

Machacar en casa PANELES EN ARABA

Asier Saiz

A medio camino entre el capricho y la necesidad, los muros de boulder particulares, más conocidos como tablonos o paneles, surgen como síntoma de la evolución que la escalada deportiva ha tomado en los últimos años.

Atrás quedaron los tiempos cuando se entrenaba en las paredes de una iglesia o de un túnel; el escalador que quiere evolucionar busca los mejores medios.

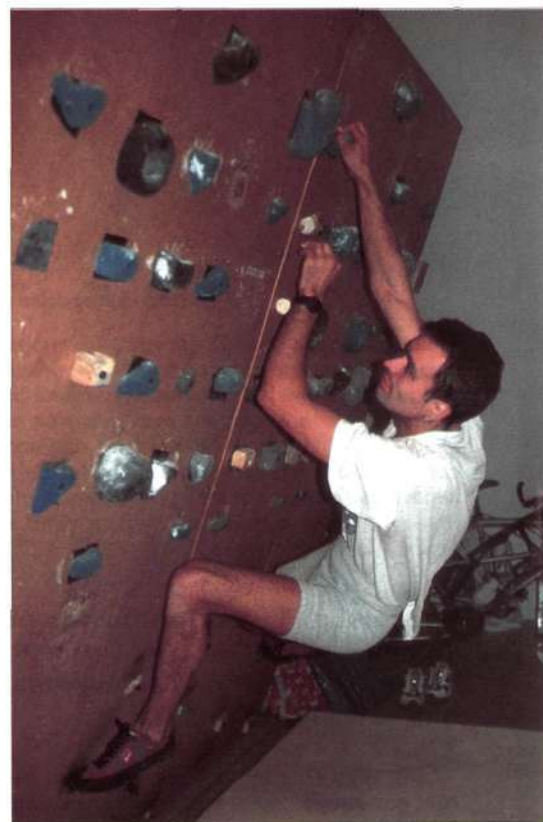
Camarotes

En algunos casos porque estos medios no existen o porque no queremos o podemos usarlos, construir nuestro propio lugar de entrenamiento puede ser la mejor solución. Buscar el sitio es el primer paso. Un camarote puede ser un buen lugar; así lo demostró Kroma hace unos años, instalando en el suyo el primer tablón que se vio en Gasteiz. Unió paneles de madera de pequeñas dimensiones y los fijó al hormigón del desplomado techo con espits y barilla roscada. Jon y Alberto, más conocidos como "Los Bros", también utilizaron el camarote para ubicar su boulder; optaron por sujetar con cadenas y espits dos grandes paneles de DM. Obtienen así un desplome regulable al anclarlo en diferentes eslabones. Otra buena solución encontra-

mos en el macro camarote de Iñaki Montoya, en lo que es el comienzo de su proyecto de boulder: apoyar los paneles por su exterior en dos vigas de madera atornilladas en hormigón.

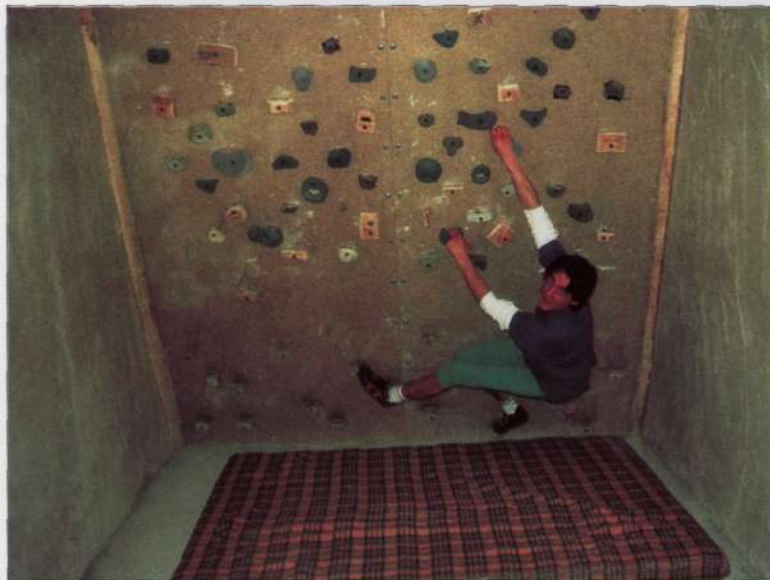
Otro lugar puede ser una habitación cualquiera de nuestra casa; en este caso debemos poner especial atención a la manera de sujetar la estructura ya que no siempre podemos hacer uso de las paredes para ello: tanto Josu y Conchi en su panel como Arnaldo en el suyo sí encontraron la solución a base de tornillos con tacos de expansión; pero también hay quien ha encontrado otras formas: Albert y Sonia construyeron un boulder con un muro desplomado apoyado en dos verticales, que conforman una estructura con dos diedros que puede sujetarse por sí misma. Otra ingeniosa idea: sujetar el tablón por delan-

te con vigas de metal telescópicas; esto es lo que hizo Iñaki para construcción de su panel "rocódromo Peña-Peñon"; estas vigas, además de sujetar, regulan el grado de desplome.



Alberto "Bros"
entrenando en su panel

Kroma en el
panel de su camarote



Iñaki Montoya hace que entrena

Estructura de refuerzo con perfiles de estantería y sirga de seguridad



Garajes y lonjas

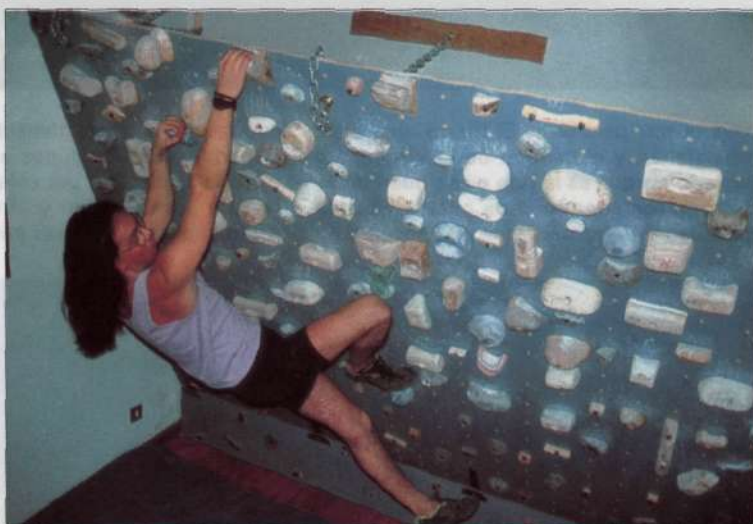
Saliendo de las prestaciones que nos puede ofrecer un piso de mediana dimensión nos remitimos a lo que otro tipo de

bricolage a las ganas de entrenar y así diseñar nuestro propio panel. Para ello debemos valorar la estructura del lugar para decidir cómo sujetar los paneles, los cuales en muchos casos no sólo hay que asegu-

rarse de que no se nos caigan encima, sino que habrá que reforzarlos para que no corren y vibren al escalar.

Para ello podemos usar barras de madera o metal, o si no somos muy hábiles con estos materiales, el perfil en escuadra usado en estanterías resulta económico y fácil de manejar; el conglomerado, contrachapado y DM resultan maderas perfectas y baratas para los muros. La elección de los anclajes dependerá de las características de donde vayamos a colocarlos: en el hormigón va perfecto el parabolt usado normalmente en los equipamientos de escalada deportiva, para el ladrillo lo mejor son los tornillos con rejilla y sellamiento químico. Las uniones entre el panel y los anclajes las podemos hacer con chapas o cáncamos, cadenas y mallones o grilletes. Y finalmente una vez construido el panel, le podemos atornillar las presas, hechas por nosotros o compradas, de madera, resina o lo que nuestros dedos aguanten. El conjunto lo podemos rematar con unos colchones en el suelo que evitarán hacernos daño si caemos.

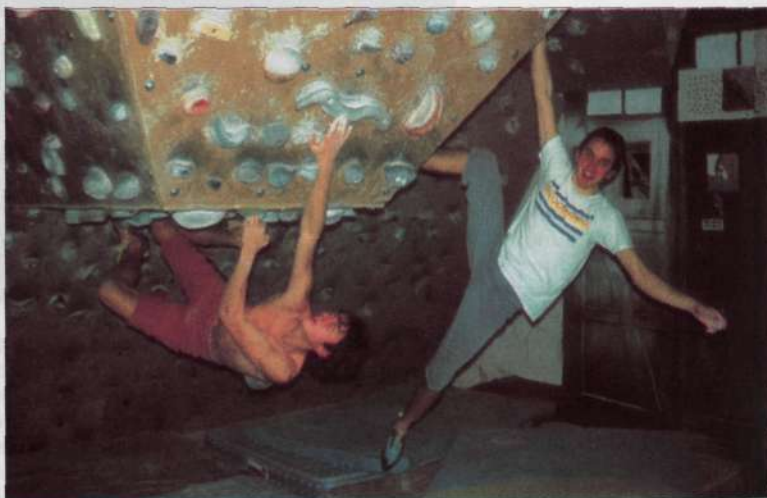
Josu en el panel de su casa. Se aprecia el sistema de anclaje y el trozo de cadena sobrante para poder desplomarlo más



vivienda nos puede ofrecer: un garaje o un desván de un caserío o vivienda similar puede ser el sueño de cualquier machaca, ya que a la proximidad que ofrecían los anteriores lugares se une normalmente la posibilidad de construir un muro de mayores dimensiones. Así lo hizo Iber en su casa de Kanpezu, aprovechando las vigas de madera de su garaje para conformar un boulder tipo cueva con placa desplomada, diedros y un magnífico techo.

Si ninguna de estas propuestas nos es válida podemos intentar hacernos con cualquier otro tipo de lugar. Así lo hicieron un grupo de escaladores gasteiztarras que transformaron un antiguo taller de ebanistería del casco viejo en un estupendo tablón. Ya no hay excusa para "no cantar-se" en esas vías que queremos encadenar; podemos unir nuestras habilidades con el

Lo más fanático, trece amigos atesoran un panel. En el casco viejo también se puede entrenar



Fotos del autor