nueva perspectiva, ya que con la práctica de esas actividades el cuerpo recibe las emociones del entorno y de los demás, no siendo utilizado únicamente como forma energética (Olivera y Olivera, 2016)

Tal ha sido la evolución de las AFAN en estos últimos años, que si Olivera (1995) notaba 33 clases de prácticas distintas desarrolladas en los medios aéreo, terrestre y acuático, Olivera y Olivera (2016), en los mismos medios más el añadido “fuego” (en esencia las actividades de motor) para completar los cuatro elementos clásicos, triplican estas prácticas clasificadas, caracterizando 98 practicas diferenciadas.

De esta forma se certifica que la práctica de las AFAN ha dejado de ser una moda para ser una realidad frente al deporte, incluso en contra del mismo, y así afianzarse en la actual sociedad “de la transmodernidad” (Olivera y Olivera, 2016).

Según Inglés et al (2016), existe una distinción de las AFAN del modelo deporte como tal, o lo que es lo mismo, las AFAN constituyen un modelo propio y original, que se enmarca en la evolución del deporte tradicional al posmoderno.

Por otra parte, desde la década de los 90 se ha producido una deportivización de la mayoría de esas nuevas prácticas, evolución natural toda actividad física novedosa, conviviendo con su sentido primigenio. Es natural que el deportista quiere ser el mejor y competir con otros en su modalidad. Surge así la competición, olvidando parcialmente los orígenes de estos nuevos modelos deportivos, centrados en el placer, el bienestar, huir de la rutina y el ámbito urbano. (Olivera, 1995; Olivera y Olivera, 2016).

Según Funollet, Inglés y Labrador (2016), llevar la competición al medio natural puede llegar a ser algo no sostenible. Los autores defienden que el medio natural ha de ser para disfrutarlo y si se utiliza con el objetivo de ganar, los deportistas no se darán ni cuenta de los lugares por donde pasan, olvidando así los valores originarios de estas prácticas. Pero como dice Chul-Han (2015, en Inglés, Funollet y Olivera, 2016), la práctica de las AFAN ha tenido un crecimiento enorme y esto es gracias a la tecnología, al turismo que atrae la práctica de estas actividades y a una continua motivación por superarse a sí mismos.

El auge de estas actividades viene dado por la urbanización del mundo y la necesidad que ha creado en la población de huir de la ciudad, respirar aire puro... en definitiva, volver a ponerse en contacto con la naturaleza (Fuster, Funollet y Gómez, 2008; Inglés et al, 2016.)

Como muestra la encuesta de hábitos deportivos en España 2015 (Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, 2015) un 53,5% de la población mayor o igual a 15 años ha practicado cualquier actividad deportiva en este último año. Un 49,5% de la población elige practicar deporte al aire libre como muestra la encuesta, de los cuales un 17% realizan senderismo y montañismo y un 16,3% carrera a pie. Como se puede observar estas modalidades deportivas son de las más practicadas, solo por detrás del ciclismo (20,7%) y de la natación (20,6%).

Según González, F. (2016) el número de carreras por montaña que se realizan en España no ha dejado de crecer desde el año 2000, estando en unas 1900 carreras por montaña anuales, englobando todas sus modalidades, *maratones, trails, ultra trails, kilómetros verticales* u otras.

Más recientemente, Nasarre (2016) nos dice que aunque los clubes son la base de los deportes de montaña, gracias a los que se pueden realizar actividades de manera más sencilla y controlada, menos arriesgada, que la realización de estas actividades en solitario. Pero, estos clubes además de la vertiente competitiva, ofrecen posibilidades al sector mayoritario de sus asociados, no capacitados o no interesados en la competición, a diferencia de los clubs de otros deportes clásicos. De hecho, tanto la Real Federación Española de Atletismo (RFEA) como y la de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME) y los clubs asociados a las mismas, han acrecentado notablemente el número de licencias sobre carreras por montaña. (Seguí y Farias, 2017).

5. CARRERAS POR MONTAÑA

5.1. Origen y concepto de las carreras de montaña

Como afirman Aguilera y Ruiz (2016) se podría decir que esta práctica deportiva siempre ha existido a lo largo de la existencia humana, ya que antiguamente todos los recorridos que se realizaban se hacían por caminos de tierra y piedras, ya sea para cazar animales desde que nos convertimos en seres bípedos y utilizar la técnica de la caza por persistencia, huir de catástrofes naturales o ya fuera por marchas militares para conquistar territorios o simples mensajeros, pero donde se puede denominar “el origen” relatado por así llamarlo nos remonta a la antigua Grecia y a Philippides.

La historia narra que el Imperio Persa quiso agrandar sus dominios atacando las diferentes polis independientes de la Antigua Grecia. Los persas atacaron Atenas en primera instancia, desembarcando sus tropas en la bahía de Marathon. El ejército ateniense no se creía capaz de soportar el ataque de los persas y decidieron pedir ayuda a Esparta, un estado rival. Para ello enviaron a Philippides hacia Esparta con el fin de transmitir el mensaje de que el Imperio Persa les iba atacar y necesitaban su ayuda para derrotarles. Para llegar a Esparta, Philippides, tuvo que recorrer 226 kilómetros a través de las montañas. Los espartanos no negaron la ayuda a Atenas, el único inconveniente fue que no podían ir a la guerra antes de la luna llena, así que Philippides tuvo que volver corriendo hacia Atenas para avisarles de la desilusionante noticia. Las tropas atenienses marcharon hacia Marathon con pocas esperanzas de victoria frente los persas, aunque si consiguieron frenar el avance y mandarles de nuevo hacia el mar. Philippides tuvo que ir corriendo nuevamente durante los 42.195 m que le separaban de Atenas para dar la noticia a su pueblo de la victoria (distancia de la actual prueba olímpica, denominada por razones obvias como Maratón). Al conseguirlo dijo la famosa frase que pasó a la historia: “alegraos atenienses, hemos vencido”. Finalmente se unieron todas las polis griegas logrando vencer al poderoso imperio persa (Aguilera y Ruiz, 2016).

En lo conceptual es indispensable realizar una distinción entre *carreras de montaña* y *carreras por montaña*, que aunque conceptualmente parezca más preciso el segundo, se utilizan ambas denominaciones en dos ámbitos diferentes:

- las *carreras de montaña* están a cargo de la federación de atletismo, RFEA, y se caracterizan por tener menor desnivel acumulado, asemejándose más al resto de carreras atléticas de larga distancia,
- las *carreras por montaña*, caracterizadas no por las distancias, muy variables, sino por tener mayor desnivel acumulado, en general siempre alto; de éstas se encarga la FEDME (Ultratrails, 2017).

Son estas carreras por montañas, bajo el auspicio de la FEDME, las que centran el estudio en este trabajo.

Según Corredordemontaña (2011) el origen de las carreras por montaña data del siglo XI en la localidad de Escocia con la práctica denominada *fell running*. El *fell running* es definido como “la práctica de carrera “*off road*” en las islas británicas, es decir, por zonas de montaña con un desnivel considerable y que supone un componente importante de dificultad. Esta práctica consiste en subir y bajar una montaña y la principal diferencia respecto a las carreras por montaña es que no suelen superar los 30 km y siendo las más habituales de 20 km.

Según Samuelsanchez.blogspot (2014) la primera carrera realizada de manera formal no fue hasta el siglo XI en Escocia. En Inglaterra hasta el año 1852 no se realizaría la *Grasmere Sports Guides Race* siendo así la primera carrera recordada del país. En EEUU no se realizaría la primera carrera con el nombre de *The Mountain Washington Road Race* hasta el año 1904. Por otro lado, en Sudáfrica no fue hasta 1922 cuando se realizó la *Harrismith Mountain Race*.

En 1984 se creó la asociación *World Mountain Running Association* (WMRA) y un año después ya se realizó la primera Copa del Mundo de Carreras de Montaña en la localidad de San Vigilio (Italia). Desde 1995 organiza también el campeonato de Europa; ese mismo año se crea la *Federation for Sports at Altitude* (CFSA), pero no fue hasta 2008 cuando se convirtió en federación de manera oficial organizando la Copa del Mundo de *Skyrunning*, el primer Campeonato de Europa en 2009 y el primer campeonato del mundo en 2010.

Según la FEDME la definición de *carreras por montaña* es “una modalidad deportiva que puede desarrollarse en Alta, Media y baja Montaña. Los deportistas que participan en estas competiciones no sólo tienen que ser rápidos, sino demostrar una enorme capacidad de resistencia. La distancia mínima para que un circuito sea considerado competición oficial es de 21 kilómetros, con un desnivel mínimo acumulado en subida de 1000 metros. El recorrido de las competiciones será siempre por pistas y caminos no asfaltados, senderos, barrancos, etc. y el recorrido de la carrera no superará el 50% de pista transitable para vehículos” (FEDME, 2017).

Como se puede observar en esta definición, para poder realizar una carrera por montaña de manera oficial se deben cumplir los requisitos dichos en la definición anterior, pero también se han realizado diferentes eventos deportivos de manera no oficial debido a la popularidad que ha generado esta práctica deportiva en la sociedad actual.

Estos eventos deportivos no oficiales suelen ser organizados por ayuntamientos o empresas privadas con el objetivo de ofrecer una solución a la demanda social que ha generado esta práctica deportiva y también como una forma de negocio, ya que estos eventos deportivos atraen turismo a la zona donde se realice el evento con el consiguiente beneficio y publicidad de la zona.

Cuantiosas carreras no disponen de los requisitos señalados en la definición para ser carreras por montaña oficiales, aunque la FEDME sí las considera como tales. Tal es el caso de las carreras de *kilómetro vertical*.

5.2. Tipos de carreras por montaña

Las modalidades que se distinguen en las carreras por montaña, son las de carreras de Ultra Trail, carreras en línea y carrera vertical (Carreraspormontanafedme, 2017). Estas carreras están marcadas ya sea por la distancia a recorrer o por el tipo de trazado:

- a) **Ultra trail:** son carreras por montaña con una distancia mínima de una maratón, es decir 42 kilómetros en un entorno natural y que pueden llegar hasta los 250 km, siendo las más comunes entre 100 y 160 kilómetros, y como máximo pueden tener un 20% de terreno asfaltado.

Dentro de la denominación de Ultra Trail se distinguen tres tipos (Ultratrails, 2017):

- *Ultra Trail Medio (M)* de 42 a 69 km,
- *Ultra Trail Largo (L)* de 70 a 99 km
- *Ultra Trail Extra Largo (XL)* de 100 km en adelante. En esta modalidad destacan a nivel nacional la "Ultrapiirineu" y la "UTMB" a nivel internacional.

- b) **Carreras en línea:** son carreras por montaña desde los 21 km hasta los 42km. En esta modalidad destacamos la maratón de la Zegama-Aizkorri a nivel nacional.

- c) **Carreras verticales:** son definidas por la FEMEVCV de Valencia (en Jiménez, 2015) como aquellas "carreras que consten de una única subida, permitiéndose un máximo de 5% de bajada, propias de las características del terreno y no provocadas. El desnivel mínimo en subida será de 700 metros y la distancia máxima a recorrer, de 8 kilómetros, oscilando el porcentaje de pendiente media entre el 20% y el 45%".

Dentro de estas carreras verticales, cada vez abunda más el llamado *Kilómetro Vertical* que como indica la FEDME y la ISF (en Fernández, F. 2013), "solo se considerará Kilómetro Vertical a aquella competición de 1000 metros de desnivel positivo entre salida y llegada (+/- 5% tolerancia) que se desarrolle sobre terreno irregular de gran pendiente, y cuyo recorrido no exceda de 5 kilómetros".

5.3. Importancia de las redes sociales y carreras por montaña

Según Leal (2017), hoy las redes sociales son algo inevitable, una tendencia social, tanto para bien como para mal.

Existen muchas RRSS de las cuales destacamos Facebook, Twitter e Instagram.

Kilian Jornet, considerado el número uno en el mundo de las carreras por montaña y figura relevante del esquí de travesía, comenta en una entrevista que “si un corredor desea convertirse en profesional necesita la ayuda de un sponsor; antiguamente la única manera de conseguir un sponsor era ganar varias carreras para que se fijaran en ti”, pero actualmente “se ha producido un cambio ya que no solo basta con ser el mejor y ganar carreras, sino que debes explotar las redes sociales y conseguir muchos seguidores y de esta forma los sponsors se fijaran en ti”. Todo esto es porque en este deporte la mejor forma de darse a promocionar son las RRSS, ya que son la mayor fuente de información entre la población actual (Jornet, 2016).

Bellido (2016) dice que las RRSS permiten una continua comunicación ya que gracias a ellas se puede compartir con lo que se está haciendo y de la misma manera ver lo que hacen los amigos y los famosos. Referente a las carreras de montaña dice que ha llegado a tener una importancia tan grande para auto promocionarse que a su parecer era impensable.

Montes (2016) afirma que los atletas de hoy en día tienen que estar pendientes de las RRSS a parte de entrenar y competir ya que en el caso de las carreras por montaña son imprescindibles para darse a conocer y de esta forma conseguir sponsor. De hecho, la generación actual se ha convertido en expertos en utilizar las RRSS, existiendo el caso de corredores que sin ser los mejores en este ámbito consiguen mejores contratos de patrocinio con grandes las marcas que los corredores con mejores marcas pero que no utilizan redes sociales.

No solo los deportistas son los que utilizan las RRSS, sino que los organizadores de las pruebas también hacen su perfil en las redes para conseguir mayor popularidad y con ello mayor número de inscripciones año a año.

Algunos datos que avalan lo que acabamos de decir:

1. Kilian Jornet es el corredor más apoyado en las redes sociales, y. En su cuenta de Facebook tiene 765.642 seguidores (Facebookjornet, 2017), en Instagram 493.000 (Instagramkilianjornet, 2017) y en Twitter 278.000 (Twitterjornet, 2017). Sin duda unos números considerables en un ámbito deportivo minoritario.

Otros corredores por montaña no son tan apoyados, aunque si de manera importante, como:

- Scott Jurek tiene en su cuenta de Facebook 188.900 seguidores, 151.000 en Instagram y 97.600 en Twitter. (FacebookJurek, 2017; Instagramscottjurek,2017; Twiterjurek,2017).
- Anton Krupicka, que lleva sin ponerse un dorsal a causa de las lesiones dos años, consigue 104.028 seguidores en Facebook, 121.000 en Instagram y 10.600 en Twitter. (Facebookantonkrupicka, 2017; Instagramantonkrupicka,2017; Twiterantonkrupicka,2017).

Entre las corredoras, las más seguidas son:

- Emelie Forsberg: Facebook, 140.157 seguidores; Instagram 138.000; Twitter 47.300 (FacebookTinaemelie, 2017; InstagramTinaemelie,2017; TwiterTinaemelie,2017).
- Anna Frost, en Facebook 117.854, 79.000 en Instagram y 40.600 en Twitter. (FacebookAnnafrosty, 2017; InstagramAnnafrosty,2017; TwiterAnnafrosty,2017),.

5.4. Elección y toma de datos

Durante los últimos años este deporte ha conseguido una gran popularidad, aumentando considerablemente el número de pruebas y participantes. Así 2016 se celebraron 1136 carreras por montaña como afirma el presidente de la FEDME Garrigó (en Trailcyl, 2017).

Como afirman Seguí, Inglés, Labrador y Faria (2016), en el caso del *Trail running* el aumento de participantes se confirma en varios estudios de diferentes zonas de España. Cada año crece el número de pruebas del *Trail running*, muestra el estudio de Oñorbe del año 2014 sobre las estas carreras realizadas en el Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama: desde el año 2011 hasta el 2015 se ha pasado de 1 a 8 pruebas en tan solo 5 años (Oñorbe, 2014, en Seguí et al, 2016).

Para realizar el estudio primeramente en la página oficial de la FEDME donde pude observar la evolución de este deporte en el número de pruebas para la Copa de España desde el 2004 que son los primeros datos que se detallan hasta la actualidad y después se inician los Campeonatos de España en el año 2006, realizándose también en España según los datos Campeonatos Europeos y Mundiales. Después de analizar el incremento de pruebas a lo largo de los años se estudia el incremento de finalizadores y de participantes en 7 de las pruebas más prestigiosas de España y del evento internacional con más renombre, en el cual se realizan 5 pruebas distintas.

Respecto a la evolución que sufrido la Copa de España según la FEDME se observa que del 2004 al 2008 no existe casi cambio ya que se organizan una prueba al año aproximadamente. Del 2009 al 2011 se observa que el número de pruebas ha aumentado y surge una nueva modalidad, carreras por montaña de Kilómetro vertical. En el 2012 se produce una subida considerable en el número de pruebas ya que surge la modalidad de carreras por montaña en línea. Del 2013 al 2014 se produce un decrecimiento del número de pruebas organizándose únicamente carreras de kilometro vertical y carreras en línea. Del 2014 al 2017 se vuelve a observar otro crecimiento tanto para el número de pruebas como para una nueva modalidad, el Ultra Trail. En este último año se realizaron 14 pruebas de diferentes modalidades solo para la copa de España siendo 1 el número de pruebas en su origen, en el 2004 (FEDME, 2017).

6. RESULTADOS

Campeonatos y copas de España

Referente a los campeonatos de España comienzan en el 2006, dos años más tarde que las copas de España, al igual que lo dicho anteriormente del 2006 hasta el 2008 solo se realiza 1 prueba anual. En 2009 y 2010 igualmente surgen los campeonatos de kilómetro vertical aumentando de esta forma el número de campeonatos. En 2011 se realiza el campeonato europeo de kilómetro vertical. En 2012 nace el campeonato de carreras por montaña en línea y se realiza el campeonato del mundo de los sky games, es un combinado de 4 pruebas que se realizaron en apenas 4 días, las pruebas fueron de kilómetro vertical, sky bike, sky speed y sky maratón. En 2013 se realiza la ultra Trail en España, y en Europa 1 ultra Trail 1 KV y 1 skyrace. Hasta 2016 no se vuelven a realizar campeonatos del mundo y en esta ocasión se realizan 4 de diferentes modalidades. En 2017 surge el campeonato de España de Snowrunning (FEDME, 2017).

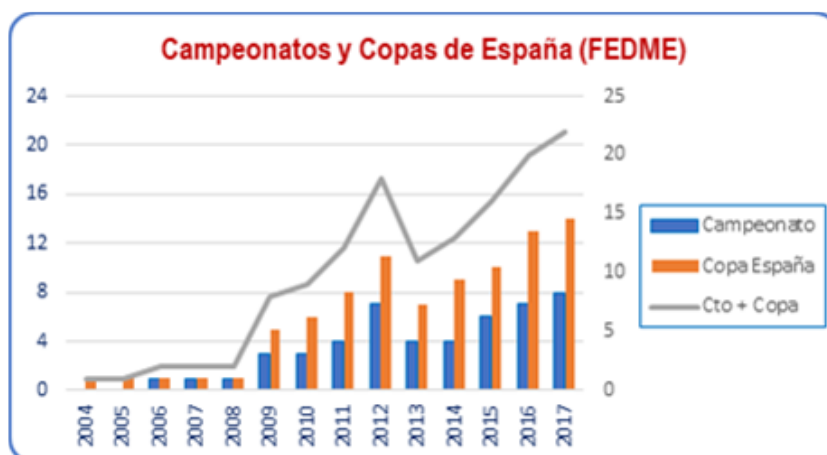


Fig. 1.- Datos número de pruebas de las copas y campeonatos de España de la FEDME.

Después se analiza el incremento de demandantes y finalizadores en diferentes pruebas de distintas modalidades en el territorio nacional y el evento internacional con mayor popularidad, la UTMB.

Zegama-Aizkorritz

La **maratón de Zegama Aizkorritz** es una de las pruebas con mayor importancia de España, consta con un recorrido de 42,195 km y 5472m de desnivel acumulado. Su origen data del año 2002 donde participaron 125 personas según Ainhoa Txurruka, contacto de la organización de la prueba. La página oficial de la Zegama Aizkorritz solo muestra los finalizadores de la prueba en cada año y lo que se observa es que cada año son más los participantes terminan la prueba y que bajan de las 8 h, tiempo límite para aparecer en la clasificación. Ainhoa comenta que esta prueba en su segundo año ya era parte de la copa de España y que participaron tantos corredores como se quisieron inscribir. A partir de la 3ª edición fue parte de la copa del mundo y que llegó un momento que tuvieron que establecer un límite de

participantes debido a su demanda y realizar sorteo para su participación entre los demandantes. Tanto es el impacto de esta carrera que en el año 2015 fueron 5000 los preinscritos y en el 2017 casi lo duplica siendo 9000 los inscritos (Zegama-aizkorriz, 2017).

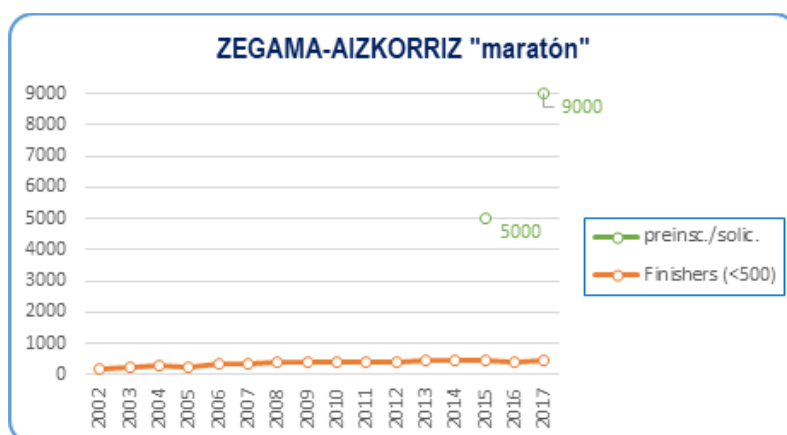


Fig. 2.- Datos de finalizadores y preinscritos de la maratón de Zegama-Aizkorriz

Tanta es la popularidad de la maratón de la Zegama Aizkorriz que en 2015 se organiza el kilómetro vertical, **Zegama Aizkorriz KV**, prueba de un recorrido de 3 km en el que se ascienden 1015 m. Según los datos de la página oficial se ve que también ha sufrido un crecimiento de finalizadores, de 110 en su primera edición hasta 195 en esta última (Zegama-aizkorriz, 2017).

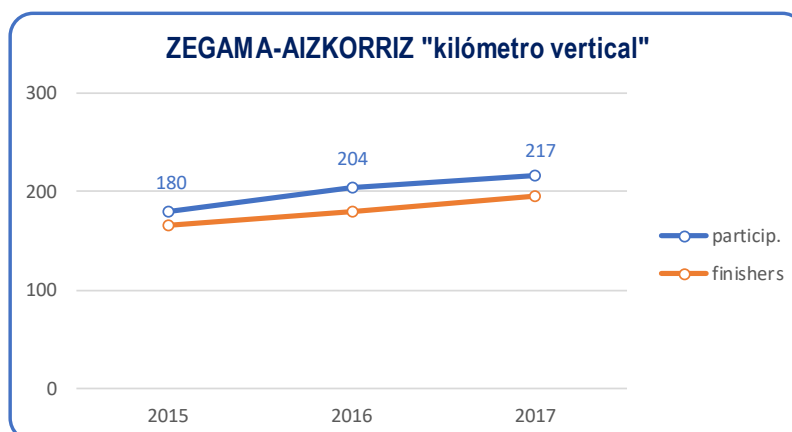


Fig. 3.- Datos de finalizadores y participantes KV Zegama-Azkorriz

Tres Valles

Es una carrera que nació hace solo 3 años y en poco tiempo se ha convertido en una de las principales pruebas a nivel nacional. Tres valles consta de un recorrido de 37km y con un desnivel de 2200m. Desde su origen en 2015 se agotaron el límite de plazas días antes de su celebración. En 2016 hubo una demanda de unas 1000 personas para las 300 plazas límites. En 2017 hubo una demanda de 4000 participantes de las cuales se agotaron las plazas solo 15 minutos desde que salió la inscripción. De esta forma podemos decir que se ha convertido en tan solo 3 años en una de las pruebas referentes a nivel nacional (Tresvalles, 2017).

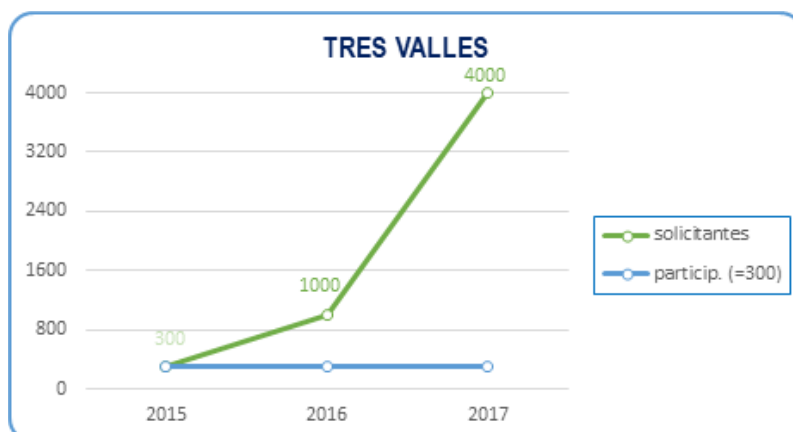


Fig. 4.- Datos participantes y solicitantes de Tres Valles

Penyagolosa

Se desarrollan dos carreras: la Penyagolosa maratón MIM y la Penyagolosa Ultratrail CSP

La **Penyagolosa Maratón MIM** es una prueba que tiene su origen en el año 1999 con un recorrido de 62 km y un desnivel acumulado de 5100 m, los corredores dispondrán de 14 h como tiempo máximo para finalizar la prueba si no, no estarán en la clasificación final. En esta prueba se establece en 1500 el límite de participantes. En esta ocasión no se dispone del número de demandantes y lo que se observa es que cada vez es mayor el número de finalizadores (Penyagolosa, 2017a).

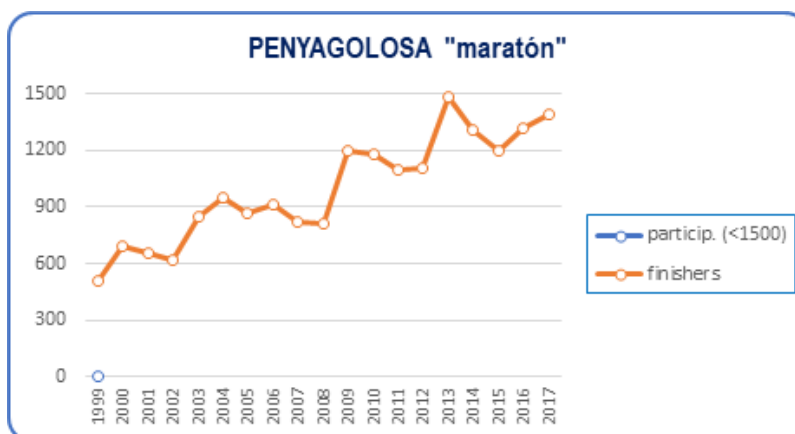


Fig. 5.- Datos finalizadores de Penyagolosa Maraton

La Penyagolosa Ultratrail CSP es una prueba de Ultratrail que tiene su origen en el año 2012 con un recorrido de 109 km y un desnivel de 10000 m, los participantes dispondrán de 27 h para finalizar la prueba. Esta prueba dispone de 600 plazas para sus participantes y como en el caso anterior solo dispongo de los datos de los finalizadores. Esta prueba es puntuable para el campeonato de España *Spain Ultra Cup* y pa el campeonato internacional *Ultratrail World Cup*. Esta prueba también es puntuable para la UTMB (Penyagolosa, 2017b)

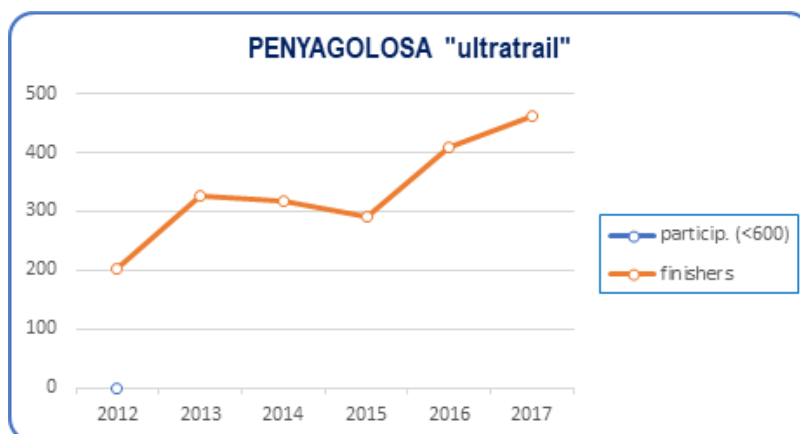


Fig. 6.- Datos finalizadores de Penyagolosa Ultratrail

Ultrapiirineu

Es una prueba dentro de las modalidades el Ultratrail. Surgió en el año 2009 y consta de 110 km de recorrido y un desnivel positivo de 6800m. En su primer año no se llenó el cupo de inscritos de 300 participantes pero en los 3 años siguientes sí y eso que aumentó el número limitante, hasta 1000 participantes, llegando a tener más de 700 demandantes por encima de ese límite, número que ha ido bajando, ya que los demandantes saben que a partir de los 150 demandantes de la reserva no van a ser elegidos para realizar la prueba y no se inscriben, en palabras de David Prieto, organizador de la prueba (Ultrapiirineu, 2017).

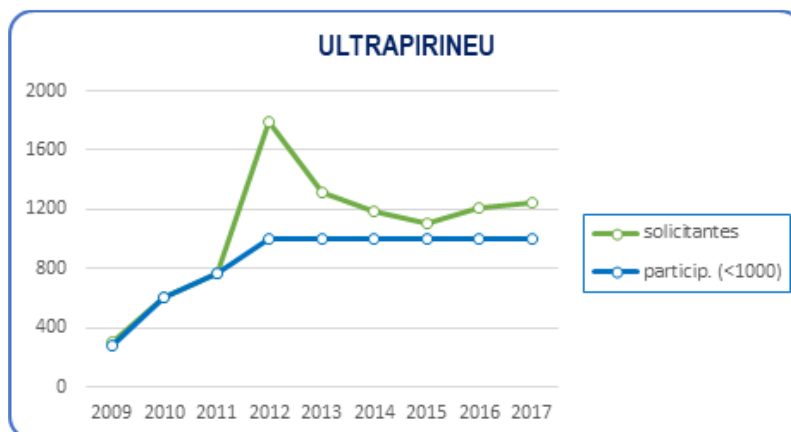


Fig. 7.- Datos de participantes y solicitantes del Ultrapiirineu

Transgrancanaria

La transgrancanaria es la primera prueba que se realiza en las islas canarias. Surgió en 2003 y la carrera consta de 125 km de recorrido y un desnivel de 7500 m. Los datos mostrados en la gráfica vienen directamente de la organización y se aprecia una demanda creciente desde su inicio, siendo en el 2009 cuando más se nota dicho crecimiento de demandantes (transgrancanaria, 2017).

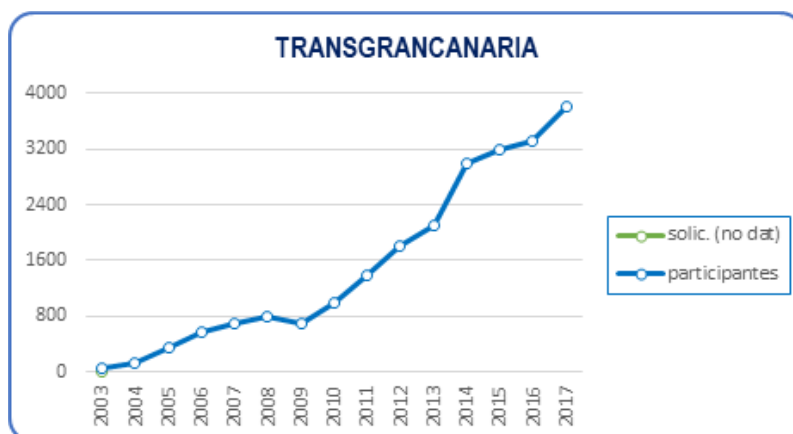


Fig. 8.- Datos de participantes de Transgrancanaria

Evento internacional de UTMB

Es el evento con mayor importancia de las carreras por montaña, actualmente comprende 5 pruebas, las cuales se denomina todas ellas como UMTB (Ultratrail del Mont Blanc, la prueba más antigua y con mayor importancia del evento). Así tenemos la UTMB propiamente, la CCC, la OCC, la PTL y la TDS.

En conjunto es capaz de atraer unos 8000 corredores que pueden vivir la experiencia de realizar alguna de las carreras de la UTMB, y 16000 aficionados (UTMB, 2017a). Pero son muchos más los interesados en correrlas, tanto los organizadores del evento tienen que realizar un sorteo, y así asegurar un gran espectáculo. Para participar en el sorteo los aspirantes han de acumular puntos a lo largo de la temporada en determinadas carreras que la organización designa (UTMB, 2017b).

Tal es la importancia del evento del UTMB que en el año 2018 se va a realizar un evento que constará de 3 pruebas en China, pruebas que además puntuarán para clasificarte y participar en alguna de las pruebas del evento del UTMB (mtgaoligong, 2017).

La **UTMB** es la prueba reina del evento, surgió en el año 2003 y consta de un recorrido de 170 km. Desde sus inicios en 2003 con poco más de 700 corredores inscritos, año siguiente 2004 se presentan el doble. Viendo el auge que había tenido de un año a otro establecieron el límite de inscritos a 2300 para el 2005, plazas que se agotaron en meses, y en 2006 en tres semanas, en 10 horas en 2007 y en solo 9 minutos el 2008. A partir de este año para participar hay que clasificarse por méritos para entrar en sorteo. Tras una estabilización del año 2006 a 2009, se vuelve a crecer hasta el año 2014, donde volvemos a la estabilización en torno a los 6000 demandantes para participar en la prueba (UTMB, 2017c).

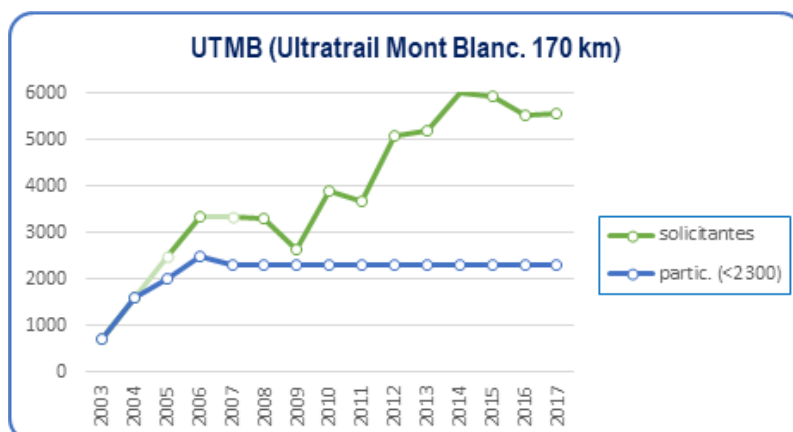


Fig. 9.- Datos de participantes y solicitantes de la UTMB

La **CCC** es considerada la hermana pequeña de la UTMB, surgió en 2006 y consta con un recorrido de 101 km. En su primer año casi consiguen llenar todas las plazas para la prueba, completándose la segunda edición ya con lista de espera. Se aumentó el límite de participantes en la siguiente edición del 2008, límite que se mantiene en 1800 corredores. En ese año el número de plazas se agotó en 8 minutos. Por ello en el 2009 se inicia el famoso sorteo de la UTMB (UTMB, 2017d).

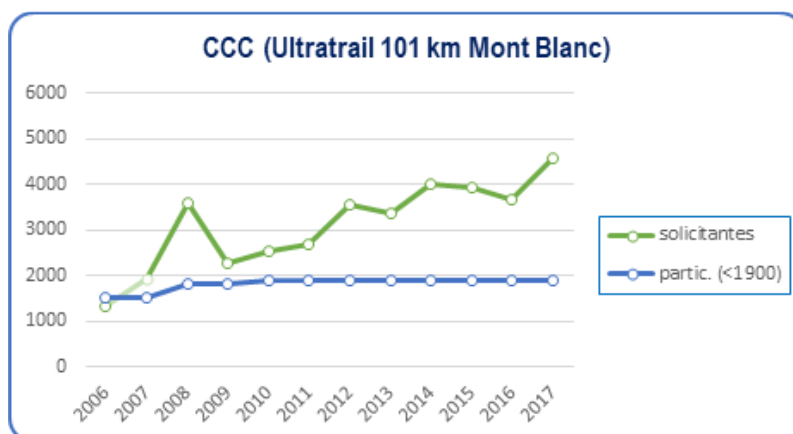


Fig. 10.- Datos de participantes y solicitantes de la CCC

La **TDS** surgió en el año 2009 y su recorrido es de 121 km, en esta prueba no fue hasta el año 2015 cuando se pudo completar el cupo de participantes en la prueba. A partir de este año se han completado los cupos produciéndose un crecimiento masivo de demandantes (UTMB, 2017e).

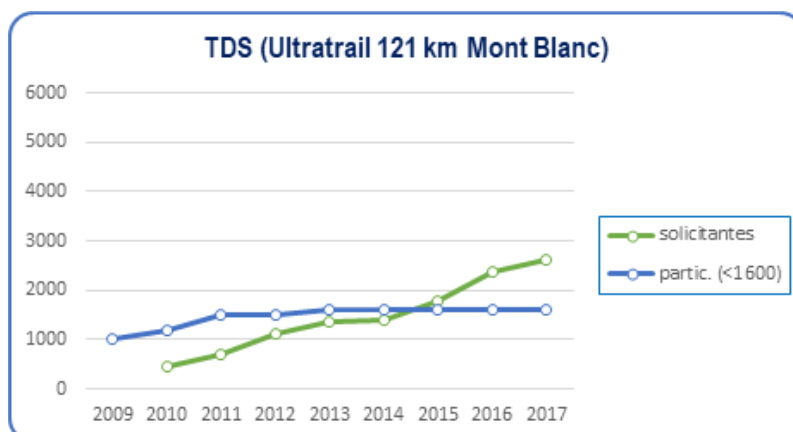


Fig. 11.- Datos de participantes y solicitantes de la TDS

La **PTL** nace en 2008 y consta de un recorrido de 300km. Diferente al resto es una prueba por equipos de 2 o 3 personas. Sin límite de participantes hasta ahora, también presenta un crecimiento de participantes respecto al año de la 1ª edición, siendo 182 inscritos en 2008 y 314 en 2017 (UTMB, 2017f).

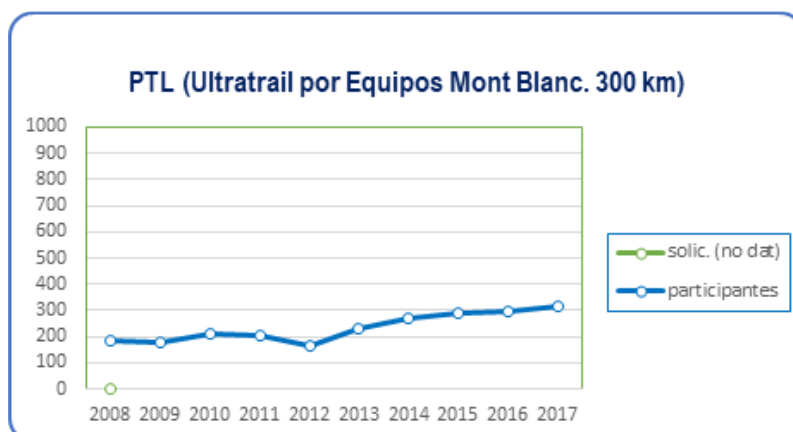


Fig. 12.- Datos de participantes y solicitantes de la PTL

La **OCC** es la prueba más joven pero que desde su nacimiento en el 2014 llena todas las plazas disponibles. Con un límite de 1200 plazas, dobla la demanda que va en aumento (4207 aspirantes en 2017). La prueba gana en popularidad pues sus 67 km la hacen la más asequible (UTMB, 2017g).

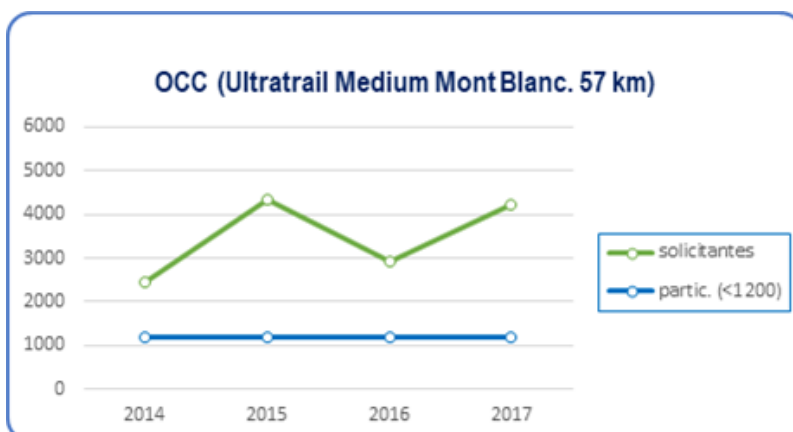


Fig. 13.- Datos de participantes y solicitantes de la OCC

7. DISCUSIÓN

Tras la comprobación y representación de los resultados expuestos en el apartado anterior se procederá a la discusión de dichos resultados sobre el incremento de pruebas a nivel nacional y el aumento de participantes y finalizadores en las pruebas analizadas.

Según los resultados obtenidos en la fig. 1 se ve que desde el año 2004, ha aumentado exponencialmente el número de pruebas para la realización de la Copa de España en primer caso, pasando de realizarse una sola prueba a 14 en el año 2017. Este crecimiento se debe al número de demandantes y a la distinción que se realizó en las carreras por montaña, surgiendo las modalidades de Ultra Trail, Carreras verticales y carreras en línea. Referente a los campeonatos de España surgen en el año 2006 y también sufren un crecimiento exponencial referente al número de campeonatos anuales, siendo de 1 en sus inicios y de 8 en el 2017. En España se observa que se celebraron Campeonatos Europeos y Mundiales y surgen nuevas modalidades como es el caso del Snowrunning.

En el estudio que se ha realizado de las carreras del ámbito nacional y el evento de la UTMB se ve que también han sufrido un crecimiento referente al número de demandantes, llegando a duplicar o triplicar el número límite de plazas que designa la organización.

La prueba que más solicitantes recibe es la maratón de Zegama-Aizkorri y como se ve en la fig. 2 su 1ª edición fueron 125 los participantes, hasta el 2015 se desconocen los datos de los demandantes, pero en este año subió a 5000 el número de deportistas que querían realizar dicha carrera. Para el año 2017 aumento este número a la escalofriante cantidad de 9000 demandantes.

En segundo lugar, se encuentra la carrera de Tresvalles, como muestra la fig. 4 en su 1ª edición en el 2015 se agotaron las 300 plazas, pero no se saben los datos exactos de los demandantes, salvo de 2016, siendo de 1000 el número de participantes y de 4000 en la edición del 2017. PORCENTAJES

La UTMB también muestra un incremento de solicitantes desde su 1ª edición hasta la última como muestra la fig.9. Cuando empezó en 2003 fueron poco más de 700 los inscritos, duplicándose en la 2ª edición. Hasta el año 2006 se ve un crecimiento importante llegando a cifras de los 3300 demandantes, cifra que se estableció hasta el 2008 ya que en el 2009 se produjo un decrecimiento, pero después de este año hasta el 2014 se produjo un crecimiento masivo llegando a cifras de hasta 6000 demandantes, estableciéndose en estas 2 últimas ediciones en torno a los 5500.

La OCC presenta un gran crecimiento de solicitantes como muestra la fig. 13, Su primera edición en el 2014 al igual que en su 3ª edición el número de solicitantes duplicó el límite plazas establecido, mientras que en el 2015 y 2017 la cifra llegó a superar los 4000 demandantes.

En la prueba de la CCC se observa en la fig.10 un crecimiento de solicitantes desde su 1ª edición en 2006, siendo de 1300 y llegando a 3600 en la edición del 2008. Pero en el 2009 al igual que en la prueba

del UTMB se aprecia un decrecimiento llegando a los casi 2300 solicitantes. A partir de este año vuelve a crecer este número estableciéndose durante unos años en cifras cercanas a los 4000, mientras que en la última edición del 2017 se superaron los 4500 demandantes.

En la transgrancanaria se aprecia en la fig.8 un crecimiento progresivo cada año desde su 1º edición en el 2003 donde se inscribieron 67 participantes hasta 2008 cuya cifra fue de 800. En el 2009 se apreció un ligero descenso, pero a partir de este año se inició un crecimiento masivo año a año hasta llegar a los 3800 participantes en el año 2017.

La TDS muestra un crecimiento lento y progresivo cada año desde su 2ª edición (fig.11), se desconocen los datos de la 1ª en 2009. En el 2010 participaron 448 corredores y será en 2015 cuando se alcanza el número de plazas ofertadas con 1793 participantes. A partir de este año se ha producido un incremento mayor de solicitantes llegando a la cifra de 2632 los corredores interesados en la edición del 2017.

La PTL es una prueba que también ha sufrido un crecimiento de participantes cada año fig. 12 pero este crecimiento no ha sido tan notable como otras carreras expuestas anteriormente. El número de participantes en la 1º edición en 2008 es de 182, mientras que en el 2017 son 314.

El Kilometro Vertical de Zegama-Aizkorri también sufre un incremento de participantes fig. 3 desde su 1º edición en 2015 con 180 participantes hasta la edición del 2017 con 217. Se observa que ha crecido, pero es muy poca la diferencia en esta carrera.

Respecto a la Ultrapiirineu se da un crecimiento elevado (fig.7) de la 1ª edición en 2009 con 204 solicitantes hasta la edición del 2012 en la hay casi 1800 aspirantes. En el 2013 se da un descenso de demandanda, cifra que se establecido desde ese año hasta el 2017 en unos 1250 demandantes.

La Ultra Trail de Penyagolosa muestra unos datos crecientes respecto a la cantidad de participantes que finalizan la prueba como se ve en la fig.6. El número de corredores que acabaron la prueba en su 1º edición en el 2012 es de 203, cifra que se dobla en la última edición del 2017.

La maratón de Penyagolosa también muestra creciente el número de corredores que finalizan la prueba expuesto en la fig.5. Según los datos se triplica el número de finalizadores entre la 1º edición en el 1999 y la edición del 2017. En la línea creciente se observan diferentes altibajos, pero con un resultado final aumentativo, siendo los picos crecientes más notables en las ediciones de los años 2004, 2009 y 2013.

En la maratón de la Zegama-Aizkorri (fig.2), en las últimas ediciones finalizan la prueba más de 400 personas, siendo 500 el número máximo de participantes habidos. Desde la primera edición 2003 a la última del 2017 el número de participantes que finalizan la prueba crecen en más del doble.

Para acabar se analizan los finalizadores de la prueba de Kilometro Vertical de Zegama-Aizkorri (fig.3). Se observa un crecimiento entre la 1ª edición en 2015 con 165 participantes que finalizaron la prueba y la última edición en 2017 con 195 finalizadores. Este crecimiento no es muy significativo, pero se ve un pequeño aumento afirmando lo que se desea estudiar.



8. CONCLUSIONES

1. Se puede afirmar que se ha producido un crecimiento notable no sólo de participantes, sino también de solicitudes de participación en las carreras por montaña analizadas, desde la 1ª edición hasta la última de 2017. En muchas se llega a duplicar y triplicar el número de solicitudes respecto al número límite de plazas.
2. También se observa que se ha producido un crecimiento respecto al número de pruebas anuales en el ámbito nacional en las Copas y Campeonatos organizados por la FEDME, alcanzando en el año 2017 un número de 14 pruebas puntuables en la Copa de España y de 8 Campeonatos, cuando en los primeros años sólo se llevaron a cabo una u otra sola prueba.
3. Respecto a las carreras por montaña de las que se disponen datos de finalizadores de la prueba se ve que cada año son más los participantes que finalizan la carrera, aun cuando se mantengan los límites de participación, y esto apunta a la profesionalización creciente de los deportistas.

9. APLICACIÓN Y VALORACIÓN PERSONAL

El presente trabajo consolida que las actividades físicas de aventura en la naturaleza se han afianzado dentro del concepto deporte en la sociedad actual.

El trabajo permite ahondar en el origen de estos llamados nuevos deportes y en este TFG de las carreras por montaña. El estudio reafirma la percepción del aumento del número de solicitantes a participar en dichas carreras, lo que a su vez ha generado la aparición de nuevas pruebas y modalidades de carreras por montaña.

Se comprueba que las carreras por montaña viven un proceso de profesionalismo, aspecto que casi no existía en sus orígenes. Es algo que surge en todos los deportes, los deportistas del mismo quieren vivir de la práctica que tanto les gusta, compitiendo con otros y superando sus límites. Cada año son más los corredores que terminan las pruebas y con mejores marcas.

Personalmente, la realización de este TFG sobre las carreras por montaña me ha aportado además de los datos y números asociados a las pruebas seleccionadas, conocimientos y métodos de indagación que no conocía o nunca había probado.

Sin duda el TFG puede mejorarse, pero los múltiples defectos del mismo no son sino achacables a mi impericia no a la de las personas que me han permitido desarrollarlo. Tengo que agradecer, además del tutor del TFG por aceptarme, guiarme en la realización del mismo y ponerme en contacto con gente del mundo de las carreras por montaña, de manera muy especial a José Antonio de Pablo, *Deeparunner*, experto internacional que vino a ejercer como otro tutor, atendiendo a mis no pocos requerimientos, reorientó en el objeto del trabajo, y me puso en contacto además de con toda seguridad influyó sobre manera para ser atendido por los organizadores de las pruebas, a los que también tengo mucho que agradecer: Manuel Jesús Gómez, organizador de la prueba Tresvalles; "Tico" organizador de las pruebas de Penyagolosa; Ainhoa Txurruka, de las pruebas de Zegama-Aizkorri; David Prieto Bassas, de la Ultraopirineu y Fabrice Perrin, organizador de las inscripciones en el evento de la UTMB.

10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aguilera, J.L., Ruiz, J.M. (2016). *Maratones Olímpicas y Medios de Comunicación*. Universidad de Granada. *Revista materiales para la Historia del Deporte*, (14), 88-112.º

Bellido, E. (2016). Recuperado de: <http://www.runners.es/entrenamiento/trail-running/articulo/trail-running-carreras-por-montana-postureo-redes-sociales>

Boletín Oficial del Estado (2012). (313), 89036-89043.

Cagigal, J.M. (1983). El cuerpo y el deporte en la sociedad moderna. *Papers. Revista de sociología*, (22), 145-156.

Carreraspormontana (2017). Recuperado de: <http://www.carreraspormontanafedme.es/es/2017/carreras-por-montana-fedme-85/>

Casanova, B (1991). La aparición de los nuevos deportes y sus repercusiones. *Apunts: Educación Física y Deportes*, (26), 71-76.

CMDsport, (2016). Recuperado de: <http://www.cmdsport.com/multideporte/actualidad-multideporte/la-practica-deportiva-en-espana-crece-un-459/>

Corredoresdemontaña.blogstop.com, (2015). [Web blog post], Recuperado de: <http://corredores-demontana.blogspot.com.es/2015/06/gemma-arenas-alcazar.html>

Facebook annafrosty (2017). Recuperado de: <https://www.facebook.com/annafrosty/>

Facebook antonkrupicka (2017). Recuperado de: <https://www.facebook.com/antonkrupicka.runner/>

Facebookkilianjorne (2017). Recuperado de: <https://www.facebook.com/kilianjornet/>

FacebookScottJurek (2017). Recuperado de: <https://www.facebook.com/ScottJurek/>

Facebooktinaemelie (2017). Recuperado de: https://www.facebook.com/tinaemelie/?ref=br_rs

Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. (s.f.). *Memoria para la verificación del Título de Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*. Recuperado de <http://seguimiento.calidad.unileon.es/descargas/MEMORIA-143-13-47-2011-01-05-10-21-24.pdf>

Federación Española de Deportes de Montaña y de Escalada, (2017). Recuperado de: <http://www.fedme.es/index.php?mmod=staticContent&IDf=467>

Fernández, R. (2017). El Kilómetro Vertical. Recuperado de: <https://running.es/trail/el->

Funollet, F., Inglés, E. & Labrador, V. (2016). Hacia un nuevo paradigma de la actividad deportiva en el medio natural/Towards a New Paradigm for Sport in the Natural Environment. *Apunts. Educació Física i Esports*, (124), 114.

Fuster, J., Funollet, F. & Gómez, J. (2008). Características elementales de los nuevos deportes en el medio natural. *Ágora para la EF y el deporte*, (7-8), 35-47.

García Ferrando, M. (2006). Posmodernidad y deporte: entre la individualización y la masificación. Encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles. Centro superior de investigaciones científicas.

González, F. (2016). Guía de buenas prácticas para el desarrollo de carreras por montaña en espacios naturales protegidos. *Series de manuales Europarc*.

Heinemann, K. (1991). Tendencias de la investigación social aplicada al deporte. In *Acta del Congreso políticas deportivas e investigación social*.

Inglés, E; Funollet, F; & Olivera, J. (2016). Las actividades físicas en el medio natural. Presente y futuro. *Apunts. Educación física y deportes*, (124), 51-52.

InstagramAnnafrosty (2017). Recuperado de: <https://www.instagram.com/annafrosty/>

Instagramantonkrupicka (2017). Recuperado de: <https://www.instagram.com/antonkrupicka/>

Instagramkilianjornet (2017). Recuperado de: <https://www.instagram.com/kilianjornet/>

Instagramscottjurek (2017). Recuperado de: <https://www.instagram.com/scottjurek/>

InstagramTinaemelie (2017). Recuperado de: <https://www.instagram.com/tinaemelie/>

Jiménez, D. (2015). Turismo deportivo: las carreras por montaña como herramienta de desarrollo local.

Jornet, K. (2016). Recuperado de: <https://www.youtube.com/watch?v=i949hXxr4B4>

kilometro-vertical#.Wi5Q1rpFzIU

Lapetra, S. & Guillen, R. (2005). La motricidad de las actividades físico-deportivas en la naturaleza. La función recreativa de su práctica en la sociedad contemporánea. *Apunts. Educación física y deportes*, 2(80), 53-62.

Laraña, E. (1989). Deporte y cultura en la sociedad contemporánea. Los nuevos deportes. *Apunts. Educación Física y Deportes*, (15), 65-70.

Leal, M. 2017. Recuperado de: <https://carrerasdemontana.com/2017/06/19/carreras-de-montana-y-redes-sociales-por-mikel-leal-en-corremonteshoy-88/>

Luque Gil, A. M. (2003). La evaluación del medio para la práctica de actividades turístico-deportivas en la naturaleza. *Cuadernos de turismo*, (12), 131-150.

MECD. (2015). Servicios al ciudadano del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Recuperado de: http://www.mecd.gob.es/servicios-al-ciudadano-mecd/dms/mecd/servicios-al-ciudadano-mecd/estadisticas/deporte/ehd/Encuesta_de_Habitos_Deportivos_2015.pdf

Montes, D. (2016). Recuperado de: <http://www.carreraspormontana.com/noticias/redes-sociales-y-trail-running-buscando-montanas-de-seguidores>

Mtgaoligong (2017). Recuperado de: <http://www.mtgaoligong.com/>

Nasarre, J. M. (2016). Los retos del montañismo en el siglo XXI. Respuestas normativas. *Apunts. Educación física y deportes*, 2(124), 100-107.

Nasser, D. (1995). Deporte y turismo activo: una reflexión sociológica. *Primer congreso de turismo rural y turismo activo*, 481-499.

Normativa para el desarrollo de Trabajos Fin de Grado en los Estudios de Grado de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de León. Aprobada en Junta de Facultad el 08/05/2013. Recuperado de <http://www.fcafd.unileon.es/documentos/NormativaTrabajosFindeGrado.pdf>

Olivera, J., & Olivera, A. (2016). Las actividades físicas de aventura en la naturaleza (AFAN): revisión de la taxonomía (1995-2015) y tablas de clasificación e identificación de las prácticas. *Apunts. Educación física y deportes*, 2(124), 71-88.

Olivera, J. (1995). Las actividades físicas de aventura en la naturaleza: análisis sociocultural. *Apunts: educación física y deportes*, (41), 5-8.

Penyagolosa (2017a) la CSP. Recuperado de: <http://penyagolosatrails.com/csp/>

Penyagolosa (2017b) la MIM. Recuperado de: <http://penyagolosatrails.com/mim/>

Puig, N. & Heinemann, K. (1991). El deporte en la perspectiva del año 2000. *Papers: revista de sociologia*, (38), 123-141.

Randstad, (2017). Recuperado de: <https://www.monster.es/orientacion-laboral/articulo/jornada-laboral-y-horarios>

Real Decreto 1393/2007, de 29 de octubre, por el que se establece la ordenación de las enseñanzas universitarias oficiales (BOE nº 260, de 30/10/2007).

Resolución de 16 de abril de 2010, por la que se ordena la publicación del Reglamento sobre Trabajos Fin de Grado de la Universidad de León (BOCYL nº 89, de 12/05/2010).

Sánchez, S. (2014). [Web blog post], *Un poco de historia del mundo del trail*. Recuperado de: <http://samuelsanchez.blogspot.com.es/2014/12/un-poco-de-historia-del-mundo-del-trail.html>

Seguí, J., & Farias, E. I. El trail running (carreras de o por montaña) en España. Inicios, evolución y (actual) estado de la situación (Trail running in Spain. Origin, evolution and current situation; natural areas). *Retos*, 33(33), 123-128.

Seguí, J., Ingles, E., Labrador, V., & Faria, E. I. (2016). Mountain or trail running. The process of recognition as a new sports modality: a legal vision. *Retos-nuevas tendencias en educacion fisica deporte y recreacion*, (30), 162-167.

Trailcyl.com, (2017). Recuperado de: <https://www.trailcyl.com/2017/10/la-seguridad-en-las-carreras-por-montana-a-analisis/>

Transgrancanaria (2017). Recuperado de: <http://www.transgrancanaria.net/info-transgrancanaria/>

Tresvalles (2017). Recuperado de: http://www.tresvalles.net/pagina_principal.asp

TwiterAnnafrosty (2017) Recuperado de: <https://twitter.com/annafrosty>

TwiterAntonkrupicka (2017). Recuperado de: <https://twitter.com/antonkrupicka>

TwiterScottJurek (2017). Recuperado de: <https://twitter.com/ScottJurek>

TwiterTinaEmelie (2017). Recuperado de: <https://twitter.com/TinaEmelie>

TwitterKilianj (2017). Recuperado de: <https://twitter.com/kilianj>

Ultrapirineu 2017. Recuperado de: <http://ultrapirineu.com/es/ultra>

Ultratrails.com. (2017). Recuperado de: <https://www.ultratrails.com/>

Utmblmontblanc (2017d) CCC. Recuperado: <http://utmbmontblanc.com/en/page/21/ccc@.html>

Utmblmontblanc (2017a) Evento. Recuperado de: <http://utmbmontblanc.com/es/page/1/el-evento.html>

Utmblmontblanc (2017g) OCC. Recuperado de: <http://utmbmontblanc.com/es/page/217/217.html>

Utmblmontblanc (2017b) Participación. Recuperado de:
<http://utmbmontblanc.com/es/page/307/Participaen%20una%20de%20nuestras%205%20pruebas.html>

Utmblmontblanc (2017f) PTL. Recuperado de: <http://utmbmontblanc.com/en/page/23/23.html>

Utmblmontblanc (2017e) TDS. Recuperado de: <http://utmbmontblanc.com/es/page/22/22.html>

Utmblmontblanc (2017c) UTMB. Recuperado de: <http://utmbmontblanc.com/en/page/20/utmb@.html>

Zegama-Aizkorri (2017). Recuperado de: <http://www.zegama-aizkorri.com/es/>