

Diari de la neu, 16/07/26

Font-romeu, capital de l'entrenament d'estiu de l'esquí de fons

L'Alta Cerdanya es consolida com a espai europeu d'entrenament en altitud



Font-romeu, capital de l'entrenament d'estiu de l'esquí de fons *Autor/a: Diaridelaneu.cat*

Equips de diversos països aprofiten l'altitud, les instal·lacions i les carreteres de l'entorn per entrenar amb rollerskis. Si hi circuleu aquest estiu, extremeu la prudència.



Aquests dies, a l'entorn del parc esportiu d'altitud de Font-romeu i de les instal·lacions del col·legi i liceu Pierre de Coubertin, és habitual trobar-hi esportistes d'alt nivell entrenant amb rollerskis. Equips de França, Andorra, Catalunya i altres països aprofiten les bones condicions de l'Alta Cerdanya per preparar la temporada d'hivern.

La zona disposa de carreteres amb un asfalt en molt bon estat, sovint adequades per al rollerski i la bicicleta, així com d'una pista específica per fer sèries d'intensitat i treball tècnic en un espai controlat.

Per això, si hi circuleu aquests dies, extremeu la prudència i respecte els esportistes. Sovint entrenen sols o en parella, a velocitats elevades i seguint programes molt exigents. Les jornades acostumen a combinar sessions de rollerski al matí amb gimnàs, natació o curses de muntanya a la tarda.

Per què Font-romeu?

Entrenar i dormir a uns 1.800 metres afavoreix l'adaptació fisiològica dels esportistes. Aquesta altitud, combinada amb unes instal·lacions de primer nivell, ha convertit Font-romeu en un dels centres europeus de referència per a la preparació dels esports nòrdics.

Després d'aquestes concentracions, molts equips descansaran uns dies abans d'afrontar les primeres competicions de pretemporada, com el prestigiós Blink Festival de Sandnes i Lysebotn, a Noruega, o proves més properes com la tradicional Pujada de l'Arp, a Tuixent-la Vansa, una de les clàssiques del rollerski al nostre país.

Així doncs, si aquest estiu circuleu per les carreteres de l'entorn de Font-romeu (Targassona, Èguet, Pla de la Calma, Bolquera i especialment Coll del Pam), molta prudència: és fàcil trobar-hi fondistes entrenant amb rollerskis.

estiu.