El músculo de la Universidad - Diario Información - 22/02/2017

El músculo de la Universidad

▶Las instalaciones deportivas del campus son el lugar de entrenamiento de deportistas de élite y donde se celebran competiciones ▶Están abiertas a cualquier usuario que tenga interés en practicar ejercicio

ANTONIO TERUEL

■ Hace ya tiempo que la práctica deportiva dejó de ser algo exclusivo de quienes se dedican de manera profesional o «amateur» a alguna disciplina en concreto. Cada vez son más las personas que realizan de forma cotidiana ejercicio físico, ya sea por el clásico "culto al cuerpo", por mantenerse en forma sin más o, simplemente, porque les resulta aconsejable por razones de salud. Y la Universidad de Alicante (UA) ha sabido adaptarse a esta evolución: en sus instalaciones es posible desde el entrenamiento de deporte de élite hasta el ejercicio por libre, para quienes quieren dedicar algún momento del día a la actividad física.

El Servicio de Deportes de la UA cuenta entre sus dependencias con un gimnasio, una piscina cubierta, una pista también cubierta, campo de fútbol también apto para práctica de rugby, pistas de tenis y pádel... La oferta es tan variada como múltiples son las opciones de su uso. Lo más destacado, en cualquier caso, es la convivencia en el campus entre el deporte profesional, el de tipo universitario y el ejercicio más individual o de aficionado, y con una opinión positiva por parte de los usuarios, tanto los que compiten a alto nivel como los que acuden un par de horas diarias para mantenerse en forma.

Las instalaciones deportivas de la Universidad están abiertas no sólo a alumnos, personal docente e investigador o de administración y servicios, sino también a exalumnos, personal de empresas subcontratadas y público en general. El director del Secretariado de Promoción Deportiva de la institución académica, Dari Escandell, destaca que uno de los principales alicientes es el precio, mucho más bajo que el de un gimnasio convencional incluso para el público no universitario. «Intentamos tener la mejor dotación posible y con personal adscrito al Servicio de Deportes», señala.

Tarifas asequibles

Precisamente esa relación entre la calidad y el precio es uno de los aspectos más valorados por los usuarios. En el entorno del campus hay varios gimnasios, que en algún caso pueden tener aparatos más modernos en sus instalaciones; sin embargo, el bajo coste, la accesibilidad, el horario continuado -abre incluso los festivos- y la posibilidad de practicar disciplinas muy diversas tanto en sala como al aire libre son atractivos muy potentes para un público de lo más variado. En el caso de los alumnos, además, se suman las facilidades para poder compaginar estudios y deporte, incluso cuando se está al más alto nivel.

José María Ardid, monitor de sala en el gimnasio, señala que el perfil de usuario más habitual es el del estudiante de entre 18 y 30 años, «pero por las tardes vienen muchos profesores, trabajadores y gente externa». El trasiego es continuo «ya desde las 8 de la mañana», aunque de todos modos, matiza, en todo momento «es un lugar tranquilo». Lo corroboran usuarios como Daniel Vidal, estudiante de Ingeniería Informática que comenta que «aunque hay momentos en los que se junta bastante gente, puedes entrenar bien siempre». Él suele acudir dos o tres veces por semana, «por mantenerme y por prevenir lesiones de espalda porque tengo una hernia discal».

Daniel aprovecha ratos libres entre las clases para ir al gimnasio, al igual que Irene Zapater y Miguel Ángel Santana, estudiantes de Derecho, que también van normalmente dos o tres veces por semana. Pasan alrededor de hora y media en la sala «haciendo pesas, musculación o ejercicios de cardio». A ambos les parecen óptimas las instalaciones, aunque señalan que en determinados momentos hay mucha afluencia de gente y «a veces no hay máquinas libres». Eso sí, valoran especialmente «el precio» e incluso el entorno, ya que «si quieres puedes correr por el campus en vez de hacerlo sobre una máquina».

Opinión parecida tienen Pablo Olivares y Alejandro Manchón, que también estudian Derecho. «El campus es como una ciudad, con muchas rutas para correr y, además, sin coches». Los dos destacan que «sobre todo por el precio vale mucho la pena, pero además hay muy buen ambiente y mucho compañerismo en la sala». Así, hacen hincapié en que «hay quien te ayuda a utilizar alguna máquina si no sabes, o te da consejos». También inciden en que «hay de todo para practicar cualquier disciplina».

Las instalaciones deportivas también atraen a estudiantes Erasmus como la canadiense Danyka Leclair, que este cursa Sociología en la UA. «Tengo muchas horas libres y aquí disfruto», afirma. Además, valora no sólo la calidad de las instalaciones, sino también que «hay mucha luz», y eso la anima más al hacer ejercicio, así como las normas «estrictas» de uso de las instalaciones, que a su juicio facilitan el funcionamiento.

Usuarios del gimnasio de la Universidad de Alicante, una de las instalaciones más utilizadas. PILAR CORTÉS

Precios desde 58 euros para alumnos a 240 para externos

▶ **El uso de las instalaciones deportivas de la Universidad de Alicante resulta económico incluso para las personas ajenas a la institución. Tal y como recoge la página web del Servicio de Deportes (sd.ua.es), los precios de los abonos anuales oscilan entre los 58 euros para los alumnos de cualquier titulación (reducidos a 38 a deportistas federados o universitarios) a los 240 de las personas externas, pasando por los 70 que pagan los trabajadores y los 100 de los exalumnos. A. T.**

Las bajas tarifas, el buen ambiente y el horario continuado de apertura son los aspectos que más se valoran

PILAR CORTÉS

«Vengo varias veces por semana para mantenerme y prevenir lesiones de espalda»

DANIEL VIDAL
ESTUDIANTE DE INGENIERÍA INFORMÁTICA

PILAR CORTÉS

«Hay instalaciones muy variadas y las puedes utilizar por un precio muy bajo»

IRENE ZAPATER
ESTUDIANTE DE DERECHO

PILAR CORTÉS

«Tengo clases por las tardes, así que suelo aprovechar el mediodía para venir»

MIGUEL ÁNGEL SANTANA
ESTUDIANTE DE DERECHO

PILAR CORTÉS

«El gimnasio tiene muchas máquinas y mucha luz, y las normas que hay se respetan»

DANYKA LECLAIR
ESTUDIANTE ERASMUS DE SOCIOLOGÍA

PILAR CORTÉS

«Hay compañerismo y tienes todo lo necesario para practicar cualquier disciplina»

ALEJANDRO MANCHÓN
ESTUDIANTE DE DERECHO

PILAR CORTÉS

«Vale la pena venir por el poco dinero que te cuesta y el buen clima que encuentras»

PABLO OLIVARES
ESTUDIANTE DE DERECHO