

REMO

Se denomina **remo** al conjunto de disciplinas deportivas que consisten en la propulsión de una embarcación en el agua con o sin timonel, mediante la fuerza muscular de uno o varios remeros, usando uno o dos remos como palancas simples de segundo grado, sentados de espaldas en la dirección del movimiento.

En una embarcación de remo todos los elementos portantes (donde se hacen los apoyos para realizar la fuerza) deben estar fijos al cuerpo de la embarcación, solamente el carro donde va sentado el remero puede moverse. Esto da lugar a una clasificación según si el carro es móvil o no. Tenemos entonces el remo de *banco móvil* y el de *banco fijo*.

El remo de *banco móvil* se caracteriza por tener un asiento sobre ruedas que permite utilizar las piernas en la propulsión de la embarcación. En el remo de *banco fijo*, el remero está sentado sobre un asiento fijo, y la propulsión se realiza con el torso y con los brazos. En ambas modalidades el remero se sienta mirando a popa, de espaldas a la dirección del movimiento.

Se distingue entre el *remo olímpico*, en el que se practican 14 modalidades -todas de *banco móvil*-, y el *remo no olímpico*, que dispone de más modalidades e incluye también el *remo de banco fijo*.

El remo como modo de propulsión de embarcaciones tiene una tradición milenaria. Sin embargo, como deporte se desarrolló en Inglaterra en el siglo XVII. Fue deporte señorial y reservado a los caballeros que se extendió al resto de Europa y del mundo. En el siglo XIX se fundaron los primeros clubes fuera de Inglaterra. En España, Portugal y Argentina todavía existen clubes de remo fundados a mitad del siglo XIX.

Desde esa época hasta hoy, el remo ha experimentado un desarrollo acelerado, tanto a sus conceptos básicos tanto en su tecnología de construcción de embarcaciones y de remos así como en la técnica de remar. La alta competición, igualmente, ha sido objeto de grandes adelantos en sus modos de entrenamiento. Hoy en día, ha dejado de ser un deporte señorial y exclusivo. Las damas empezaron a participar hace más de 100 años, pero hoy en día aun existen clubes de remo exclusivos para hombres, así como también exclusivos de mujeres.

El olimpismo conoce al remo como uno de sus deportes básicos casi desde su principio. Hoy en día los Juegos Olímpicos otorgan medallas de oro en 14 modalidades, tanto de hombres y mujeres, tanto de pesos pesados y ligeros, lo que resulta en 48 medallas de oro a título personal. Pero estas modalidades apenas son una parte de la gran variedad de competiciones de remo que existen, e incluyen modalidades que son exclusivas de algunos países. En España, el remo de banco fijo en la costa atlántica es de una popularidad inusual en este deporte. Una de las causas es su gran espectacularidad y la costumbre de apostar por el ganador de las regatas.

Deporte olímpico de una gran tradición. Se practica principalmente sobre aguas tranquilas (ríos, canales, lagos, estanques, puertos, embalses), tanto para la competición como para el ocio. Las regatas se hacen sobre una distancia olímpica de 2.000 m, con distancias menores para ciertas categorías y modalidades no olímpicas. También hay regatas de larga distancia y maratónicas. Se distingue entre pesos pesados y ligeros, así

como tripulaciones masculinas y femeninas. Las modalidades más populares son el ocho y el skiff (individual).

Una característica principal del remo de banco móvil es que los remos están apoyados en chumaceras colocadas fuera de borda sobre portantes. Es por eso por lo que estas embarcaciones se llaman *outriggers* (inglés). También el remo no olímpico y de ocio se realiza en *outriggers* pero para distinguirlas de las de alta competición se llaman yoleas. Las yolas, que también son de banco móvil, son *inriggers* porque las chumaceras están colocadas sobre la borda en embarcaciones muy anchas (1,10 m), y los remeros no están sentados en línea sino en alternancia a ambos lados de la embarcación para adquirir la distancia necesaria hacia la chumacera. Hay un tipo de yoleas con el mismo ancho de 1,10 m pero con portantes, para facilitar el uso de dos remos (scull). El uso de dos remos por remero se le conoce como scull. Tanto estas como los eskifes son los más aptos para remar con ciertos oleajes en lagos y cercanías de las costas del mar.

Los remos del banco móvil tienen casi 3 m, en el caso de usar dos a la vez (*scull*), y casi 4 m en el caso de un remo por remero (remo de punta). Algunas modalidades tienen un timonel sentado en popa o tumbado en proa. Las embarcaciones de equipo, sin timonel, se timonean desde el pie de uno de los remeros. El timonel/remero con timón suele ser el patrón. El remero sentado en popa (stroke), es el que marca el ritmo y la táctica en regatas. Se llama el marca y a veces adquiere el papel de patrón.

Remo en couple (o Corto) (shell)

- Skiff o scull individual, **1x**, (± 8 m)
- Doble scull o doble, **2x**, (± 10 m)
- Cuatro scull o cuádruple, **4x**, (± 13 m).

Remo en punta (o largo) sin timonel (shell)

- Dos sin timonel, **2-**, (± 10 m)
- Cuatro sin timonel, **4-**, (± 13 m)

Remo en punta (o largo) con timonel (shell)

- Dos con timonel, **2+**, (± 11 m)
- Cuatro con timonel, **4+**, (± 14 m)
- Ocho con timonel, **8+**, (± 17 m)

El remo forma parte del programa oficial de deportes en juegos panamericanos desde los I Juegos Panamericanos Buenos Aires 1951.