

ATLETISMO *Campeonatos del Mundo de París*

El 'show' de Drummond

El norteamericano Drummond detiene media hora la competición tumbándose en la pista en protesta por su descalificación en una serie de los 100 metros

CARLOS ARRIBAS. París
A Jon Drummond, un excelente velocista norteamericano, le encanta hacer el payaso y mostrar al mundo sus capacidades de *showman*. Ayer se salió. Fue el exhibicionista perfecto. Se apoderó del espectáculo y retrasó la jornada media hora.

Como ensayo, antes de disputar la primera serie de los 100 metros, Drummond mostró sus cualidades histriónicas para llamar la atención cuando veía que se retrasaba la carrera porque el participante afgano y el chadiano no se acoplaban a un sistema informatizado y extraño de salida. Tras la cuarta interrupción, simuló pegarse un tiro en una sien y cayó redondo. Un suicidio perfecto. Pero se levantó.

Más tardó en levantarse de su segunda *tumbada* en la pista. Ocurrió un par de horas después, en la segunda serie de los cuartos de final, cuando le eliminaron por salidas nulas.

Para favorecer el espectáculo de las carreras de velocidad, a veces retrasadas por un exceso de salidas nulas, la federación internacional cambió este año la regla. Así, la primera salida nula se salda con tarjeta amarilla para todos, no sólo para su autor. Y la segunda supone ya la roja, pero sólo para el que se adelante. Es una regla controvertida y mal aceptada por los atletas. Es una de las causas del descenso del nivel de las marcas: pocos se arriesgan.

Se produjo primero una salida nula del jamaicano Dwight Thomas, que reaccionó en sólo 87 centésimas de segundo —el tiempo límite aceptado es de una décima de segundo, lo que se considera ya respuesta fisiológica al estímulo del sonido—. Después, cuando



Jon Drummond, tumbado en la pista en señal de protesta por lo que consideró una descalificación injusta. / REUTERS

la carrera se reanudaba, el cronómetro de los tacos de Drummond marcó 52 centésimas y 86 el del jamaicano Assafa Powell. Consecuentemente, el juez mostró a ambos el cartón rojo. Powell lo aceptó con resignación. Pero para

Drummond fue como si le hubieran matado a traición. Se llevó las manos a la cabeza, gesticuló, se tumbó otra vez sobre la pista para evitar que continuara la prueba, volvió a levantarse, animó al público a protestar, volvió a tumbar-

se..., resistencia pasiva a lo Ghandi. Condujo la situación a un callejón sin salida. Imposible hacer entrar a la policía. Qué escándalo. Los demás intentaban moverse para no enfriarse. Atónitos. Y así más de cinco minutos. Y Juan Antonio

Samaranch, el presidente honorífico del COI, en el palco.

El desbloqueo se produjo gracias a la intervención de José María Odriozola, el presidente de la federación española, que actuaba como delegado técnico. A propuesta suya, se llamó a Drummond haciéndole creer que había ganado la batalla. El norteamericano, como un héroe libertador, volvió corriendo a los tacos coreado por el público, pero allí le dijeron que... tranquilo, que se iba a estudiar su caso y que volviera con todos a la cámara de llamadas; que su serie se retrasaba. Media hora había pasado y los campeonatos pudieron continuar.

Pero a Drummond le habían engañado. En la cámara de llamadas no le esperaba un juez, sino un delegado federativo que le explicó que estaba expulsado y que más le valía acatar la decisión. Y mientras Boldon, Johnson y demás intentaban tomar la salida —los abucheos de un sector del estadio la retrasaron varios minutos más—, Drummond mostraba su frustración también de manera exagerada en el campo de entrenamiento. Finalmente, se dio un baño en la ría de los 3.000 metros obstáculos para sofocar sus furores.

El *show* de Drummond dejó en segundo plano toda la acción de las primeras series de los 100 metros y algunos detalles interesantes. Por ejemplo, que, desmintiendo lo anunciado, ni Tim Montgomery ni Maurice Greene, los dos hombres más rápidos del mundo, están muertos. Que el británico Dwain Chambers, el favorito en la sombra, está preparado. Que algunos viejos, como Boldon, se niegan a abandonar. Y que Darrel Brown, de 19 años, está en forma: 10,01s, récord del mundo *junior*.

El 'vuelo' de los velocistas

XAVIER AGUADO JÓDAR

Los 100 metros en 10 segundos se corren a una velocidad media de 36 km/h, pero la punta de velocidad se suele obtener en torno a los 60 metros de carrera. Ahí los mejores velocistas sobrepasan los 42 km/h e incluso 43 km/h y posteriormente hasta la meta decae ligeramente la velocidad.

La carrera, igual que sucede con el ciclismo o la natación, es un movimiento cíclico. Ello significa que tiene una estructura básica que se va repitiendo a lo largo del tiempo. En la carrera esta estructura es el paso (lo que sucede desde que la puntera de un pie despega del suelo hasta justo antes de que lo haga el siguiente pie). En los movimientos cíclicos la velocidad depende tanto de la amplitud como de la frecuencia de esta estructura básica. En la carrera sería la amplitud del paso y el número de pasos por segundo.

Los mejores velocistas, como el americano Tim Montgomery, que ostenta el actual récord del mundo con 9,78 que hizo el año pasado en París, suelen dar 49 o 50 pasos desde que abandonan los tacos de salida hasta un poco antes de sobrepasar la línea de meta. La amplitud media que recorren en

cada paso ha sido calculada en torno a los dos metros. Aproximadamente 1,14 veces la estatura del atleta. Claro está, los primeros pasos son mucho más cortos y la máxima amplitud la obtienen a los 50-60 metros de carrera, en los que puede oscilar entre 2,20 y 2,50. Diferentes estudios muestran que los mejores velocistas tienen, corriendo a la misma velocidad, longitudes de paso superiores a las de corredores de menor nivel. La máxima frecuencia de pasos suele darse más allá de los 60 metros, en donde pueden registrarse en torno a cinco pasos en cada segundo.

En cada paso de la carrera hay una fase aérea, en la que no se toca el suelo, y otra fase de apoyo, en la que el pie está en contacto con la pista. En los primeros pasos, tras la salida, el atleta suele tener contacto con el suelo el 67% del tiempo del ciclo, mientras que el 33% restante corresponde a la fase de vuelo. En cambio, cuando se alcanza la máxima velocidad de carrera, el atleta apenas está el 40% del tiempo en contacto con el suelo. Esto significa que desde la salida hasta alcanzar la máxima velocidad de carre-

Volando hacia la línea de meta

El tiempo en que el pie está en fase de apoyo es menor cuanto mayor es la velocidad del atleta, lo que ocurre en la segunda mitad de carrera.

■ TIEMPO QUE EL PIE ESTÁ APOYADO EN LA PISTA



0,09 segundos
Tiempo que el pie está en contacto con el suelo en los mejores velocistas.

La máxima amplitud en la zancada se produce hacia los 50 o 60 metros de carrera, donde se dan unas cinco por segundo. → 2,20/2,50 metros

EL PAÍS

ra el atleta va a ir aumentando las longitudes de zancada y por ello va a tener más tiempo de fase aérea, pero también va a ir reduciendo el tiempo de apoyo a su mínima expresión, lo que le permitirá ir aumentando la frecuencia de pasos. ¿Pero cuál es esa

mínima expresión del tiempo de apoyo?

En el corto tiempo la fase de apoyo se suceden dos subfases diferentes: una primera que se denomina de frenado y una segunda de aceleración, debiendo existir un equilibrio entre ambas. No es posi-

ble eliminar el frenado en una carrera ya lanzada a máxima velocidad, entre otras cosas porque en él los músculos se estiran (contracción excéntrica) pretensándose y acumulando energía elástica para poder ejercer más fuerza en la fase de aceleración durante la contracción llamada concéntrica (los músculos se acortarán). Se denomina fase de frenado porque durante ese tiempo se pierde velocidad de avance ya que el apoyo en el suelo se produce por delante de las caderas. Pero además si quisiéramos eliminar la fase de frenado no tendríamos más alternativa que realizar el apoyo justamente debajo o por detrás de la vertical de nuestro cuerpo, como se hace en los primeros pasos de la carrera para incorporarse desde la posición de salida. Esto en la carrera ya lanzada nos llevaría inevitablemente a caer hacia delante después de varios pasos. Tras el frenado, en la subfase de aceleración es la única en la que podemos incrementar de nuevo la velocidad.

La duración de cada apoyo en el suelo en los mejores velocistas es de poco más de nueve centésimas de segundo, en torno a la mitad de lo que dura el apoyo en una carrera de fondo, o lo que es lo mismo, un tiempo cinco veces menor al que le lleva recorrer la distancia desde el punto de penalti hasta portería a un balón de fútbol cuando es chutado a gran velocidad.

Xavier Aguado Jódar es Biomecánico de la Facultad de Ciencias del Deporte de la UCLM.