



Universidad de Valladolid

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, JURÍDICAS Y DE LA
COMUNICACIÓN

Grado en Turismo

TRABAJO DE FIN DE GRADO

***El Trail Running* como reclamo turístico. El caso de la Travesera Integral Picos de Europa**

Presentado por Cristina Díaz Iglesias

Tutelado por Luis Carlos Martínez Fernández

Segovia, 6 de julio de 2021

RESUMEN

El turismo como fenómeno sociocultural se ha ido adaptando a las características de la demanda, organizando su oferta y productos a los distintos intereses y perfiles de consumidores que existen. De tipologías muy generales como, por ejemplo, el turismo deportivo, surgen actividades concretas capaces de generar flujos turísticos. Este es el caso del *Trail Running*, una forma de hacer deporte que consiste en correr en plena naturaleza. La sociedad se preocupa cada vez más por cuestiones relacionadas con la salud, la actividad física, la naturaleza... Así es como surge una oferta entorno a esta práctica físico-deportiva, que se convierte en una oportunidad no solo para generar flujos turísticos, sino para desestacionalizar la demanda y promocionar turísticamente zonas que, si no fuera por turistas como los apasionados por el *Trail Running* y la montaña, serían olvidadas. Es por todo ello que el presente Trabajo de Fin de Grado (TFG) trata de demostrar la capacidad del *Trail Running* a la hora de generar flujos turísticos, un deporte que, hasta hace relativamente poco, era considerado como minoritario.

PALABRAS CLAVE

Trail Running. Turismo. Turismo Deportivo. Travesera. Naturaleza.



ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	1
1.1. PRESENTACIÓN	1
1.2. JUSTIFICACIÓN	2
1.3. OBJETIVOS	3
1.4. METODOLOGÍA	4
2. EL TURISMO DEPORTIVO	7
2.1. DEFINICIÓN DE TURISMO DEPORTIVO.....	7
2.2. HISTORIA DEL TURISMO DEPORTIVO	10
2.3. TIPOS DE TURISMO DEPORTIVO	12
2.4. PERFIL DEL TURISTA DEPORTIVO.....	14
2.5. EL TURISMO DEPORTIVO EN ESPAÑA	18
3. EL <i>TRAIL RUNNING</i>	23
3.1. DEFINICIÓN DE <i>TRAIL RUNNING</i>	23
3.2. HISTORIA DEL <i>TRAIL RUNNING</i>	26
3.3. TIPOS DE <i>TRAIL RUNNING</i>	30
3.4. PERFIL DEL CORREDOR DE <i>TRAIL RUNNING</i>	33
3.5. EL <i>TRAIL RUNNING</i> EN ESPAÑA	35

4. EL CASO DE LA TRAVESERA INTEGRAL PICOS DE EUROPA.....	39
4.1. LA TRAVESERA INTEGRAL PICOS DE EUROPA.....	39
4.1.1. FICHA TÉCNICA.....	39
4.1.2. DEFINICIÓN	40
4.1.3. PERFIL DE LA CARRERA.....	41
4.1.4. REQUISITOS PARA PARTICIPAR.....	42
4.1.5. EVOLUCIÓN DE LA PARTICIPACIÓN	42
4.1.5.1. SEGÚN LA NACIONALIDAD.....	43
4.1.5.2. SEGÚN LA COMUNIDAD AUTÓNOMA	44
4.1.6. UN FUTURO INCIERTO: #SALVARTRAVESERA.....	46
5. EL <i>TRAIL RUNNING</i> COMO RECLAMO TURÍSTICO	53
5.1. EL TURISMO DE <i>TRAIL RUNNING</i>	53
5.2. EL IMPACTO DEL TURISMO DE <i>TRAIL RUNNING</i>	60
5.3. EL EJEMPLO DE LA TRAVESERA INTEGRAL PICOS DE EUROPA	63
CONCLUSIONES	69
FUENTES Y BIBLIOGRAFÍA.....	71
ANEXOS	80

CAPÍTULO I

[INTRODUCCIÓN]

1. INTRODUCCIÓN

1.1. PRESENTACIÓN

El presente Trabajo de Fin de Grado (TFG) del Grado en Turismo se centra en el *Trail Running*, visto como un deporte dentro del turismo deportivo capaz de generar flujos turísticos.

En sus inicios, el turismo apenas tenía un par de tipologías muy generales como, por ejemplo, el turismo de sol y playa. Pero con el paso de los años, junto con el crecimiento que el turismo experimentó a finales del siglo XX, unido a los cambios en los estilos de vida, el turismo se diversificó.

Hoy en día, existen todo tipo de tipologías que se adaptan a las distintas necesidades de las personas. El abanico es tan amplio que existen tipos de turismo muy específicos como, por ejemplo, el turismo para peluches.

De tipologías muy generales como, por ejemplo, el turismo deportivo, surgen ramificaciones. De igual forma, de estas ramificaciones como, por ejemplo, dentro del turismo deportivo, el turismo deportivo activo, se desarrollan actividades concretas capaces de generar flujos turísticos. Este es el caso del *Trail Running*, una forma de deporte que consiste, en rasgos generales, en correr en plena naturaleza.

Hoy en día, la sociedad se preocupa más que nunca por cuestiones relacionadas con la salud, la actividad física, la naturaleza... En definitiva, por todas aquellas cuestiones que un deporte como el *Trail Running* aglutina.

Por lo general, el *Trail Running* se realiza en sitios alejados de las urbes, en plena naturaleza. A tal efecto, los deportistas se desplazan a zonas lejos de sus lugares de residencia en busca de paisajes en los que practicar el *Trail Running*. En muchos casos, este desplazamiento incluye no solo la práctica del *Trail Running*, sino que, tras la finalización de la carrera, se realizan actividades de restauración. Asimismo, hay deportistas que, a la hora de escoger el destino de sus vacaciones, lo hacen motivados por el potencial del lugar en relación a la práctica del *Trail Running*. Relacionado con lo anterior, las carreras de *Trail Running* también hacen que los deportistas se desplacen fuera de su lugar de origen y que, a veces, pernocten.

Normalmente, los lugares a los cuales se desplazan los corredores de *Trail Running* son pueblos alejados de las urbes. Para estos pueblos, los deportistas como los apasionados por el *Trail Running* son fundamentales a la hora de incentivar su economía.

Es por todo ello que el presente trabajo tratará de demostrar la capacidad del *Trail Running* a la hora de generar flujos turísticos.

1.2. JUSTIFICACIÓN

El objeto de estudio elegido para la realización del presente Trabajo de Fin de Grado (TFG) responde al interés que siento por el deporte, la naturaleza y, en especial por la relación que tengo con el *Trail Running*.

El deporte es, y siempre ha sido, algo muy importante en mi vida. Mis padres me inculcaron su práctica desde pequeña y, junto a ellos, he realizado rutas en muchos lugares de Asturias, lugar del que provengo. ¿Por qué hago alusión a las rutas? Pues porque son las que me han permitido observar *in situ* el crecimiento que el turismo ligado al deporte, y a la naturaleza, ha experimentado en los últimos años. Este hecho está demostrado por estudios como el realizado por la Universitat Oberta de Catalunya (UOC), que señala que el turismo deportivo creció, en la última década, más de un 40%¹, o como el publicado en 2017 por el gobierno de España sobre el turismo de naturaleza, en el que se incluyen los deportes de aventura, que aumentó un 32% entre 2009 y 2016.

Pero ¿por qué *Trail Running*? Pues porque creo, y así lo quiero demostrar en el presente trabajo, que es un deporte con un gran potencial a la hora de generar flujos turísticos.

La idea me viene de casa, pues mis padres son corredores de *Trail Running* y, sin exagerar, cada fin de semana se desplazan, ya sea para entrenar, o para competir, a lugares en plena naturaleza alejados de su lugar de residencia.

En Asturias, la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo del Principado de Asturias (FEMPA) registró en el mes de enero de 2021 la cifra histórica de los 10.000 federados². Dentro de los clubes de montaña, el *Trail Running* se posiciona

¹ Sorrosal, A. (2019). El turismo deportivo crece más del 40 % en siete años. *UOC*. <https://www.uoc.edu/portal/es/news/actualitat/2019/145-turismo-deportivo.html>

² FEMPA. (2021). Análisis incremento de licencias FEMPA. <https://fempa.net/1/analisis-incremento-de-licencias-fempa/>

como la tercera actividad más practicada por los federados, según un estudio³ realizado en 2017 por la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada.

Los apasionados del *Trail Running* no solo practican el deporte, sino que también realizan actividades relacionadas con el turismo. Por ejemplo, las carreras de *Trail Running* suponen un estímulo para viajar para estos deportistas.

Para los pueblos alejados de las urbes, las carreras de *Trail Running* son un aliciente a la hora de atraer turistas. En el día, o días de la carrera, estos lugares reciben visitantes, tanto deportistas de *Trail Running* como acompañantes. Una vez finalizada la carrera, los medios de comunicación se hacen eco, lo que hace que el lugar que haya organizado la carrera adquiera visibilidad, atrayendo así a otros deportistas a visitarlo.

Por lo tanto, el *Trail Running* es un tipo de deporte capaz de dinamizar zonas que, por así decirlo, están alejadas de la civilización.

Todo esto lo sé de primera mano, ya que he acudido a muchas carreras de *Trail Running* organizadas en Asturias. Además, conozco a gente que se dedica al sector turístico en la zona, y sé la importancia que los deportistas tienen en el turismo de estos lugares.

Por todo ello, unido a la formación recibida en el Grado en Turismo y, en especial, en asignaturas como Geografía Turística por la cual conocí las distintas tipologías de turismo, decidí enfocar mi Trabajo de Fin de Grado (TFG) en un deporte, el *Trail Running*, que considerado hasta hace poco un deporte minoritario, tiene un gran potencial a la hora de generar flujos turísticos.

1.3. OBJETIVOS

El objetivo principal que sigue este Trabajo de Fin de Grado (TFG) es el de **demostrar** el potencial del *Trail Running* como reclamo turístico. Dicho de otra forma, probar que el *Trail Running* es un deporte capaz de atraer turistas y, por lo tanto, de generar flujos turísticos.

Otro objetivo, relacionado con el objetivo principal, es el de **vincular** un deporte como el *Trail Running* con el turismo. Este objetivo se debe a lo novedoso del tema, pues no hay muchos trabajos sobre el *Trail Running* relacionado con el turismo.

³ FEDME. (2017). Estudio del perfil de los deportistas y los clubes de montaña españoles. http://www.fedme.es/salaprensa/upfiles/1316_F_es.pdf

También se busca **mostrar** la importancia que un deporte como el *Trail Running* tiene para el sector turístico de zonas alejadas de la civilización como, por ejemplo, pueblos en plena naturaleza.

Finalmente, se tratará de realizar un estudio de un caso concreto, la Travesera Integral Picos de Europa, para conseguir información fidedigna sobre la influencia del *Trail Running* en el turismo de la zona.

Los objetivos específicos son:

- Determinar en qué tipo de turismo se situaría el *Trail Running*
- Definir el perfil de turista de *Trail Running*
- Comprobar si el *Trail Running* es capaz de desestacionalizar la demanda

1.4. METODOLOGÍA

En primer lugar, fue necesario determinar la tipología de turismo más afín al *Trail Running*. Para esto, se recurrió al contenido dado en la asignatura Geografía Turística del Grado en Turismo. Basándonos en los contenidos dados, y junto a los conocimientos previos sobre el *Trail Running*, se decidió que la principal motivación de estos turistas es el deporte y, por lo tanto, se trataría de turismo deportivo.

Una vez decidido el punto de partida, el turismo deportivo, se pasó a la estructuración del trabajo por capítulos. En el primer capítulo se introdujo el tema del Trabajo de Fin de Grado (TFG) y se explicó el marco metodológico. En el segundo capítulo se habló sobre el turismo deportivo y, en el siguiente, se ahondó en el *Trail Running*. El cuarto capítulo se centró en un caso real, el de la Travesera Integral Picos de Europa. Por último, el trabajo finaliza tras relacionar el *Trail Running* con el turismo.

A la hora de redactar los capítulos se obtuvo la información mediante una revisión bibliográfica de libros y artículos relativos al turismo deportivo y al *Trail Running*. También se obtuvo información a través de Internet, y de periódicos, revistas y blogs especializados en esta actividad físico-deportiva. Asimismo, también se consultaron fuentes estadísticas como el INE.

Por otro lado, se aprovechó la oportunidad de la celebración de la Travesera Integral Picos de Europa para obtener información de primera mano mediante la realización de entrevistas.

En un primer lugar se estableció la muestra, que debía estar formada por personas que de una forma u otra tuviesen algún tipo de vinculación con el turismo y el *Trail Running*. Se buscaron y escogieron los siguientes perfiles:

- Organizador de una carrera de *Trail Running* como la Travesera Integral Picos de Europa: David Méndez Alonso
- Alcalde del concejo de Cangas de Onís: José Manuel González Castro
- Corredor de *Trail Running* y organizador de la carrera de *Trail Running* Cxm Picu Turbina: Christian Gutiérrez Espina
- Corredor de *Trail Running* con vinculación al sector turístico de la zona de los Picos de Europa: Alfonso García Fernández
- Corredor de *Trail Running* y, además, ganador de la Travesera Integral Picos de Europa: Manuel Merillas Moledo
- Asistente a la Travesera Integral Picos de Europa de fuera de Asturias y, además, subcampeón de España de Ultra: Borja Fernández Fernández

Después de seleccionar a los sujetos que iban a ser entrevistados, se procedió a la redacción de las entrevistas. Todas las entrevistas fueron semiestructuradas, pues estuvieron formadas por una serie de preguntas base que sirvieran de guion pero que diesen pie a otras ajenas a las principales. Debido a las diferentes características de los encuestados, las entrevistas se ajustaron a estos.

Las entrevistas permitieron obtener información subjetiva muy valiosa de los actores implicados en el *Trail Running* y en el sector turístico de la zona de los Picos de Europa.

Por último, cabe destacar que para el desarrollo de este trabajo no se ha tenido en cuenta la situación vivida en el año 2021 provocada por la pandemia del COVID-19.

CAPÍTULO II
[EL TURISMO DEPORTIVO]

2. EL TURISMO DEPORTIVO

En líneas generales, el turismo deportivo es una tipología de turismo relacionada con el deporte. Esto hace que sea conveniente revisar estos términos antes de ahondar en el concepto de turismo deportivo.

El turismo, según la definición ofrecida por la Organización Mundial del Turismo (OMT):

[...] es un fenómeno social, cultural y económico que supone el desplazamiento de personas a países o lugares fuera de su entorno habitual por motivos personales, profesionales o de negocios. Esas personas se denominan viajeros (que pueden ser o bien turistas o excursionistas; residentes o no residentes) y el turismo abarca sus actividades, algunas de las cuales suponen un gasto turístico.

Por otro lado, según la Carta Europea del Deporte (1992, pp. 8-9):

Se entenderá por «deporte» todo tipo de actividades físicas que, mediante una participación, organizada o de otro tipo, tengan por finalidad la expresión o la mejora de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o el logro de resultados en competiciones de todos los niveles.

2.1. DEFINICIÓN DE TURISMO DEPORTIVO

La definición de turismo deportivo ha estado sujeta a polémica desde que se iniciaron los estudios sobre esta tipología de turismo en los años 90, ya que muchos autores se han contradicho entre sí a la hora de definirla.

El primer autor en hacer referencia al turismo deportivo fue Esteve Secall que, en 1991, describió esta tipología de turismo como “aquella actividad turística de la que forma parte algún tipo de práctica deportiva, bien como objetivo fundamental, bien como objetivo complementario” (citado en Jiménez-Naranjo, 2019, p. 10).

Un año más tarde, Colin Michael Hall, definió el turismo deportivo como “aquellos desplazamientos realizados por razones recreativas (no comerciales) para participar u observar actividades deportivas fuera del lugar de residencia habitual” (1992, p. 147).

Para Hall, existen dos formas distintas de hacer turismo deportivo. Por un lado, de forma activa, que sería desplazarse para practicar un deporte por cuenta propia, y, por otro lado,

de forma pasiva, para visionar la práctica de un deporte como, por ejemplo, una carrera de Fórmula 1.

Tras el término propuesto por Colin Michael Hall, se realizan diversos estudios sobre el turismo deportivo, que vuelve a ser definido a lo largo de los años 90 por muchos autores como, por ejemplo, Gammon y Robinson.

Para estos autores, el turismo deportivo estaría relacionado con los “individuos o grupos que participan activa o pasivamente en deportes competitivos o recreativos durante los viajes que realizan fuera de su residencia habitual” (1997, citado en Jiménez-Naranjo, 2019, p. 10). Asimismo, Gammon y Robison (citado en Latiesa y Paniza, 2006, p. 136) distinguen dos formas de interpretar su definición:

- Definición fuerte: participación activa o pasiva en eventos deportivos competitivos.
- Definición débil: participación activa o pasiva en deportes recreativos.

En 1999, Joy Standeven y Paul De Knop redactan la que será la definición más aceptada de turismo deportivo:

Todas las formas activas o pasivas de la actividad deportiva, participando casualmente o de forma organizada, bien sea por razones comerciales o de negocios o no, pero que necesariamente implique un viaje fuera del lugar habitual de residencia o trabajo. (1999, citado en Latiesa y Paniza, 2006, p. 135).

A raíz de esta definición, Standeven y Knop desarrollan dos conceptos: deporte en vacaciones y vacaciones deportivas. Ambos términos contemplan tanto la intencionalidad del turista, como el tiempo que se dedica al deporte en el viaje.

Por un lado, el deporte en vacaciones se distingue en si el deporte es utilizado como complemento o de forma ocasional. El deporte como complemento haría referencia a la práctica de deporte en algún momento del viaje sin ser esta la finalidad del mismo. Por ejemplo: viajar a Asturias para conocerlo y reservar un día para realizar el descenso del Sella. En cuanto al deporte de forma ocasional, sería aquel que se realiza durante el viaje de manera esporádica.

Por otro lado, las vacaciones deportivas se categorizan en deportivas puras activas y deportivas puras pasivas. Las deportivas puras activas son aquellas en las que el deporte influye en el destino del viaje. Dicho de otra forma, la práctica de un deporte es el motivo

del viaje. Por ejemplo: viajar a Asturias para realizar el Anillo de Picos de Europa. Mientras que las deportivas puras pasivas serían aquellas que tienen por objeto asistir a un espectáculo deportivo como, por ejemplo, asistir desde España a un partido de fútbol en el estadio de Wembley en Londres.

Muy alejada de las definiciones anteriores, Deery, Jago, y Fredline (2004) entienden al turista deportivo como aquel que participa activa o pasivamente de eventos deportivos competitivos. (Latiesa y Paniza, 2006, p. 139).

Para entender mejor las diferencias que existen entre las definiciones de turismo deportivo, los autores Latiesa y Paniza (2006) decidieron categorizarlas en tres modelos distintos: amplio, intermedio y restrictivo.

- El modelo amplio aglutina las definiciones que describen al turismo deportivo como el conjunto de actividades físico-deportivas realizadas fuera del lugar de residencia.
 - o En este grupo encontraríamos la definición propuesta por Standeven y De Knop (1999).
- El modelo intermedio está compuesto por las descripciones que incluyen la idea de que el deporte determina el viaje, ya sea por motivos de recreación o de competición.
 - o En este modelo se encontrarían las definiciones de Hall (1992) y de Gammon y Robinson (1997).
- El modelo restrictivo está formado por las definiciones que reducen el turismo deportivo a la participación, activa o pasiva, en un espectáculo.
 - o La definición propuesta por Deery, Jago y Fredline (2004) pertenecería al punto de vista más restrictivo.

Para el presente trabajo nos guiaremos por la definición propuesta por Standeven y De Knop (1999), pues el turista de *Trail Running* encaja muy bien en el concepto de vacaciones deportivas que proponen los autores a la hora de definir el turismo deportivo. Recupero aquí la definición de Standeven y De Knop (1999) expuesta en la página 9 de este trabajo:

Todas las formas activas o pasivas de la actividad deportiva, participando casualmente o de forma organizada, bien sea por razones comerciales o de

negocios o no, pero que necesariamente implique un viaje fuera del lugar habitual de residencia o trabajo. (citado en Latiesa y Paniza, 2006, p. 135).

2.2. HISTORIA DEL TURISMO DEPORTIVO

El origen del turismo deportivo es un misterio, pero podríamos hablar de él según el desarrollo del turismo y del deporte.

Los viajes aparecieron junto al ser humano, ya que, por pura supervivencia, se desplazaba para cazar. Con la llegada de la agricultura, el ser humano adoptó un estilo de vida sedentario. Se formaron las primeras poblaciones, que dieron fruto a fenómenos como el comercio, por el que se volvieron a multiplicar los desplazamientos.

En la antigua Grecia, por el siglo IV o V a.C., se organizan actividades físico-deportivas como los Juegos Olímpicos, que atraían a ciudadanos de zonas alejadas al lugar del evento, la ciudad de Olimpia. En la antigua Roma proliferaron los viajes relacionados con la religión. También otros tipos de desplazamiento como, por ejemplo, aquellos relacionados con el turismo de salud en las termas. Además, en esta época surgen los primeros viajes a las playas.

En el siglo XIX, con la Revolución Industrial y la Segunda Revolución Industrial (1850-1914), surgieron las primeras agencias de viajes como, por ejemplo, la fundada por Thomas Cook en 1851, que fue la primera. Ya en el siglo XX, entre los años 1950 y 1973 se produce lo que se conoce como el *boom turístico*. El turismo internacional crece a un ritmo más elevado de lo que lo había hecho en toda la historia, de 25 a 222 millones, según la Organización Mundial de Turismo.

En el siglo XXI, con la Revolución Digital en su punto álgido, el uso de Internet y los cambios en los estilos de vida, el turismo se reinventa, diversificándose para adaptarse a los diferentes gustos del turista.

En cuanto a la evolución del deporte, ya los hombres primitivos practicaban actividades físico-deportivas en el día a día y, con la formación de las primeras poblaciones, surgieron los primeros juegos.

En el año 4000 a. C. se encuentran vestigios de deporte en la antigua China, y también en Egipto, donde se practicaban deportes como la natación y la pesca. Pero es en la antigua Grecia donde la práctica de actividades físico-deportivas es concebida como algo esencial

para la formación del hombre, y en donde se crean los primeros Juegos Olímpicos, que tuvieron lugar en el año 776 a. C.

En el Imperio Romano, el deporte era igual a espectáculo por y para el Estado y, en la Edad Media, el deporte se reduce a la guerra. El Renacimiento toma como referencia a la antigua Grecia, y vuelve a darle importancia al deporte. En esta época, la Edad Moderna, se desarrollan los reglamentos en los juegos físico-deportivos.

Con la llegada de la Revolución Industrial, y las transformaciones en la economía, la sociedad y la tecnología, el deporte adquiere un punto de vista sociológico. Proliferan los juegos regionales, sobre todo, en Gran Bretaña, en donde los juegos físico-deportivos se realizan en base a unas reglas. (Artium, 2016).

Aun así, no es hasta el siglo XX que el deporte pasa de una perspectiva de, o ganas, o pierdes, a una que integra un compendio de factores como, por ejemplo, la medición de los tiempos, los pesos, las distancias, etc., que propicia la consolidación del deporte de alta competición. Los medios de comunicación influyen en este fenómeno, haciendo del deporte un espectáculo.

Hoy en día, el deporte es una de las formas de entretenimiento preferidas por las personas a la hora de ocupar su tiempo libre. Los cambios en los estilos de vida como, por ejemplo, los hábitos saludables, adquieren un papel protagonista en las sociedades del siglo XXI. Pero no solo se recurre al deporte de forma activa, sino que, debido a la conversión de este en un negocio, también se recurre a él de forma pasiva, a través de la asistencia a eventos relacionados con el deporte como, por ejemplo, la Eurocopa de fútbol, o la contemplación de estos a través de los medios de comunicación.

Habiendo repasado la historia del turismo y del deporte, podríamos observar cómo esta relación comienza en la antigua Grecia, con la creación de los Juegos Olímpicos. Aun así, no podemos determinar su origen en Grecia, puesto que el deporte, tal y como lo conocemos, no nace hasta el siglo XX. Es a partir del siglo XX cuando el deporte es accesible para todos, no solo para la clase privilegiada, al igual que ocurre con el turismo. Pero si acotamos el período de tiempo en el que transcurre el siglo XX, podríamos establecer el nacimiento de nuevas tipologías de turismo y, por consiguiente, del turismo deportivo, a partir del *boom turístico* que tuvo lugar entre los años 1950 y 1973.

[...] la popularidad del deporte en vacaciones muestra un crecimiento desde la década de los 70, dando como resultado un mercado creciente de vacaciones con contenidos deportivos. (Aragonés, 2013, p. 60).

En 1986 tiene lugar el primer congreso internacional sobre turismo deportivo en Israel. Organizado por el Internacional Council for Sport Science and Physical Education, y el Internacional Council for Health Physical Education and Recreation, fue el primero de muchos, pues, ocho años más tarde, el Sports Tourism Internacional Council comenzó a organizar encuentros sistemáticos sobre esta temática (Malasia, 1993; USA, 1994; Australia, 1995; USA, 1996). (Latiesa y Paniza, 2006, p. 134).

En los años 90, como se ha visto en el capítulo 2.1., el turismo deportivo es definido por autores como, por ejemplo, Standeven y Knop, en múltiples estudios sobre la relación entre turismo y deporte.

Finalmente, en 1999, el Comité Olímpico Internacional (COI), y la Organización Mundial del Turismo (OMT), suscriben un acuerdo de cooperación para reforzar los lazos entre el turismo y el deporte. Este hito confirmó la importancia de la relación entre el turismo y el deporte, oficializando así el turismo deportivo.

A partir de este momento, el Comité Olímpico Internacional (COI) y la Organización Mundial del Turismo (OMT) comienzan a celebrar las Conferencias Mundiales sobre Deporte y Turismo, siendo la primera en Barcelona en el año 2001.

[...] las dos instituciones más importantes existentes en materia de turismo (O.M.T.) y deporte (C.O.I) otorgaban una identidad propia al turismo deportivo, consolidándolo como la disciplina emergente que es desde mediados de los ochenta. (Latiesa y Paniza, 2006, p. 134).

2.3. TIPOS DE TURISMO DEPORTIVO

En líneas generales, el turismo deportivo se encuentra dividido según la intencionalidad del turista, pudiendo ser turismo deportivo activo o turismo deportivo pasivo.

El turismo deportivo activo es aquel que implica la realización de una actividad físico-deportiva por parte del turista. Puede estar motivado por un evento como, por ejemplo, participar en la Travesera Integral Picos de Europa, o por el propio interés del individuo. Esto es, por la motivación del turista de viajar a un determinado lugar para practicar una actividad físico-deportiva. Asimismo, esta actividad puede ser realizada de forma

autónoma o a través de la contratación de un producto turístico. Por ejemplo: viajar a Asturias para realizar el Anillo de Picos de Europa de forma libre o junto a un guía contratado.

El turismo deportivo pasivo es aquel que hace referencia a los viajes que se realizan con el fin de acudir a un espectáculo relacionado con el deporte. En este tipo de turismo deportivo el turista no participa, sino que solo observa. Los Juegos Olímpicos, el Mundial de Fútbol o las carreras de Fórmula 1 son ejemplos de eventos que congregan a un gran número de turistas en un lugar y tiempo determinados. También son pasivas las actividades que implican la contemplación de algo relacionado con el deporte como, por ejemplo, el Camp Nou Experience, que consiste en realizar un recorrido por las instalaciones del estadio Camp Nou y el museo del FC Barcelona.

Dentro del turismo deportivo activo surgen, según el deporte, y según la relación que el deporte tenga con el entorno, distintos subtipos de turismo deportivo.

La primera clasificación se hace según el deporte, pudiendo tratarse de un turismo tradicional o alternativo. El turismo deportivo tradicional sería aquel compuesto por actividades físico-deportivas de toda la vida tales como las rutas a caballo. Mientras que el turismo deportivo alternativo haría referencia a aquellas actividades físico-deportivas relativamente nuevas como el *rafting*. De esta última categoría surgen subtipos de turismo deportivo como el turismo de aventura o activo.

El turismo de aventura o activo estaría compuesto por aquellas actividades físico-deportivas que implican un cierto nivel de peligrosidad. Además, otra de sus características es que son actividades que se realizan en plena naturaleza. Algunos autores definen este tipo de turismo deportivo como deportes de aventura, ya que realizan una apreciación en el término de turismo de aventura o activo. (Jiménez-Naranjo, 2019, p. 6). Esta apreciación dice que para ser considerado turismo de aventura o activo ha de existir una relación económica. Por ejemplo: realizar una ruta al Naranjo de Bulnes con un guía, o bajar el río Sella en canoa con una empresa de turismo de aventura o activo.

Diego Barrado y Jordi Calabuig realizan en su obra *Geografía Mundial del Turismo* una clasificación del turismo de aventura según el recurso natural utilizado. Divide los deportes de aventura en terrestres, acuáticos, aéreos, y de nieve o hielo. Los deportes terrestres serían, por ejemplo, el senderismo. Los acuáticos, el *surf*. Los aéreos, el

parapente. Finalmente, los deportes de nieve o hielo serían aquellos como el esquí. (2001, pp. 138-139).

En ocasiones, los deportes de aventura se convierten en subtipos de turismo del turismo deportivo. Por ejemplo, los deportes de nieve o hielo, que necesitan la nieve para ser practicados, formarían lo que se conocería por turismo de invierno. Otro ejemplo serían los deportes acuáticos, que formarían el turismo acuático.

Por otro lado, pero relacionado con lo anterior, estarían los deportes de naturaleza, que agrupan un conjunto de actividades deportivas desarrolladas en contacto directo con la naturaleza (Bessy y Mouton, 2004, citado en Jiménez Naranjo, 2019, p. 6). De los deportes de naturaleza surge el turismo sobre la naturaleza, que no debe ser confundido con el turismo de naturaleza. El turismo de naturaleza es un concepto más amplio que el turismo sobre la naturaleza. Mientras que el primero incluiría todas las actividades realizadas en la naturaleza, el turismo sobre la naturaleza solo incluiría las actividades físico-deportivas. (IDT, 2017).

En resumen, si el turista realiza un viaje para asistir a un espectáculo relacionado con el deporte como, por ejemplo, viajar a Tokio para ver los Juegos Olímpicos, o para participar, como viajar a Berlín para correr en la maratón de Berlín, o para realizar una actividad físico-deportiva como, por ejemplo, viajar a Nepal para realizar la ascensión al Everest, estaríamos hablando de turismo deportivo, pues el deporte es el que determina el lugar del viaje. Por otro lado, podemos hablar de subtipos de turismo deportivo en relación al entorno. Por ejemplo, si un turista decide viajar para realizar esquí, tendrá que ir a un sitio con nieve, por lo que, aunque la razón que prima para viajar es la realización de un deporte, influye el entorno, y por lo tanto podríamos llamarlo turismo de invierno.

2.4. PERFIL DEL TURISTA DEPORTIVO

Antes de profundizar en el perfil del turista deportivo, que es el tipo de turista que realiza turismo deportivo, es necesario conocer algunas de las características que definen al turista de hoy en día.

Basándonos en la sintetización que Cristina Aragonés Jericó (2013) hace en su tesis, el turista del siglo XXI se caracteriza por:

- El uso de las nuevas tecnologías e Internet, por lo que está más informado. Asimismo, utiliza el canal *online* para organizar sus vacaciones, sin la necesidad de recurrir a un tercero.
- Ser más espontáneo, ya que tiende a organizar sus vacaciones a última hora.
- Ser más activo, optando por viajes ligados a aficiones personales.
- Viajar a lugares más cercanos.
- Viajes de corta duración o *short breaks*.
- El interés por la calidad- precio.
- Optar por viajes especializados y en pequeños grupos.
- Un mayor nivel de educación y formación.
- La realización de viajes y actividades muy diferentes entre sí.
- La preocupación por el medio ambiente:
 - o Existe un nuevo tipo de viajero más sostenible, más interesado en la problemática ambiental y que busca experiencias que le permitan no sólo entrar en contacto físico con la naturaleza, sino interactuar con ella mediante la práctica de deportes específicos o la exploración de culturas distintas a la suya. (Zamorano, 2001, citado en Aragonés, 2013, pp. 52-53).
- Los cambios en los estilos de vida y en los valores sociales relacionados con la auto-mejora personal.
- El progresivo envejecimiento de la población en el conjunto de Europa que incrementa la importancia del segmento de mayores de 55 años. “Son personas con más salud, más activas, con demandas más sofisticadas, más acostumbradas a realizar viajes vacacionales y con una mayor renta disponible” (Serra, 2002, citado en Aragonés, 2013, p. 54).

La auto-mejora personal, la preocupación por el medio ambiente y, por consiguiente, el aumento del turismo de naturaleza y de los deportes de naturaleza, unidos a la preferencia por viajes que incluyan aficiones personales, son algunas de las características que han hecho que el turismo deportivo haya aumentado en los últimos años.

El perfil del turista deportivo está determinado por la intencionalidad, ya sea activa o pasiva, y por las características psicográficas del turista: su personalidad, estilo de vida, intereses, hobbies, etc.

La intencionalidad activa o pasiva hace referencia a la clasificación que se hace del turista deportivo en las distintas definiciones de turismo deportivo vistas en el epígrafe 2.1. Los turistas que practican una actividad físico-deportiva durante su viaje tendrían una intención activa. Por otro lado, el turista que realiza un viaje para presenciar un evento deportivo tendría una intención pasiva. Ambos turistas son turistas deportivos, y ambos comparten algunas características psicográficas como, por ejemplo, la pasión por los deportes. Asimismo, un turista deportivo activo también puede ser un turista deportivo pasivo en algún momento de su vida, y viceversa.

En cuanto a las características psicográficas del turista, en las cuales se incluyen la personalidad, el estilo de vida, los intereses, y las aficiones entre otros, son vitales a la hora de definir el perfil del turista deportivo.

Por un lado, una persona cuya afición sea el fútbol profesional como, por ejemplo, un hincha del Real Madrid, tendrá un gran potencial a la hora de realizar un turismo deportivo pasivo. Si decide viajar a Madrid, su interés radicará en visitar el Santiago Bernabéu y, en el mejor de los casos, en asistir a un partido.

Por otro lado, si el deporte forma parte del día a día de un individuo y, por consiguiente, es su estilo de vida, querrá que las actividades-físico deportivas formen parte de sus vacaciones. Por el contrario, alguien sedentario no hará que sus vacaciones giren entorno a la práctica de actividades físico-deportivas. Por ejemplo, un corredor de *Trail Running*, que se dedica a correr todos los fines de semana por su zona, cuando viaje, puede que lo haga motivado por la práctica de este deporte en otros parajes desconocidos. Otro de los motivos que llevan a un deportista a viajar y, por consiguiente, a ser un turista deportivo activo, es la participación en un evento relacionado con el deporte. Por ejemplo, un corredor que haya participado en una maratón en su zona, puede que tenga el sueño de correr en una de las maratones más importantes del mundo como lo es la maratón de Nueva York. Esto le llevaría a viajar, fundamentalmente, para participar en la carrera, por lo que sería un turista deportivo activo.

Estos turistas deportivos activos se caracterizan por tener un estilo de vida saludable, lo que se traduce una buena condición física. Los hábitos saludables, como el cuidado de la alimentación y la práctica de actividades físico-deportivas, son parte de su forma de vivir la vida. Asimismo, y cada vez más, este estilo de vida se relaciona con la naturaleza.

Los estudios sobre el perfil del turista deportivo, que no son muchos, se focalizan en el tipo de turista deportivo activo. Estos estudios son, fundamentalmente, de países y territorios como, por ejemplo, Alemania, Países Bajos, Francia, Norte América y las Islas Canarias.

La siguiente tabla, realizada por Latiesa y Paniza (2006), recoge los datos del informe elaborado por la Organización Mundial del Turismo (OMT) y el Comité Olímpico Internacional (COI) sobre el turista deportivo en Alemania, Países Bajos y Francia:

PERFIL DEL TURISTA DEDICADO AL DEPORTE		
TURISTA DEPORTIVO ALEMÁN	TURISTA DEPORTIVO HOLANDES	TURISTA DEPORTIVO FRANCÉS
Género: masculino (52%)	Género: masculino (58%)	Género: masculino (59%)
Edad: 35-44 años (22%)	Edad: 25-34 años (22%)	Edad: 35-44 años (32%)
Condición Social: Clase alta (55%)	Condición Social: Clase alta (42%)	Condición Social: Clase media (44%)
Residencia: ciudad grande/capital (63%)	Residencia: ciudad grande/capital (59%)	Residencia: ciudad grande/capital (56%)
Tipo de vacaciones: en montaña (43%)	Tipo de vacaciones: en montaña (36%)	Tipo de vacaciones: en montaña (37%)
País de destino: Austria (51%)	País de destino: Austria (26%)	País de destino: España (33%)
Duración: 4-7 noches (45%)	Duración: 7 noches o más (62%)	Duración: 4 o más noches (88%)
Gastos: 250-499 euros (27%)	Gastos: 250-499 euros (37%)	Gastos: 500-749 euros (26%)
Meses: enero-abril (44%)	Meses: mayo-agosto (46%)	Meses: mayo-agosto (51%)
Organización: pre-reserva (75%)	Organización: pre-reserva (70%)	Organización: pre-reserva (83%)
Alojamiento: hotel (58%)	Alojamiento: no hotelero (60%)	Alojamiento: no hotelero (48%)

Tabla 1. Perfil del turista dedicado al deporte. Fuente: OMT y COI, 2003, en Latiesa y Paniza, 2006, p. 144

A partir de estos datos, podemos definir al turista deportivo como un hombre de entre 25-45 años, de clase media-alta, que vive en ciudades de gran tamaño y que opta por destinos de montaña a la hora de realizar un viaje de turismo deportivo.

En cuanto a España, hay estudios como el de Valls y Sureda (2001, citado en Latiesa y Paniza, 2006, p. 145) que identifican al turista deportivo como un individuo de entre 25-45 años, de clase alta, culto, que considera tan importante el ocio como el trabajo, y que tiene una mayor predisposición a viajar al extranjero.

Otro de los estudios sobre el perfil del turista deportivo, realizado por el profesor García Ferrando (2001, citado en Latiesa y Paniza, 2006, p. 146), destaca el caso del turismo de aventura o activo, que es el turismo deportivo realizado en la naturaleza. Al 64% de los participantes en el estudio les gusta practicar actividades físico-deportivas en la naturaleza y, el 49%, estaría dispuesto a realizar deportes de aventura.

Los porcentajes obtenidos por García Fernando revelan la predisposición del turista deportivo para realizar deportes en la naturaleza. Este es un nicho de mercado que no ha dejado de crecer en los últimos años, siendo el senderismo y el montañismo los deportes de aventura más practicados por este tipo de turista en sus viajes. Otros deportes serían el *surf* o el ciclismo. En cuanto a las competiciones, los turistas deportivos activos optan por las carreras de *running* o maratones, y los turistas deportivos pasivos, por los partidos de fútbol profesional o las carreras de Fórmula 1 o motociclismo. (Ostelea, 2020).

2.5. EL TURISMO DEPORTIVO EN ESPAÑA

España es el segundo país del mundo que más turistas recibe: 83,7 millones en 2019, un 1,1% más que el año anterior.



Figura 1. Llegada de turistas internacionales a España entre 2010 y 2019. Fuente: ELABORACIÓN PROPIA + DATOS INE

El sector turístico en España aportó a la economía del país un 12,4% del Producto Interior Bruto (PIB) en 2019, tres décimas más que en 2018, que se traducen en 154.487 millones de euros. El peso del turismo en el PIB ha crecido 1,3 puntos desde 2015, al pasar del

11,1% al 12,4%, siendo el sector que más riqueza aporta a la economía de España. Asimismo, el empleo relacionado con el turismo supuso el 12,9% del empleo total en 2019. (INE (Instituto Nacional de Estadística), 2020).

Estos datos, tan favorables para España, se deben a la riqueza del país. España cuenta con todo tipo de recursos: recursos naturales como los Picos de Europa o las playas de las Islas Canarias, recursos artísticos y monumentales como la Alhambra de Granada, tradición y folklore como el jamón ibérico, realizaciones técnicas, artísticas y contemporáneas como la Ciudad de las Artes y las Ciencias de Valencia, y acontecimientos sociales como la Feria de Abril de Sevilla.

Otro de los factores que influyen en que España sea uno de los países más visitados año tras año son sus infraestructuras. Esto es gracias al tejido empresarial del sector turístico y, en gran medida, del trabajo que la Administración Pública lleva años realizando en relación al turismo.

El liderazgo mundial de España como destino turístico y su consolidación de esta posición, se debe, en buena parte, a la[s] políticas de los gobiernos estatales, autonómicos y locales claramente orientadas a la mejora de la calidad a través de actuaciones de fomento y de ayuda a la inversión ya la formación. (González Reverté, Capellà i Hereu, Pallàs i de Pineda, Miralbell Izard, Arcarons i Simon, 2010)

Todo ello hace que España presente los ingredientes idóneos para conformar un destino turístico deportivo referente mundial. Los recursos naturales representan una de las mejores bazas de España para atraer a este tipo de turistas. En España hay montañas como los Pirineos, los Picos de Europa o Sierra Nevada, planicies como el desierto de Almería, costas como la costa Brava o la costa del Sol, ríos como el río Sella en Asturias, y un largo etcétera. En las montañas se practican deportes como el senderismo, en las planicies eventos de BTT, en las costas *surf* y en los ríos deportes de aventura. Asimismo, España acoge acontecimientos sociales deportivos como, por ejemplo, la Vuelta Ciclista a España, que mueven a los turistas deportivos pasivos.

Todo esto, unido a las infraestructuras de servicios que oferta España, hacen del país un lugar idílico para practicar el turismo deportivo.

El Plan del Turismo Español Horizonte 2020, uno de los últimos planes de la Administración Pública en relación al turismo, recoge cuatro grupos de productos turísticos importantes en España entre los que se encuentra el turismo deportivo (turismo de golf, náutico, de esquí y montaña, salud y bienestar, rural y activo).

Aun así, a día de hoy:

España en conjunto carece de un plan estratégico enfocado al turismo deportivo, y su crecimiento se debe más bien a apuestas individualizadas locales o autonómicas, que a una perspectiva conjunta nacional que permitiese posicionarse como un destino preferente en este sector. (López, 2019, citado en Gómez, 2021, p. 52).

Pero sí hay datos sobre el turista deportivo en España, que, recogidos en el Anuario de Encuestas Deportivas del Ministerio de Cultura y Deporte, provienen de la Encuesta de Turismo de Residentes (FAMILITUR) y de la Encuesta de Gasto Turístico (EGATUR) pertenecientes al Plan Estadístico Nacional que elabora el Instituto Nacional de Estadística (INE) desde 2015.

Basándonos en los datos recogidos en el Anuario de Encuestas Deportivas del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte del año 2020, en el año 2019, el turista deportivo residente en España representó el 4,6% del total de viajes realizados por ocio, recreo o vacaciones, un 0,4% más que en el año anterior. Mientras que, las entradas de turistas deportivos internacionales fueron de un 2,1% del total de viajes realizados por ocio, recreo o vacaciones.

El 26,8% de los turistas deportivos residentes en España fueron turistas deportivos activos, ya que realizaron actividades físico-deportivas en su viaje, un 12,4% en el caso de los extranjeros. Los extranjeros son un turista deportivo más pasivo que el residente en España, pues la asistencia a eventos relacionados con el deporte representó para ellos el 3,1% de los viajes, mientras que para el residente en España fue de un 1,9%.

En cuanto al gasto total asociado a los viajes de turismo deportivo, ascendió en 2019 a 1.152,8 millones de euros para los residentes en España, y a 1.433,9 millones de euros para los turistas internacionales.

En el Anuario de Encuestas Deportivas también se recogen distintas actividades físico-deportivas que los residentes en España realizan en sus viajes, y de las entradas de viajes

por ocio, recreo y vacaciones, la categoría senderismo, montañismo representó un porcentaje muy por encima del resto de actividades, el 34,1%.

Cabe destacar que el 58,4% de los viajes de turismo deportivo de los residentes en España son realizados en fin de semana, por lo que se observa una tendencia a los viajes de corta duración.

A modo de conclusión, subrayar que España es un lugar idílico para la práctica de actividades físico-deportivas y, por consiguiente, para el desarrollo del turismo deportivo. Aun así, a pesar de sus recursos, sus infraestructuras, su clima, y sus deportistas, ídolos alrededor de todo el mundo, para que España se convierta, como puede hacerlo, en referente del turismo deportivo a nivel mundial, hacen falta más actuaciones por parte de la Administración Pública encaminadas a la potencialización de esta tipología de turismo que crece cada día más.

CAPÍTULO III

[EL *TRAIL RUNNING*]

3. EL *TRAIL RUNNING*

En el año 2015 en España, el 46,2% de la población de 15 años en adelante practicó deporte al menos una vez a la semana. En relación al estudio anterior, en 2010, la práctica de actividades físico-deportivas aumentó casi 10 puntos, un 9,2%.

En cuanto a los tipos de actividades físico-deportivas, el *running* o carrera a pie fue una de las actividades que más creció en 2015, un 10,6%, un 5,8% más que en 2010. Asimismo, también creció el senderismo, montañismo, un 4,9%, un 3,1% más que en 2010. De los que practican *running* o carrera a pie, el 42,1% practica senderismo, montañismo, y de los que practican senderismo, montañismo, el 40,2% practica carrera a pie.

Cabe añadir que el 69,9% de los encuestados que realiza actividades físico-deportivas, lo hace en espacios abiertos de uso libre.

Finalmente, destacar que el deporte federado relativo a la montaña y escalada creció de 203.860 licencias en 2015 a 248.406 en 2019, casi 45.000 licencias más.

Todos estos datos proporcionados por el Ministerio de Cultura y Deporte, recogidos en el Anuario de Estadísticas Deportivas de 2020, nos dan unas nociones básicas para entender por qué un deporte como el *Trail Running* o carreras por sendero, ha visto aumentada su popularidad en más de un 1000% en el número de carreras organizadas si comparamos 2008 (38) con 2014 (663), y que, aún a día de hoy, sigue creciendo. (Urbaneja y Farias-Torbidoni, 2018).

3.1. DEFINICIÓN DE *TRAIL RUNNING*

El *Trail Running* es un deporte que relaciona el *running* o carrera a pie con la naturaleza.

De acuerdo con la International Trail Running Association (ITRA):

El Trail Running es una carrera pedestre abierta a todos, en entorno natural (montañas, desierto, bosque, llanura, ...) con el mínimo asfalto posible (no debe superar el 20% del recorrido total). El camino puede ser variado (caminos, senderos, pistas, ...) y la ruta debe de estar debidamente marcada. La carrera será idealmente, pero no necesariamente, en autosuficiencia o en semi autosuficiencia y se llevará a cabo con respeto de la ética deportiva, la lealtad, la solidaridad y el medio ambiente.

Al principio, en España no existía una forma de nombrar a este tipo de deporte, y se lo llamaba carrera en la naturaleza, por el monte, en el medio natural y, las más extendidas, carrera por montaña o de montaña. Pero en 2013, con la fundación de la ITRA, la Asociación Internacional Trail Running, se termina por adoptar el término *Trail Running* para referirse a esta disciplina.

El *Trail Running* es una actividad físico-deportiva caracterizada por la inestabilidad de los terrenos en los que se practica. El término desnivel, que es la diferencia de altitud entre los puntos de salida y de llegada, es lo que diferencia al *Trail Running* del *running* o carrera a pie.

En la siguiente infografía, realizada por la Asociación Española de Trail Running, se observan las distintas tipologías de carreras que hay según el desnivel:

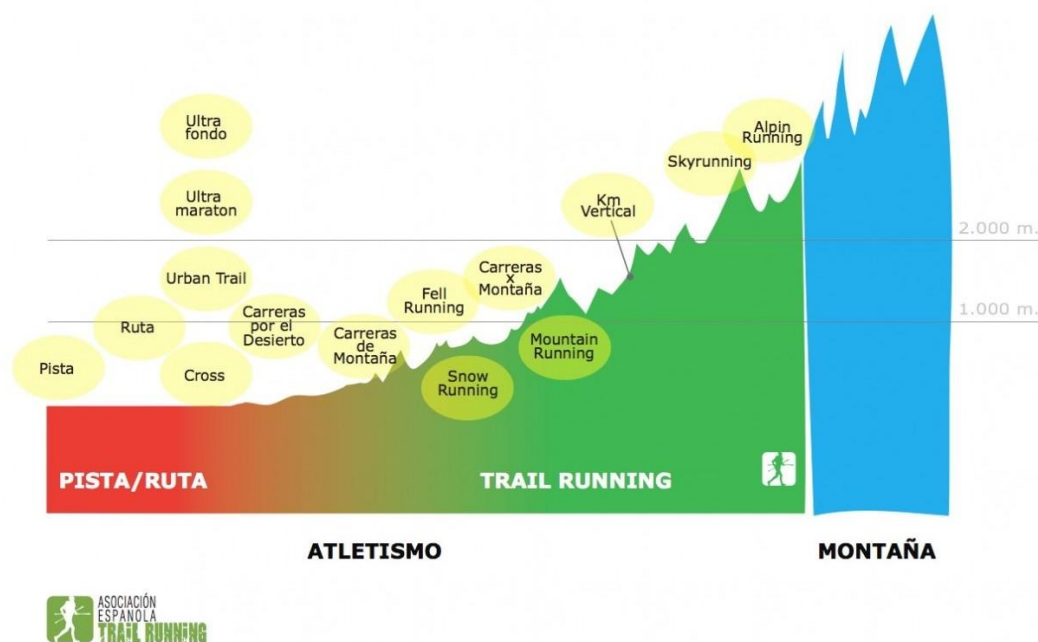


Figura 2. Clasificación de los tipos de disciplinas deportivas que implican la realización de una carrera. Fuente: Asociación Española de Trail Running (AE TRAIL)

En el gráfico podemos ver como el *Trail Running* es un deporte caracterizado por tener distintos tipos de desnivel que, a su vez, representan los subtipos que surgen de este deporte que serán vistos en el epígrafe 3.3. de este trabajo.

De forma general, el *Trail Running* se realiza en montaña, pues la gran mayoría de las carreras discurren por estos parajes. Aun así, el terreno puede variar: desiertos, llanuras, viñedos, caminos de tierra o polvo, senderos por el bosque, por la costa, o cualquier

superficie en la naturaleza que sea transitable. Solo existe una condición para que sea considerado *Trail Running*, y es que la ruta debe desarrollarse fuera de pista, en senderos sin asfaltar, pues las superficies pavimentadas no pueden sobrepasar más del 20% del total de la ruta.

Las características inestables de los terrenos por los que se practica el *Trail Running* exigen a los corredores de algo más que el simple hecho de correr. En las subidas es necesario alternar la carrera con la caminata, lo que requiere de una gran fuerza en las piernas. Para ello se suele recurrir al uso de bastones adaptados a las exigencias de un deporte como el *Trail Running*. Asimismo, igual de importante es la fuerza en el tren superior, ya que, tanto en la subida como en la bajada, es frecuente el uso de las manos como apoyo.

De igual forma, estos terrenos por los que se practica el *Trail Running* exigen concentración, ya que resulta necesario fijarse muy bien por donde se pisa. Por ejemplo, en terrenos de alta montaña como los Picos de Europa, hay caminos muy estrechos, en muchos casos cerca de precipicios, o canales muy empinadas, que implican el uso de cuerdas o cadenas. En los casos más extremos se utilizan vías ferratas, que son clavos en la pared, dispuestos tanto vertical como horizontalmente, para acceder a zonas de difícil acceso.

Por último, otro de los aspectos a tener en cuenta a la hora de practicar el *Trail Running* son las inclemencias del tiempo. Al desarrollarse en plena naturaleza, los corredores de *Trail Running* pueden toparse con lluvia, granizo, nieve, barro, y demás fenómenos atmosféricos. Esto hace que sea necesario llevar consigo una serie de materiales a la hora de realizar una carrera, tanto si se hace por libre como si es por competición. Tan importante es este aspecto que en muchas carreras de *Trail Running* es obligatorio el porte de materiales como, por ejemplo, el uso de cortaviento (o manta térmica) y zapatillas y calcetines de *Trail Running*⁴.

⁴ El **Anexo 1** recoge los materiales obligatorios y aconsejables de la Travesera Integral Picos de Europa, la carrera de *Trail Running* que forma parte del caso de estudio de este trabajo.

3.2. HISTORIA DEL *TRAIL RUNNING*

Aunque se trata de un deporte que existe desde hace bastante tiempo, no es hasta finales los 90 y, sobre todo, a partir del siglo XXI, que el *Trail Running* comienza a popularizarse y a expandirse por todo el mundo.

Las carreras de montaña dicen nacer en Escocia entre los años 1040 y 1064 a raíz de una carrera popular a una colina. Estas carreras eran conocidas como *fell faces*, haciendo referencia a las colinas de no más de 1000 metros que componen el paisaje de las Tierras Altas de Escocia o Highlands. Estas carreras están tan arraigadas en Escocia que desde el siglo XIX están incluidas en sus famosos Highland Games.

Otro hito que se conoce sobre el *Trail Running* se produjo en Estados Unidos en 1904, cuando algunos *runners* de San Francisco hicieron una apuesta sobre subir al Mount Tamalpais de 784 metros de altura. Un año más tarde, en 1905, este hecho provocaría el nacimiento de una de las carreras de *Trail Running* más longevas de los Estados Unidos, la Dipsea Race. (Ullé, 2019).

En España surgen las primeras competiciones de carreras por montaña a principios del siglo XX. En 1912, en el País Vasco se celebra la Copa de Pagasarri, que consistía en subir el monte Pagasarri atados en parejas.



Figura 3. Copa de Pagasarri, 1912. Fuente: elcorreo.com

A la Copa Pagasarri le siguieron en 1914 la Cursa Resistencia Sant Llorenç de Munt en Cataluña y en 1916 la Cercedilla – Siete Picos en la sierra de Guadarrama. A partir de

este momento las sociedades montaÑeras de EspaÑa comenzaron a organizar sus propias carreras de *Trail Running*.

En los aÑos 70 proliferan en Estados Unidos los *Ultra Trails* o carreras de ultrafondo, que son carreras de *Trail Running* que superan los 47 kil6metros de distancia. Esto se debi6 al hecho que se produjo en 1974, por el que el participante de la Carrera de Resistencia Western States para caballos y jinetes (WS100), Gordy Ainsleigh, recorri6 las 100 millas (160 kil6metros) a pie tras perder su caballo⁵. En la actualidad, la Western States 100 es una de las carreras de ultrafondo m1s famosas de Am6rica.

En 1984 se crea la World Mountain Running Association Since, o Asociaci6n Mundial de carreras de montaÑa en espaÑol. La WMRA es el organismo rector mundial de las carreras de *Trail Running*. En 2019 celebr6 su 34º Campeonato Mundial de MontaÑa y Trail Running y su 21ª Copa del Mundo de Mountain Running.

En 1986 se organiza el primer Marat6n des Sables en Marruecos, una carrera de 7 dÍas con 6 etapas que suman 250 kil6metros. El Marat6n des Sables es considerada una de las carreras de ultrafondo m1s duras del mundo.

En 1995:

[...] la Federaci6n Brit1nica de Atletismo acepta este tipo de carrera como una modalidad deportiva oficial, definiendo el Trail Running como aquellas carreras abiertas a todos, en entorno natural (montaÑas, desierto, bosque, llanura, ...) con el mÍnimo asfalto posible. (Tenerife Bluetrail, 2019).

Un aÑo m1s tarde, en 1996, se crea en Estados Unidos la American Trail Running Association (ATRA) o Asociaci6n Americana de Trail Running, para servir a la comunidad de corredores de *Trail Running*.

La primera d6cada del siglo XXI se caracteriz6 por el aumento de las carreras de *Trail Running*, pasando de 38 carreras registradas en 2008 en EspaÑa a 1900 carreras en total en 2015 (citado en Seguí y Farias-Torbidoni, 2018, p. 124). Precisamente en 2004 nace en Asturias la Travesera Integral Picos de Europa, carrera objeto de estudio del presente trabajo.

⁵ Mayayo. (2020). Western States 1974, por Gordon Ainsleigh: «un sendero de desgracias». El nacimiento del Ultra Trail. *Carreras de MontaÑa*. <https://carrerasdemontana.com/2020/03/25/western-states-1974-por-gordon-ainsleigh-asi-nacio-el-ultra-trail-moderno-un-sendero-de-desgracias/>

Pero no fue hasta 2012 que el *Trail Running* fue tomado en serio. En septiembre de ese mismo año, un grupo formado por organizadores de carreras, marcas, atletas de élite, entrenadores y medios de comunicación provenientes de 18 países de todo el mundo se reunió para concretar las bases del *Trail Running*. (ITRA)

Tras la reunión, en 2013 se formó la ITRA (International Trail Running Association):

[...] [la] ITRA (International Trail Running Association) tiene por objetivo de dar voz a los actores del Trail Running para promover sus fuertes valores, su diversidad, la seguridad de las carreras y la salud de los corredores, de contribuir al desarrollo del Trail Running y facilitar el diálogo con las instituciones nacionales o internacionales interesadas por este deporte. (ITRA)

La ITRA se encarga de supervisar y evaluar las carreras de *Trail Running*. A través de un baremo de dificultad que tiene en cuenta la distancia, el desnivel y los avituallamientos entre otros, evalúa las carreras de montaña de todo el mundo. Asimismo, puntúa a los corredores de 0-1000 puntos, creando el ranking de los mejores corredores de *Trail Running* del mundo.

En España, es en el año 2014 cuando se crea la Asociación Española de Trail Running (AE TRAIL), encargada de promover el *Trail Running* en el país.

En 2015, ante la ya evidente popularidad de esta práctica, la International Association of Athletics Federations (IAAF), que rige el atletismo a nivel mundial, reconoce el *Trail Running* como una disciplina más del atletismo. A raíz de esto, también en la Real Federación Española de Atletismo (RFEA) se incluye el *Trail Running*. A este respecto, en España surge una confrontación entre la RFEA y la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME), pues esta última considera que el *Trail Running* pertenece más a su ámbito que al atletismo⁶.

A partir de 2015 proliferan en España diversos estudios sobre el *Trail Running* tales como *El Trail Running (carreras de o por montaña) en España. Inicios, evolución y (actual) estado de la situación*⁷ de Seguí Urbaneja junto a Farias-Torbidoni, y *Carreras de Trail*

⁶ Antelo, I. (2018). El CSD reconoce el «Trail Running» como disciplina atlética, a pesar de la reclamación de Montañismo. *La Voz de Galicia*. <https://www.lavozdeg Galicia.es/noticia/deportes/2018/10/02/csd-reconoce-trail-running-disciplina-atletica-pesar-reclamacion-montanismo/00031538507394978301375.htm>

⁷ Seguí Urbaneja, J., Farias-Torbidoni, E.I. (2018). El Trail Running (carreras de o por montaña) en España. Inicios, evolución y (actual) estado de la situación. *Retos*, 33, 123-128. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6367738>

*Running y marchas por montaña en España. Número, evolución e incidencia sobre la Red Natura 2000*⁸ de Seguí y Farias-Torbidoni junto a Ferrer y Dorado.

A día de hoy, el *Trail Running* sigue creciendo de forma continuada, junto al incremento de la práctica de actividades físico-deportivas en sí. Probablemente no haya pueblo en plena naturaleza que no haya organizado, o que no haya pensado en organizar una carrera de *Trail Running*. Este hecho se debe principalmente a dos factores: por el propio incremento de la búsqueda de conectar con la naturaleza y de un estilo de vida más saludable, y por actores como los medios de comunicación o las marcas. Los medios de comunicación cada vez se hacen más eco de noticias relacionadas con el *Trail Running*, por lo que aparecen revistas especializadas en este deporte como, por ejemplo, Trailrun. En cuanto a las marcas como, por ejemplo, Salomon, Columbia o The North Face, crean líneas de productos especializados en *Trail Running* tales como, por ejemplo, zapatillas. Además, patrocinan carreras de montaña importantes como, por ejemplo, el Ultra Trail del Mont-Blanc en los Alpes, que está patrocinado por Columbia.

Por último, cabe señalar que el *Trail Running*, así como el resto de actividades físico-deportivas realizadas en plena naturaleza, está siendo cuestionado debido al impacto en, por ejemplo, los Espacios Naturales Protegidos. La afluencia en zonas como, por ejemplo, de alta montaña, no deja de aumentar, generando una serie de impactos tales como, según los diferentes componentes (Farias-Torbidoni et al., 2018, p. 3):

- Sobre la vegetación: reducción de la altura y vigor de la vegetación, alteración de la composición, pérdida de cobertura vegetal, introducción de especies exóticas.
- Sobre el suelo: pérdida de materia orgánica, desplazamiento del suelo, compactación del suelo, pérdida de la capacidad de infiltración.
- Sobre el agua: incremento de la turbidez del agua, incremento de la entrada de nutrientes, introducción de organismos patógenos, alteración de la composición del agua.
- Sobre la fauna: degradación o pérdida de hábitats, perturbación de la fauna, modificación del comportamiento habitual, desplazamiento a otros hábitats.
- Otros impactos: perturbaciones por ruido, abandono de residuos, deposiciones de los participantes, marcaje y no retirada de señales, etc.

⁸ Farias-Torbidoni, E.I., Seguí Urbaneja, J., Ferrer, R., Dorado V. (2018). Carreras de Trail Running y marchas por montaña en España. Número, evolución e incidencia sobre la Red Natura 2000. *Pirineos*, 173, e034. <http://pirineos.revistas.csic.es/index.php/pirineos/article/view/289/383>

La discusión de estos impactos en el medioambiente marcará el rumbo de los deportes practicados en plena naturaleza y, por consiguiente, del *Trail Running*.

3.3. TIPOS DE *TRAIL RUNNING*

Con la oficialización del *Trail Running* como disciplina deportiva se definen una serie de tipologías que distinguen distintos tipos de practicar *Trail Running*. La clasificación puede hacerse según dos variables, la distancia y dureza de la carrera, y el tipo de terreno o recorrido.

En cuanto a la distancia y dureza de la carrera, existen dos tipos: el *Trail* y el *Trail Ultra*, que a su vez está dividido por tres: Medio, Largo o Súper Largo. Así quedaría la clasificación de los tipos de *Trail Running* según la distancia y dureza de la carrera según la International Trail Running Association (ITRA):

- **Trail:** hasta 42 kilómetros.
- **Trail Ultra:** más de 42 kilómetros.
 - o **Medio (M):** desde 42 hasta 69 kilómetros.
 - o **Largo (L):** desde 70 hasta 99 kilómetros.
 - o **Súper Largo (XL):** más de 100 kilómetros.

El *Trail* es el tipo más habitual de carrera de *Trail Running*. En las carreras populares de *Trail Running* no se suelen sobrepasar ni los 20 kilómetros, y son las más numerosas, y en las competiciones como, por ejemplo, la Copa de Asturias de Carreras por Montaña, de seis pruebas solo una sobrepasa los 42 kilómetros. Por otro lado, las *Ultras* o carreras de ultrafondo, como se conoce a los *Trail Ultra*, son carreras muy exigentes tanto física, como mentalmente. Normalmente son realizadas por profesionales, y en muchas *Ultras* existe un cupo de participantes. Asimismo, en muchas carreras de ultrafondo, los inscritos han de pasar una serie de pruebas que determinarán si son, o no son aptos para realizar la carrera.

En cuanto a los tipos de *Trail Running* según el terreno o recorrido, la Federación Internacional de Skyrunning (ISF), que es el organismo que controla el *Skyrunning* (un tipo de *Trail Running*) a nivel mundial, realiza la siguiente clasificación (Palmero, 2017):

- **En baja y media montaña:**
 - o *Mountain Running*
 - o *Trail*
 - o 50M

- 100M
- **En alta montaña:**
 - Kilómetro Vertical
 - *Skyrace*
 - *Skymarathon*
 - *Ultra Trail*
 - Carreras en descenso
- **Outdoor:**
 - Carreras en el desierto
 - Carreras árticas
 - Carreras por etapas
 - *Urban Trail*

La relación entre la clasificación realizada por la ITRA, en la cual se distinguen dos grandes grupos: *Trail* y *Ultra Trail*, y las características de los tipos de *Trail Running* propuestos por la ISF, estaría representada de la siguiente forma:

	<i>TRAIL < 42 KM</i>	<i>ULTRA TRAIL > 42 KM</i>		
		M	L	XL
EN BAJA Y MEDIA MONTAÑA	<i>MOUNTAIN RUNNING</i>	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin: 0 auto;">TRAIL</div>	50M	100M
EN ALTA MONTAÑA	KILÓMETRO VERTICAL <i>SKYRACE</i> CARRERAS EN DESCENSO	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin: 0 auto;">SKYMARATHON</div>		<i>ULTRA TRAIL</i>
OUTDOOR	<i>URBAN TRAIL</i>	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin: 0 auto;">CARRERAS POR ETAPAS</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content; margin: 0 auto;">CARRERAS ÁRTICAS</div>		CARRERAS EN EL DESIERTO

Tabla 2. Tipos de *Trail Running* según la distancia y la dureza (ITRA) y el terreno (ISF).

Fuente: ELABORACIÓN PROPIA

A continuación, de menos a más exigente, se definen los diferentes tipos de *Trail Running* que existen, empezando por el *Urban Trail*, y terminado por el *Alpin Running*.

El *Urban Trail*, o *City Trail*, son carreras realizadas en las urbes que se caracterizan por la existencia de obstáculos propios de las ciudades como, por ejemplo, las escaleras. (Asociación Española de Trail Running, 2016).

El *Cross*, que es una disciplina del atletismo consistente en correr fuera del asfalto a menudo en círculos y de forma muy rápida, evoluciona en un tipo de *Trail Running* llamado *Cross Country*. El *Cross Country* es una carrera realizada en el campo en el menor período de tiempo posible. Otro tipo de *Trail Running* realizado en el campo, pero esta vez con alguna elevación como las colinas, es el *Fell Running*.

Ya en la montaña encontramos el *Mountain Running*, que son carreras de entre 10 y 12 kilómetros con desniveles. Aquí encontraríamos al *Trail*, carrera de menos de 42 kilómetros caracterizada por el desnivel del terreno. Del *Trail* surgen carreras en alta montaña enfocadas en los ascensos como el Kilómetro Vertical (5-2 kilómetros) o la *Skyrace* (20-30 kilómetros), y en los descensos, como las carreras en descenso. Asimismo, en montaña, pero ya formando parte del *Ultra Trail*, están los 50M y los 100M, de 80 y 160 kilómetros respectivamente, con unos desniveles de más de 2000 metros.

La alta montaña se caracteriza por aglutinar la mayor parte de las *Ultras*, pero no necesariamente todas las *Ultras* son realizadas en alta montaña. Aquí estaría el *Skyrunning*, que tiene su propio organismo rector, la ISF, y son carreras en ascenso cuyo punto de salida debe estar a 2000 metros de altitud. En ocasiones, el *Skyrunning* se desvincula del *Trail Running*, y distingue diferentes tipologías de *Skyrunning* como, por ejemplo, el *Skymarathon*, la *Skyspeed* o el *Skyraid*. (Bull, 2015). Otro tipo de *Trail Running* en alta montaña es el *Snow Running* que, como su nombre indica, consiste en correr sobre la nieve, pero en la montaña. Finalmente, otra de las carreras en alta montaña es el *Alpin Running*, caracterizada por unir la carrera con el alpinismo.

Dentro de las *Ultras*, pero fuera de la alta montaña, existen tipos de carreras de *Ultra Trail* según el terreno, como las carreras por el desierto o las carreras árticas.

Por último, cabe destacar la diferencia que existe entre los conceptos carreras por montaña y carreras de montaña. Por un lado, las carreras por montaña son aquellas carreras de *Trail Running* competencia de la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME). En cambio, el concepto de carreras de montaña aúna las carreras que se encuentran bajo el amparo de la Real Federación Española de Atletismo (RFEA). La

diferencia entre ambas está en el desnivel acumulado, siendo mayor en las carreras por montaña que en las carreras de montaña.

3.4. PERFIL DEL CORREDOR DE *TRAIL RUNNING*

Para determinar el perfil del corredor de *Trail Running* nos basaremos en el estudio *Comparación de los perfiles de corredores de carreras populares y corredores de carreras por montaña* llevado a cabo por Vanessa Bataller Cerveroa, Celia Marcén Muñíoa, Eduardo Piedrafita Trigoa e Irela Arbonés Arqué.

Como se observa en el estudio de Bataller et al., el corredor de *Trail Running* presenta ciertas similitudes con el corredor de asfalto. El género que predomina es el masculino, siendo el número de corredores superior al de corredoras. A pesar de ello, las mujeres que practican el *Trail Running* son muchas⁹ y, en 2020, nueve corredoras españolas formaron parte del Top 100 femenino realizado por la ITRA.

La franja de edad dominante en los corredores de *Trail Running* es la que va de los 36 a los 50 años. Asimismo, se observa que los corredores de carreras de montaña se mueven en franjas de edades más altas que los corredores de asfalto, por ejemplo, en la de 51-65 años.

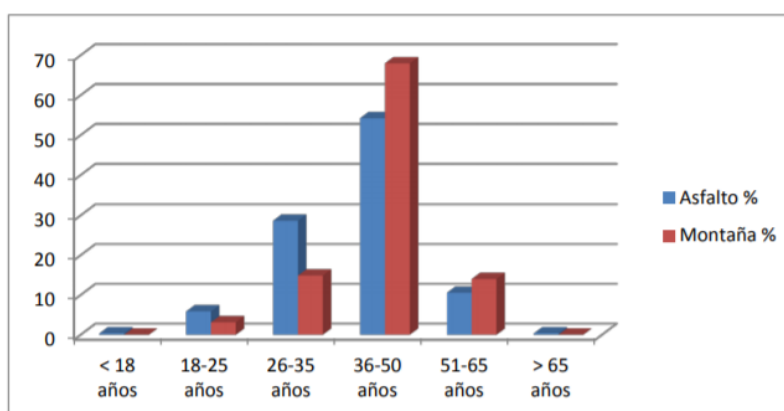


Figura 4. Pirámide de edades de los corredores de asfalto y montaña. Fuente: Bataller et al., 2014, p. 101

Por lo general, en las edades que rondan los 50 años las personas se encuentran en el punto álgido de sus carreras profesionales. Esto se traduce en estabilidad en todos los ámbitos de sus vidas. Por ejemplo, en el estudio se observó que la inmensa mayoría de

⁹ Corredor de Montaña, Runedia. (2015). Las mujeres españolas en el trail running. <https://corredordemontana.mundodeportivo.com/actualidad/item/las-mujeres-espanolas-en-el-trail-running>

los corredores de montaña viven junto a su pareja e hijos. En cuanto a su situación económica, los corredores de *Trail Running* se mueven en el rango de clase media-alta.

Todas estas características coinciden muy bien con un deporte como el *Trail Running*, que exige tiempo, pero también más dinero que otras disciplinas como, por ejemplo, el correr por asfalto. El material que requiere la práctica del *Trail Running* es costoso, no solo por el precio de cada producto, sino porque se necesitan más, y más especializados que para otros deportes. De igual forma, las inscripciones, sobre todo de las *Ultras*, suelen tener un costo superior¹⁰ y, además, la mayor parte de los corredores de *Trail Running*, el 53,1% de los que participaron en el estudio, están federados, lo que supone un coste a mayores.

Asimismo, la estabilidad es sinónimo de más tiempo libre, lo cual es otro requisito de un deporte como el *Trail Running*. El solo hecho de desplazarse a un lugar en plena naturaleza como, por ejemplo, a la montaña, requiere de un tiempo mayor que, por ejemplo, correr por el parque de la ciudad en la que se vive.

Por lo general, el corredor de *Trail Running* va por libre, sin ayuda de un entrenador o de un guía, y utiliza mucho los relojes GPS, así como aplicaciones como Strava¹¹, la red social para atletas por excelencia.

Practicar un deporte como el *Trail Running* requiere de una importante preparación tanto física como mental. Física, pues correr, por ejemplo, en alta montaña, o carreras como las *Ultras*, no es apto para todos. Por lo común, los corredores de *Trail Running* antes de iniciarse en este deporte ya practicaban algún otro deporte como, por ejemplo, la carrera en asfalto. Por lo general, los corredores de *Trail Running* cuentan con umbrales de resistencia más altos que otros tipos de corredores. En cuanto a la preparación mental, hace referencia a la dureza de las carreras, que exigen tener todos los sentidos alerta. Por ejemplo, una de las capacidades clave de este tipo de corredor es la concentración, pues la inestabilidad que caracteriza el terreno por el que se practica el *Trail Running* hace que exista un mayor riesgo de lesión que en otros tipos de carreras.

¹⁰ Carreras por Montaña. (2014). ¿Son caras las carreras por montaña en España? <https://www.carreraspormontana.com/carreras/son-caras-las-carreras-por-montana-en-espana/>

¹¹ Travesía Pirenaica. (2019). Strava: la red social innovadora para amantes del trail running. <https://travesiapirenaica.com/strava/>

Todo esto hace que los corredores de *Trail Running* sean personas que disfrutan retándose a sí mismas, que toleran mejor el sufrimiento, y que han encontrado en el *Trail Running* una oportunidad para seguir desarrollando sus capacidades.

Por último, añadir que, para estos deportistas, las carreras de montaña son su afición principal y, como buenos amantes de la naturaleza que son, los planes que hacen en su tiempo libre suelen girar en torno a estos lugares en plena naturaleza.

3.5. EL TRAIL RUNNING EN ESPAÑA

En España, al igual que en el resto del mundo, el *Trail Running* comienza a desarrollarse a principios del siglo XXI.

La primera organización en impulsar el *Trail Running* fue la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada (FEDME), denominando esta práctica como carreras por montaña. En el año 2001 la FEDME realizó la primera Copa de España de Carreras por Montaña, y un año más tarde, en 2002, el primer Campeonato de España de Carreras por Montaña.

Por otro lado, la Real Federación Española de Atletismo (RFEA), otro de los órganos que rigen el *Trail Running* en España, lleva organizando desde 2004 el Campeonato de España de Carreras de Montaña y, desde 2015, tras la oficialización del *Trail Running* como una disciplina del atletismo por parte de la Asociación Internacional de Federaciones de Atletismo (IAAF), el Campeonato de España de *Trail Running*.

En esta primera década del siglo XXI proliferan en España las carreras de *Trail Running* que, a día de hoy, se han convertido en referentes a nivel mundial como, por ejemplo, la Travesera Integral Picos de Europa en 2004, la Transvulcania realizada desde 2008 en la isla de La Palma, que junto a la Ultra Pirineu creada en 2009, forman parte de la Skyrunner World Series, que es la Copa del Mundo de Skyrunning, y la Tenerife Bluetrail que nace en 2011 y acoge en la actualidad a aproximadamente 2200 deportistas de 29 países distintos. (Tenerife Bluetrail, 2021).

En 2014, ante el incremento de las carreras y de los corredores de *Trail Running* en España, nace la Asociación Española de Trail Running (AE TRAIL) con el fin de promover este deporte en el país.

Este fenómeno fue denominado por autores como Jordi Seguí Urbaneja y Estela Inés Farias-Torbidoni como el *boom del Trail Running*, que realizaron un estudio para

comprobar si se había producido, o no un *boom* en este deporte en España. En el estudio, los autores observaron tres períodos en la creación de carreras de *Trail Running* en España: a) del 1940 hasta 1977, con un total de 13 (0,83%) nuevas carreras; b) del 1978 hasta el 2006, con un total de 416 (26,61%) y c) del 2007 hasta el 2015, donde se dispara el número de carreras con un total de 1135 (72,61%). (2018, p. 126).

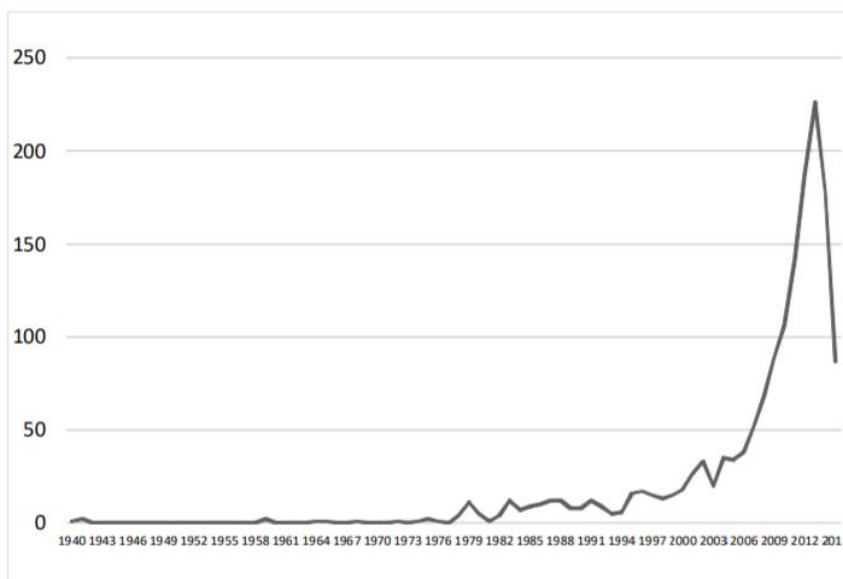


Figura 5. Evolución de nuevas carreras organizadas en el periodo 1940-2015. Fuente: Seguí y Farias-Torbidoni, 2018, p. 126

Finalmente, Seguí y Farias-Torbidoni llegaron a la conclusión de que sí se había producido en España el denominado *boom del Trail Running*. Uno de los factores que más influyó en este crecimiento fue el recogido en la Encuesta de Hábitos Deportivos en España de 2015, y es que en 2015 el 46,2% de los españoles de 15 años en adelante practicó deporte al menos una vez a la semana, un 9,2% más que en 2010. Otro de los factores fue la influencia de entidades como la FEDME, que fue la pionera, y la que impulsó el *Trail Running* en España. A su vez, todos estos factores, unidos al *boom del Trail Running*, provocaron el aumento del deporte federado relacionado con la montaña y la escalada, que pasó de 203.860 licencias en 2015, a 248.406 en 2019, casi 45.000 licencias más.

Asimismo, Seguí y Farias-Torbidoni, junto a Rafel Ferrer y Víctor Dorado, investigaron la incidencia sobre la Red Natura 2000 de las carreras de *Trail Running* y las marchas por montaña. De este estudio se observan las CCAA de España que más carreras de *Trail Running* (y marchas por montaña) concentran, siendo Cataluña la que más.

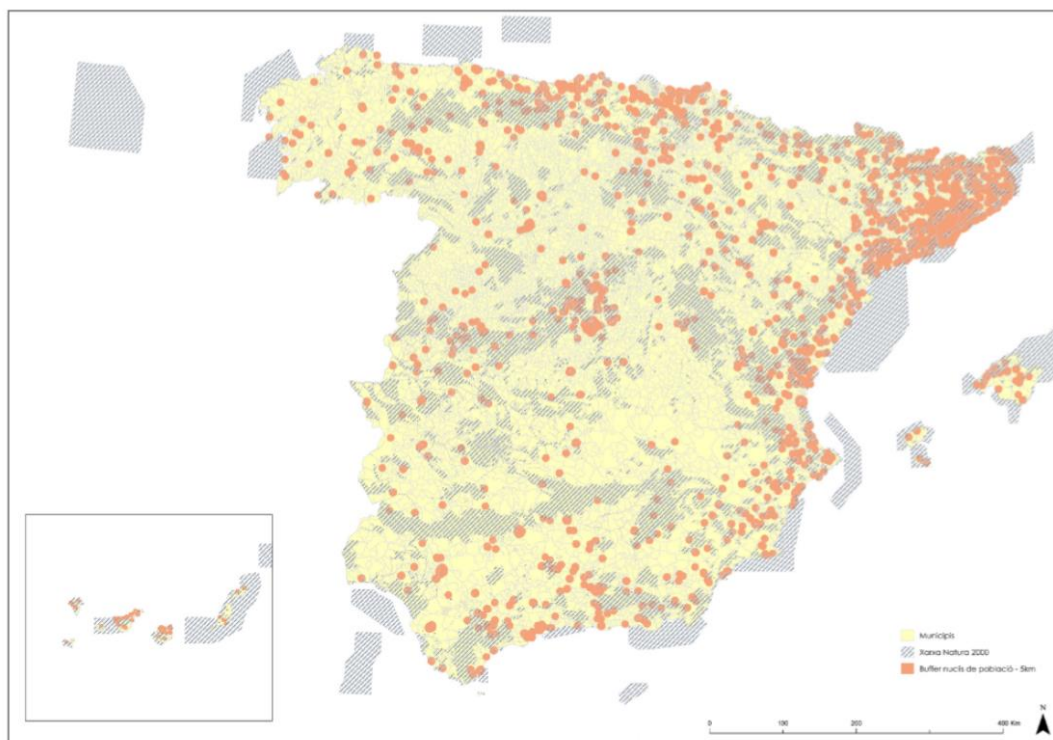


Figura 6. Incidencia carreras y marchas por montaña Red Natura 2000. Fuente: Farias-Torbidoni et al., 2018, p. 6

Por otro lado, cabe destacar que en España hay 79 atletas de *Trail Running* reconocidos como de Alto Rendimiento¹², y es que en 2019 un español lideró el Top 100, o ranking de la ITRA masculino, Kilian Jornet. Junto a Jornet, Pau Capell y Jan Margarit, que además fue el campeón de Europa de Skyrunning en 2019, formaron parte de los 10 mejores corredores de *Trail Running* del mundo en 2019. En cuanto al ranking de la ITRA femenino, la corredora Sheila Avilés, doble campeona de la Copa del Mundo de Skyrunning (2017-2019), ocupó en 2019 la undécima posición. En total, en 2019 hubo 26 españoles en el Top 100 mundial de la ITRA, 10 en el femenino y 16 en el masculino.

Por lo tanto, España es un país idóneo para la práctica de *Trail Running*, pues no solo tiene infinidad de recursos naturales de alto valor, sino que también tiene deportistas que forman parte de los mejores corredores de *Trail Running* del mundo. Asimismo, tanto medios de comunicación como marcas como pueblos de la España rural se han hecho eco de esta tendencia que es el correr en la montaña, comunicando, vendiendo, y atrayendo cada vez a más suscriptores y, en el último caso, a más turistas.

¹² Millaruelo, J. (2020). ¿Cuántos deportistas profesionales y de alto nivel hay en el trail running español? *Carreras por Montaña*. <https://www.carreraspormontana.com/noticias/cuantos-deportistas-profesionales-y-de-alto-nivel-hay-en-el-trail-running/>

CAPÍTULO IV

[EL CASO DE LA TRAVESERA INTEGRAL PICOS DE EUROPA]

4. EL CASO DE LA TRAVESERA INTEGRAL PICOS DE EUROPA

En el presente capítulo se hablará sobre una de las carreras de *Trail Running* más duras de Europa, que se realiza cada mes de junio en Asturias, concretamente en el Parque Nacional de los Picos de Europa: la Travesera Integral Picos de Europa.

Asimismo, cabe destacar un hecho que se viene produciendo desde el año 2015, y es que la Comisión de Gestión del Parque Nacional de los Picos de Europa hizo públicas unas medidas que ponían riesgo la carrera, causando un revuelo en la zona de los Picos de Europa, que además de ver a la Travesera como a una carrera emblemática, es una gran potenciadora del turismo en la parte de los Picos de Europa perteneciente al Principado de Asturias.

4.1. LA TRAVESERA INTEGRAL PICOS DE EUROPA

4.1.1. FICHA TÉCNICA

NOMBRE DE LA PRUEBA	TRAVESERA INTEGRAL PICOS DE EUROPA
ORGANIZADORES	GRUPO DE MONTAÑA ENSIDESA GIJÓN Y FEMPA
FECHA DE LA CARRERA	12 DE JUNIO DE 2021
TIPO DE CARRERA	PRUEBA EN LÍNEA EN RÉGIMEN DE SEMI-AUTONOMÍA.
LÍMITE PARTICIPANTES	450 CORREDORES
LUGAR DE SALIDA	EL REPELAO (COVADONGA) 155 M. ALTITUD.
LUGAR DE LLEGADA	ARENAS DE CABRALES 140 M. ALTITUD
HORA DE SALIDA	00:00 HORAS DEL SÁBADO 12 DE JUNIO DE 2021.
DISTANCIA	74 KMS.
DESNIVEL	+6.560/-6.585
ALTITUD MÍNIMA/MÁXIMA	140 M. ARENAS DE CABRALES/ 2.382 M. COLLADA BONITA
TIPO DE TERRENO	87% SENDEROS/10% PISTAS/3% CARRETERA ASFALTADA
TIEMPO MÁXIMO	21 HORAS.
PUNTOS ITRA	4
CRITERIO MONTAÑA ITRA	12
CRITERIO FINISHER ITRA	460
RECORD MASCULINO	9 H. 52 MIN. 53 SEG. MANUEL MERILLAS MOLEDO (2021)
RECORD FEMENINO	13 H. 13 MIN. 7 SEG. EVA MARÍA MOREDA GABALDÓN (2017)

Tabla 3. Ficha Técnica de la Travesera Integral Picos de Europa 2021 + RÉCORD MASCULINO en 2021. Fuente: Ficha Técnica Travesera, Travesera Integral Picos de Europa

4.1.2. DEFINICIÓN

La Travesera Integral Picos de Europa es la carrera de *Trail Running* más importante de Asturias, y una de las carreras más duras de Europa.

La organizan desde 2004 el Grupo de Montaña Ensidesa Gijón y la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo del Principado de Asturias (FEMPA). “[S]urge del deseo natural de varios montañeros asturianos de completar un trazado que surcara los tres macizos de Los Picos “del tirón”” (Travesera Integral Picos de Europa, 2021). En el año 2021 celebró su edición número 17, tras su cancelación en 2020 debido a la pandemia ocasionada por el COVID-19.

La Travesera Integral Picos de Europa es un Trail Ultra Largo (L) de 74 kilómetros caracterizado por sus más de 13.000 metros de desniveles acumulados. Discurre a lo largo del Parque Nacional de los Picos de Europa, que fue el primer espacio protegido de España, recorriendo sus 3 macizos: el macizo Occidental o Cornión, el macizo Central o de los Urrieles, y el macizo Oriental o de Ándara.

Es una prueba homologada por la ITRA (International Trail Running Association) y FEMPA. Además es calificativa para el UTMB (Ultra-Trail de Mont-Blanc) con 4 puntos. Una de las de mayor dificultad y exigencia técnica del mundo. Cuenta con 4 Puntos ITRA y un nivel de dificultad de 12 puntos, siendo una de las más técnicas y espectaculares del mundo. (Travesera Integral Picos de Europa, 2021).

En la actualidad tiene su inicio en El Repelao, al lado del Real Sitio de Covadonga, a 155 metros de altitud, y finaliza en la localidad de Arenas de Cabrales, a 140 metros de altitud. El punto más alto por el que tienen que pasar los corredores de la Travesera Integral Picos de Europa se localiza en Collada Bonita, a 2382 metros de altura, en el macizo Central de los Picos de Europa.

Por lo general, la Travesera Integral Picos de Europa se celebra el segundo sábado de junio, y da inicio ese mismo día a las 00:00 horas de la noche. A partir de ese momento, los corredores cuentan con 21 horas para finalizarla.

Cabe destacar que, dado al creciente interés entorno a la Travesera Integral Picos de Europa, se creó una carrera menos exigente, la Traveserina, celebrada un fin de semana antes que la Travesera.

4.1.3. PERFIL DE LA CARRERA

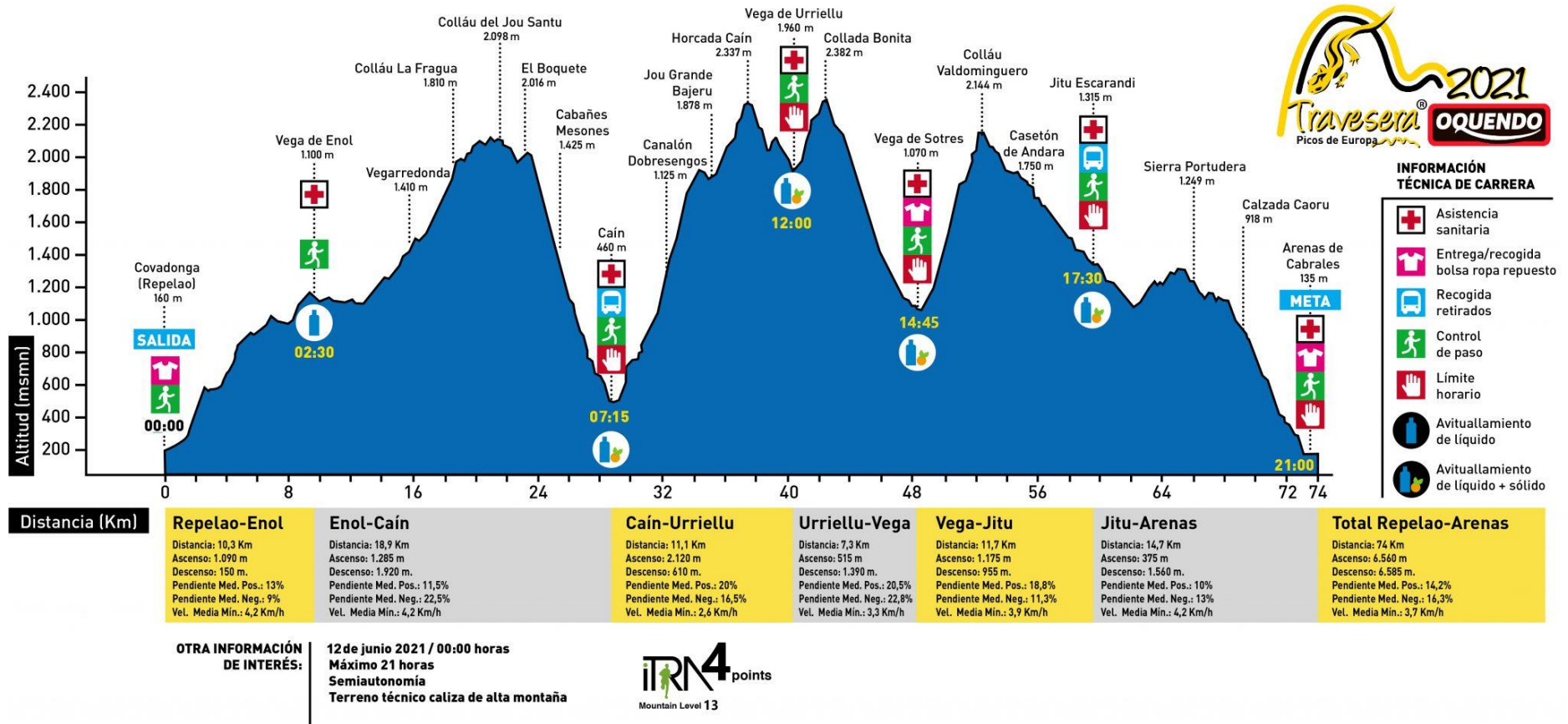


Figura 7. Perfil de la carrera Travesera Integral Picos de Europa 2021. Fuente: Perfil Travesera 2021, Travesera Integral Picos de Europa

4.1.4. REQUISITOS PARA PARTICIPAR

[Requisitos para participar en la Travesera [2021]:

- Mínimo 21 años cumplidos durante el año 2021
- Preinscripción 10€ (A descontar en la Inscripción)
- Inscripción 110 €

Obligatorio Licencia FEDME o Federaciones Autonómicas de Montaña que cubra seguro para Carreras por Montaña en Picos de Europa en 2021.

Se deberá aportar experiencia en Carreras por Montaña, siendo necesario cumplir UNO de los siguientes requisitos, válidos años 2017-2018-2019:

- a) Dos maratones por montaña menos de 8:30 horas (42 Km. y 5.000 desnivel acumulado)
- b) Una Ultra mínimo 55 Km. y 3.500 D+
- c) Haber terminado una Travesera
- d) Una Traveserina en menos de 8:30 horas

(Travesera Integral Picos de Europa, 2021).

4.1.5. EVOLUCIÓN DE LA PARTICIPACIÓN

En la Travesera Integral Picos de Europa participan alrededor de 450 corredores de carreras por montaña, un número que podría ser mayor si no fuese por las restricciones impuestas por el Parque Nacional de los Picos de Europa, de las cuales se hablará en el epígrafe 4.1.6. Ejemplo de esto es el hito que se produjo en el año 2014, cuando los 250 dorsales disponibles para la Travesera 2014 se agotaron en tan solo 12 minutos. (Mayayo, 2014).

En el siguiente gráfico se muestra la evolución de la participación que ha seguido la Travesera Integral Picos de Europa desde su 1ª edición hasta 2021, sin aparecer el año 2020, ya que no pudo ser realizada debido a la pandemia producida por el COVID-19.

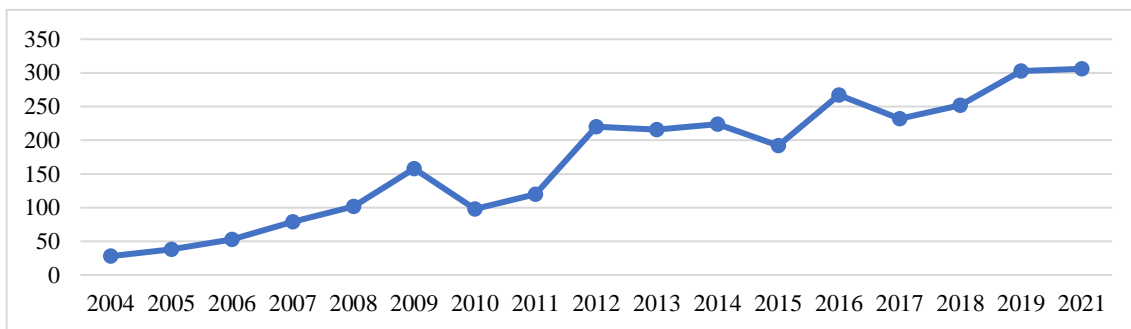


Figura 8. Evolución del número de clasificados en la Travesera Integral Picos de Europa 2004-2021. Fuente: ELABORACIÓN PROPIA + DATOS CLASIFICACIONES TRAVESERA INTEGRAL PICOS DE EUROPA (2004-2021)

El gráfico demuestra el crecimiento que la Travesera Integral Picos de Europa ha experimentado desde su 1ª edición en 2004 hasta la última en 2021. De 28 clasificados en 2004, se pasó a 306 en 2021. Fue un crecimiento paulatino, con subidas y bajadas, pues del 2004 al 2005 solo se aumentó en 10 el número de clasificados, de 2005 a 2006 en 15, etc. La subida más latente fue la que se produjo de 2011 a 2012, de 120 clasificados a 220, 100 más.

4.1.5.1. SEGÚN LA NACIONALIDAD

La edición de 2021 de la Travesera Integral Picos de Europa fue la más internacional, ya que llegaron a meta corredores de 5 países distintos: Alemania, Francia, Portugal, Países Bajos y Reino Unido.

En el siguiente gráfico se muestra la evolución de la participación en esta carrera de *Trail Running* según la nacionalidad de los participantes, desde 2004 hasta 2016, más 2019 y 2021 (de los años que faltan no se pudieron obtener los datos).

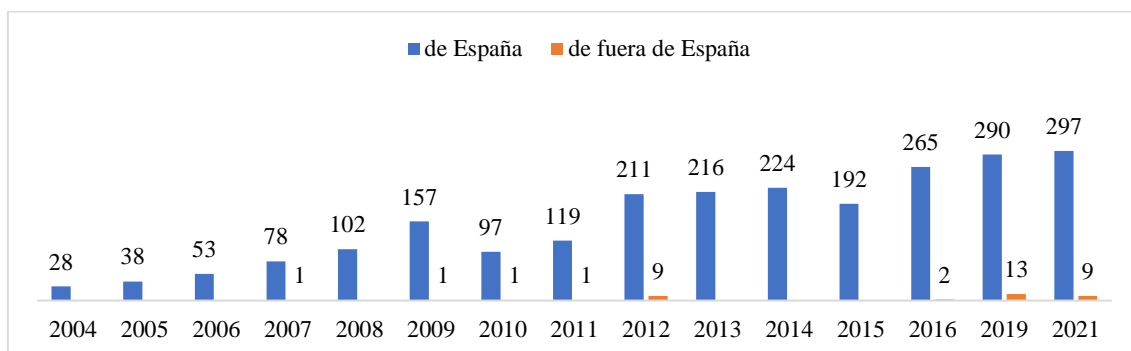


Figura 9. Evolución del número de clasificados según la nacionalidad en la Travesera Integral Picos de Europa 2004-2021. Fuente: ELABORACIÓN PROPIA + DATOS CLASIFICACIONES TRAVESERA INTEGRAL PICOS DE EUROPA (2004-2021)

En el gráfico se observa cómo la participación de corredores de fuera de España creció de forma considerable en las ediciones de 2019 y 2021, con un pequeño inciso en 2012.

En 2019 se registraron 13 corredores de *Trail Running* de países como Portugal, Suiza, Polonia y Francia. Otros países que han participado en la Travesera Integral Picos de Europa desde 2004 han sido Austria e Italia.

En el año 2012 llegaron a finalizar la carrera 9 corredores de fuera de España, concretamente de Francia. Estos datos demuestran que existe una tendencia a viajar de forma conjunta en los corredores de fuera de España, pues, por ejemplo, los franceses han acudido a la Travesera en grupos, en 2012, 9, en 2019, 6, y en 2021, 3, algo que también sucede con los corredores de Portugal, que en 2019 fueron 5, y en 2021, 4 fueron los corredores que lograron finalizar la Travesera.

4.1.5.2. SEGÚN LA COMUNIDAD AUTÓNOMA

Cada mes de junio, los corredores de *Trail Running* de España que participan en la Travesera Integral Picos de Europa se desplazan desde sus CCAA de origen al Principado de Asturias.

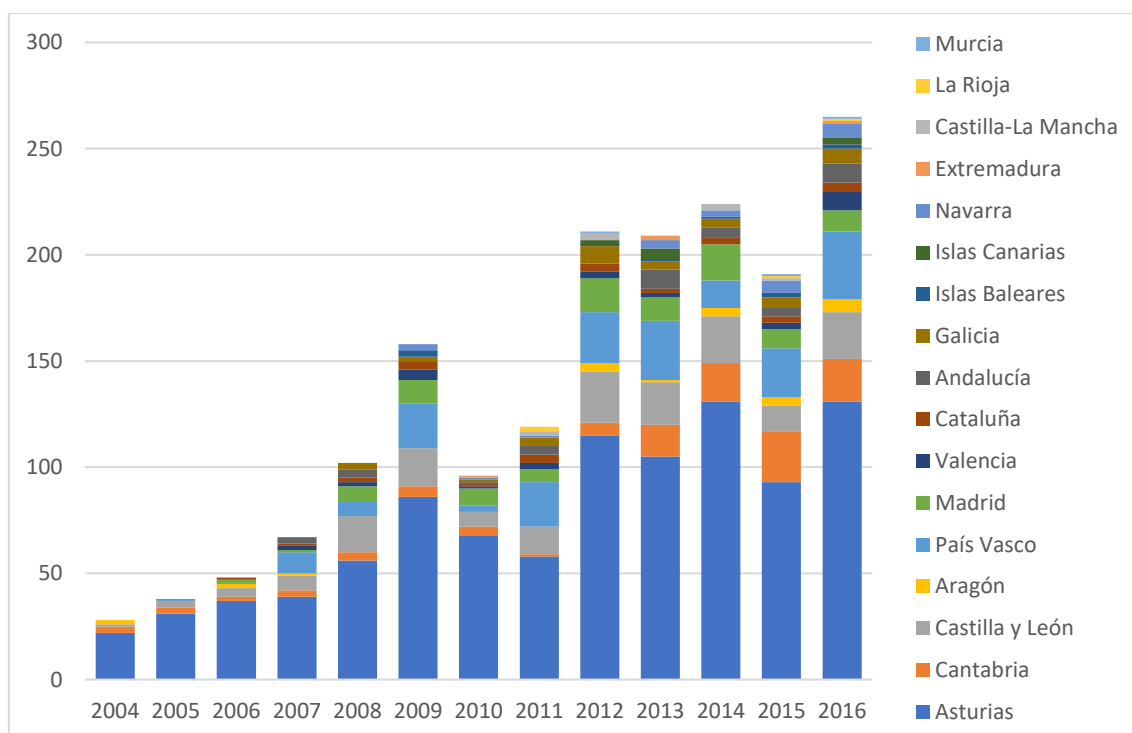


Figura 10. Evolución del número de clasificados según la comunidad autónoma en la Travesera Integral Picos de Europa 2004-2016. Fuente: ELABORACIÓN PROPIA + DATOS CLASIFICACIONES

TRAVESERA INTEGRAL PICOS DE EUROPA (2004-2021)

En el gráfico se observa que los corredores que más participan en la Travesera Integral Picos de Europa son los provenientes del Principado de Asturias. Fundamentalmente, este hecho se debe a dos cosas: que la carrera se realiza en Asturias, y que al principio solo era conocida por los corredores que solían correr por los Picos de Europa. Así se demuestra en el gráfico, pues en las primeras ediciones, de la de 2004 a la de 2006, junto a la de 2010, los corredores de Asturias ocupaban casi toda la lista de participantes (en 2004 solo hubo 6 participantes de fuera de Asturias). Con el paso de los años, la Travesera Integral Picos de Europa se fue popularizando, atrayendo a corredores de todas partes de España.

Las CCAA que más destacan son, de más a menos, Cantabria, Castilla y León y País Vasco. Podríamos afirmar que esto es debido a la proximidad de estas CCAA al Principado de Asturias, teniendo muy en cuenta que Cantabria y Castilla y León comparten junto con Asturias el Parque Nacional de los Picos de Europa.

Otras CCAA muy alejadas de las cuales se han desplazado corredores para participar en la Travesera son las Islas Baleares, las Islas Canarias y Murcia, por ejemplo.

Estos datos nos indican que la Travesera Integral Picos de Europa provoca cientos de desplazamientos cada mes de junio a la zona de los Picos de Europa de Asturias, sobre todo, a la localidad de Arenas de Cabrales.

A modo de conclusión, y en general, los datos de este epígrafe nos demuestran la importancia de la Travesera Integral Picos de Europa, una carrera de *Trail Running* que atrae a corredores no solo de todas partes del Principado de Asturias, o de España, sino también de Europa.

Cabe destacar que, para los gráficos mostrados en este epígrafe, se utilizaron los únicos datos disponibles en relación a la participación, los de los corredores que lograron finalizar la Travesera Integral Picos de Europa cada año. Por lo tanto, el número de participantes es mayor, ya que no se pudo tener en cuenta todos aquellos que no llegaron a meta.

4.1.6. UN FUTURO INCIERTO: #SALVARTRAVESERA

La Travesera de Picos, en el aire

Los nuevos requisitos impuestos por el Parque hacen peligrar la disputa de la prueba

Figura 11. Captura del titular del artículo *La Travesera de Picos, en el aire*¹³. Fuente: Inguanzo y Blanco, 2016, El Comercio

Durante los últimos años, la Travesera Integral Picos de Europa se ha visto en peligro debido a las medidas adoptadas desde la dirección del Parque Nacional de los Picos de Europa en relación a la preservación del Parque Nacional.

En el año 2015, la Comisión de Gestión del Parque Nacional de los Picos de Europa comenzó la redacción del Plan Rector de Uso y Gestión (P.R.U.G.)¹⁴ del Parque Nacional de los Picos de Europa.

[El] Plan Rector de Uso y Gestión (en lo sucesivo PRUG) establece las normas de gestión, actuación y zonificación precisas para la consecución de los objetivos del Parque Nacional en materias tales como conservación, uso público, aprovechamientos, desarrollo socioeconómico, investigación y educación ambiental. (PRUG, 2019, p. 1).

Unos meses más tarde, en 2016, los organizadores de la Travesera Integral Picos de Europa recibieron los criterios aprobados por la Comisión de Gestión, los cuales ponían en peligro la realización de la carrera por los Picos de Europa. Los artículos del PRUG que ponían, y ponen en riesgo la celebración de la Travesera son:

Artículo 50. Actividades nocturnas.

1. Con carácter general no se permiten las actividades nocturnas organizadas fuera de los núcleos de población.

¹³ Inguanzo, A., Blanco, B. P. (2016). La Travesera de Picos, en el aire. *El Comercio*. <https://www.elcomercio.es/deportes/mas-deportes/201601/28/asturias-emblematica-travesera-peligro-20160128200413.html>

¹⁴ PRUG (Plan Rector de Uso y Gestión del Parque Nacional de los Picos de Europa). (2019). <https://participacion.cantabria.es/documents/10711/222518/Plan+Rector+de+Uso+y+Gesti%C3%B3n+de+Parque+Nacional+de+los+Picos+de+Europa/1c098d21-0247-2d0e-00c2-d6db50b990e6>

2. En este sentido se considera horario nocturno el comprendido desde una hora después del ocaso hasta una hora antes del orto, según las respectivas tablas oficiales. (PRUG, 2019, p. 29).

Artículo 55. Pruebas deportivas y actividades deportivas extraordinarias.

6. En ningún caso se permitirá la simultaneidad de pruebas deportivas o actividades deportivas extraordinarias ni el desdoblamiento de una misma prueba o actividad deportiva extraordinaria en varias de diferentes categorías y/o distancias para superar las limitaciones recogidas en el presente PRUG.

7. El número máximo de participantes en cada prueba deportiva o actividad deportiva extraordinaria será de 400, excepto las que discurran por carreteras asfaltadas en cuyo caso no existirá límite de participantes. (PRUG, 2019, p. 32).

La Travesera Integral Picos de Europa comienza a las 00:00 horas de la noche, algo que no coincide con lo dispuesto en el artículo 50. Para la realización de la Travesera, una carrera que la mayoría de los corredores tardan más de 16 horas en finalizar, siendo 21 horas el límite, la salida a las 00:00 es algo indispensable.

El artículo 55, por el que se prohíbe la realización de dos carreras en un mismo día, afecta a la Travesera Integral Picos de Europa en tanto que no puede ser realizada junto a su hermana pequeña, la Traveserina. Por otro lado, el límite de participantes según el artículo 55 es de 400, y a esta carrera se inscriben más de 650 corredores de *Trail Running* cada año. (Travesera Integral Picos de Europa, 2020).

Por todo ello, en 2016 se produjo un revuelo¹⁵ en la zona de los Picos de Europa, concretamente en los concejos de Cabrales, Onís y Cangas de Onís, pues el borrador del que sería el PRUG dificultaba la realización de una carrera tan compleja como la Travesera Integral Picos de Europa.

¹⁵ El Fielato. (2016). Las prohibiciones son las únicas medidas que se toman en el Parque Nacional de los Picos de Europa. https://www.elfielato.es/articulo/comarca-picos-de-europa/prohibiciones-son-unicas-medidas-toman-parque-nacional-picos-erropa_2158/20160130190400019091.html

Reunión en Cangas de Onís para crear un frente común contra las restricciones del Parque Nacional a los organizadores de pruebas deportivas

Los alcaldes con territorio en el Parque Nacional de los Picos de Europa apoyan a los organizadores de las carreras que se disputan en el Espacio Protegido, frente a la restrictiva normativa que quieren aplicar los gestores del Parque.

Los alcaldes de los municipios de los Picos de Europa están del lado de los organizadores de pruebas deportivas

Figura 12. Captura del titular del artículo *Reunión en Cangas de Onís para crear un frente común contra las restricciones del Parque Nacional a los organizadores de pruebas deportivas*.

Fuente: El Fielato, 2016

Los organizadores de la Travesera Integral Picos de Europa: el Grupo de Montaña Ensidesa Gijón y la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo del Principado de Asturias (FEMPA), establecieron un diálogo con la Comisión de Gestión del Parque Nacional en el que se obtuvo un principio de acuerdo¹⁶ para la celebración de la Travesera del año 2016.

Desde el Parque Nacional, Agustín Santori advirtió por correo electrónico a la Federación de Deportes de Montaña, Escalada y Senderismo del Principado de Asturias ([FEMPA]) de que «el incremento de carreras es tal que está suponiendo una amenaza seria para poder garantizar la conservación de este parque» e indicó que se trata de criterios «no negociables». (Inguanzo y Blanco, El Comercio, 2016)

Finalmente, con la aprobación del PRUG en 2020, que mantuvo los artículos 50 y 55 que ponían en riesgo a la Travesera Integral Picos de Europa, el revuelo que se había iniciado en el año 2016 se intensificó.

Salvar la Travesera fue el objetivo que unió a los organizadores de la Travesera: el Grupo de Montaña Ensidesa Gijón y la FEMPA, a los ayuntamientos de Cabrales, Cangas de Onís y Onís, y a los amantes del *Trail Running* a finales del año 2020.

En primer lugar, los organizadores, el GME y la FEMPA, iniciaron un diálogo con el director general de Medio Natural y Planificación Rural del Principado de Asturias, David

¹⁶ Carreras por Montaña. (2016). Principio de acuerdo para que la Travesera de Picos de Europa pueda celebrarse. <https://www.carreraspormontana.com/carreras/principio-de-acuerdo-para-que-la-travesera-de-picos-de-europa-pueda-celebrarse/>

Villar, que se aferró a lo recogido en el PRUG. Desde el Gobierno del Principado de Asturias:

[se] plantearon «soluciones alternativas para celebrar la prueba en el marco del PRUG que requerirían una ligera reducción de los participantes -de 450 a 400- y unas adaptaciones horarias o bien de trazado, sin que por ello se altere su esencia». (Ramos y Pomarada, El Comercio, 2020).

A esto respecto, el GME y la FEMPA añadieron lo siguiente:

El ambiente de la reunión fue cordial, si bien las alternativas que se pusieron sobre la mesa por parte del Gobierno regional para realizar la carrera comenzando en horario diurno no resultan viables desde nuestro punto de vista, por razones de seguridad, participación, económicas y del propio espíritu de la Travesera. (Ramos y Pomarada, El Comercio, 2020).

Por otro lado, los ayuntamientos de Cabrales y de Cangas de Onís, se unieron¹⁷ junto a los empresarios, la Asociación Cabraliega de Turismo (ASCATUR) y la Asociación de Empresarios de los Picos de Europa (INCATUR), para reclamar una flexibilización de las prohibiciones recogidas en el futuro PRUG de los Picos de Europa.

Los empresarios cabraliegos quieren que se reconozca «la excepcionalidad de la Travesera Integral de los Picos de Europa expresamente en el Plan Rector de Uso y Gestión del Parque Nacional», para tener un marco jurídico que dé estabilidad a su organización y celebración sin los sobresaltos anuales a los que han estado sometidas las últimas ediciones de la prueba. (El Fielato, 2020).

Asimismo, la OTEA, Hostelería y Turismo de Asturias, se pronunció¹⁸ a favor de la continuidad de la Travesera, afirmando que se trata de una carrera que lleva 17 años:

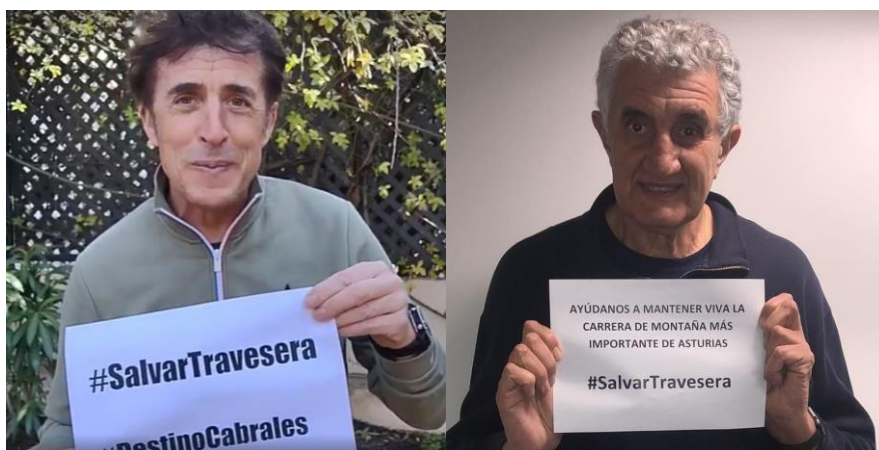
[...] generando el máximo atractivo para la comarca que durante varios fines de semana acoge miles de visitantes, deportistas la mayoría de ellos, lo que supone

¹⁷ Ramos, L. (2020). Alcaldes y empresarios reclaman un «consenso» para salvar la Travesera. *El Comercio*. <https://www.elcomercio.es/asturias/oriente/alcaldes-empresarios-reclaman-20201213011620-ntvo.html#vca=fixed-btn&vso=rss&vmc=tw&vli=Oriente>

¹⁸ Cristos, C. (2020). Otea apoya decididamente la Travesera Picos de Europa: No podemos permitirnos que desaparezca. *OTEA*. <https://otea.es/otea-apoya-decididamente-la-travesera-picos-de-europa-no-podemos-permitirnos-que-desparezca/>

una aportación económica y de promoción a la comarca extraordinaria e irrenunciable. (OTEA, 2020).

Ante la posibilidad de que la Travesera Integral Picos de Europa desapareciese, los apasionados del *Trail Running* aunaron fuerzas y, a través del *hashtag* #SalvarTravesera, inundaron las redes sociales en apoyo a la carrera. Deportistas anónimos y no tan anónimos se unieron a la causa, ejemplos de ellos fueron: Fernando Romay, Perico Delgado, el Oviedo Club Baloncesto, el CD Llanes, y un largo etcétera.



Figuras 13 y 14. Perico Delgado a la izquierda y Fernando Romay a la derecha muestran su apoyo a la Travesera con el *hashtag* #SalvarTravesera. Fuente: Facebook de la Travesera Integral Picos de Europa, 2020

En el mundo del *Trail Running* apoyaron a la Travesera eminencias como Manuel Merillas, subcampeón del Mundo de Skyrunning en 2015 que ostenta el récord de la Travesera Integral Picos de Europa, Luis Alberto Hernando, triple campeón del mundo Trail IAAF y Campeón de la Copa del Mundo de Ultras, o el siete veces campeón de la Copa del Mundo de carreras por montaña, Kilian Jornet.

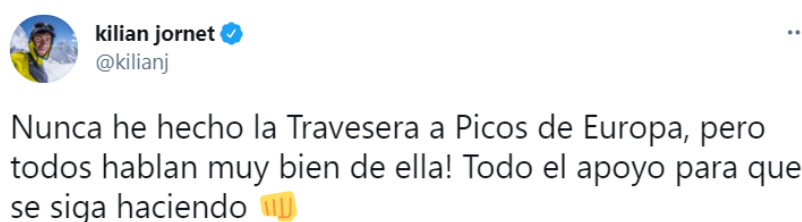


Figura 15. Kilian Jornet, con más de 320.000 seguidores en Twitter, muestra su apoyo a la Travesera con el *hashtag* #SalvarTravesera. Fuente: Twitter de Kilian Jornet, 2020

Otras figuras del mundo del deporte que mostraron su apoyo a la Travesera fueron José Ramón de la Morena Pozuelo, director y presentador de El Transistor, programa

deportivo de Onda Cero, y Juan Ramón Lucas, director y presentador del programa de radio La Brújula, también de la emisora Onda Cero.

En 2021, la Travesera Integral Picos de Europa pudo celebrar su edición número 17, en la que el corredor Manuel Merillas volvió a actualizar el récord de la Travesera, 9:52:53.

A día de hoy, aún no está publicado en el BOE el Plan Rector de Uso y Gestión (PRUG) del Parque Nacional de los Picos de Europa, por lo que la continuidad de la Travesera Integral Picos de Europa, una de las carreras de *Trail Running* más importantes de España, sigue en el aire.

CAPÍTULO V

[EL *TRAIL RUNNING* COMO RECLAMO TURÍSTICO]

5. EL *TRAIL RUNNING* COMO RECLAMO TURÍSTICO

5.1. EL TURISMO DE *TRAIL RUNNING*

El turismo no deja de crecer cada año, al igual que el turismo deportivo que, en España, como se ha visto en el epígrafe 2.5., creció un 0,4% de 2019 a 2018, a la par del aumento de la práctica de actividades físico-deportivas, que creció casi 10 puntos en 2015 con respecto a 2010. Asimismo, es uno de los tipos de turismo más interesantes a la hora de atraer a un determinado tipo de turista, ya que, debido a las distintas formas que hay de hacer deporte y, por consiguiente, de hacer turismo deportivo, es ideal para la especialización. El caso del establecimiento Route Active Hotel¹⁹ en Tenerife es un ejemplo de la especialización ligada al turismo deportivo, pues el hotel fue renovado para adaptarse a un tipo de turista muy concreto, los deportistas.

Hoy es un hotel activo dirigido a los amantes de la naturaleza y de las experiencias al aire libre con un menú de actividades, desayuno fuera de lo convencional, gimnasio muy completo con sala de fisioterapia y espacios para el material de los clientes. (Hosteltur, 2018).

El aumento de los estilos de vida saludables y, por consiguiente, de la práctica de actividades físico-deportivas, ha provocado que cada vez más empresas del sector turístico decidan concentrar sus esfuerzos en el turismo deportivo. Dicho de otra forma, dentro de todos los tipos de turismo, deciden centrarse en el turismo deportivo y, de la misma forma, dentro del turismo deportivo, deciden centrarse en un solo deporte. Esta es una de las mejores características del turismo deportivo, pues al existir tantas formas de practicar actividades físico-deportivas o deportes, hay un gran rango para escoger a la hora de especializarse. Esto se hace a través de técnicas como la segmentación del mercado.

La segmentación del mercado es el proceso de dividir un mercado en grupos con necesidades y/o características similares según variables geográficas, demográficas, conductuales o psicográficas. En el caso del turismo deportivo, hablaríamos de una segmentación psicográfica, por estilo de vida, por la cual, dentro del mercado de los turistas, se seleccionarían a aquellos con un estilo de vida ligado a la práctica de

¹⁹ Hosteltur. (2018). Especialización y diferenciación como estrategia de reposicionamiento. <https://www.hosteltur.com/127496-especializacion-diferenciacion-como-estrategia-reposicionamiento.html>

actividades físico-deportivas. De igual forma, dentro de un segmento como, en este caso, el de los turistas con un estilo de vida ligado al deporte, se pueden localizar lo que se conoce por nichos de mercado. En el caso del deporte, los nichos de mercado podrían ser las distintas formas de realizar actividades físico-deportivas que existen como, por ejemplo, correr. Asimismo, la actividad físico-deportiva de correr (o *running*) puede ser dividida según las distintas formas de correr que existen, que formarían una serie de subgrupos conocidos como micronichos. A modo de ejemplo, no es lo mismo correr por asfalto que hacerlo por montaña (*Trail Running*), por lo que ambas formas serían micronichos distintos de un nicho de mercado mayor, la actividad físico-deportiva de correr, conocida como *running*.

[...] el *running* se ha convertido en un importante nicho de mercado para las empresas relacionadas con el mundo del deporte y del turismo (o lo que es lo mismo el turismo deportivo). (Soler y San Martín, 2017, p. 50).

Los nichos de mercado, al igual que los micronichos, se caracterizan por (Briceño, 2018):

- [Estar] formados por grupos de personas o empresas.
- [Enfocarse] en necesidades particulares y algunas veces complejas.
- El usuario está dispuesto a pagar más dinero por sus productos.
- [Requerir] de operaciones especializadas para crear los bienes y servicios necesarios.
- También necesita de proveedores especializados que conozcan el producto.
- Por lo general únicamente se pueden encontrar una o dos empresas proveedoras del producto.
- [Tener] capacidad de ser rentable.
- [Orientarse] hacia un usuario en concreto.

El sector turístico es un ejemplo de sector en el que la segmentación de mercado es primordial. El propio sector turístico se encuentra fragmentado en los distintos tipos de turismo que existen como, por ejemplo, el turismo deportivo, que no puede ser atendido de la misma forma que, por ejemplo, el turismo de negocios. Es por ello por lo que muchas empresas del sector turístico deciden especializarse en una sola tipología de turismo como, por ejemplo, el Route Active Hotel en Tenerife, que adaptó su oferta al turismo deportivo.

Pero hay empresas que van un paso más allá, y dentro de un tipo de turismo, como, por ejemplo, el turismo deportivo, se especializan en tipos de turistas con características muy concretas como, por ejemplo, los corredores de *Trail Running*. Así es como surgen las agencias de viajes especializadas en un deporte como el *Trail Running*.

En el siguiente gráfico se puede observar el proceso seguido por el *Trail Running* para convertirse en un micronicho del mercado del turismo:

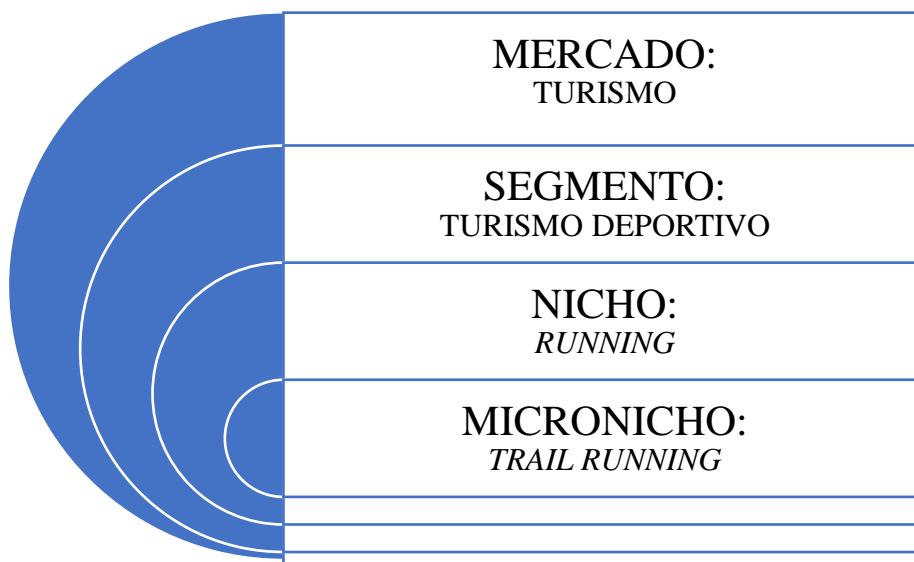


Figura 16. Segmentación de mercado del *Trail Running*. Fuente: ELABORACIÓN PROPIA

La carrera a pie en plena naturaleza, también denominada *Trail Running*, es una actividad físico-deportiva que no ha dejado de crecer en el siglo XXI. Cada vez son más los que deciden practicar el *Trail Running*, por lo que surge una demanda entorno a este deporte que ha de ser cubierta. Por ello, cada vez son más las empresas que deciden ofertar bienes y/o servicios especializados en el *Trail Running*.

Puesto que el *Trail Running* es un deporte que liga a la perfección con el turismo, son muchas las empresas del propio sector turístico las que han decidido especializarse en el *Trail Running*. El *Trail Running* es un deporte practicado en plena naturaleza, por lo que, generalmente, los corredores de *Trail Running* se han de desplazar a lugares alejados de las urbes y, por lo tanto, alejados de sus lugares de residencia. En ocasiones, estos desplazamientos como, por ejemplo, los que se hacen para participar en carreras de *Trail Running*, son combinados con actividades turísticas tales como el alojamiento o la restauración. Pero no solo eso, pues al ser un deporte inexorablemente unido a la

naturaleza, hace que los corredores de *Trail Running* sientan especial predisposición por viajar a destinos que les descubran lugares nuevos por los que practicar el *Trail Running*.

Por otro lado, el perfil de los corredores de *Trail Running* es un perfil que visto desde el punto de vista del turismo, es muy interesante. Los corredores de *Trail Running* son personas para las que el *Trail Running* es su afición principal, por lo que dedican su tiempo libre y, por consiguiente, sus vacaciones, a viajar a lugares afines a ella. Asimismo, para el corredor de *Trail Running*, el *Trail Running* no es solo un deporte, sino que es una forma de disfrutar de aquello que más les gusta: la naturaleza.

Los micronichos como el *Trail Running* se caracterizan por tener las siguientes ventajas (Briceño, 2018):

- [Tienen] menos competencia.
- Se da una relación más cercana con los clientes y las empresas.
- [Pueden] llegar a conocer a los clientes a profundidad.
- No se hace competencia con los grandes generalistas del mercado.
- Los esfuerzos de marketing son más fáciles y efectivos.
- [Permiten] mayor especialización del producto.
- Se da mayor eficacia publicitaria.
- [Definen] los contenidos de los productos de acuerdo con el público.

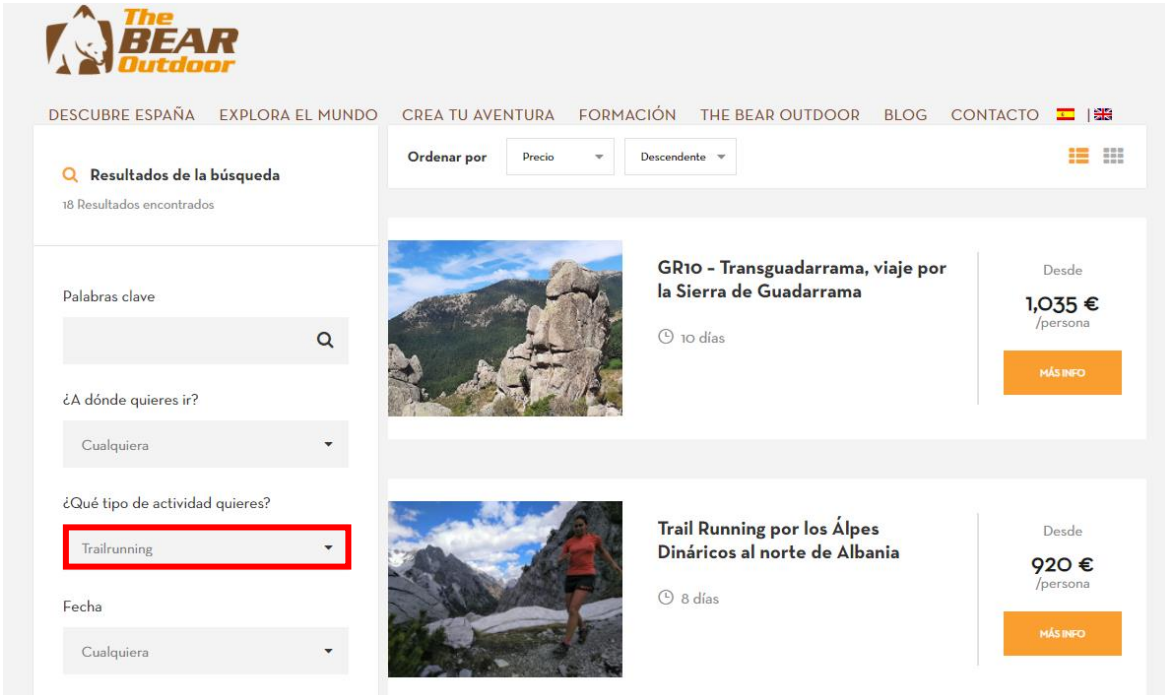
Por lo tanto, las empresas que deciden centrarse en el *Trail Running* se convierten en expertas de esta actividad físico-deportiva, por lo que, a la hora de llegar al corredor de *Trail Running*, lo harán mejor que aquellas que no estén especializadas en el *Trail Running*. A mayor conocimiento sobre el *Trail Running*, mayor satisfacción de los clientes, que son los corredores de *Trail Running*. Es por ello por lo que estas agencias de viajes especializadas en el *Trail Running* suelen estar formadas por expertos y/o aficionados de la carrera a pie en plena naturaleza.

En España existen agencias de viajes especializadas en el *Trail Running*, y estas son algunas de ellas:

- **The Bear Outdoor**

The Bear Outdoor surge por el arraigo del socio fundador, Lolo Díez, por su tierra, El Bierzo, y más concretamente por la zona del Alto Sil. [...] Los más de 15 años de

experiencia, viajando alrededor del mundo, hacen de The Bear Outdoor una agencia de viajes especializada en viajes alternativos. [...] El equipo de trabajo de The Bear Outdoor, encabezado por Lolo Díez y Patricia Barriales, cuenta con un amplio número de colaboradores expertos en su materia, entre ellos prestigiosos Guías de Montaña titulados y Técnicos Deportivos. [...] El cliente marca sus preferencias, el lugar, los días, el presupuesto, con más o menos nivel de aventura, etc. (The Bear Outdoor).

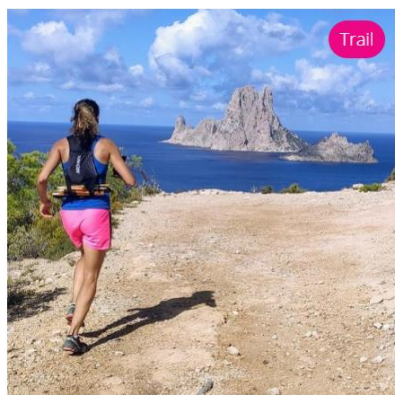


The screenshot displays the website interface for The Bear Outdoor. At the top left is the logo featuring a bear's head and the text 'The BEAR Outdoor'. The navigation menu includes 'DESCUBRE ESPAÑA', 'EXPLORA EL MUNDO', 'CREA TU AVENTURA', 'FORMACIÓN', 'THE BEAR OUTDOOR', 'BLOG', and 'CONTACTO', along with flags for Spain and the UK. A search bar on the left shows 'Resultados de la búsqueda' with '18 Resultados encontrados'. Below it are filters for 'Palabras clave', '¿A dónde quieres ir?' (set to 'Cualquiera'), '¿Qué tipo de actividad quieres?' (with 'Trailrunning' selected and highlighted by a red box), and 'Fecha' (set to 'Cualquiera'). On the right, there are sorting options: 'Ordenar por' with 'Precio' and 'Descendente' dropdowns. Two activity cards are visible: 1) 'GR10 - Transguadarrama, viaje por la Sierra de Guadarrama' with a 10-day duration and a price starting at 1,035 €/persona. 2) 'Trail Running por los Alpes Dináricos al norte de Albania' with an 8-day duration and a price starting at 920 €/persona. Each card includes a 'MÁS INFO' button.

Figura 17. Ejemplos de viajes de *Trail Running* de la agencia The Bear Outdoor. Fuente: The Bear Outdoor

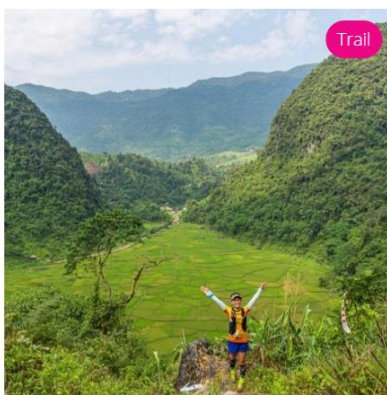
- Dorsal77

Dorsal 77 es una agencia de viajes especializada en *running* y *Trail Running* formada por dos profesionales del mundo del Turismo y del *running* y *Trail Running*. Los viajes ofertados por Dorsal 77 tienen un componente aventurero debido al terreno y entorno paisajístico de las carreras, o por el propio destino o viaje en sí mismo. Facilitan alojamiento, transporte, inscripción a carreras y otros servicios complementarios para el viaje. (Dorsal 77).



Trail

3 Días Ibiza Trail 2021
26-11-2021 al 28-11-2021 **MULTIDISTANCIA**
Desde 80 € (+ info)



Trail

Vietnam Jungle Marathon 2021
13-10-2021 al 22-10-2021 **MULTIDISTANCIA**
Desde 1520€ (+ info)



Expediciones

TRAIL CAMP
2-4 JULIO
Ciudad Encantada

Trail Camp Ciudad Encantada Cuenca
Del 2 al 4 de Julio **ENTRENAMIENTO**
Desde 185 € (+ info)

Figura 18. Ejemplos de viajes de *Trail Running* de la agencia Dorsal77. Fuente: Dorsal77

- Rumbo a Picos

Ubicados en Llanes [Asturias] con 20 años de experiencia en el sector de los deportes de aventura, especializados en Viajes de Aventura en Picos de Europa y otros destinos con actividades de [*Trail Running*]. [...] [Los viajes organizados por Rumbo a Picos] están diseñados para personas interesadas en actividades de aventura de todos los niveles, que huyen de la masificación y quieren disfrutar los increíbles paisajes que ofrece [la zona de los Picos de Europa] con seguridad, los mejores equipamientos y la compañía de guías profesionales. [...] [Sus] programas incluyen actividades, traslados, guías, materiales y diferentes tipos de alojamientos. (Rumbo a Picos).

The screenshot shows the website 'RUMBO A PICOS' with a navigation menu (INICIO, ACTIVIDADES, VIAJES, INFO GENERAL, CONTACTO, BLOG) and a 'TRAIL RUNNING' section. The main heading is 'VIAJES DE TRAIL RUNNING PICOS DE EUROPA'. Three packages are listed:

Package Name	Price	Duration	Accommodation	Difficulty Level	Target Audience
ANILLO EXTREM PICOS DE EUROPA TRAIL RUNNING	435,00€	4 días 3 noches	Refugios de Montaña	Nivel de Dificultad: Alta	Solo corredores expertos
DE LA COSTA A LOS PICOS DE EUROPA TRAIL RUNNING	310,00€	3 días 2 noches	Hoteles rurales	Nivel de Dificultad: Media	Corredores con experiencia
TRAVESERA PICOS DE EUROPA TRAIL RUNNING	320,00€	3 días 2 noches	Albergue y Refugio de montaña	Nivel de Dificultad: Alta	Solo corredores expertos

Figura 19. Ejemplos de viajes de *Trail Running* de la agencia Rumbo a Picos. Fuente: Rumbo a Picos

Estos son algunos de los ejemplos que podemos encontrar en España, pero el *Trail Running* es un deporte que se ha extendido por todo el mundo, por lo que no solo en España existen agencias de viajes especializadas en esta actividad físico-deportiva.

Finalmente, cabe destacar que no solo las agencias de viajes ven al *Trail Running* como una oportunidad a la hora de atraer clientes, sino que también hay entidades como las instituciones públicas que se centran en el *Trail Running* para incentivar el turismo. Este es el ejemplo de la Consejería de Medio Rural y Cohesión Territorial y del Ayuntamiento de Cabrales en Asturias, que trabajan de forma conjunta en la iniciativa del Anillo de Picos para potenciar deportes como el *Trail Running* en el Parque Nacional de los Picos de Europa.

El proyecto pretende desestacionalizar la práctica deportiva a lo largo del año y consolidar los refugios de montaña como una referencia de turismo sostenible, potenciando los valores naturales y ambientales del parque nacional. Esta iniciativa consiste en establecer una serie de rutas circulares, a modo de «anillos», que conecten al visitante con la red de refugios y le permitan disfrutar con seguridad de este excepcional territorio. (La Voz de Asturias, 2021).

5.2. EL IMPACTO DEL TURISMO DE *TRAIL RUNNING*

El turismo de *Trail Running*, comprendido por los viajes realizados para realizar *Trail Running* ya sea para participar en una carrera de *Trail Running* o por el simple hecho de disfrutar de correr a pie en plena naturaleza, es capaz de crear flujos turísticos en zonas que, si no fuera por el *Trail Running* y el resto de actividades físico-deportivas practicadas en plena naturaleza, podrían caer en el olvido. Para estas zonas, que suelen estar alejadas de las urbes, el *Trail Running* es una oportunidad para darse a conocer y, por consiguiente, no desaparecer. Es por ello por lo que cada vez son más los pueblos que se unen a organizar carreras de *Trail Running*.

Desde el año 2000 no ha dejado de crecer el número de carreras por montaña celebradas en España. Este fenómeno es bien visto por la administración turística y de desarrollo rural y por los municipios y comarcas, ya que estas carreras han servido para poner en valor territorios antes olvidados. Es indudable que las carreras por montaña dinamizan el turismo rural, ya que además de movilizar a los organizadores y corredores, también atraen a un volumen significativo de espectadores (muchos son familiares), que se desplazan para seguir el desarrollo de la prueba. (FEDME, 2019, p. 59).

Los autores Jordi Seguí y Estela Inés Farias-Torbidoni (2018) analizaron 1846 carreras de *Trail Running* en España, y comprobaron que las poblaciones de menos de 5000 habitantes son las que más carreras de *Trail Running* acogen, el 53,8% de la muestra.

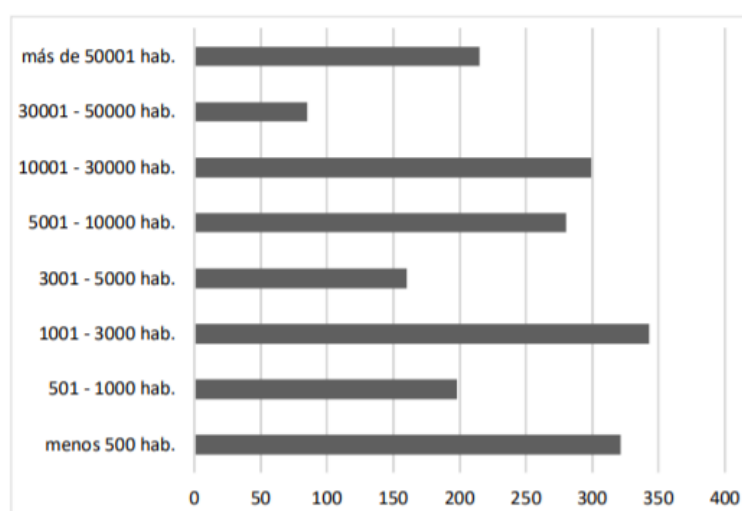


Figura 20. Carreras de *Trail Running* por tamaño del municipio. Fuente: Seguí y Farias-Torbidoni, 2018, p. 126

[...] no sorprende saber que la mayoría de las carreras se organicen en poblaciones de menos de 5000 habitantes. Las hipótesis que pueden explicar este hecho son, entre otras, dos: a) los municipios cercanos a las montañas son de menos de 5000 habitantes; y b) las carreras de [*Trail Running*] están siendo utilizadas como producto de turismo para dinamizar el territorio rural, en la línea argumental de Martos, P. (2002). (Seguí y Farias-Torbidoni, 2018, p. 127).

Por lo tanto, las actividades físico-deportivas ligadas a la naturaleza como el *Trail Running* contribuyen en la dinamización de lugares con baja densidad poblacional. Las carreras de *Trail Running* suponen para estas zonas impactos positivos tanto de carácter económico como social, y eso lo han puesto de manifiesto estudios como el de Federico Soler Vayá y Enrique San Martín González, que analizaron el impacto del *Trail Running* en la comarca de La Vall d'Albaida en el año 2017 a través del caso de la carrera de *Trail Running*, MAMUCA.

Soler Vayá y San Martín González concluyeron su estudio sobre la MAMUCA con ideas como las siguientes (2017, pp. 62-64):

- [...] la celebración del evento aumenta el reconocimiento y la promoción de la localidad entre los corredores. [...] De hecho, el 94% de los habitantes ha constatado un aumento de los visitantes tras la celebración de la prueba.
- [...] la rentabilidad obtenida teniendo en cuenta la inversión pública realizada es más que notable. [...] Los beneficios económicos de la prueba se redistribuyen de forma diversificada entre un número elevado de habitantes y sectores económicos (propietarios del hostel/restaurante, del bar, productores de agricultura ecológica, artesanos, escultores, [etc.]) lo que implica un impacto global para la localidad que favorece el elevado grado de aceptación de la carrera entre los habitantes de la localidad.
- [...] [ayuda] a mejorar las relaciones personales y el clima social, generando con ello hábitos de vida más saludables entre los residentes en el municipio. Al mismo tiempo, la participación directa o indirecta en la organización supone un elemento de satisfacción y orgullo personal, al sentirse parte del éxito de la prueba.
- [...] el impacto negativo sobre el medioambiente es mínimo, por lo que aunque la prueba discurre por un paisaje protegido, no existe riesgo de transformación del entorno natural.

Otro estudio muy interesante sobre los impactos del *Trail Running* en lugares en plena naturaleza es el realizado en el año 2011 por el Consejo Asesor Científico de las Montañas y el Área de Accesos y Naturaleza de la FEDME con el soporte del Ministerio de Medio Ambiente y Medio Rural y Marítimo del Gobierno de España llamado *Incidencia Socioeconómica y Ambiental de las Carreras por Montaña en el Medio Rural y Natural de España*.

Las carreras por montaña han servido para poner en valor territorios antes olvidados que han recobrado, gracias a estas pruebas, un cierto dinamismo mediante una actividad deportiva que se convierte en un evento turístico singular, y difunde el nombre del territorio hasta lugares insospechados. (p. 35).

De este estudio podemos obtener respuestas a varios de los objetivos del presente Trabajo de Fin de Grado, pero sobre todo al relacionado con la capacidad del *Trail Running* de desestacionalizar la demanda. A tal efecto, en la investigación realizada por el CACM y la FEDME se dice lo siguiente:

Las carreras por montaña [...] atraen a un volumen significativo de espectadores (familiares y espectadores), que se desplazan para seguir el desarrollo de la prueba. La primera repercusión se produce fundamentalmente en bares, restaurantes y establecimientos de alojamiento, pero se abre una ventana para dar a conocer y comercializar los productos y las singularidades locales. En ocasiones, supone una oportunidad para diversificar y **desestacionalizar** la propia actividad turística y generar un efecto multiplicador. (p. 35).

Algunas pruebas han conseguido que se genere un circuito, señalizado o no, al que llegan corredores en fechas diferentes a practicar deporte. Los días o los fines de semana anteriores a la carrera, puede notarse que los entrenamientos movilizan a muchos corredores de la región y que tienen incidencia en el territorio. También se utiliza en otras fechas como entrenamiento para otras pruebas. (p. 29).

Estos estudios ponen de manifiesto la importancia del *Trail Running* para los pueblos alejados de las urbes. Los beneficios de las carreras de *Trail Running* no solo se perciben en el momento de su realización, sino que también a largo plazo, puesto que son capaces de promocionar estos lugares, llamando la atención de otros corredores de *Trail Running* que acuden a ellos para practicar su afición predilecta: el *Trail Running*. Además, para estos lugares en plena naturaleza que no suelen tener un gran movimiento de turistas fuera

de temporada, las carreras de *Trail Running* suponen un estímulo en su sector económico a lo largo de todo el año.

5.3. EL EJEMPLO DE LA TRAVESERA INTEGRAL PICOS DE EUROPA

En el municipio de Cabrales, Asturias, donde se extiende el emblemático Naranjo de Bulnes, una parte del desfiladero del Cares, el pueblo de Bulnes y su funicular, se encuentra el pueblo de Arenas, uno de los principales accesos al Parque Nacional de los Picos de Europa. La carrera por montaña más prestigiosa de Asturias, la Travesera, objeto de estudio del presente Trabajo de Fin de Grado, finaliza en el pueblo de Arenas de Cabrales. Esto supone que, durante los días de su celebración, tanto de la Travesera como de su hermana pequeña la Traveserina, Arenas reciba a multitud de visitantes, tanto corredores de Trail Running como apasionados de este deporte, así como acompañantes de los participantes de la Travesera y Traveserina. Tampoco hay que olvidar al equipo de organización de la Travesera y Traveserina, los voluntarios y los medios de comunicación que acuden a cubrir la carrera. Al ser dos carreras, y al hacerse en dos fines de semana distintos, la repercusión se multiplica por dos. A tal efecto, David Méndez Alonso, organizador de la Travesera y de su hermana pequeña, la Traveserina, señala lo siguiente:

Cada una de las carreras deja en el municipio [de Cabrales] unos 230.000 euros cada fin de semana. [...] Tanto la Traveserina como la Travesera atraen a Cabrales a corredores de todas las CCAA españolas y 11 nacionalidades diferentes, que se gastan de media unos 225 euros por persona entre alojamiento comida y ocio y sobre todo teniendo en cuenta que las pruebas se llevan a cabo en temporada baja.

En la misma línea, Christian Gutiérrez Espina, corredor de *Trail Running* y organizador de la carrera Cxm Picu Turbina, relata:

Una vez se efectúa el sorteo de dorsales (enero) la gente empieza a venir cada fin de semana por esta zona para entrenar, hacen gasto por el concejo e incluso algunos se alojan. El día de la carrera pongamos que por cada corredor vengan 2 acompañantes (que suelen venir más) o sea estaríamos hablando que solamente de corredores $450 \times 3 = 1350$ personas que atrae una prueba de esta índole. Esos dos fines de semana en el concejo de Cabrales está todo ocupado (alojamientos, restaurantes, campings...) desde casi un año antes.

Por su parte, Alfonso García Fernández, corredor de *Trail Running* vinculado al sector turístico de la zona de los Picos de Europa, señala que:

[El corredor del *Trail Running*] para zonas como la nuestra [(Cabrales)] es uno de los tipos de turista más importantes, ya que en épocas de baja ocupación la afluencia de corredores es alta, y tanto cuando se celebran las carreras, como los meses previos, la llegada de corredores a nuestra zona es muy importante. Por ejemplo, para nuestro hotel los fines de semana de semana con más ocupación son los de Traveserina y Travesera, y el tipo de turista es muy bueno.

Manuel Merillas Moledo, corredor profesional de *Trail Running* que ostenta el récord de la Travesera apunta:

Más o menos los dos fines de semana de Travesera [y Traveserina] representan entre un 10% y un 15% de todo lo que ganan [en la zona de Cabrales] al año, por la cantidad de gente que conllevan, no solo la que corre, sino los que van a verla. Otros años [(no este por el COVID-19)] ibas al monte y encontrabas a gente por todos lados y eso quiere decir que se tienen que quedar en algún lado.

Tal es la importancia de estas carreras por montaña en el concejo de Cabrales que ante la posibilidad de su desaparición el colectivo ASCATUR (Asociación Cabraliega de Turismo) se pronunció al respecto mostrando su apoyo a los organizadores de la Travesera.

«La Travesera es un escaparate. Es espectacular la de gente que viene»

SAMI W. HAMMOUDEH | PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN CABRALIEGA DE TURISMO

Figura 21. Captura del titular del artículo «*La Travesera es un escaparate. Es espectacular la de gente que viene*». Fuente: Pomarada, 2021, El Comercio

La Asociación de Turismo Activo y Albergues de Asturias (ATAYA): “la Travesera ha logrado para Asturias una gran proyección internacional, posicionándola como un destino preferente para el turismo deportivo y activo” (Twitter @TraveseraPicos, 2020).

Asimismo, la Asociación Hostelería y Turismo (OTEA) se sumó a la causa²⁰:

El Gobierno del Principado no puede permitir que [...] desaparezca la popular Travesera Picos de Europa que, desde hace 17 años, se viene celebrando cada año, en el mes de junio, en el macizo central de los Picos de Europa, generando el máximo atractivo para la comarca que durante varios fines de semana acoge miles de visitantes, deportistas la mayoría de ellos, lo que supone una aportación económica y de promoción a la comarca extraordinaria e irrenunciable. [...] Necesitamos este tipo de eventos que atraen visitantes y promocionan nuestro Paraíso Natural, que es la seña de identidad consolidada de nuestra promoción turística.

Pero no solo los oriundos ven la importancia de una carrera como la Travesera, pues Borja Fernández Fernández, subcampeón de España de Ultra, que se desplazó a Cabrales para acudir a la Travesera, opina que:

[...] a los pueblos de montaña tipo Arenas de Cabrales, este deporte repercute muy positivamente en términos económicos, ya que todos los que vamos en mayor o menor medida siempre haces algún tipo de gasto. Y más cuando hay algún tipo de prueba como es la Travesera que aparte de los corredores, se juntan familias y muchos aficionados, con lo cual económicamente para el pueblo es un fin de semana redondo.

En lo relativo a la promoción que las carreras de o por montaña hacen de estos lugares en plena naturaleza Christian Gutiérrez Espina plantea lo siguiente:

[La Travesera y la Traveserina] son una publicidad que no está pagada tanto para el concejo de Cabrales como para sus alrededores. [...] La gente viene durante los fines de semana a entrenar, conocer sitios, hace fotos y las sube a las redes sociales y hoy en día el mejor medio de publicidad y por donde más corre la información es por las redes, así que tenemos una fuente de publicidad muy grande y a su vez gratuita gracias a las carreras. [...] Hoy en día una carrera de montaña te sitúa en el mapa y si está bien organizada te da mucha publicidad durante todo el año.

²⁰ Cristos, C. (2020). Otea apoya decididamente la Travesera Picos de Europa: No podemos permitirnos que desaparezca. OTEA. <https://otea.es/otea-apoya-decididamente-la-travesera-picos-de-europa-no-podemos-permitirnos-que-desparezca/>

A tal efecto, los organizadores de la Travesera Integral Picos de Europa, el Grupo de Montaña Ensidesa, pensaron en solicitar al Principado de Asturias la declaración de la carrera como Fiesta de Interés Turístico Regional, que hace referencia a aquellas actividades que ayudan a incrementar el atractivo y la imagen turística de Asturias. La Travesera así lo hace, atrayendo a visitantes de fuera de Asturias, de todas las CCAA e incluso de Europa o del mundo. David Méndez Alonso aporta la siguiente idea en relación a los flujos turísticos que generan la Travesera y la Traveserina:

En las encuestas de satisfacción que pasamos a los corredores al finalizar las pruebas, una de las preguntas es: ¿has venido previamente a entrenar a la zona de las carreras? y la respuesta es que un 70% de los participantes han venido previamente durante los meses de abril y mayo. Además, un 25% manifiesta el deseo de volver a la zona fuera de la carrera, es decir son gente que conoce y le gustaría repetir recorrido con familia, amigos... fuera el ámbito competitivo.

Christian Gutiérrez Espina, como oriundo de la zona de Cabrales opina que:

[...] los corredores son una parte muy importante del turismo. Muchos son de paso, vienen, entrenan y se van, pero muchos otros vienen a pasar el fin de semana en familia, amigos... o en un futuro si les gusta la zona vienen de vacaciones para poder disfrutar de nuestro entorno con tranquilidad.

Por lo tanto, del ejemplo de la Travesera podemos entender que el *Trail Running* sí es un deporte que genera turismo, y que, además, lo hace en zonas que, en plena naturaleza y alejadas de las grandes ciudades, necesitan de este tipo de turismo para impulsar su economía a lo largo de todo el año. Así pues, las carreras de o por montaña se convierten en una gran oportunidad para el sector turístico. David Méndez Alonso destaca lo siguiente:

Hay bastantes corredores que organizan parte de sus vacaciones para poder participar en carreras, piensa que la participación en este tipo de eventos implica de media 3-4 días consecutivos entre viajes, carreras...

A tal efecto, Borja Fernández Fernández: “los corredores de *Trail Running* viajamos a cualquier lugar prácticamente de todo el mundo a practicar este deporte, competir y entrenar recorridos de alguna prueba”. Asimismo, Alfonso García Fernández señala que

“el corredor busca en sus vacaciones lugares en los que pueda seguir entrenando y no perder la forma”.

Cabe destacar también el crecimiento que ha tenido el *Trail Running* en los últimos años, lo que hace que cada vez sea más interesante desde el punto de vista turístico. David Méndez Alonso aporta lo siguiente:

En los últimos 5 años el número de corredores que se ha iniciado en las carreras por montaña ha crecido de manera exponencial. Esto se ha visto reflejado en el número de peticiones que nos llegan para poder correr cada una de las carreras que organizamos. Cada año el crecimiento ha sido superior al 20%.

Alfonso García Fernández:

Cada vez son más las carreras que hay a lo largo de la temporada y está pasando a ser uno de los deportes destacados en nuestra provincia o incluso país, también cada vez se está profesionalizando más. [...] Nos está afectando muy positivamente, ya que tanto las ventas en los hoteles como demás negocios de la zona han crecido de forma exponencial.

Por su parte, el corredor Borja Fernández Fernández añade:

Está claro que el *Trail Running* es un deporte que ha crecido mucho en los últimos años, con lo que ello conlleva. [...] ha generado un turismo en base al *Trail Running*. De hecho, yo, por ejemplo, los viajes que he hecho en los últimos años han sido para competir en este tipo de pruebas.

Así es como el *Trail Running* se convierte en un deporte capaz de generar flujos turísticos, de dinamizar zonas que, en plena naturaleza, necesitan de este tipo de turista para subsistir, y de desestacionalizar la demanda como apunta Christian Gutiérrez Espina en el siguiente párrafo:

El *Trail Running* y el turismo creo que han crecido potencialmente y que son muy importantes en general, pero más si cabe en zonas como los Picos de Europa donde solamente hay turismo en época de verano, esto ayuda a que haya turismo o al menos más afluencia de gente durante más días al cabo del año.

Por último, cabe destacar que el concejo de Cangas de Onís, desde el que sale la Travesera, ha otorgado especial importancia a este deporte como promotor de turismo,

pues en el año 2020 se unió a la Trail Running Center (TRC), que son rutas de carácter turístico-deportivo adaptadas al *Trail Running*, creadas por la RFEA (Real Federación Española de Atletismo) para promover la práctica del *Trail Running*²¹.



Figura 22. Panel Ruta del Rey Pelayo en Cangas de Onís perteneciente al proyecto Trail Running Center. Fuente: Web de Turismo de Cangas de Onís

²¹ RFEA. TRC-002: Cangas de Onís Senderos de la Reconquista. <http://trail-running.es/trc-002-cangas-de-onis/>

CONCLUSIONES

A lo largo del presente Trabajo de Fin de Grado (TFG) se han ido desarrollando los argumentos que demuestran la importancia que tiene un deporte como el *Trail Running* en el turismo.

El *Trail Running* es una actividad físico-deportiva con unos atributos que lo hacen idóneo para ser combinado con el turismo. Por lo general, a la hora de practicar el *Trail Running*, los corredores se han de desplazar a lugares alejados de sus lugares de residencia. Esto hace que las rutas duren todo el día, por lo que es habitual que los corredores de o por montaña complementen su jornada de ruta con la parada en bares y/o restaurantes. Este es un hecho que se hace todavía más evidente en las carreras de *Trail Running*.

Cada vez son más los ayuntamientos que deciden organizar carreras de o por montaña, pues no solo son una oportunidad para atraer a visitantes a sus localidades, sino que además les ayudan a darse a conocer entre otros corredores de o por montaña que, interesados por su localidad, acuden para visitarla y practicar por su cuenta esta actividad físico-deportiva. En las carreras de o por montaña, tanto corredores como acompañantes, organizadores, voluntarios y medios de comunicación hacen gasto en la localidad a través de actividades de restauración tales como comidas o cenas, o la adquisición de productos locales entre otros y, en muchos casos, incluso pernoctando. Es por todo ello por lo que las carreras de *Trail Running* se convierten en una estrategia fundamental a la hora de incentivar la economía de estas localidades en las que, sino fuera por los deportistas, no tendrían afluencia (sobre todo en temporada baja).

Así nos lo ha demostrado el caso de la Travesera Integral Picos de Europa. Los participantes acuden a los lugares de la carrera, en el caso de la Travesera, a Arenas de Cabrales, con días de antelación, e incluso se desplazan meses antes para ir tanteando el terreno. Esto hace que se generen flujos turísticos en temporada baja, algo muy valioso para zonas que, como Arenas de Cabrales, están alejadas de los principales centros neurálgicos. Los corredores acuden días previos a la carrera, pernoctando en la zona, y como nos han explicado los distintos entrevistados, durante las semanas en las que se celebra la Travesera y la Traveserina, los alojamientos y los restaurantes de la zona de Cabrales cuelgan el cartel de completo. Así pues, ante la posibilidad de la desaparición de la Travesera debido a las imposiciones recogidas en el PRUG, son muchos los actores implicados en el turismo de la zona de los Picos de Europa y de Asturias los que han

levantado la voz en su apoyo, apelando al carácter dinamizador que tiene la Travesera, una de las carreras por montaña más importantes de España y de Europa. Como se ha visto a través de los gráficos realizados, a la Travesera acuden personas de todas las CCAA de España a excepción de Ceuta y Melilla, y también de Europa.

Esta idea expuesta en el párrafo anterior demuestra que los apasionados de correr por montaña están dispuestos a, en sus vacaciones, elegir destinos según una carrera de o por montaña, o de un lugar que les proporcione el entorno adecuado para practicar esta actividad físico-deportiva.

Ante esta creciente necesidad, pues el *Trail Running* es un deporte que crece cada día más, son muchas las empresas del sector turístico las que deciden enforzarse en un micronicho como esta actividad físico-deportiva. Así se ha visto en el punto 5.1 del presente TFG, pues existen en España agencias de viajes especializadas en el *Trail Running* tales como The Bear Outdoor, Dorsal77 o Rumbo a Picos. Esta especialización proporciona ventajas tanto a la empresa como al cliente. Al adaptar tanto su producto, las empresas son más efectivas, y llegan mejor al cliente, que estará dispuesto a pagar más por un servicio personalizado. El cliente, por su parte, al encontrar profesionales capaces de comprender sus necesidades, quedará mucho más satisfecho, que al final es lo más importante.

Por todo ello, el *Trail Running* es un deporte que abre la puerta a un sinfín de posibilidades a la hora de vender productos turísticos adaptados a las características de estos deportistas. El presente Trabajo de Fin de Grado (TFG) así lo ha demostrado, cumpliendo con los objetivos propuestos a través de una exhaustiva revisión de las investigaciones, artículos y demás fuentes documentales relativas al *Trail Running*, así como de entrevistas a actores implicados en este deporte y en el turismo de la zona de los Picos de Europa en Asturias.

FUENTES Y BIBLIOGRAFÍA

Antelo, I. (2018). El CSD reconoce el «Trail Running» como disciplina atlética, a pesar de la reclamación de Montañismo. *La Voz de Galicia*.

<https://www.lavozdeg Galicia.es/noticia/deportes/2018/10/02/csd-reconoce-trail-running-disciplina-atletica-pesar-reclamacion-montanismo/00031538507394978301375.htm>

Aragonés Jericó, C. (2013). *La transferencia entre un gran evento deportivo y la marca patrocinadora: la visión del visitante deportivo*. (Tesis de doctorado). Universidad de Valencia. <https://roderic.uv.es/handle/10550/28901>

Artium, Centro-Museo Vasco de Arte Contemporáneo de Vitoria-Gasteiz. (2016). El deporte visto desde el arte. <https://catalogo.artium.eus/book/export/html/11581>

Asociación Española de Trail Running. (2016). ¿A qué le llamamos Trail Running? <http://www.aetrail.com/por-que-le-llamamos-trail-running/>

Babí-Lladós, J., Soler-Prat, S., Inglés-Yuba, E., Labrador-Roca, V. (2021). Historia y proceso de ordenación de las carreras en la montaña en España. RICYDE. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 64(17), pp. 140-159.

<https://doi.org/10.5232/ricyde2021.06403>

Barrado, D. A., Calabuig, J. (2001). Turismo en Espacios de Montaña y Naturales. En *Geografía mundial del turismo*, 5, pp. 124-149. Madrid: Editorial Síntesis, SA.

https://issuu.com/bibliotecaperiodismoturistico/docs/3-geografia_del_turismo-barrado-par_63bc7a64144890

Bataller, V., Macén, C., Piedrafita, E., Arbonés, I. (2014). Comparación de los perfiles de corredores de carreras populares y corredores de carreras por montaña. En *Crisis, cambio social y deporte*. XIII Congreso Internacional AEISAD Investigación Social y Deporte 12, pp. 97-104. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=770716>

Bessy, O., Mouton, M. (2004). Du plein air au sport de nature. Nouvelles pratiques, nouveaux enjeux. *Cahiers Espaces*, 81, 13-29.

Blázquez, C., Juan, E., Lázaro, M., Llorens, V., Matilla, E., Richart., D. (2010). El S. XX. El Boom Turístico. *Una radiografía al turismo valenciano*.

<https://turismovalenciano.wordpress.com/el-s-xx-el-boom-turistico/>

Briceño, G. (2018). Nicho de mercado. *Euston96*. <https://www.euston96.com/nicho-de-mercado/>

Bull, M. (2015). Guía rápida para entender el Skyrunning. *TrailChile*.
<http://www.trailchile.cl/guia-rapida-para-entender-el-skyrunning/>

CACM (Consejo Asesor Científico de las Montañas), FEDME (Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada). (2011). Incidencia Socioeconómica y Ambiental de las Carreras por Montaña en el Medio Rural y Natural de España.

https://issuu.com/bibliotecafedme/docs/estudio_maquetado_con_portadas

Carmona, J. L. (2021). Una visión estratégica del turismo deportivo en España. *Revista Deporcam*, 51, pp. 52-55.

https://www.researchgate.net/publication/349121050_Una_vision_estrategica_del_turismo_deportivo_en_Espana_Articulo_de_divulgacion

Carreras por Montaña. (2014). ¿Son caras las carreras por montaña en España?

<https://www.carreraspormontana.com/carreras/son-caras-las-carreras-por-montana-en-espana/>

Carreras por Montaña. (2016). Principio de acuerdo para que la Travesera de Picos de Europa pueda celebrarse. <https://www.carreraspormontana.com/carreras/principio-de-acuerdo-para-que-la-travesera-de-picos-de-europa-pueda-celebrarse/>

Carreras por Montaña. (2020). Kilian Jornet empieza el 2020 en lo más alto ranking ITRA. <https://www.carreraspormontana.com/noticias/kilian-jornet-empieza-el-ano-en-lo-mas-alto-ranking-itra/>

Consejo de Europa. (1992). Carta Europea del Deporte. <http://femp.femp.es/files/566-69-archivo/CARTA%20EUROPEA%20DEL%20DEPORTE.pdf>

Corredor de Montaña, Runedia. (2015). Las mujeres españolas en el trail running. <https://corredordemontana.mundodeportivo.com/actualidad/item/las-mujeres-espanolas-en-el-trail-running>

Cristos, C. (2020). Otea apoya decididamente la Travesera Picos de Europa: No podemos permitirnos que desaparezca. *Otea*. <https://otea.es/otea-apoya-decididamente-la-travesera-picos-de-europa-no-podemos-permitirnos-que-desaparezca/>

Deery, M., Jago, L., Fredline, L. (2004). Sport tourism or event tourism: are they one and the same? *Journal of Sport & Tourism*. 9(3), 235-245.

De-Senderismo.net. Trail Running. *Blog*. <https://de-senderismo.net/blog/trail-running/>

Dorsal77. Conócenos. <https://dorsal77.com/es/conocenos>

El Fielato. (2016). Las prohibiciones son las únicas medidas que se toman en el Parque Nacional de los Picos de Europa. https://www.elfielato.es/articulo/comarca-picos-de-europa/prohibiciones-son-unicas-medidas-toman-parque-nacional-picos-europa_2158/20160130190400019091.html

El Fielato. (2016). Reunión en Cangas de Onís para crear un frente común contra las restricciones del Parque Nacional a los organizadores de pruebas deportivas. https://www.elfielato.es/articulo/deportes/frente-comun-defender-practica-deportiva-picos-europa_2179/20160206192100019114.html

El Fielato. (2020). Los empresarios se niegan a que La Travesera desaparezca. <https://www.elfielato.es/articulo/deportes/empresarios-cabrales-travesera/20201217165034032210.html>

Facebook: Travesera Oquendo Picos de Europa. Travesera Integral Picos de Europa (2020). Gracias Pedro Delgado web Perico Delgado por todo tu apoyo.

#SalvarTravesera#DestinoCabrales#Cabrales #picosdeeuropa #asturias

#carreraspormontaña #ultratrail

<https://www.facebook.com/traveserapicos/videos/gracias-pedro-delgado-web-perico-delgado-por-todo-tu-apoyo-salvartravesera-desti/3871346802922055/>

Facebook: Travesera Oquendo Picos de Europa. Travesera Integral Picos de Europa (2020). Gracias @fernandoromaypereiro por tu apoyo de deportista. #SalvarTravesera

<https://www.facebook.com/traveserapicos/photos/a.3825366830853386/3846112705445465/?type=3>

Farias-Torbidoni, E.I., Seguí Urbaneja, J., Ferrer, R., Dorado V. (2018). Carreras de Trail Running y marchas por montaña en España. Número, evolución e incidencia sobre la Red Natura 2000. *Pirineos*, 173, e034.

<http://pirineos.revistas.csic.es/index.php/pirineos/article/view/289/383>

- FEDME. (2017). Estudio del perfil de los deportistas y los clubes de montaña españoles. http://www.fedme.es/salaprensa/upfiles/1316_F_es.pdf
- FEDME. (2019). 20 años de Carreras por Montaña en España. https://www.fcdme.es/sites/default/files/noticias/dossier_cxmtrail_marzo_2019_v3.pdf
- FEMPA. (2021). Análisis incremento de licencias FEMPA. <https://fempa.net/1/analisis-incremento-de-licencias-fempa/>
- Gammon, S., Robinson, T. (1997). Sport and tourism: a conceptual framework. *Journal of Sport Tourism*. 4(3), 11-18.
- González Reverté, F., Capellà i Hereu, J., Pallàs i de Pineda, J., Miralbell Izard, O. and Arcarons i Simon, R. (2010). *Gestión pública del turismo*. (Vol. 159). Barcelona: UOC. <http://reader.digitalbooks.pro/book/preview/28743/chap1.xhtml?1623512732375>
- Hall, C. M. (1992). Adventure, sport and health tourism. *Special interest tourism*, 141-158.
- Hosteltur. (2018). Especialización y diferenciación como estrategia de reposicionamiento. https://www.hosteltur.com/127496_especializacion-diferenciacion-como-estrategia-reposicionamiento.html
- IDT (Instituto Distrital de Turismo). (2017). Turismo de Naturaleza. <http://www.bogotaturismo.gov.co/Turismo%20de%20Naturaleza>
- INE (Instituto Nacional de Estadística). (2010-2019). Movimientos Turísticos en Fronteras (FRONTUR).
- INE (Instituto Nacional de Estadística). (2020). Cuenta Satélite del Turismo de España (CSTE). Revisión estadística 2019. Serie 2016 – 2019. https://www.ine.es/prensa/cst_2019.pdf
- Inguanzo, A., Blanco, B. P. (2016). La Travesera de Picos, en el aire. *El Comercio*. <https://www.elcomercio.es/deportes/mas-deportes/201601/28/asturias-emblematica-travesera-peligro-20160128200413.html>
- ITRA (International Trail Running Association). Descubre el trail-running. <https://itra.run/About/DiscoverTrailRunning>
- ITRA (International Trail Running Association). Historia. <https://itra.run/About/History>

Jiménez-Naranjo, H. V. (2019). Modelo para la clasificación del turismo deportivo. *Eracle. Journal of Sport and Social Sciences*, 2, 5-21.

<http://www.politics.unina.it/index.php/eracle/article/view/6193/7346>

La Voz de Asturias. (2021). Luz verde con condiciones a la Travesera de Picos de Europa. <https://www.lavozdeasturias.es/noticia/asturias/2021/01/22/luz-verde-condiciones-travesera-picos-europa/00031611336762631977333.htm>

Latiesa, M., Paniza, J. L. (2006). Turistas deportivos. Una perspectiva de análisis. *Revista internacional de sociología*. 64(44), 133-149.

<https://revintsociologia.revistas.csic.es/index.php/revintsociologia/article/view/31/31>

Mayayo. (2014). Travesera Picos Europa 2014: agotados 250 dorsales en 12min. Recorrido, estrategia y material recomendado. Traveserina abre 8feb. *Carreras de Montaña*. <https://carrerasdemontana.com/2014/02/01/travesera-picos-europa-2014-agotados-250-dorsales-en-12min-recorrido-estrategia-y-material-recomendado-traveserina-abre-8feb/>

Mayayo. (2020). Carreras de montaña pioneras: Vignemale (1904); Canigou (1905) Pagasarri (1912); Sant Llorenç de Munt (1914) y Cercedilla (1916). *Carreras de Montaña*. <https://carrerasdemontana.com/2020/02/24/carreras-de-montana-pioneras-vignemale-1904-canigou-1905-pagasarri-1912-sant-llorenç-de-munt-1914-y-cercedilla-1916/>

Mayayo. (2020). Western States 1974, por Gordon Ainsleigh: «un sendero de desgracias». El nacimiento del Ultra Trail. *Carreras de Montaña*. <https://carrerasdemontana.com/2020/03/25/western-states-1974-por-gordon-ainsleigh-asi-nacio-el-ultra-trail-moderno-un-sendero-de-desgracias/>

Ministerio de Agricultura y Pesca, Alimentación y Medio Ambiente. (2017). El Turismo de Naturaleza en España. *Análisis y prospectiva: Serie Medio Ambiente*. Nº9. https://www.mapa.gob.es/es/ministerio/servicios/analisis-y-prospectiva/seriemedioambienten9_turismodenaturalezaenespana_tcm30-419763.pdf

Ministerio de Cultura y Deporte. (2021). Anuario de Estadísticas Deportivas 2020. <https://www.culturaydeporte.gob.es/dam/jcr:47414879-4f95-4cae-80c4-e289b3fbced9/anuario-de-estadisticas-deportivas-2020.pdf>

OMT. Glosario de Términos de Turismo. <https://www.unwto.org/es/glosario-terminos-turisticos>

Ostelea. (2020). El perfil del turista deportivo y su pasión por la aventura. <https://www.ostelea.com/actualidad/blog-turismo/organizacion-de-eventos/el-perfil-del-turista-deportivo-y-su-pasion-por-la-aventura>

Palmero Martínez, L. (2017). Tipos de Carreras de Montaña o Trail. *Ciencia del Entrenamiento: Salud y Rendimiento*. <http://cienciadelentrenamiento.com/tipos-de-carreras-de-montana-o-trail>

Pomarada, G. (2021). «La Travesera es un escaparate. Es espectacular la de gente que viene». *El Comercio*. <https://www.elcomercio.es/asturias/oriente/travesera-escaparate-espectacular-20210228014638-ntvo.html>

Pomarada, G. (2021). La Travesera aspira a ser Fiesta de Interés Turístico Regional. *El Comercio*. <https://www.elcomercio.es/asturias/oriente/travesera-aspira-fiesta-20210226001729-ntvo.html>

PracticoDeporte. (2019). Sheila Avilés gana las Series Mundiales de Skyrunning 2019, Oriol Cardona, segundo. *Agencia EFE*. <https://www.efe.com/efe/espana/practicodeporte/sheila-aviles-gana-las-series-mundiales-de-skyrunning-2019-oriol-cardona-segundo/50000944-4090917>

PRUG (Plan Rector de Uso y Gestión del Parque Nacional de los Picos de Europa). (2019). <https://participacion.cantabria.es/documents/10711/222518/Plan+Rector+de+Uso+y+Gesti%C3%B3n+del+Parque+Nacional+de+los+Picos+de+Europa/1c098d21-0247-2d0e-00c2-d6db50b990e6>

Ramos, L. (2020). Alcaldes y empresarios reclaman un «consenso» para salvar la Travesera. *El Comercio*. <https://www.elcomercio.es/asturias/oriente/alcaldes-empresarios-reclaman-20201213011620-ntvo.html#vca=fixed-btn&vso=rrss&vmc=tw&vli=Oriente>

Ramos, L., Pomarada, G. (2020). «El Principado no cede y pone en grave peligro la continuidad de la Travesera». *El Comercio*. <https://www.elcomercio.es/asturias/oriente/principado-cede-pone-20201212012954-ntvo.html>

RFEA. TRC-002: Cangas de Onís Senderos de la Reconquista. <http://trail-running.es/trc-002-cangas-de-onis/>

Rumbo a Picos. <https://www.rumboapicos.com/>

San Sebastián, J. (2019). El Pagasarri, la montaña amable. *El Correo*.
<https://www.elcorreo.com/mendian/montana/pagasarri-20191119103847-nt.html?ref=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F>

Seguí Urbaneja, J., Farias-Torbidoni, E. I. (2018). El trail running (carreras de o por montaña) en España. Inicios, evolución y (actual) estado de la situación. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 33, pp. 123-128.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6367738>

Seguí Urbaneja, J., Yuba, E. I., Roca, V. L., Farias-Torbidoni, E. I. (2016). Carreras (de o por) montaña o trail running. El reconocimiento de la modalidad deportiva: una visión jurídica. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 30, pp. 143-148. <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345744747024.pdf>

Soler Vayá, F., San Martín González, E. (2017). La promoción del turismo rural a través del trail running: el caso de Carrícola en la comarca de La Vall d'Albaida (España). *PASOS*. Vol. 15, Nº1, pp. 49-69.
<http://www.pasosonline.org/Publicados/15117/PASOS51.pdf#page=49>

Soler, F., San Martín, E. (2017). La promoción del turismo rural a través del Trail Running: el caso de Carrícola en la comarca de La Vall d'Albaida (España). *PASOS Revista de Turismo y Patrimonio Cultural*, 15(1), pp. 49-67.
http://www.pasosonline.org/Publicados/15117/PS117_04.pdf

Sorrosal, A. (2019). El turismo deportivo crece más del 40 % en siete años. *UOC*.
<https://www.uoc.edu/porta/es/news/actualitat/2019/145-turismo-deportivo.html>

Standeven, J., De Knop, P. (1999). *Sport Tourism*. Illinois: Human Kinetics

Tenerife Bluetrail. (2019). La historia del trail running. En *Los corredores habituales, especialmente los de la Fred.Olsen Tenerife Bluetrail, estamos más que familiarizados con las carreras de montaña, pero, ¿conocemos su historia?*
<https://www.tenerifebluetrail.com/blog/2019/08/10/la-historia-del-trail-running>

Tenerife Bluetrail. (2021). Medio millar de corredores compiten en la prueba reina de la Tenerife Bluetrail. <https://www.tenerifebluetrail.com/es/noticias/medio-millar-de-corredores-compiten-en-la-prueba-reina-de-la-tenerife-bluetrail>

The Bear Outdoor. ¿Por qué The Bear Outdoor? <https://www.thebearoutdoor.com/por-que-the-bear-outdoor/>

The Bear Outdoor. El equipo The Bear Outdoor. <https://www.thebearoutdoor.com/quienes-somos/>

Travesera Integral Picos de Europa. (2004-2021). Clasificaciones Travesera. <https://www.traveserapicos.com/clasificaciones-travesera/>

Travesera Integral Picos de Europa. (2020). LISTADO PRE-INSCRIPCIONES TRAVESERA 2020. https://www.traveserapicos.com/wp-content/uploads/2020/01/LISTADO_TRAVESERA_2020_PREINSCRIPCIONES_DE_FINITIVAS.pdf

Travesera Integral Picos de Europa. (2021). Introducción. *Ficha Técnica Travesera*. <https://www.traveserapicos.com/ficha-tecnica-travesera/>

Travesera Integral Picos de Europa. (2021). Perfil Travesera 2021. https://www.traveserapicos.com/perfil_travesera_2021/

Travesera Integral Picos de Europa. (2021). SEMI-AUTOSUFICIENCIA. *Reglamento Travesera 2020 (Pendiente aprobación 2021)*. <https://www.traveserapicos.com/reglamento-travesera/>

Travesera Integral Picos de Europa. (2021). Travesera. <https://www.traveserapicos.com/travesera/>

Travesía Pirenaica. (2019). Strava: la red social innovadora para amantes del trail running. <https://travesiapirenaica.com/strava/>

Twitter @kilianj. Kilian Jornet. (2020). Nunca he hecho la Travesera a Picos de Europa, pero todos hablan muy bien de ella! Todo el apoyo para que se siga haciendo. <https://twitter.com/kilianj/status/1337806788314472448?lang=es>

Twitter @TraveseraPicos. Travesera Integral Picos de Europa. (2020). Necesitamos vuestra ayuda para seguir adelante. Comparte este video con el Hashtag

#SalvarTravesera y menciona aquellas personas o instituciones que crees que deberían ver este video. ¿A quién se lo enseñarías tú? *Twitter*.

<https://twitter.com/TraveseraPicos/status/1339292276477079552>

Ullé, J. (2019). Los orígenes del trail running. *Carreraspopulares.com*.

<https://www.carreraspopulares.com/noticia/los-origenes-del-trail-running>

Valmassoi, M. (2019). El campeón de Europa de Skyrunning se llama Jan Margarit.

Corredor de Montaña, Runedia.

<https://corredordemontana.mundodeportivo.com/actualidad/item/el-campeon-de-europa-de-skyrunning-se-llama-jan-margarit>

ANEXOS

Anexo 1. Material obligatorio y aconsejable en la Travesera Integral Picos de Europa.

KIT BÁSICO
<ul style="list-style-type: none">- Zapatillas de Trail Running. Se prohíbe expresamente el uso de calzado minimalista.- Mochila o similar para transportar el material, que será marcada en la entrega del dorsal y no podrá ser sustituida durante la prueba, con el material exigido siguiente:<ul style="list-style-type: none">- Crampones para el calzado. Mínimo 10 puntas de 12 mm. y sin puntas frontales.- Pantalones o mallas largas. O bien combinación de malla pirata y calcetines largos que cubran la TOTALIDAD de las piernas. Se podrá no competir con mallas largas, pero es obligatorio llevarlas en la mochila. La Organización podrá obligar a competir con ellas en caso de condiciones meteorológicas adversas.- Chaqueta cortavientos impermeable con capucha y manga larga de la talla correspondiente al corredor/a.- Camiseta de manga larga o camiseta de manga corta y manguitos que cubran la totalidad de brazos y hombros. Se podrá no competir con ellas, pero es obligatorio llevarlas en la mochila. La Organización, en caso de condiciones adversas, podrá obligar a correr con ellas.- Contenedor para reserva de agua, mínimo de 1 litro.- Vaso para avituallamientos líquidos.- Frontal o Linterna con batería de repuesto o dos frontales. Que deberá estar encendido durante toda la noche.- Luz roja intermitente de posición trasera. Que deberá estar encendida durante toda la noche y de día en el caso de que haya niebla.- Teléfono móvil con batería cargada y el nº grabado de la Organización.- Gorro o similar y Guantes (para protegerse del frío).- Gorra, Buff, Visera o Bandana (para protegerse del sol).- Manta térmica de 1,40x2,10 metros mínimo.- Venda elástica adhesiva para vendaje funcional de 80x3 cm mínimo.- Silbato.- GPS, reloj-GPS o Smartphone con batería suficiente para toda la duración de la prueba y cargado el track de la carrera que facilita oficialmente la Organización.- Reserva alimentaria marcada con el número del dorsal en envoltorio.
KIT CALOR EXTREMO (PUEDE SER EXIGIDO POR LA ORGANIZACIÓN, SEGÚN LAS CONDICIONES METEOROLÓGICAS)
<ul style="list-style-type: none">- Gafas de sol.- Gorra sahariana o cualquier combinación que permita cubrir completamente cabeza y nuca- Crema Solar.- Reserva de agua de al menos 2 litros.

KIT INVERNAL (PUEDE SER EXIGIDO POR LA ORGANIZACIÓN, SEGÚN LAS CONDICIONES METEOROLÓGICAS)

- Gafas de protección.
- 3ª capa térmica (intermedia entre la 2ª capa y la chaqueta impermeable).

MATERIAL ACONSEJABLE

- Bastones. (Si se deciden llevar, se estará obligado a llevarlos durante toda la prueba).
- Crema de protección solar
- Gafas de Sol.
- Navaja para cortar la venda elástica adhesiva.
- Calcetines y recambio de ropa en condiciones muy frías o lesión.

Anexo 2. Número de participantes que llegaron a meta en la Travesera según su comunidad autónoma de origen.

	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016
■ Murcia									1			1	1
■ La Rioja								2				1	1
■ Castilla-La Mancha								2	3		3	1	
■ Extremadura							1			2			1
■ Navarra						3	1	1		4	3	6	7
■ Islas Canarias									3	5			3
■ Islas Baleares						3				1	1	2	2
■ Galicia					3	2	1	4	8	4	4	5	7
■ Andalucía				3	4		1	4		9	5	4	9
■ Cataluña			1	1	2	4	1	4	4	2	3	3	4
■ Valencia				2	2	5	1	3	3	2		3	9
■ Madrid			2	1	7	11	8	6	16	11	17	9	10
■ País Vasco		1		10	7	21	3	21	24	28	13	23	32
■ Aragón	2		2	1					4	1	4	4	6
■ Castilla y León	1	3	4	7	17	18	7	13	24	20	22	12	22
■ Cantabria	3	3	2	3	4	5	4	1	6	15	18	24	20
■ Asturias	22	31	37	39	56	86	68	58	115	105	131	93	131