



CARME ESCALES
BARCELONA

Quedar con gente para patinar en la ciudad, salir a correr por las pistas forestales de Collserola o caminar en las avenidas y sendas que en muchas poblaciones de la costa se han habilitado para ello es una práctica muy consolidada. Desde la mayoría de estos recorridos, la vista sobre el azul Mediterráneo enriquece la experiencia. Hasta que sumergirse en sus aguas para hacer el ejercicio desde el mar cambia totalmente la perspectiva del paisaje.

Hacer que esa práctica sea también cada vez más habitual es uno de los propósitos del proyecto Vies Braves, una iniciativa impulsada por el nadador de aguas abiertas Miquel Sunyer (Girona, 1977) y Technojet Swim de Girona. Inspirándose en la experiencia de Camí de Ronda (www.camideronda.com), que facilita la localización de itinerarios para seguir a pie la Costa Brava en su perímetro más próximo al mar –siguiendo los antiguos caminos de pescadores y contrabandistas de Blanes a Portbou–, han ideado «lo mismo, pero dentro del mar», compara el cofundador y director de Technojet Swim, Lluís Turon. «Nuestra idea era abrir el mar al nadador, tanto el aficionado como el profesional, facilitándole la localización de recorridos marinos seguros, balizados para evitar el acceso en ellos de las embarcaciones», argumenta Turon.

Nadar a toda costa

Veintiún itinerarios señalizados invitan a descubrir el litoral de la Costa Brava y Barcelona desde el mar

La iniciativa, denominada Vies Braves e inspirada en el Camí de Ronda, es apta para todos los nadadores

En la Costa Brava hay 21 tramos habilitados con las balizas que indican la zona de nado, y que están señalizados con paneles informativos. En ellos se especifican las características del recorrido, como su longitud, temperatura aproximada del agua, salinidad y tipo de fondo marino, roca, arena, posidonia... También se detallan los vientos predominantes y el nivel de dificultad.

«Del mismo modo que el montañero debe guardar respeto a la montaña, las precauciones a la hora de nadar en el mar son igualmente necesarias», precisa Miquel Sunyer, que en el 2008 cruzó el canal de Gibraltar nadando, sin neopreno, en 3 horas y 32 minutos. «Muchas de las precauciones son de sentido común, como no ir solo, hidratarse, o calcular la distancia que nadaremos en función de nuestro estado físico.

Igualmente, informarse sobre la previsión del tiempo es esencial. El mar es muy dinámico y puede cambiar en cualquier momento», añade el nadador de aguas abiertas. «El proyecto va muy vinculado a la seguridad, por ello hemos contado con la colaboración de Dipsalut (el organismo de Salud Pública de la Diputación de Girona), y con instructores de snorkel de la Federació Catalana d'Activitats Subaquàtiques (FEC-DAS)», explican los impulsores de Vies Braves. Porque desde la plataforma *on line* creada para dar visibilidad al proyecto y canalizar información sobre él –www.viesbraves.com–



UN CAMINO DENTRO DEL MAR

A la izquierda, un nadador con la boya con la que puede guardar sus pertenencias recorre un punto de la Costa Brava. Sobre estas líneas, un vistazo al fondo del mar. Debajo, en la costa de Platja d'Aro. A la derecha, preparados para iniciar la travesía en Cadaqués.



se anuncian actividades a las que cualquiera puede inscribirse. Se organizan sesiones gratuitas de iniciación a la natación en aguas abiertas y al snorkel en las que tanto peso tiene la información sobre cómo acceder y comportarse en el medio marino, como la que hace referencia a la riqueza marina y submarina de la costa catalana que también el proyecto trata de dar a conocer, incentivando su preservación.

Biodiversidad

La costa de Barcelona cuenta con cinco Vies Braves, seis kilómetros de rutas habilitadas, en tres localizaciones: Calella, Sitges y el embalse de Baells. En conjunto, hay 26 kilómetros habilitados, localizados en 15 municipios, cuyos consistorios han apoyado la iniciativa, juntamente con las diputaciones de Girona y Barcelona, el Patronat de Turisme Girona-Costa Brava y el Consell Comarcal del Berguedà. Los indicadores de la biodiversidad y descripción del fondo marino que figuran en el panel de cada itinerario han sido elaborados con la colaboración del Club d'Immersion de la Facultat de Biologia de la Universitat de Barcelona.

La primera de las advertencias en el cartel informativo de las vías marinas es: «Las Vies Braves no disponen de servicio de socorrismo. Nada bajo tu responsabilidad». La segunda advierte que los menores de 18 años deben nadar acompañados

LAS VIES BRAVES

21 localizaciones en total



siempre por un adulto, y prosigue con una quincena de otros consejos, entre ellos, la notificación del teléfono 112 para caso de accidente.

«Me encanta enseñar el entorno o salir a nadar con grupos de amigos o familias con niños», expresa Pat Bros, una de las personas que desde cada municipio se encarga de organizar sesiones de afianzamiento con el medio para quienes se inician en la entrada al mar y guiar salidas al agua, para nadar o realizar snorkel. Formada en Ciències Físiques i Esport, en Lleida, esta vecina de Colera es también monitora de kayak o paddle surf. «Hay usuarios de todo tipo, desde padres con niños que vienen a ver estrellas de mar, hasta bomberos que se entrenan para participar en pruebas de triatlón o ironman», comenta Pat Bros.

«Al novato, estos itinerarios le aportan seguridad», comenta James Manresa, vecino de Calella y usuario de las Vies Braves. «Yo nado, desde hace años, por placer, como quien va a la montaña a pasear. Y ya salía a nadar la costa, todo el año. Ahora le han puesto nombre. Las Vies Braves son ventanas al mar», afirma Manresa. «Permitirán conquistar a más gente para que disfrute de esta actividad, única para situarse en parajes idílicos. Se pondrá de moda salir a nadar al mar como ha pasado con el running», dice Dario Alaide, veraneante de Colera y participante en una de las sesiones de buceo ligero en familia de las Vies Braves. ■

