

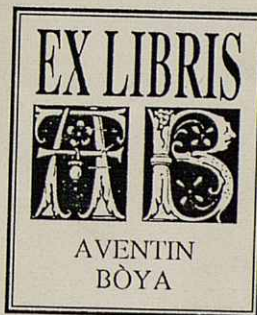
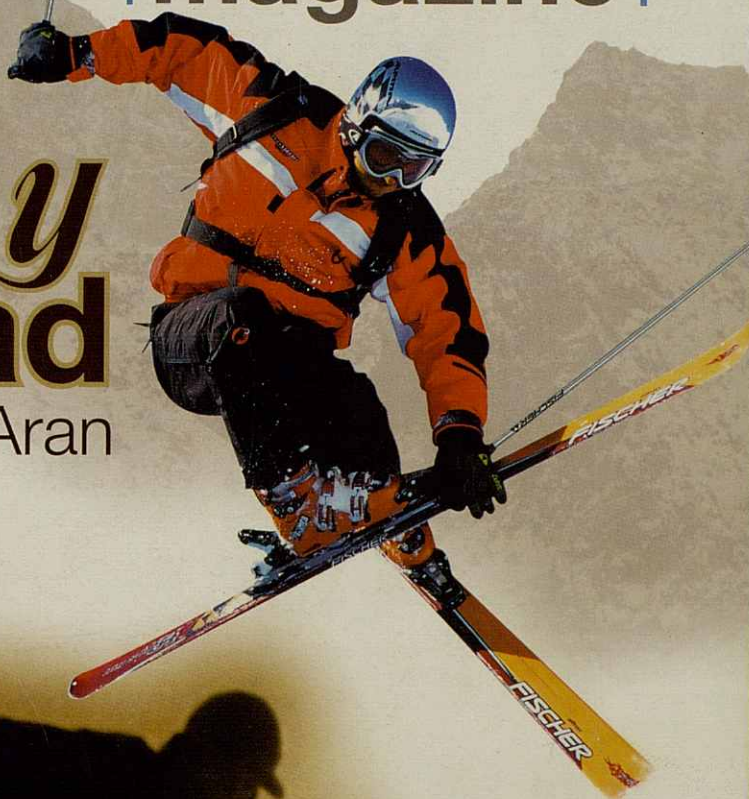
copos

magazine

núm. 1 | noviembre 2006

Orígenes y actualidad

del esquí en la Val d'Aran



PEDRO ECHENIQUE
El físico del esquí

¿PUEDO ESQUIAR CON ASMA?

COPOS ENTREVISTA A LAS ESTRELLAS
Entrevista a Benjamin Raich i Michaela Dorfmeister

EL ENTRENAMIENTO MENTAL
Su importancia para el deporte y para la vida

copos
3 ans!

19762006

Unidos por una misma afición, unidos por **copos**
Revista gratuita para los clientes de copos

1976-1977

arc Atomic Junior
 Das ist das neue Skisportgerät für die Jugend. Ein hervorragendes Skisportgerät, das die Anforderungen an ein Skisportgerät für die Jugend erfüllt. Das Skisportgerät ist leicht, stabil und leicht zu steuern. Es ist das perfekte Skisportgerät für die Jugend.

Spurt Junior
 Das ist das neue Skisportgerät für die Jugend. Ein hervorragendes Skisportgerät, das die Anforderungen an ein Skisportgerät für die Jugend erfüllt. Das Skisportgerät ist leicht, stabil und leicht zu steuern. Es ist das perfekte Skisportgerät für die Jugend.

Rookie Junior
 Das ist das neue Skisportgerät für die Jugend. Ein hervorragendes Skisportgerät, das die Anforderungen an ein Skisportgerät für die Jugend erfüllt. Das Skisportgerät ist leicht, stabil und leicht zu steuern. Es ist das perfekte Skisportgerät für die Jugend.

Los accessoires de collection de skis Atomic 1977

ATOMIC 160

ATOMIC

ATOMIC

1990-1991

K9 ANATOMIC-DIE NEUE SKISCHUH-KONZEPTION, SPORTLICH UND FUNKTIONELL.

Überlagungs-Prinzip garantiert optimale Fußverankerung. K9 - schneht gestylt mit Lift-Fit. K9 ANATOMIC, die neue Ski-Fußgerecht, sportlich und funktionell.

ATOMIC - DER ERFOLG DER ALPINEN SKI WM ATOMIC - DER ERFOLG IM ALPINEN SKI WELTCUP

ATOMIC

Die Rennmaschine - der erfolgreichste Rennski von ATOMIC: 84/85 + 85/86 gewinnt ATOMIC Weltcuprennen, acht Weltcups und somit acht Gesamtweltcup.

85/86 ATOMIC SKI

KUONI 2

ATOMIC

86/87

100 Preise im ATOMIC-Langwinterspielt

ATOMIC

ATOMIC COLT koffach ess

ATOMIC BACKCAP

Wir 1 Paar ATOMIC

1985-1986

Die Rennmaschine

ATOMIC ARC

ATOMIC ARC

1994-1995

30 años de Copos y Atomic.



El respeto
es miedo

Maier

Hermann Maier tiene el historial deportivo con más records dentro del esqui alpino. Se ha ganado el respeto. Lo ha ganado todo. Si se cae, se levanta. Y si está de pie ... gana. Cuando vuelvas a ver a Hermann bajando, observa a sus rivales mordiéndose las uñas.

www.atomicsnow.com

GS12
Powerbridge
Aerospeed 2 topsheet
Powerbridge profile
Titanium
3D PC Magnesium
WC racing base
Dura edge

 **ATOMIC**





Editorial

José Manuel Monge

Copos Magazine surgió hace un año como una plataforma para informar, entretener y enlazar a sus lectores, ofreciéndoles la oportunidad de sentirse parte de un colectivo que comparte una misma afición: el esquí. Llegada esta segunda temporada, nos proponemos ser fieles a esos propósitos ofreciendo nuevos y variados artículos sobre temas de interés, ya sean técnicos escritos por médicos, entrenadores deportivos y asesores expertos en material de esquí, o entrevistas a corredores y personajes de actualidad.

Por otro lado, en este número también encontraremos el resumen de actividades realizadas por Copos Events y Ainhoa Copos Skiclub a lo largo de la primera temporada, así como las nuevas propuestas y programaciones que están a punto de comenzar.

Paralelamente, coincidiendo estas fechas con el trigésimo aniversario de Copos Skicenter, nos ha parecido oportuno compartir con los lectores, algunos recuerdos entrañables que nos vienen a la mente sobre los cambios habidos en el Valle gracias al desarrollo de la práctica del deporte blanco, ya no sólo en los últimos treinta años, sino desde la llegada de los primeros esquís en 1919. Son recuerdos que permiten valorar la próspera transformación que ha convertido el Valle en una zona próspera con gran variedad de servicios de calidad dedicados al esquiador y al visitante.

Para compartir esos recuerdos hemos elaborado un artículo especial con la participación de profesionales, clientes y amigos, cuya experiencia ha contribuido al cambio. Hemos recordado los orígenes y hemos constatado los cambios, los contrastes que, sin duda, vale la pena recordar, tal vez para valorar con más justicia esos 30 años de esfuerzo, de trabajo, de mejora y de ilusión constantes.

Entre burbujas de cava e iluminados por el resplandor de las velas, quiero felicitar a todos los que forman parte de esta historia y agradecerles su colaboración. Lo mejor de cumplir años es constatar la gran cantidad de amigos que hemos hecho en la nieve, delante y detrás del mostrador.

Felicidades a todos y gracias.

Director José Manuel Monge
Editor Técnico Pro-crea
Colaboraciones Silvia Monge
Maria Monge
Francesc Comas
Ainhoa Ibarra
Carlos Álvarez
Vicente Tomás
Lourdes Santacruz
Tecnología PRO-CREA
Diseño PRO-CREA
Maquetación PRO-CREA
Administración Copos Magazine
Publicidad PRO-CREA
Tel. 977 601 803

Edita

copos

Apartamentos Elurra
25539 Betren
Tel.973 64 00 24
Fax 973 64 28 25
info@coposmagazine.com
www.coposmagazine.com

Ningún artículo o fotografía de esta revista puede ser reproducido total o parcialmente sin autorización de la sociedad editora.

Depósito Legal: B-38001-2005

copos magazine pretende ser un vínculo de unión entre todos los clientes y amigos de Copos que compartimos una misma afición. Si tienes algo que contar, una experiencia, opinión, o alguna duda que nuestros especialistas puedan aclarar y creas que pueda ser de interés para nuestro colectivo lector, envíanos tus propuestas a:

info@coposmagazine.com



FISCHER RC4

EXCELLENCE IN RACING.

The top speed package for top speed performance.

RC4 skis y RC4 botas unen las mejores tecnologías para conseguir la máxima velocidad. ¡La pareja perfecta!

¡Si quieres conseguir más, no te conformes con menos!

Fischer en las mejores tiendas de esquí.



ENJOY
INNOVATION



FISCHER

|sumario|

LA PASIÓN QUE NOS UNE

- Orígenes y actualidad de la Val d'Aran - Especial 30 aniversario 8
- Del esquí convencional al carving - Sus lesiones (2a parte) 50
- La historia de Stroz 52
- ¿Puedo esquiar con asma? 58

LA IMAGEN

- Fotografías de Mikael Helsing 42

EL PERSONAJE

- Pedro Echenique - El físico del esquí 54

COPOS SKI CENTER

- Atomic nos abre sus puertas 64
- Diez consejos para el alquiler correcto del material de esquí 70

AINHOA COPOS SKICLUB

- Resumen de la temporada 2005-2006 76
- Clases y cursos de esquí 84
- Copos entrevista a las estrellas - Michaela Dorfmeister y Benjamin Raich 88
- Entrenamiento mental - Su importancia para el deporte y para la vida 90

COPOS EVENTS

- Copos Events News 94
- Servicios 96
- Viajes 97

GUÍA ÚTIL VAL D'ARAN

- Espacio con información útil sobre la Val d'Aran 98

The next generation of skiing. For long and short runs.



speedwave

Powered by WaveFlex Technology.

↘ <http://speedwave.elanskis.com>



elan

Atención al cliente 93 872 62 11

Orígenes y actualidad del esquí en la Val d'Aran



Foto cedida por Javier Tous



Puerto de Vielha en 1892 y Baqueira 1500 en la actualidad. La nieve, una constante en cada invierno, ha pasado de ser una dificultad a ser una ventaja para la próspera transformación de la Val d'Aran.

1919 1920 1921 1922 1923 1924 1925 1926 1927 1928 1929 1930 1931 1932 1933 1934 1935 1936 1937 1938 1939
1940 1941 1942 1943 1944 1945 1946 1947 1948 1949 1950 1951 1952 1953 1954 1955 1956 1957 1958 1959 1960
1961 1962 1963 1964 1965 1966 1967 1968 1969 1970 1971 1972 1973 1974 1975 1976 1977 1978 1979 1980 1981
1982 1983 1984 1985 1986 1987 1988 1989 1990 1991 1992 1993 1994 1995 1996 1997 1998 1999 2000 2001 2002 2003
2004 2005 2006

¿Recuerdas cuando empezamos? ¡cómo han cambiado las cosas!

Un aniversario suele ser un momento de celebración en el que antes o después acabamos recordando el pasado y exclamamos: ¿recuerdas cuando empezamos? Y nos ponemos a hablar de los inicios, de la ilusión que teníamos, de la escasez de recursos con los que contábamos, de las dificultades para poner en marcha una nueva actividad... Y entonces, en medio de la reflexión, especialmente cuando el aniversario se cuenta por decenas, también nos percatamos de "cuánto han cambiado las cosas", del contraste entre el origen y la actualidad, de todo lo que se ha conseguido con iniciativa, esfuerzo y dedicación.

En nuestro 30 aniversario también queremos recordar nuestros inicios y nuestra situación actual. Pero conscientes de que sólo somos una pequeña parte del gran cambio que se ha producido en el Valle, queremos mencionar también algunas de las historias, trayectorias y personas que con su afición, iniciativa y esfuerzo han conseguido cambiar el deseo que tenían los habitantes del Valle hace 87 años cuando se acercaba el invierno: "esperemos que no nieve demasiado", ya que entonces suponía todo tipo de dificultades a... "esperemos que caigan unas buenas nevadas".

Entre todos y gracias a la confianza de los aficionados que año tras año nos visitan hemos convertido a un temido enemigo en nuestro mejor aliado: la nieve.

copos **30** **ans!**
1876 2006

Orígenes

¿Recuerdas cuando empezamos?

Los primeros esquiadores del Valle

Los araneses, como todos los habitantes de alta montaña, han convivido con la nieve sorteando las dificultades que incidían en su trabajo diario. En los días de intensas nevadas la vida se ceñía al hogar y al cuidado del ganado estabulado que se alimentaba del pasto acumulado en los pajares. Tanto hombres como mujeres trabajaban duramente a lo largo del resto del año para tener la despensa y el pajar llenos y poder afrontar así el largo y crudo invierno.

A principios del siglo XX, lejos de aquí, con los artilugios que el hombre había ido inventando para desplazarse por la nieve (simples tabloncillos de madera de un sinfín de formas), en el corazón de los Alpes se inició el esquí como actividad lúdica. Los miembros del recién creado Centre Excursionista de Catalunya, el CEC, en su afán deportivo, conocieron la existencia de este nuevo deporte, llamado esquí. Allí lo practicaron y en 1908 lo dieron

a conocer en Catalunya. El presidente de la Mancomunitat de Catalunya y socio del CEC, Puig i Cadafalch vislumbró en esta actividad lúdica una oportunidad para los habitantes de los Pirineos. Por ello, organizaron una expedición, para dar a conocer el esquí a los habitantes del Pirineo catalán. En 1919, Lluís Estasén, Pau Badia y Josep María Soler i Coll llegaron, en pleno invierno, a la Val d'Aran desde Barcelona al cabo de dos meses, después de atravesar Catalunya sirviéndose de tartanas y de esquís a través de las montañas. El diario que escribieron narra su gozo personal y el asombro de los habitantes de las tierras que atravesaban al ver que aquel par de maderas servían para deslizarse por la nieve con rapidez y gozo. Y auguraron que esta actividad podía abrir un futuro distinto para los pobladores de las montañas, sobre todo de la Val d'Aran.



Foto cedida por Tonho Porrás

Labores del campo, a finales de los 50.



Foto cedida por Tonho Porrás

"Fueron los jóvenes del Valle los primeros en ver la nieve con simpatía, construyéndose esquís con tablas enceradas de barricas de vino y las fijaciones con latas, todo atado con alambres"



Foto cedida por Javier Tous



Foto cedida por Rafael Mombiedro

Los olímpicos araneses Pablo Bravo y Rafael Mombiedro en Salardú, 1947.

Fueron los jóvenes del Valle los primeros en ver la nieve con simpatía, construyéndose esquís con tablas enceradas de barricas de vino y las fijaciones con latas, todo atado con alambres, para disfrutar de la nieve. Por supuesto, la gente mayor no comprendía su actitud y les llamaban los 'señoritos' porque ir a trabajar los campos no era su única prioridad. No podían darse cuenta de que precisamente aquellos jóvenes eran los precursores del gran cambio que tendría lugar después.

En 1947, la nieve empezó a ser algo más que una diversión: Andrés Ribera, Rafael Mombiedro, Felipe Moga... comenzaron a entrenar en ella convirtiéndola en deporte. El CEC organizó unos cursos en la zona de l'Ombrière, en Salardú, en los que empezaron a forjarse nuestros olímpicos. Aún así, no había instalación alguna que facilitara su práctica. De hecho, todos los comienzos han sido difíciles. La falta de recursos, las críticas, la inexperiencia... había que ser valiente para abrirse camino en el mundo de la nieve, con los esquís a cuestas pendiente arriba, buscando algo más que desplazarse. Pero la adversidad no les impidió seguir adelante.



Foto: Daniel Muñoz

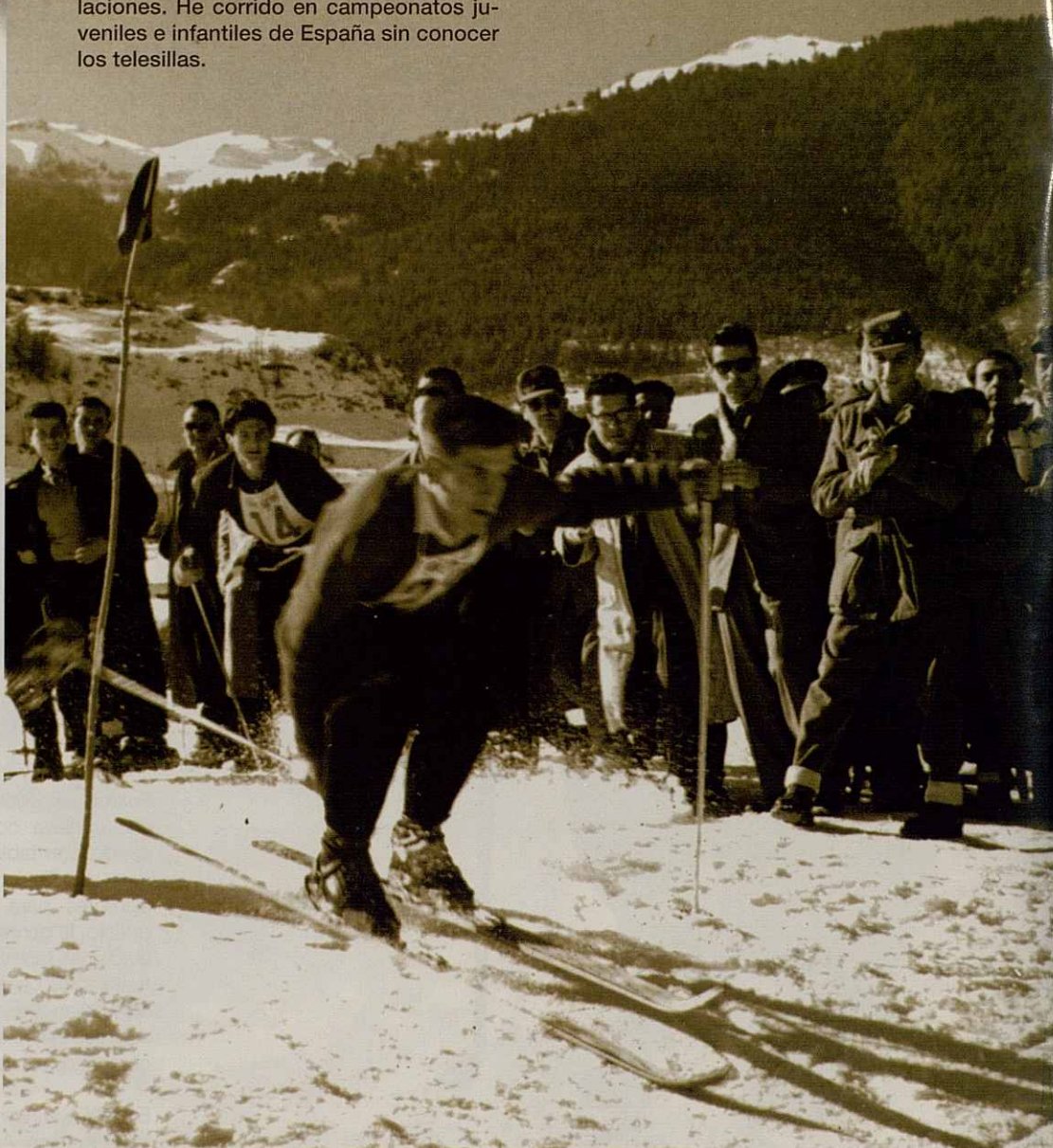
Benito Ubeira

Profesor de esquí de Baqueira Beret. Ex Director de la Estación y de la Escuela de Era Tüca.

“En el 55, los jóvenes del pueblo nos hacíamos nuestros esquís. Mi hermano y yo, sin ir más lejos, nos los construimos con una caja de pescado y unas correas. Entonces vino el Frente de Juventudes, con monitores españoles como Moisés y dos extranjeros: el alemán Walter Vöggel y el suizo Eloy Supersaxo, quienes nos enseñaron a esquiar a un grupo de aficionados. Yo empecé con ellos y sin instalaciones. He corrido en campeonatos juveniles e infantiles de España sin conocer los telesillas.

Comparados con nuestros competidores españoles, éramos tercermundistas: nuestras botas eran de clavos y en general llevábamos material muy primitivo. Los de Barcelona y Madrid iban muy bien equipados. Entre ellos estaban Aurelio García, José María Luengo, Paquito Fernández Ochoa y andorranos como Lluís Viú, Viladomat, Vilanova...”

Carrera en “Prat de Sancho” de Betren, en 1953.



La llegada de los esquís cambió la percepción que se tenía de la nieve: ya fuera para divertirse, como hacían los jóvenes del Valle (1946) (derecha) o como deporte olímpico: (izquierda) Rafael Mombiedro, Andrés Ribera, Pablo Bravo y Felipe Moga.



Fotos cedidas por Andrés Ribera

**GO
CRAZY**

Kjetil A. AAMODT
2006 Olympic Champion
Super G

Julia MANUSCO
2006 Olympic Champion
Giant Slalom



WORLD CUP 150 130 120

PRESTACIONES DISEÑO COMODIDAD

Por primera vez, la bota artesanal tradicional: elaborada en el taller de competición, usada por los mejores esquiadores y probada en los Juegos Olímpicos 2006.

LANGE

Fotos cedidas por Andrés Ribera



Las primeras instalaciones de esquí

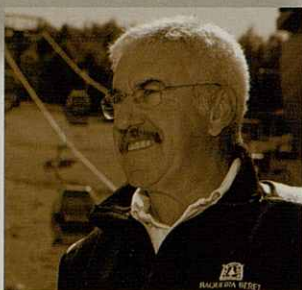


Foto: Daniel Muñoz

Aureli Bisbe
Director General de la Estación Baqueira-Beret desde 1985, después de ser durante dos años el Director de Montaña.

Como vemos, a principios de los 60 existía una afición notable por el esquí en el valle e incluso algunos corredores habían participado ya en Juegos de Invierno como los de Oslo. Pero no tenían estación de esquí.

“Recuerdo que Jorge Jordana, hablando de los inicios de la Estación, comentaba que cuando vino al Valle de Arán como Presidente de Federación Española de Esquí, le enseñaron la zona donde más tarde se levantó la Tuca. Preguntando a los esquiadores locales donde esquiaban, le contestaron que en Baqueira. Sorprendido, pidió que le acompañaran. Subieron hasta la actual cota 1800 y quedó prendado. Con la ayuda del entonces alcalde de Salardú, D. Sixto Mayayo, lograron reunir la cantidad de un millón de pesetas, íntegramente de gente del Valle. Con este capital se constituyó TEVASA.”

El valor de una acción equivalía al importe de una vaca: 10.000 pesetas.



El 28 de agosto de 1962 se fundó Baqueira-Beret con el nombre de Telecables Valle de Arán (T.E.V.A.S.A.). El año siguiente se iniciaron las obras del primer telesilla. Lo importante de aquellas primeras obras fue que, a falta de la tecnología que hoy conocemos, fue el esfuerzo y la voluntad de los hombres la que movió y levantó cada torre, a pesar de la riada que se produjo en agosto de aquel año y la nieve que paralizó la actividad hasta la siguiente primavera.

Gracias a la voluntad de aquellos hombres, a la afición cada vez mayor de los esquiadores, a las perspectivas empresariales de los que gestionaron el proyecto y a otros muchos factores, en diciembre de 1964 se inauguró oficialmente el primer telesilla, que subía desde la cota 1.500 hasta 1.880.

En esta página, de izquierda a derecha. Sixto Mayayo, alcalde de Salardú; Jordana de Pozas, Presidente de la Sociedad y Presidente de la Federación Española de Esquí en la época y Pablo Bravo, actuando como secretario, durante el acto de fundación de Baqueira Beret (1962). Página siguiente, montaje del primer telesilla en que no faltó esfuerzo ni voluntad. Fotos: Colección Baqueira/Beret, SA

*“El valor de una acción
equivalía al importe de una
vaca: 10.000 pesetas”*



Secuencia de imágenes del
montaje del telesilla 1 en 1962-64



Los primeros esquiadores de fuera que vinieron a esquiar a Baqueira



Foto: Daniel Muñoz

Juan Blas Sitges Menéndez
Ex-gerente de la Real Compañía Asturiana de Minas.

Los primeros usuarios de las pistas de la Estación fueron verdaderamente privilegiados. El número de visitantes distaba de lo que hoy conocemos, lo que permitía usar las instalaciones sin colas, encontrar nieve poco pisada, coger confianza con las personas que siempre coincidían, disfrutar de la calma reinante...

Hubo una familia que destaca entre aquellos primeros privilegiados no sólo porque todavía nos pueden contar cómo fue su "aventura" sino porque llegó antes de que la Estación estuviera funcionando y levantaron su hogar a pie de pistas como aquél que va a ver su fotografía favorita y llega el primero para elegir la mejor butaca.

"Cuando mi padre se enteró de que iban a contruir una estación de esquí en Baqueira, nos llamó a mi hermano y a mí para animarnos a venir al Valle de Arán. Como en aquella época solíamos ir a esquiar a los Alpes, la posibilidad de poder esquiar más cerca le tranquilizaba. Compramos unos terrenos, nos contruimos nuestras casas y en octubre del 64 fueron terminadas, dos meses antes de abrir la Estación. El día de la Inmaculada, se inauguró el primer telesilla con un slalom gigante que ganó José Moga, curiosamente con unos esquís Kneissel que le habíamos prestado."

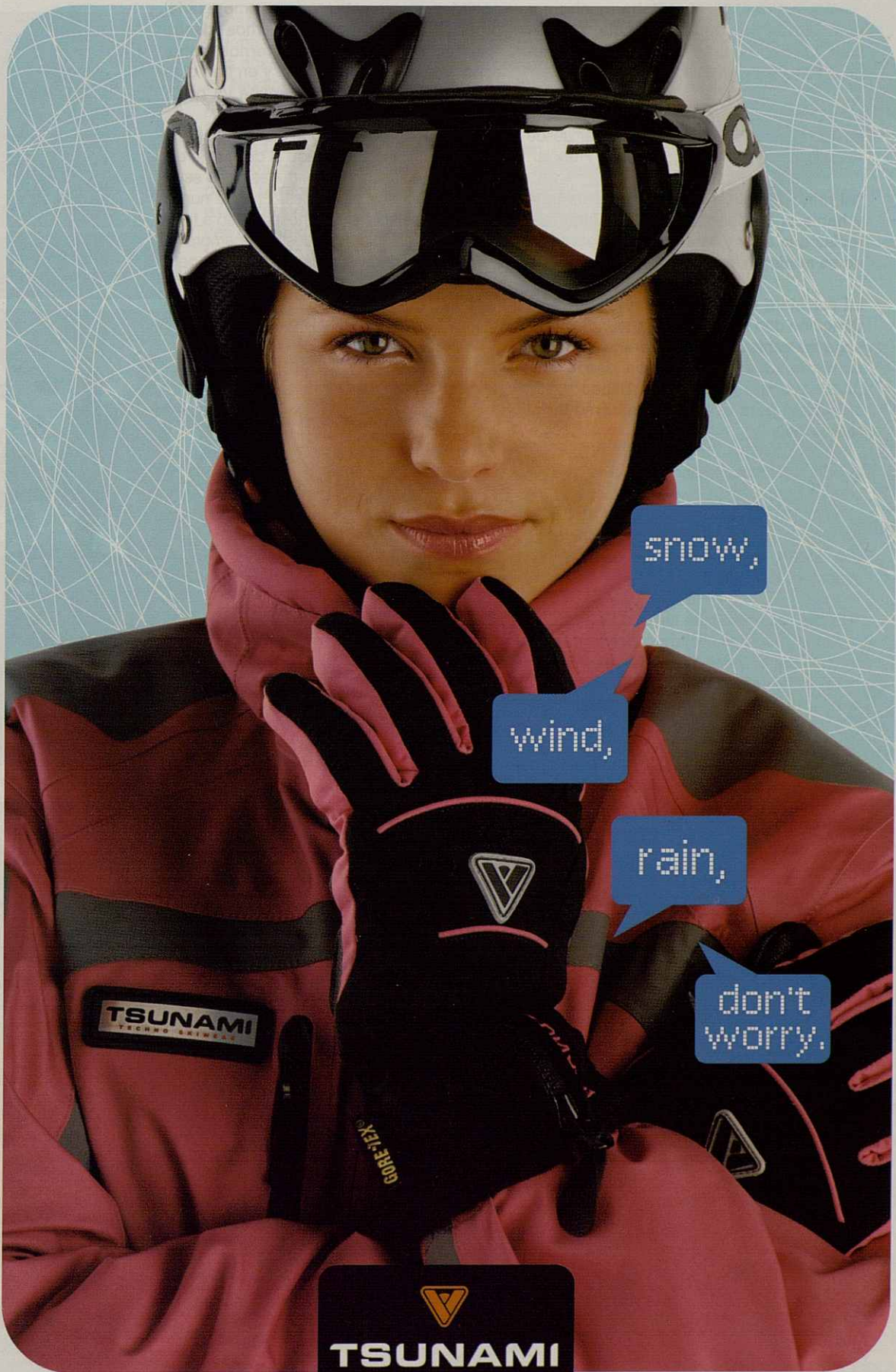
Las casas de la familia Sitges fueron construidas cerca de donde iba a construirse la Estación de Esquí. La Estación fue inaugurada el 6 de diciembre de 1964 y las casas habían sido terminadas en octubre.



Fotos: Cedidas por Juan Blas Sitges



Juan Blas Sitges Menéndez, junto a su esposa y dos niños de Tredos, José Antonio y Benjamín Abadia, en los primeros años de la Estación de Baqueira.



snow,

wind,

rain,

don't
worry.

TSUNAMI
TECHNO SKIWEAR


TSUNAMI
TECHNO SKIWEAR

“Una cosa que me extrañaba mucho era que todo el mundo me conocía. Me decían: ya me pagarás la semana que viene... Todo era tranquilidad.”

Pero todas esas bondades tenían un precio: las 12 horas que se tardaba en llegar desde Asturias hasta el valle, pasando por Francia.

“Al principio, el túnel no estaba asfaltado y había unas puertas arriba y abajo que tenías que abrir y volver a cerrar para que no se metieran las vacas.

La carretera del pantano era de una sola dirección con zonas para parar y dejar pasar a los vehículos que vinieran en sentido contrario. Cuando veníamos desde Madrid subíamos por Burgos, Bilbao y San Sebastián para evitar el túnel. Eran 9 horas de viaje.”

Otra incomodidad era tener que pisar la nieve con los propios esquís ya que la estación no disponía de medio alguno para tal fin. Cuando llegó la primera Retrac, ésta protagonizó una anécdota que Juan Blas recuerda con simpatía:

“Un día, al chico que llevaba la retrac se le fue la máquina, bajando por donde las pilonas del 1, y chocó contra una de ellas, paralizando el telesilla. La buena relación existente con Luís Arias y los medios dis-

ponibles en nuestro grupo empresarial propició la reparación. Trajimos desde Asturias una pequeña grúa, tornos, gatos especiales para enderezar... y en tres días la arreglamos. El fin de semana ya pudimos esquiar.”

La familia Sitges no sólo ayudó a reparar la pizona del 1, sino que ayudó al desarrollo del Valle promocionando las virtudes de la estación a todas sus amistades. El Valle nunca ha dejado de acoger con hospitalidad a todo aquél que ha venido dispuesto a enamorarse de la nieve, de sus praderas o de sus gentes.

Familia Sitges con Luís Arias y Aquilino Ubeira con la primera máquina de nieve de la estación, 1968.

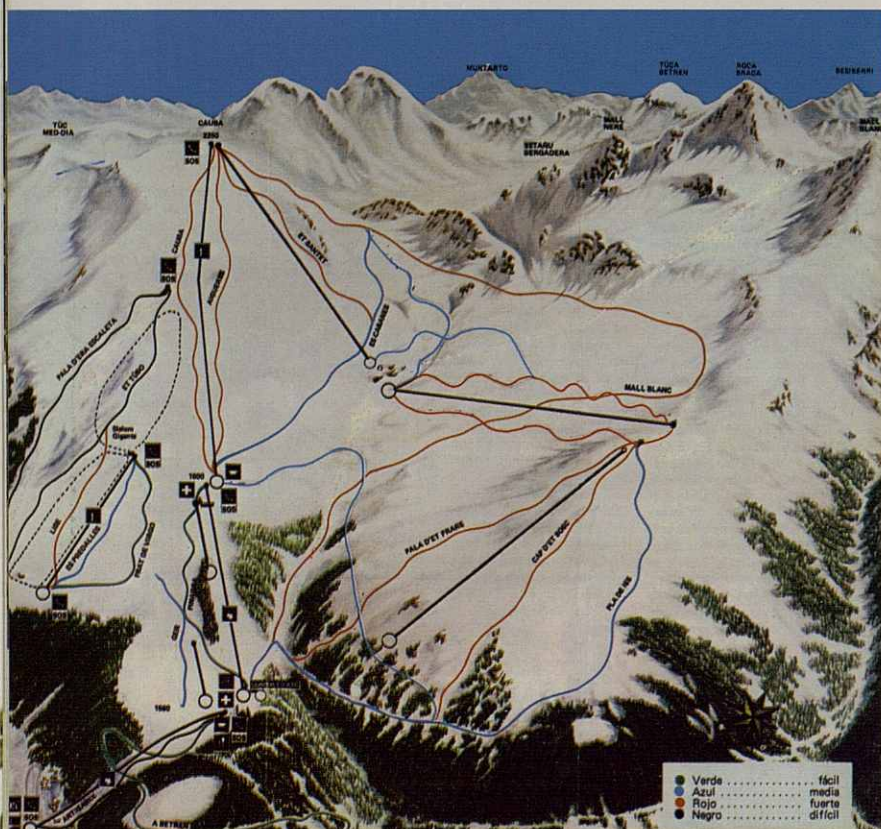


Foto cedida por Dorothea Pflöckner

La apertura de la Estación Era Túica

En menos de diez años, el fervor por el esquí dio a luz a una nueva propuesta de estación: Era Túica.

Fueron José Calbetó (alcalde de Vielha), José Ramon Vidal (alcalde de Betrán), Mauricio Heuch (dueño de la sociedad de Perlas Matorra y de la empresa Cremalleras Dragon), Fermín Pinós (empresario aranés) y el andorrano Albareda (dueño de la representación de Fiat), quienes vieron la necesidad de crear riqueza y puestos de trabajo en el Valle de Arán. En un momento en el que se estaban levantando pequeñas estaciones de esquí por varios montes españoles, como Espot, Llesui, Portainé, Port del Compte... crear una más, cerca de una población cada vez más amante del esquí, parecía una buena iniciativa. Así que crearon una sociedad anónima con un capital de 30 millones de pesetas y le propusieron a Benito Ubeira ser el director de la estación y de la escuela de esquí en Era Túica





Benito Ubeira
Ex Director de la Estación y
de la Escuela de Era Túca.

“Después de participar en varias competiciones de esquí en España, me dediqué a la enseñanza ejerciendo como profesor en Navacerrada y demostrador y entrenador en Baqueira. En el 72 me ofrecieron ser director de la estación y de la escuela de Era Túca y acepté. Me dijeron que en las próximas navidades tenía que estar a punto para abrir y en tres meses, gracias a la colaboración de la gente, muchas veces con medios rudimentarios y haciendo todos de todo: de ingenieros, de arquitectos... la montamos. Era una estación apreciada por su familiaridad y su estilo alpino. Había un equipo de promesas del Valle que participaba en un programa de la Federación Española de Esquí y entrena-

ban en Era Túca. Entre ellas estaban Blanca Fernández Ochoa y Ainhoa Ibarra.”

Sin embargo, a pesar de los esfuerzos realizados, en 1987 la estación fue definitivamente cerrada. Según Benito Ubeira, el problema fue que se hizo más con el corazón que con la cabeza, pues ni la montaña era la mejor para esquiar ni había el capital necesario para cubrir los gastos que genera una estación de esquí.



La Estación de Era Túca fue escenario de campeonatos nacionales, entrenamiento de grandes promesas deportivas así como lugar de prácticas para aficionados.



Los primeros servicios dirigidos al esquiador



Eth Restilhé

Restaurantes



Emilio Sanllehy

Propietario y restaurador de Eth Restilhé / Fundador del Gremio de Hostelería de la Val d' Aran y Presidente durante 20 años.

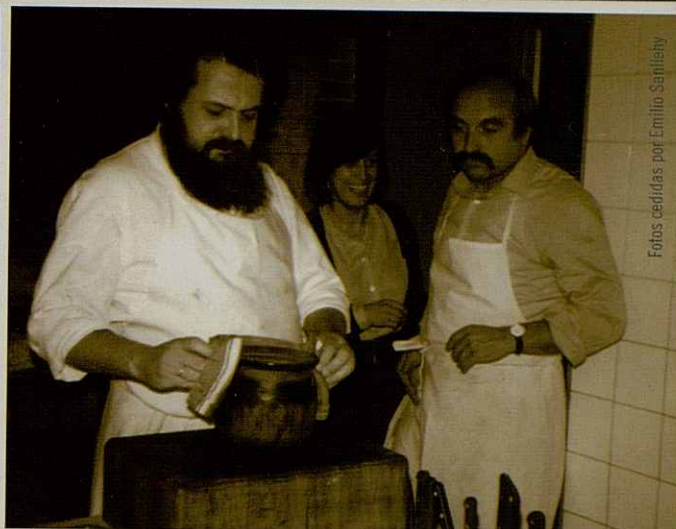
El flujo cada vez mayor de visitantes que venían a esquiar supuso la transformación del Valle. Diferentes iniciativas iban despertando para atender sus posibles necesidades durante la estancia deportiva o vacacional. Así, la actividad eminentemente agropecuaria que había sustentado a la región hasta entonces fue dando lugar a otra dinámica más turística, comercial y de restauración. A principios de la década de los 60, sólo había dos restaurantes dedicados al público esquiador: uno en Bagergue y otro en Unha. Diez años más tarde, ya habían surgido algunas propuestas más.

“En aquel momento, la estación de Baqueira llevaba 10 años abierta y el número de esquiadores no era elevado, por lo que tampoco eran muchos los locales de hostelería dedicados íntegramente a la restauración. En Arties había dos restaurantes, en Bagergue otro y, al mismo tiempo que empezamos nosotros, abrieron dos más: uno en Gessa y otro en Escunhau. Yo

diría que fuimos de los primeros en servir Òlha Aranesa, pero no lo puedo afirmar con rotundidad, pues Irene y Casa Tornay también la servían.

Nuestra Òlha Aranesa es receta de una señora de Garòs. Un día le pregunté si nuestra Òlha era la auténtica porque me preocupaba un poco que algunos dijeran que lo nuestro no era Òlha de verdad. Ella me contestó que en realidad existen tantas Òlhas como casas y posibilidades económicas... este plato se puede hacer con un poco de repollo y un poco de tocino. Así pues podemos decir que la nuestra es una Òlha de fiesta mayor. Con mis conocimientos de hostelería, la adapté a un sistema más práctico de trabajar y de servir, diferenciando los elementos que la componen, es decir, la sopa de la carne. A nuestros clientes les gusta encontrar cada año los mismos sabores tradicionales de calidad ”

En las fotos superiores de la página siguiente podemos apreciar a Emilio Sanllehy preparando dos de sus especialidades: la Òlha Aranesa y el paté. Inferior izquierda: Emilio conversa con Su Majestad el Rey Don Juan Carlos.



Fotos cedidas por Emílio Santilhey



En el mundo blanco nació la fotografía. Un día se volvió a ser un niño cuando...

Fotografía

Uno de los servicios que surgieron con relación al nuevo mundo blanco fue la Fotografía de Esquí, constituyendo un testimonio de gran valor. Sin él, sería muy imprecisa la idea que tendríamos sobre los orígenes, tan imprecisa como la que tendrían, si no existiera, las generaciones futuras de nosotros. Uno de los primeros fotógrafos del valle fue José Porras, quien por los años 40 empezó a alternar su trabajo en el túnel de Vielha (era capataz de Minas) con su afición por la fotografía,

generando una colección de imágenes entrañable que su hijo Tonho no sólo conserva sino que ha completado con nuevas fotografías que él mismo ha tomado, heredando la profesión. Más adelante, Francesc Tur fue el primer fotógrafo de la Estación de Baqueira-Beret y ha permanecido tras el objetivo durante estas cuatro últimas décadas, a pesar de las dificultades con las que se encontró al comenzar.



Foto: Dante Muñoz

ma
lio
e-
té.
on
os.

de
ra



El esquí siempre me había parecido muy interesante. Era aficionado pero apenas esquiaba, pues tenía todos los domingos ocupados y además costaba mucho dinero.

Cuando empecé a dedicarme a la fotografía me pareció que podía compartir trabajo y afición. Hablé con los de la estación de Baqueira que estaban en Barcelona y les propuse hacer algunas fotos. Me compré unos esquís y unas botas como parte del equipamiento necesario para mi nueva actividad.

Empecé haciendo unas cuantas fotos sobre la Estación que ésta me compró. Al año siguiente volví y les dije: "qué, ¿como el año pasado?" y me dijeron: "sí, sí, igual", pero cuando fui a entregarles las fotografías no me compraron ni una. Parece ser que vino un fotógrafo enviado por el Ministerio y se le dio prioridad. Fue entonces cuando, quizá por remordimiento, me ofrecieron hacer las fotos de los cursillos. Así comencé a trabajar todo el invierno como fotógrafo en Baqueira. El alcalde de Salardú, el Sr. Mayayo, me alquiló una habitación en su casa y en ella monté mi laboratorio y mi dormitorio, todo junto.

Fueron tiempos difíciles. Al principio, tenía dificultades para desplazarme por la nieve pues sólo sabía bajar recto y, si cogía velocidad, me tiraba al suelo. Tuve problemas con las cámaras. Empecé con una Canon que de vez en cuando le entraba luz y perdí algunas buenas fotografías. Luego tuve una Hasselblad que se rompió al caer del telesilla golpeándose con la

única piedra que había debajo y eso que estaba en la mochila. Quedó destrozada. Utilizaba el negativo en blanco y negro para carreras y diapositiva en color para publicidad de Baqueira. Cuando cubría una carrera tenía que revelar el material en una sola noche... hasta las 7 de la mañana siguiente no acababa.

Al final no aprendí a esquiar. Una vez, Miguel Arias me dijo irónicamente: "veo que sigues utilizando los esquís para desplazarte por la nieve...". En un día de nieve polvo no me sabe mal sacrificar el esquí si es para hacer fotos, pues lo que a mí realmente me gusta es la fotografía.

Tan dilatada carrera profesional le permite a Francesc Tur contar multitud de anécdotas, como la que en una ocasión en la que había unos 2 metros de nieve Su Majestad El Rey Don Juan Carlos, se cayó delante del fotógrafo y su cámara. Mientras su majestad se incorporaba, Francesc le dijo: "Esta foto se la perdono..." a lo que El Rey contestó: "¡Foto, foto! ¡Hágala!" Y se la hizo, en blanco y negro. La agencia EFE le ofrecía lo que quisiera por ella pero Francesc nunca se la vendió.

Ahora Francesc Tur tiene un archivo fotográfico de esquí, del valle y de otros países del mundo por el que se interesan revistas de renombre.

Muestras del tipo de fotografías que Francesc Tur realizaba en la Estación de Baqueira Beret cuando empezó.

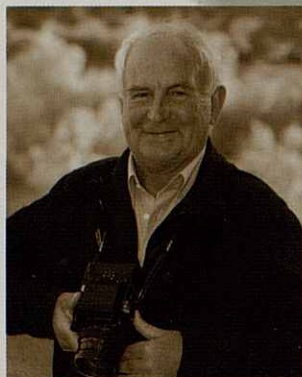
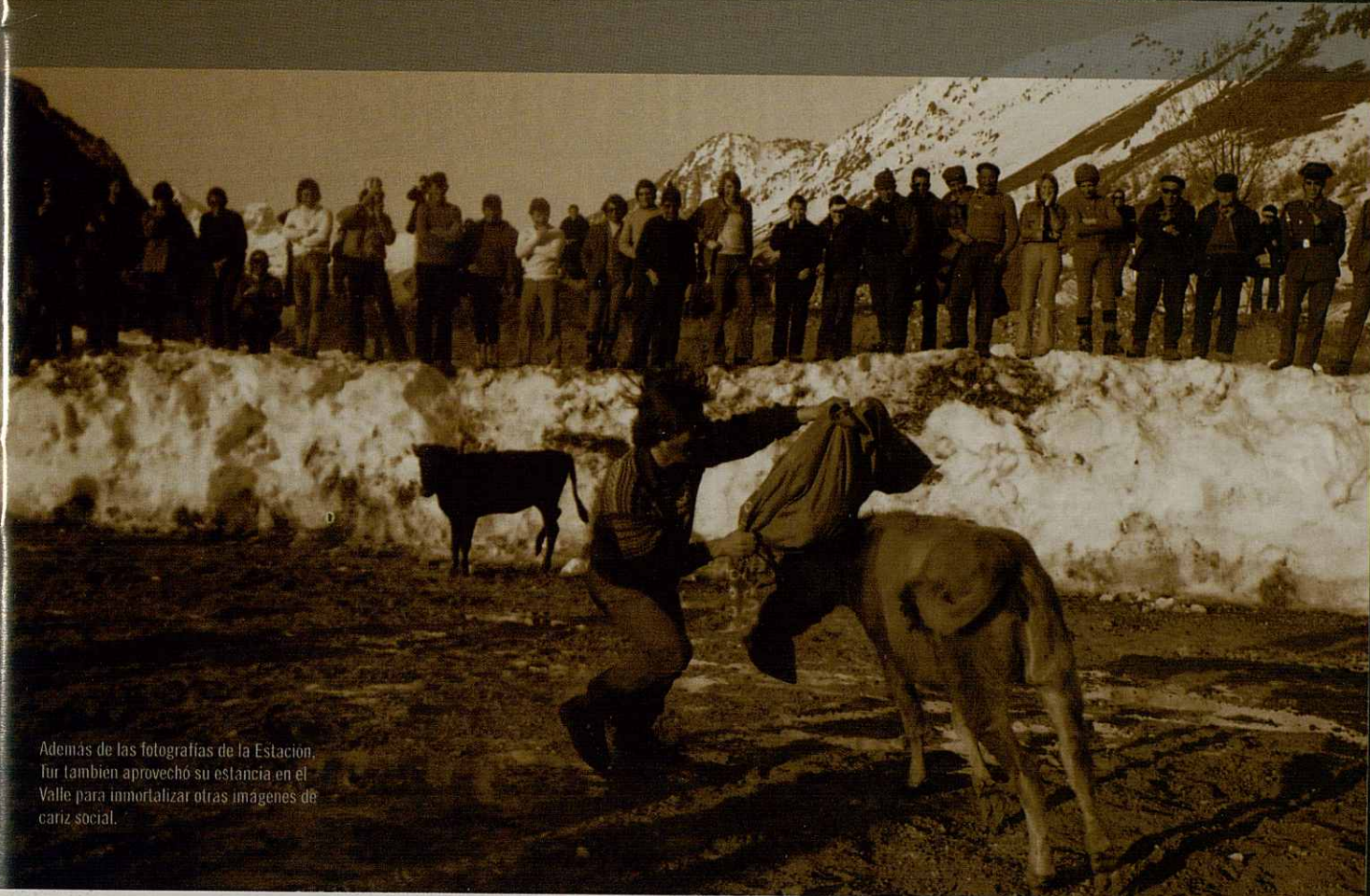


Foto: Daniel Muñoz

Francesc Tur

Ha vendido fotos a revistas de viajes como National Geographic, Grandes Espacios, De viajes y Rutas del Mundo. La primera colaboración con National Geographic fue para una portada en la que salía una foto de la Val d'Aran nevada.



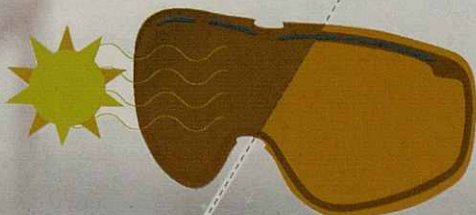


Además de las fotografías de la Estación, Tur también aprovechó su estancia en el Valle para inmortalizar otras imágenes de cariz social.

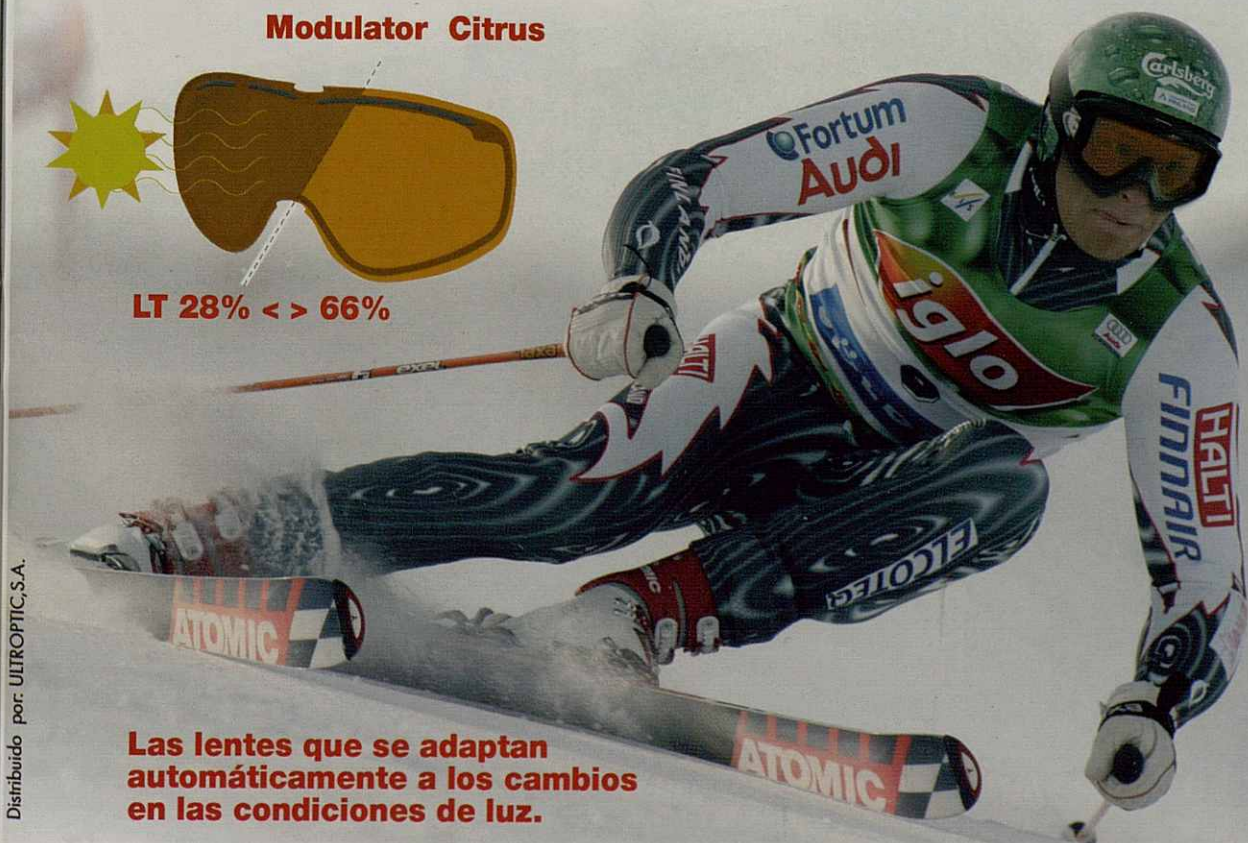
modulatortm LENS

PHOTOCHROMIC TECHNOLOGY

Modulator Citrus



LT 28% < > 66%



Las lentes que se adaptan automáticamente a los cambios en las condiciones de luz.

Distribuido por: ULTROPTIC, S.A.

Tiendas especializadas



A mediados de los 70, ya se había comenzado a formar un tejido de tiendas especializadas de material de esquí en el valle. Pero la vocación por la agricultura y la ganadería continuaba presente entre las generaciones de más edad. Los buenos hijos ayudaban a sus padres en las tareas tradicionales familiares pero su ilusión no germinaba en los campos sino en la nieve.

José Manuel era uno de esos jóvenes que colaboró en casa desde pequeño, con las vacas y el hotel familiar durante el verano. Pero no renunció a su placer por el esquí. Desde joven, su afición fue ganando protagonismo hasta que en 1972 obtuvo el Diploma de la Escuela Española de Esquí tras cursar los 4 años de formación pertinentes en Candanchú y, título en mano, empezó a ejercer como profesor de esquí en Baqueira-Beret. Dar clases le abrió la puerta a muchas amistades, entre ellas, a Agustín Sendino, a quien le confesó su inquietud por abrir una tienda de material de esquí pero diferente de las que existían en aquel momento. José Manuel había viajado por algunos países y se había fijado en la modernidad de sus comercios, totalmente contrapuestos al estilo clásico de las tiendas de nuestro país. Su alumno y amigo Agustín le ofreció ser socios y montar una tienda.

Y así, en 1977, cerca de Vielha, decidieron alquilar un local de 70 m² en los bajos del edificio Elurra, que, por aquel entonces, estaba en construcción.

“En Copos vendíamos ropa de esquí que compraba en ferias de Milán y París; materiales de marcas selectas como Atomic, Fischer, Ted Lapidus, Colmar o Kneissel. Ofrecíamos asesoramiento y profesionalidad y compartíamos la afición con nuestros clientes. Copos fue un sueño hecho realidad, aunque durante varios años me quitó el sueño. La tienda no generaba los suficientes ingresos como para amortizar las inversiones y las deudas crecían. Esta situación motivó, a los tres años, la retirada de Agustín de la sociedad y yo tuve que asumir todas las deudas y el reto de cambiar el signo negativo del balance económico. Durante 5 años no saqué ni “un duro” del negocio, todo lo reinvertía y durante más de 15 fui alternando el trabajo con el ganado, la escuela y la tienda.

¡¡Cómo han cambiado las cosas!!!”

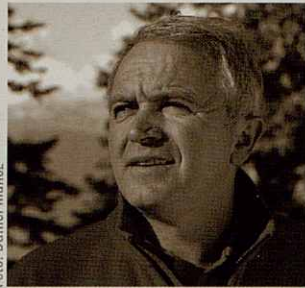


Foto: Daniel Muñoz

José Manuel Monge
Fundador de Copos



De arriba a bajo: José Manuel Monge trabajando con su padre; de profesor de esquí en Baqueira Beret y en el taller de su primera tienda en Betren.

CONSTRUCCIONES CON EL



CONFORT MODERNO



PERO CONSERVANDO



LO TRADICIONAL

PROMOCIONES EN:



www.habitataran.com

Plaza Coto Marzo, 7 · 25530 VIELHA · 973 64 26 25

Actualidad

Cómo han cambiado las cosas...

Los actuales esquiadores del valle

En los 87 años transcurridos, desde que los primeros aficionados se deslizaban por las laderas de Salardú con los esquís que ellos mismos se fabricaban, el deporte blanco en el valle ha alcanzado el grado de madurez que tiene este deporte en otros países con incluso más tradición blanca.

La variedad de perfiles de esquiador que podemos encontrar actualmente deslizándose pendiente abajo, abarca desde los que se toman el esquí como un hobby o diversión y suben al valle esporádicamente; los asiduos que asisten todos los fines de semana y tienen a sus hijos en alguno de los distintos clubs o escuelas existentes; hasta los que lo han convertido en su profesión, ya sea en la enseñanza o en la competición.

Las distintas modalidades existentes, desde las más convencionales como el slalom, el gigante o el nórdico, hasta las nuevas tendencias como el freestyle, el carving, el freeride o el telemark, permiten elegir la opción más adecuada según el criterio del esquiador.

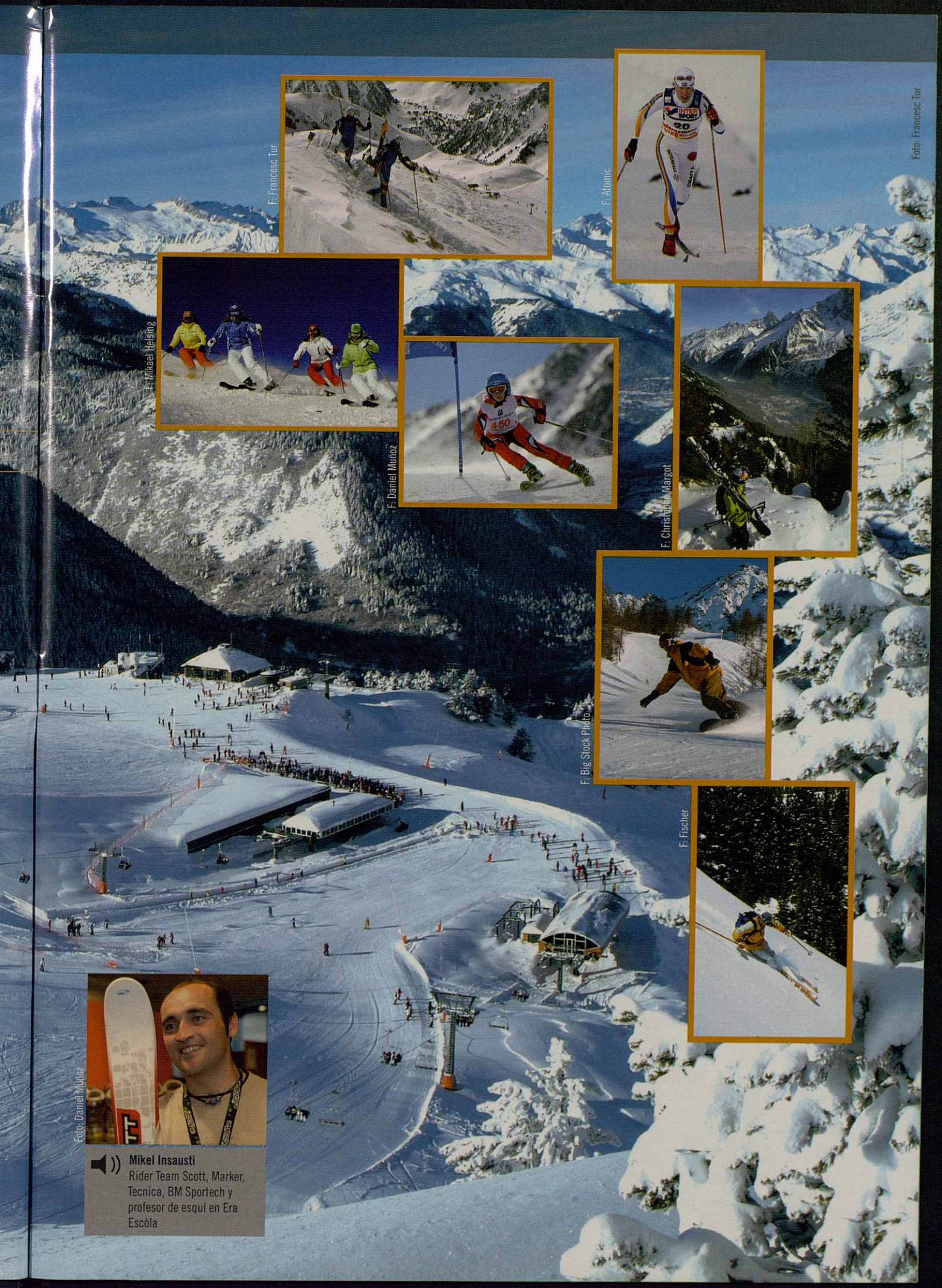
Una de las tendencias con más auge en la actualidad es el freeride. Se trata de una modalidad que busca zonas no marcadas, vertientes peligrosas y lugares vírgenes por los que descender "flotando" sobre la nieve.

"En el Freeride es la montaña quien condiciona el punto de salida y el recorrido, pues hay que fijarse dónde está la mejor nieve, si hay peligro de avalancha, si está helada o si la zona es cóncava, por lo que el esquí sólo estará apoyado por la punta y por la cola. Antes de bajar, debemos visionar

el trazado que vamos a hacer, giros incluidos y tenerlo todo calculado. Lo bueno es haber imaginado antes cómo esquivarás una roca, cómo saltarás otra y cómo las irás empalmando.

Aunque el freeride siempre ha existido, nunca se había podido disfrutar tan al límite como ahora, pues la evolución de los materiales ha favorecido su desarrollo. Es una aventura que emana espectacularidad y belleza, pero requiere materiales, equipamiento y vestimenta específicos: "Hay que llevar una mochila con una pala y arnés, una sonda con palo telescópico y el "arva", que es muy importante para detectar y emitir señales si has sido alcanzado por una avalancha de nieve.

También es importante llevar un walk-talkie. Siempre tienes que ir acompañado a la montaña porque si pasa algo tal vez no te puedan rescatar."



F. Francesc Tur



F. Altonic

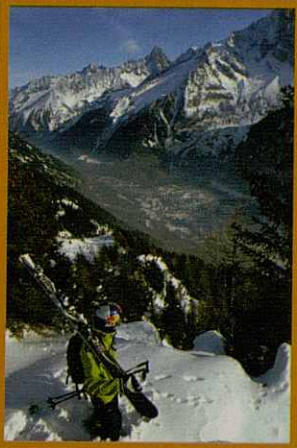
Foto: Francesc Tur



F. Mikael Heising



F. Daniel Muñoz



F. Christòbal Margot



F. Big Stock Photo



F. Fischer



Foto: Daniel Muñoz



Mikel Insausti
Rider Team Scott, Marker,
Técnica, BM Sportech y
profesor de esquí en Era
Escòla



Scott España - PLA-ZA - C Terracina 12 - 50 197 - Zaragoza - Tlf +34 876 269 100 - Fax +34 976 322 453 - scott@bmsporttech.es

WWW.SCOTT-SPORTS.COM



SEB
MICHAUD
SCOTT
SKIS



POWERED BY
MARKER

völkl

CREATING FUTURE LEGENDS.

völkl



www.voelkl.com

Distribuido por BM Sportech S.A. C/Terracina Nº12 PLA-ZA 50.197, Zaragoza.
Tel. 876 269 100 Fax. 976 322 453 Email. volkl@bmsportech.es

años 50



años 60



años 70



años 80



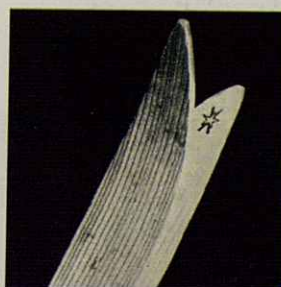
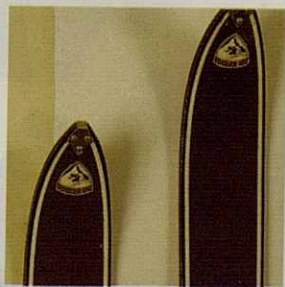
años 40



años 2000



Tal variedad de modalidades de esquí no sería posible sin el avance y diversificación de los materiales. En Copos, a lo largo de nuestra trayectoria profesional hemos podido constatar la gran evolución que ha habido en todas las gamas de artículos.



Distintos ejemplos de cómo han evolucionado los esquís a lo largo de su historia



2000



años 30



años 40



años 50



años 60



años 70



años 80



Hemos comprobado el gran esfuerzo que realizan los fabricantes para encontrar la mejor solución a cada necesidad, diseñando productos funcionales y a la vez con diseños estéticos innovadores adaptados a las tendencias y modas del momento. Desde el equipo básico hasta la ropa, desde las botas hasta los complementos que, por sus excelentes prestaciones, permiten esquiar con más confort, seguridad y rapidez en cualquier tipo de nieve o modalidad técnica.

Pero de nada serviría disponer del mejor equipo si no existiera el lugar adecuado donde disfrutar de la nieve, con gran variedad de pendientes, una excelente preparación diaria de la nieve y unas instalaciones y servicios de primer orden.



años 80

años 90

años 2000



Las instalaciones en la actualidad



Después de una ardua trayectoria, podemos decir que la Estación de Esquí Baqueira-Beret es una de las mejores instalaciones de España y un ejemplo de buena gestión. A diferencia de algunos casos en Europa, donde las estaciones son estatales y deficientes, ésta se ha desarrollado bajo el criterio americano de que lo que no es rentable acaba muriendo y la prueba está en que Baqueira-Beret ha conseguido rentabilizar la explotación de los remontes y autofinanciar su crecimiento. Atrás quedan 44 años de esfuerzos, de expectativas cumplidas y desengaños, de momentos satisfactorios y otros decepcionantes. Un duro camino a recorrer que sólo un equipo de personas preparadas podía conseguir superar.



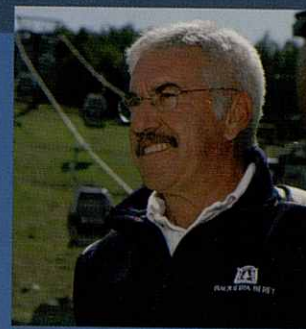
D. Manuel Fraga, entonces Ministro de Información y Turismo, visitó las nuevas instalaciones del telesquí "Els Miradors" acompañado por los Sres. Jordana de Pozas, Arias y Villavechia, en verano del 77.



Fotos: Tonho Porras



Telesilla II, "Pla de Baqueira", inaugurado el 17 de Diciembre de 1965. En los tíquets de la derecha podemos observar los precios del momento.



Aureli Bisbe
Director General de la Estación Baqueira-Beret desde 1985, después de ser durante dos años el Director de Montaña.



“Después del primer aniversario de la Estación, las dificultades económicas eran enormes. Los directivos de entonces, a través del Sr. Jesús Serra Santamans, tuvieron el acierto de involucrar en la sociedad a Catalana de Occidente. Este hecho fue trascendental para mejorar la gestión empresarial de la estación y reforzarla económicamente.

Otra de las decisiones que mejoró los ingresos de la estación, aunque inicialmente parecía arriesgada, fue la implantación del forfait: el primer año de ofrecerlo doblamos la facturación.”

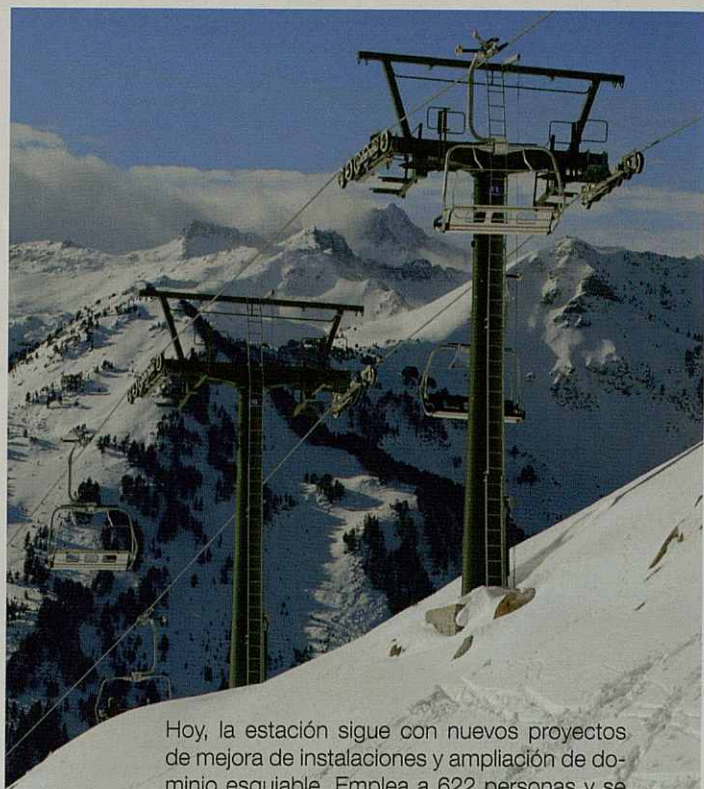
“Una de las mejores decisiones tomadas fue la ampliación hacia Beret. Y uno de los peores recuerdos que tengo es la temporada 89/90. No abrimos hasta el mes de febrero por falta de nieve. Fue un desastre: no teníamos aún cañones de nieve.”

“Este hecho motivó la mayor inversión realizada hasta la fecha: 100.000 millones de pesetas entre la producción de nieve artificial y la construcción del telesilla Miradors. Quedamos prácticamente en quiebra pero Catalana Occidente amplió capital y salvó la economía de la empresa.”

Inaugurado en la temporada pasada, el telecabina es todo un símbolo de la vocación de mejora de la Estación y a la vez de su favorable evolución.



Fotos: Francisco Tur



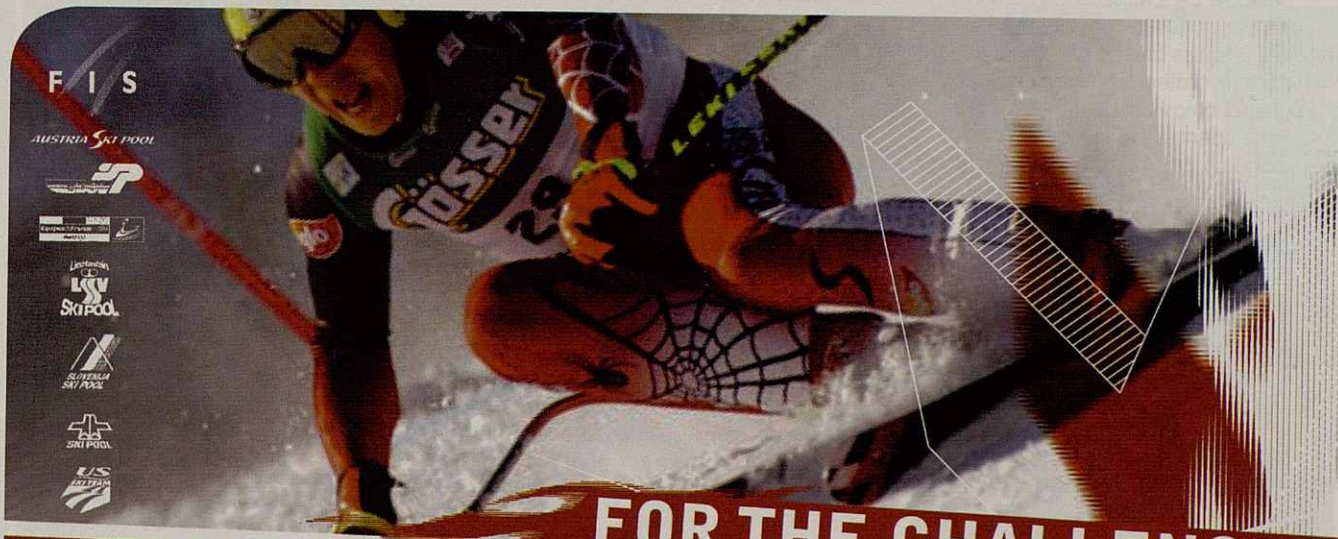
Hoy, la estación sigue con nuevos proyectos de mejora de instalaciones y ampliación de dominio esquiable. Emplea a 622 personas y se compone de:

- 104 km. de pistas balizadas.
- 72 pistas: 3 verdes, 38 azules, 25 rojas y 6 negras.
- 7 km de circuito de esquí nórdico.
- 1 Stadium de Slalom
- 30 Remontes: 1 telecabina (9 plazas)
20 telesillas (2x6, 6x4, 7x3 y 5x2),
5 telesquíes (3 telesquíes y 1 telesquí biplaza)
1 telearrastre y 4 cintas transportadoras.

Foto: Daniel Muñoz



- Total: 49.262 personas/hora.
- Cota máxima: 2.510 m
- Cota mínima: 1.500 m
- Desnivel: 1.010 m
- Área esquiable: 1.922 Ha
- 537 cañones de producción de nieve
- Proyectos de futuro como la ampliación hacia La Bonaigua, doblar el acceso a Beret y poner un telesilla hasta el Saumet.



F I S

AUSTRIA SKI POOL



UETEMEN
OF
LGV
SKI POOL



FOR THE CHALLENGE

X-CALIBUR GIANT SLALOM



BLIND COPY

CORE EX EUISL UTE TE TIONULPUTE VERCIDUI TE
MODIPISISI ET NIT UT ATE ET, QUIPSUSTO CONSE-
QUATIE MAGNIM VULPUTPAT VER SI ET DUNT.

LA AMCONUL LAORERO CONULPUTET, VELIS NOSTO EA AD TATISCI LLUP-
TAT PRAESTO ODOLOBORE TET, VOLOREM NIM IURE VENDIONSED TATEM
ALIS ALIS AMCONSED EL UTAT DOLENT NIM IURE VENIM VULLUTAT. IURE
UT NIM ACILLUTAT.



reusch®

www.reusch.com

Los servicios en la actualidad

Restaurantes



Actualmente existen muchas tendencias gastronómicas en el Valle de Arán desarrolladas por los más de 240 establecimientos (unos 15.000 asientos) que se reservan su toque personal para atraer a los comensales.

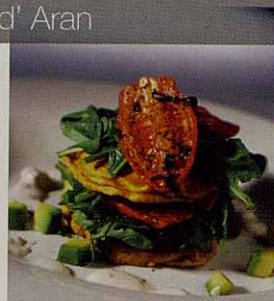
Tal vez la Ôlha Aranesa sea una de las pocas reliquias que no han cambiado gracias al mimo y protección que le han dedicado los gastrónomos del Valle.

Pero además de la cocina clásica, van tomando fuerza otros estilos, como son la cocina de autor y el "picoteo":

"La cocina de autor consiste en trabajar los productos que más fácilmente podemos encontrar en el valle y desarrollar unos platos y acabados para preparar cartas y menús propios y diferenciados.

Por otra parte, cada vez está tomando más fuerza la 'comida rápida' pero de calidad: el típico tapeo o picoteo de tostadita con el que no sólo se pica sino que se acaba cenando.

El público que nos visita se renueva cada diez años así que, para saber qué es lo que les gusta, de vez en cuando visitamos sus ciudades de origen para observar las tendencias que les satisfacen y las adoptamos en parte para que no encuentren un servicio anticuado cuando vengan a nuestra casa, tanto a nivel de presentación, como de preparación, etc. Éste es un esfuerzo que desde Canejan hasta el Naut Aran se ha tomado muy en serio."

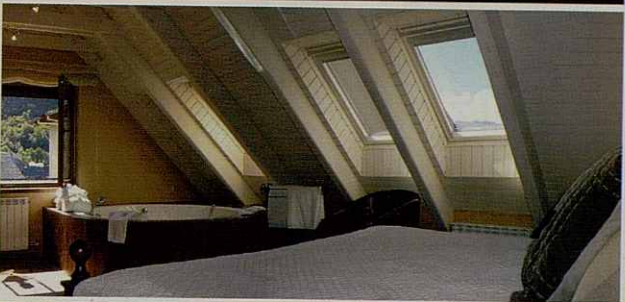
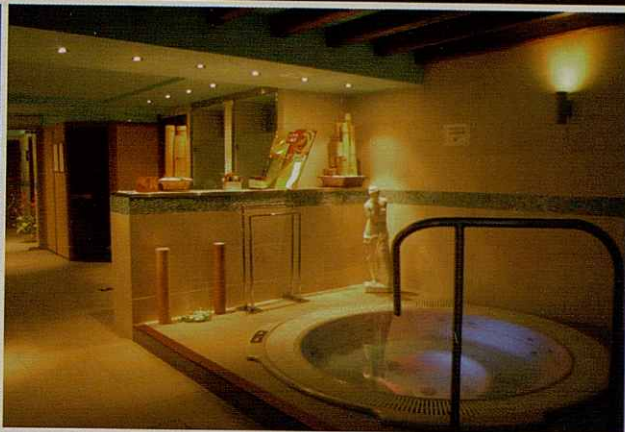


Fotos: Big Stock Photo



"Visitamos las ciudades de origen del público para observar las tendencias que les satisfacen"

Fotos: Daniel Muñoz



Hotel - Spa Casa Irene
Restaurant Casa Irene
Es Bòrdes dera Artiga



Fotografía



))) Mikael Helsing
Fotógrafo

Fotos: Mikael Helsing

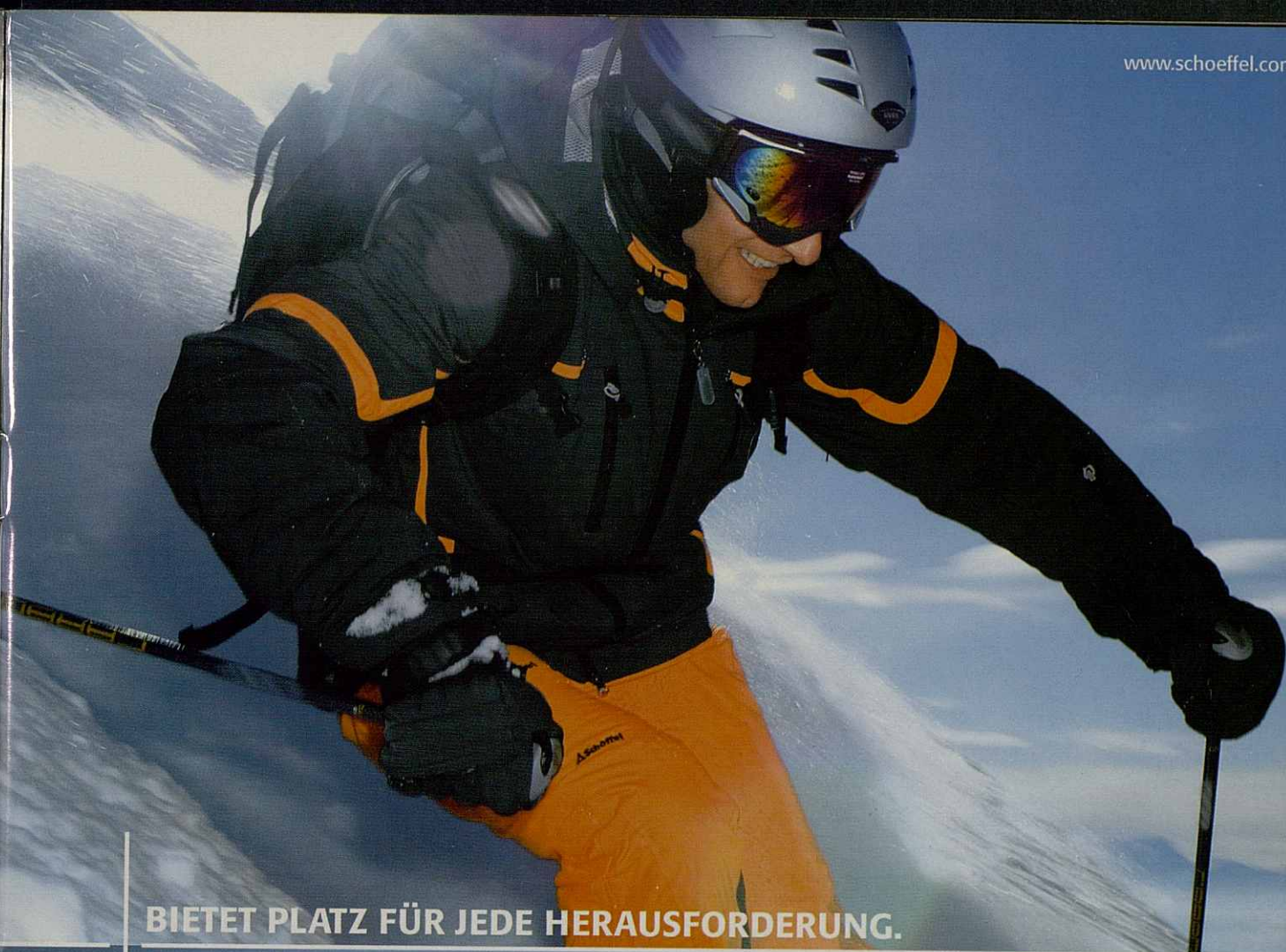


Las posibilidades que ofrece la estación de esquí de Baqueira-Beret y su entorno atraen a fotógrafos de reconocido prestigio que vienen a realizar sus reportajes anuales de situaciones espectaculares que servirán de promoción publicitaria a marcas de material de esquí y complementos o para ilustrar las revistas especializadas.

Mikael Helsing trabaja la fotografía en la nieve desde 1984. Entre sus clientes más destacados del mundo blanco se encuentra Descente, Norrona, Santoyo, Elan, Bollé, revistas de esquí y de viajes, tanto nacionales como internacionales, además de Baqueira-Beret desde hace casi 20 años.

“Cuando un cliente está preparando su colección de ropa para la siguiente temporada, organizo una sesión fotográfica de esquí para sus catálogos/posters/anuncios... de difusión internacional.

Cuando las condiciones climatológicas y el estado de la nieve es el adecuado, un equipo de 10 personas trabaja durante casi una semana para conseguir las imágenes de acción que buscamos de los diferentes diseños de la marca. Seis o siete modelos con muy buen nivel de esquí, una o dos personas para ayudar con todo lo que sea necesario y un representante de la marca para supervisar que las imágenes que generamos siguen la línea estética de la marca.”

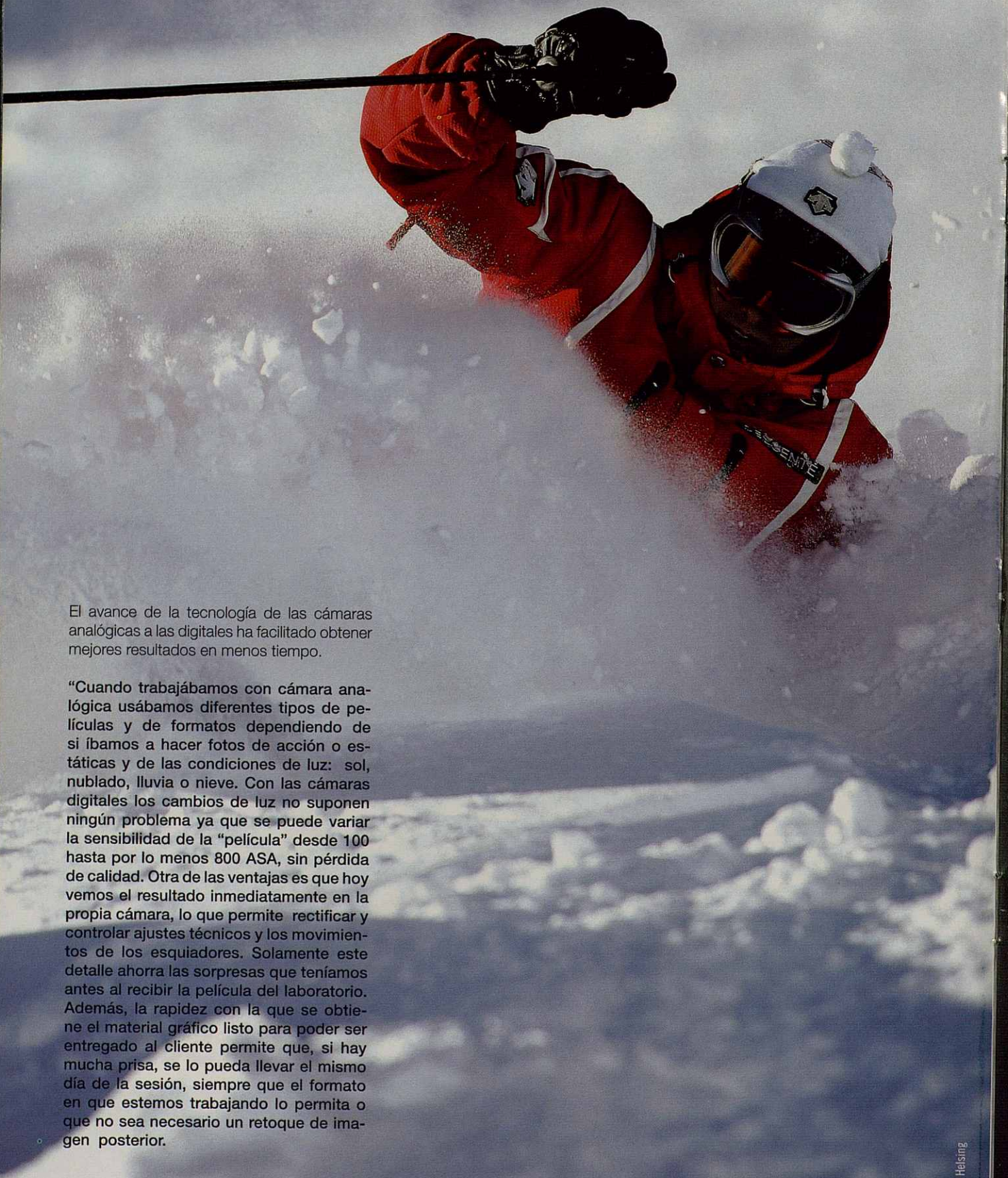


BIETET PLATZ FÜR JEDE HERAUSFORDERUNG.
UND LÄSST ALLE FREIHEITEN.

„Explosive M“ aus
Venturi® Stretch
Material.



 **Schöffel**



El avance de la tecnología de las cámaras analógicas a las digitales ha facilitado obtener mejores resultados en menos tiempo.

“Cuando trabajábamos con cámara analógica usábamos diferentes tipos de películas y de formatos dependiendo de si íbamos a hacer fotos de acción o estáticas y de las condiciones de luz: sol, nublado, lluvia o nieve. Con las cámaras digitales los cambios de luz no suponen ningún problema ya que se puede variar la sensibilidad de la “película” desde 100 hasta por lo menos 800 ASA, sin pérdida de calidad. Otra de las ventajas es que hoy vemos el resultado inmediatamente en la propia cámara, lo que permite rectificar y controlar ajustes técnicos y los movimientos de los esquiadores. Solamente este detalle ahorra las sorpresas que teníamos antes al recibir la película del laboratorio. Además, la rapidez con la que se obtiene el material gráfico listo para poder ser entregado al cliente permite que, si hay mucha prisa, se lo pueda llevar el mismo día de la sesión, siempre que el formato en que estemos trabajando lo permita o que no sea necesario un retoque de imagen posterior.



A pesar del avance tecnológico, fotografiar en la nieve sigue siendo en la actualidad una actividad que alberga unas particularidades muy específicas: la gran luminosidad de la nieve, que la convierte en un reflector natural; la humedad y el frío del medio; el movimiento del sujeto a fotografiar; la necesidad de saber desplazarse por la nieve con todo el equipo material y humano; la dependencia de las condiciones meteorológicas y del estado de la nieve...

Más imágenes y trabajos de Mikael Helsing en: www.helsingoutdoorimages.com

| copos | loguèr |

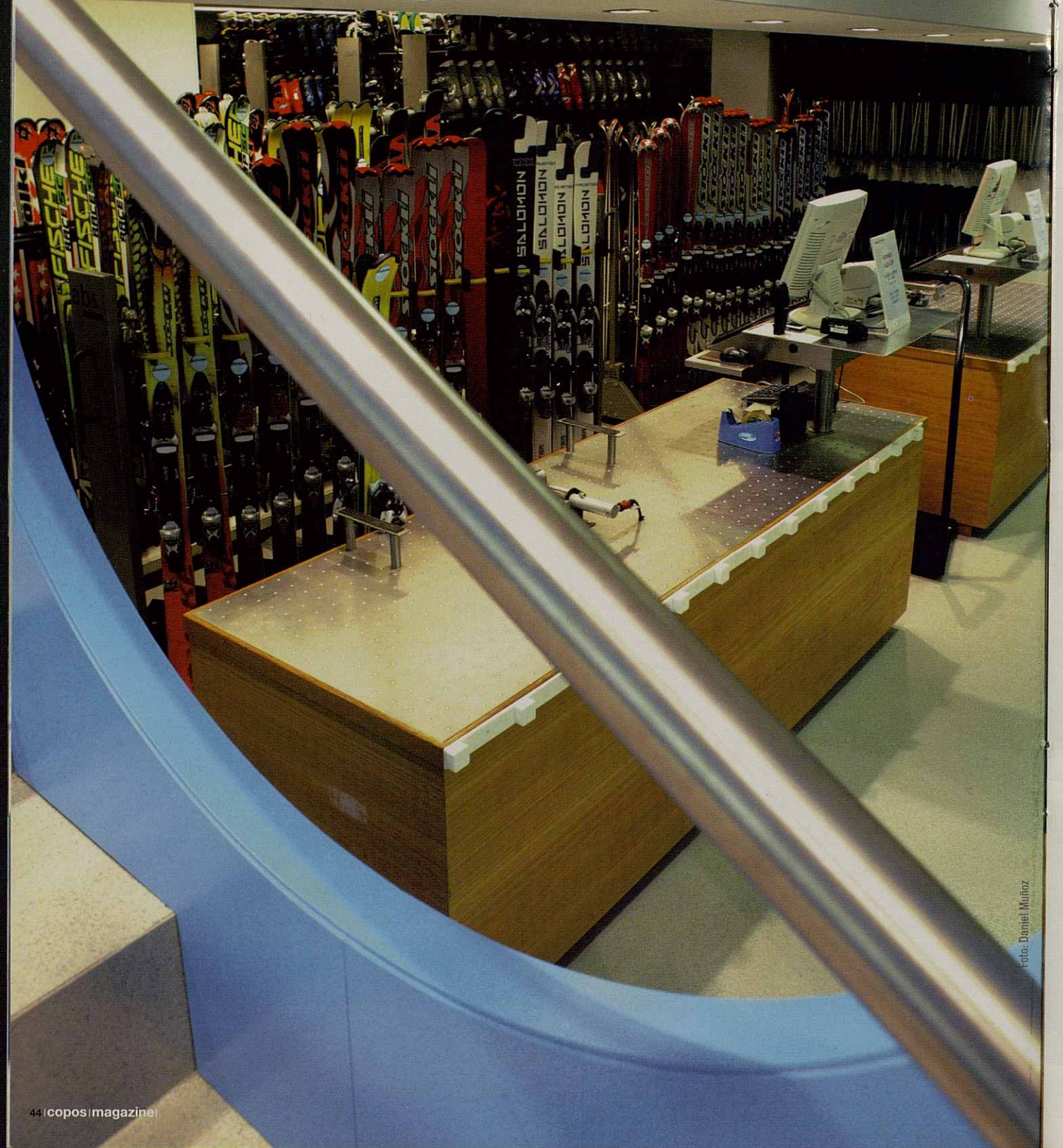
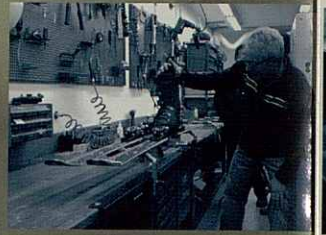


Foto: Daniel Muñoz



“Tenemos la suerte de haber hecho de nuestra afición nuestro trabajo”

|ainhoa|copos|skiclub|



Tiendas especializadas

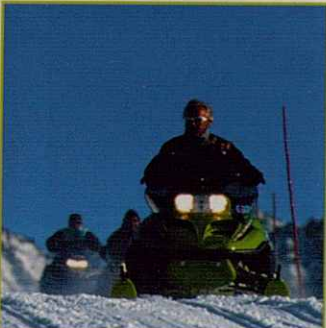
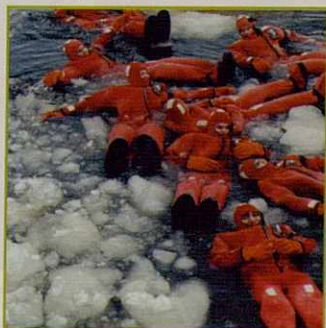
Desde aquel invierno del 77 que inauguramos nuestra primera tienda hasta ahora, no hemos dejado de avanzar, de arriesgar y de aprender. No olvidaremos la fatídica temporada del 89-90, ni nosotros ni el resto de personas que vivíamos de la nieve. Pero podemos decir algo y es que tenemos la suerte de haber hecho de nuestra afición nuestro trabajo. Esto nos permite celebrar no sólo 30 años de experiencia y de asesoramiento, de trato con proveedores cuyos productos han evolucionado a un ritmo de vértigo, de innovación en los medios técnicos necesarios para dar el mejor servicio... sino también 30 años de amigos delante y detrás del mostrador, dentro y fuera de las pistas, de colaboración, de confianza y de agradecimiento.

En estos 30 años, Copos ha crecido en espacio, material y servicios. En la actualidad cuenta con tres tiendas: material Betren, ropa Betren y Baqueira 1500; un taller especializado: el Boot Lab; un robot modular: el Montana y ahora estrenamos el Robot Discovery de Wintersteiger y un nuevo servicio de venta, alquiler y reparación de bicicletas fuera de la temporada de invierno. También estamos orgullosos de poder celebrar el primer aniversario de Ainhoa Copos Skiclub, Copos Events y Copos Magazine.

|copos|skicenter|



|copos|events|



|copos|
|magazine|

Empieza una nueva temporada con más copos que nunca

skicenter | skiclub | events | magazine |

Unidos por una misma afición, unidos por copos. Porque para nosotros la nieve es pasión.

|copos|magazine|

copos 30 ans!
1976-2006



3^{<ans!} | copos |



Berta



Maria

En todo este tiempo, hemos sido capaces de seguir la filosofía original de profesionalidad, técnica, exclusividad, innovación y asesoramiento personal.

Desde luego, debemos subrayar que el éxito ha sido en gran parte gracias al equipo humano que ha dado vida a Copos. Por este motivo, desde aquí queremos hacer un agradecimiento muy cordial a todos y cada uno de ellos por su entrega, su aportación y su entusiasmo.



Elisabeth



Quim



Albert



Mamen



Elena



Jou



Txema



Paola



German



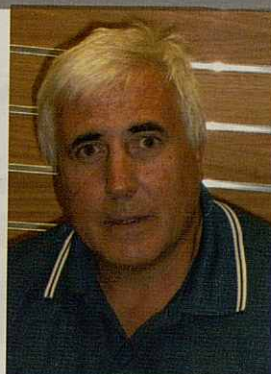
Mikel



Lema



Elena



Pascual



Secundino



Marta Sala

skicenter



Sònia Sala



Beatriz



Teresa



Aitor



Carlos "Vili"



Mª Àngels



Laura



Pablo



Marta Castet



Ramon



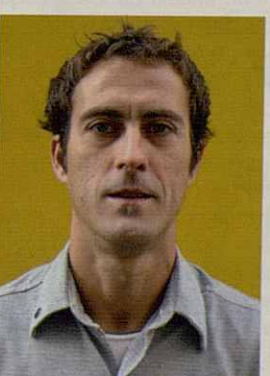
Jose



Juanjo "Osea"



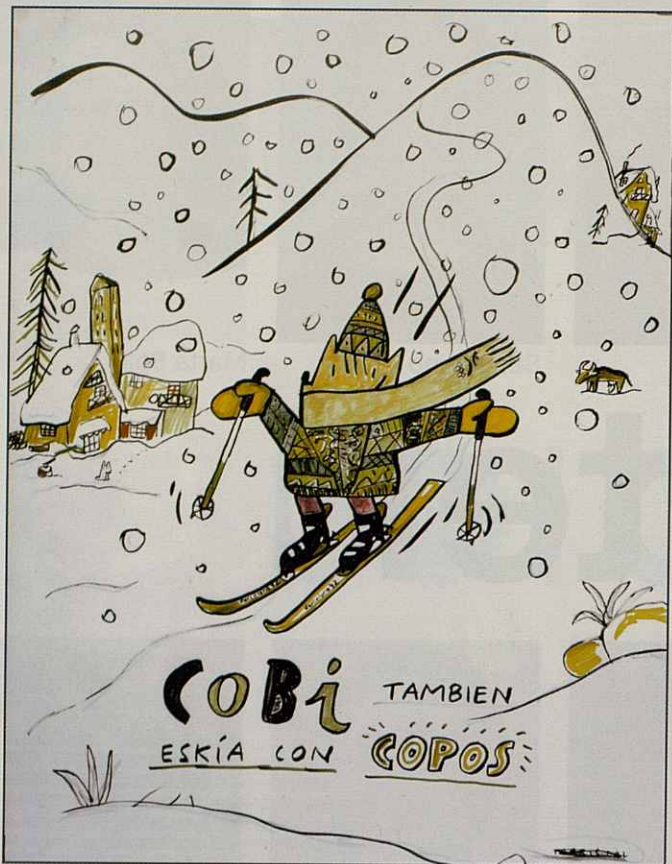
Toni



Juanrra



Alex



Después de tantos años ofreciendo un servicio al público, muchos clientes acaban convirtiéndose en amigos.

COPOS | SKI

Conclusión

La celebración de nuestro 30 aniversario nos ha hecho recordar los inicios y constatar que todos formamos parte de la historia del esquí en la Val d'Aran.

Creemos que la apuesta por el esquí en la Val d'Aran fue una tarea y un anhelo de los araneses en general. No estaba garantizado de que fuera a salir bien, sólo sabíamos que teníamos que intentarlo. Tal vez tuvimos buen olfato o tal vez fuimos unos inconscientes con suerte. Lo que sí es cierto es que estábamos abriéndonos camino en un campo nuevo, inexplorado y, desde luego, no habríamos podido superar las dificultades si no nos hubiera empujado una fuerte motivación personal. Unas veces la iniciativa llevó al éxito, como la Estación de Baqueira-Beret, y otras al fracaso, como Era Túca. Pero no ha faltado corazón en cada paso. La iniciativa y constancia de no sólo los amigos que nos han

contado cómo empezaron con sus actividades, sino de una multitud de personas que han sido emprendedores y entusiastas como ellos, han hecho posible que, hoy, podamos constatar también "cómo han cambiado las cosas" al ver toda la oferta relacionada con el esquí que el Valle nos ofrece.

Todos nosotros sabemos la importancia que ha tenido el no rendirse pero también el apoyo de nuestras familias, de nuestros amigos, de nuestros colaboradores y de nuestros clientes, que con su inquebrantable afición y asiduidad nos han visitado reiteradamente y han nutrido el valle convirtiéndolo en un lugar próspero ansioso por recibir grandes nevadas.

A todos, feliz cumpleaños.

1919 1920 1921 1922 1923 1924 1925 1926 1927 1928 1929 1930 1931 1932 1933 1934 1935 1936 1937 1938 1939
1940 1941 1942 1943 1944 1945 1946 1947 1948 1949 1950 1951 1952 1953 1954 1955 1956 1957 1958 1959 1960
1961 1962 1963 1964 1965 1966 1967 1968 1969 1970 1971 1972 1973 1974 1975 1976 1977 1978 1979 1980 1981
1982 1983 1984 1985 1986 1987 1988 1989 1990 1991 1992 1993 1994 1995 1996 1997 1998 1999 2000 2001 2002 2003
2004 2005 2006

copos

3 ans!

1976 2006





ALEIX VIDAL CENTRO MÉDICO BAQUEIRA



Del esquí convencional)) al **carving**

SUS LESIONES (2a parte)

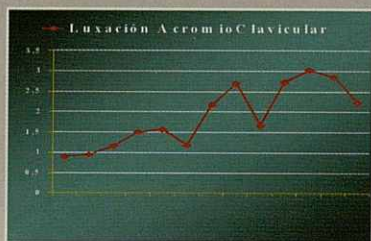
En nuestro centro médico venimos recopilando desde la temporada 92-93 más de 30.000 registros. La dilatada experiencia nos permite poder mostrar cómo poco a poco van evolucionando algunos tipos de lesiones y su relación con la evolución de la especialidad deportiva.

El gráfico inferior nos muestra cómo a través de los años las lesiones del esquí convencional han sido sustituidas por las lesiones con esquís con diseño carving.

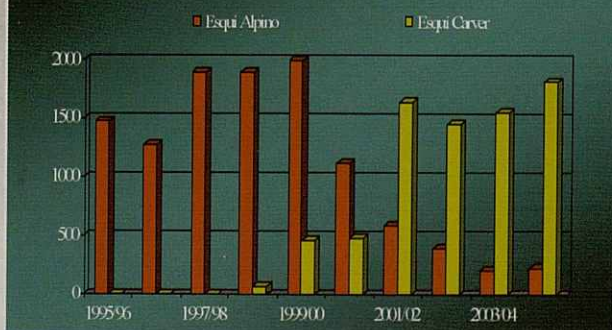
Cuando se realiza un giro con un esquí carving los movimientos suelen ser más suaves debido a que la acción del giro se realiza con menor fuerza. Podríamos decir que la fatiga se reduce y se gana confianza. La inclinación de las rodillas hacia adentro es menor y por lo tanto la presión sobre el canto también es menor. Sin embargo, la necesidad de girar inclinando el cuerpo y el hecho de haber elevado el centro de gravedad de las rodillas puede convertirse en un inesperado efecto lesionador tanto para los ligamentos de la rodilla como para las extremidades superiores. En los estudios realizados en nuestro Centro hemos constatado un aumento de lesiones alrededor del hombro. Cuando analizamos el grupo de lesionados con esquís carving y lo comparamos con en el grupo de esquís convencionales observamos que están aumentando de manera considerable las lesiones en la cabeza del húmero y sobre todo en la zona acromio-clavicular (o sea a nivel del hombro).

Este cambio de localización o traslación de lesiones hacia las extremidades superiores probablemente tenga una relación directa con el aumento de la velocidad durante el descenso. Como consecuencia de este efecto, las rodillas sufren menos torsión en la nieve y por contra las contusiones directas sobre los hombros o las muñecas son más comunes.

Nos queda por último destacar que con los nuevos diseños carving encontramos menos lesiones de las que podíamos esperar en esquiadores debutantes o iniciados. Este fenómeno podría deberse a la mayor facilidad para girar y la consecuente menor fuerza de torsión sobre las rodillas, evitando así la lesión sobre los ligamentos laterales en la rodilla y las fracturas de tibia, tan representativos de las lesiones en el esquí convencional.



Centro Médico Baqueira-Beret. Temporadas 1996 a 2005



El gráfico de la derecha nos muestra cómo a través de los años las lesiones del esquí convencional han sido sustituidas por lesiones con esquís de carving

eira

style hotel



Baqueira Beret - Tanau

Un hotel que te sorprenderá

Eira Style Hotel te invita a "desconectar",
explorar todas las sensaciones
que Baqueira-Beret te ofrece.
Descubre este exclusivo refugio.
Un sueño para todo esquiador.



LOCALIZACIÓN:

Situado en Baqueira-Tanau 1.700, a pie de pistas
(el más próximo al telesilla de toda la estación).

HOTEL:

Inauguración reciente
Junior suite con dos baños, reproductor CD-DVD, pantalla plasma
Wi-Fi en todas las instalaciones
Atención personalizada
Desayunos a la carta
Garaje
Spa concertado
Gestión de tiempo libre

Tel. 973 645 446

www.eirahotel.com

informacion@eirahotel.com

EL PRIMER CALCETÍN LARGO DE **COMPRESIÓN GRADUAL** DE ALTO RENDIMIENTO



medilast sport

Calcetín Oficial del Equipo Nacional de Esquí

www.medilast-sport.com

Strolz



En nuestra visita a Lech de este año, Hannes Strolz tuvo la amabilidad de mostrarnos su entrañable museo y contarnos la historia de su familia: tres generaciones de artesanía tradicional e innovación técnica para crear unas botas de esquí únicas en el mundo por solucionar cualquier problema de pies.

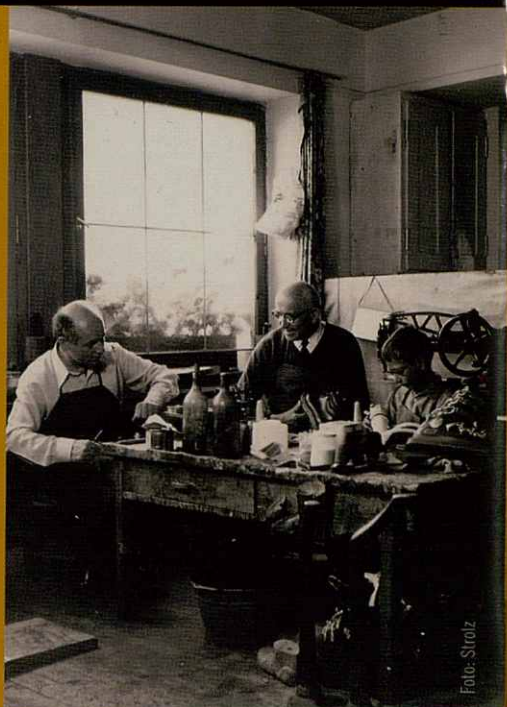


Foto: Strolz

De izquierda a derecha: Martin, Ambros y Hannes Strolz: tres generaciones dedicadas al diseño y fabricación de botas de esquí. Abajo izquierda: Hannes Strolz nos mostró el museo de su familia en Lech.



Fotos: Daniel Muñoz



TRES GENERACIONES DE STROLZ

Cuando Ambros Strolz abrió una tienda artesanal de zapatos en Lech, Austria, en 1921 y fabricó sus primeras botas de esquí no podía imaginarse el éxito que han alcanzado sus botas después de casi ocho décadas. Este modesto principio estableció la pauta a seguir, que actualmente es sinónimo de la marca Strolz: ofrecer calidad a través de la innovación.

El hijo de Ambros, Martin, continuó con la tarea que su padre inició sin dejar de lado su exitosa faceta como miembro del Equipo Nacional de Esquí Alpino Austríaco. Entre sus abundantes éxitos, conviene destacar la medalla de plata en el descenso de los campeonatos FIS en Are, Suecia en 1954.

El prolífico éxito que tuvo Martin Strolz como corredor de élite sirvió para convencer al mundo de la competición del esquí acerca de la calidad de las botas Strolz. Durante 25 años Strolz fue el proveedor tanto del equipo nacional austríaco como otros equipos de diferentes países. Cuando Martin concluyó con su carrera como esquiador, cursó en Austria los estrictos estudios para conseguir el Master especializado en Ortopedia y posteriormente asumió la gerencia de la producción de botas de esquí Strolz. La combinación de Strolz de artesanía tradicional, innovación, calidad ortopédica y una experiencia profunda en el esquí de competición dan como resultado una bota de esquí de renombre en todo el mundo.

Cuando la primera bota moldeada en plástico salió al mercado a finales de los años sesenta pocos fabricantes de botas de esquí

de piel fueron capaces de adaptarse hacia la nueva tecnología y material. Sin embargo, Strolz, captó el potencial y aceptó de buen grado el reto, e introdujo en 1969 la primera carcasa de plástico. La tecnología aplicada a la fabricación de botas continuó desarrollándose rápidamente y poco tiempo después apareció un nuevo tipo de botín: el sistema de inyección con foam. Este sistema se utilizó a nivel mundial pero fue verdaderamente perfeccionado por Strolz.

Al igual que su padre y su abuelo, Hannes Strolz estudió y llegó a dominar las aptitudes para la fabricación ortopédica de botas y posteriormente cursó cuatro años de estudios en la universidad de Munich. Tras finalizar sus estudios universitarios, Hannes se incorporó en la gerencia del negocio familiar y, desde 1990, es el gerente general y principal diseñador. Bajo su dirección, Strolz ha desarrollado una bota de función dual y una bota de snowboard recientemente introducida.

LAS BOTAS DE STROLZ HOY EN DÍA

Una bota de esquí Strolz es un producto superior, a un precio razonable, verdaderamente apreciado por el esquiador que busca control y comodidad. En otras palabras, un producto de valor. Se trata de una bota que combina prestaciones con confort, innovación técnica con un diseño limpio y que se acopla perfectamente a los pies. A lo largo de los años, Strolz ha fijado la pauta para satisfacer las demandas de los esquiadores más exigentes.

Strolz es control y comodidad para el esquiador.



La aparición de las bolsas calefactables que se conectan directamente a la red (220V) o a la toma eléctrica del vehículo (12V) evitan los típicos problemas de calzarse las botas cuando están frías.

Las botas Strolz son botas a medida que se adaptan a todo tipo de pie por problemático que sea. Utilizando el propio pie del esquiador como molde se inyecta "foam" para conseguir una bota personalizada, con sujeción y sin dolores.



skis, botas y botas a medida, skiservice, skirental, skiwear y mucho más en...

| copos | skicenter |

Pedro Echenique

el físico del esquí

Por José Manuel Monge
Fotos: Colección Echenique



PEDRO MIGUEL ECHENIQUE

Licenciado en Ciencias Físicas por la Universidad de Navarra (1972) y doctor en Ciencias Físicas por la Universidad de Cambridge (1976) y por la Autónoma de Barcelona (1977). Es el Presidente de la Fundación Donostia International Physics Center desde 1999. Hoy día es miembro del Consejo Rector CSIC desde 2001 y Catedrático de Física de la Materia Condensada en la UPV/EHU desde 1986. Atrás queda un extenso currículum tanto en actividad profesional como en distinciones, entre las que destacan el Max Planck de Física (1998), único español que ha recibido dicho galardón, el Príncipe de Asturias de Investigación Científico Técnica (1998) o el Premio Euskadi de Investigación (1996).

Pedro Miguel Echenique ha pronunciado conferencias en más de un centenar de congresos internacionales. Ha impartido seminarios en numerosos centros internacionales de todo el mundo. Ha dirigido 24 tesis doctorales y publicado más de 300 trabajos en libros y revistas especializadas.

Con motivo del 30 aniversario de Copos, nos ha parecido apropiado dedicar este espacio a un científico de prestigio internacional que desde hace 30 años viene al Valle a esquiar y con quien tenemos una cordial relación. Aunque es bien conocido en el País Vasco, donde fue Consejero de Educación y Cultura y portavoz del Gobierno, suele pasar desapercibido fuera del ámbito profesional. Si el deporte nacional fuera la ciencia y el conocimiento, su nombre gozaría de más popularidad que Ronaldinho.

Pedro Miguel Echenique es un hombre al que vale la pena conocer. Por eso nos hemos desplazado hasta San Sebastián para entrevistarle y recordar un poco su trayectoria. Escucharle, como siempre, es todo un privilegio.

¿Cómo empezó su afición por el esquí?

Yo he esquiado desde muy niño. Nací en Isaba, en el valle del Roncal y recuerdo que ya subíamos a las montañas al salir de la escuela para ir a pisar la nieve. De hecho, yo estaba cuando Luís Arias tuvo el fatal accidente. Murió en el rincón de Belagua, acompañado de Diego Mina. Mi padre era entonces el médico del valle.

¿Por qué decidió venir al Valle de Arán?

Todo empezó durante el curso fin de carrera, en el paso del Ecuador. Hicimos unas jornadas en Formigal donde coincidimos con un grupo catalán con el que hicimos grandes amigos y nos invitaron a Baqueira. Luego, antes de ir a Cambridge, estuve estudiando un año en Barcelona y el valle me quedaba entonces más cerca. Siempre ha sido un sitio entrañable para mí. De las 4 semanas al año que esquío, paso dos en Arán, una en San Anton y una en Dolomitas.

¿Qué tal se le da el esquí?

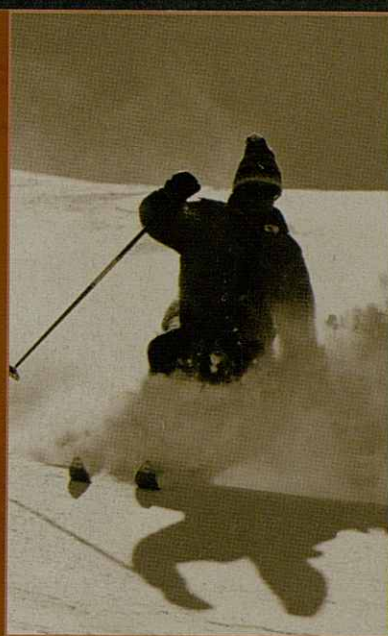
Bueno, eso lo tienes que decir tú... (se ríe). Yo creo que bien, sobre todo me gusta el esquí fuera pista, aunque ahora en Baqueira hay tanta gente que esquía bien que pronto lo pisan todo, si no madrugas te quedas sin nieve virgen.

¿Es el esquí una válvula de escape para desconectar de su actividad científica?

No, no. Desconecto fácilmente de mi trabajo. Soy un hombre muy obsesivo, cuando tengo un problema o una idea importante en la cabeza no puedo desconectar, estoy las 24 horas pensando en ello. Pero como ideas de esas tengo pocas... (se ríe de nuevo). Lo que pasa es que a mi mujer y a mí nos gusta mucho esquiar y lo que trae consigo: los amigos, el ambiente, la oferta del valle, los atardeceres en marzo, la butifarra, la gente amable...

¿Alguna vez se ha planteado reflexionar sobre la nieve no para esquiar sino como objeto de investigación dentro de la disciplina de la Física de la Materia Condensada?

La nieve no, ¡pero el agua...! Cómo se coloca el agua encima de las superficies es uno de los temas más difíciles, más importantes y más complejos de la Física de la Materia Condensada. No se sabe aún cómo se coloca una molécula de agua sobre una superficie de rutenio. Nuestra ignorancia es inmensa. El problema también del deslizamiento: cuál es el mecanismo físico de la fricción de un esquí sobre el agua, o de los patines sobre el hielo, en la fase de transición: ¿se forma una película líquida? Me refiero a escala microscópica, a escala atómica. Es muy complejo.



Echenique en Baqueira, en 1979.



Izquierda: 7ª Junta de Patronato en la Fundación DIPC el 12 de Diciembre de 2001 con la presencia del Lehendakari Juan José Ibarretxe. Derecha: Acto de entrega del Premio Príncipe de Asturias de Investigación científica y técnica otorgado a Pedro Echenique en 1998.



Inauguración de la Fundación DIPC en Abril de 2000. Pedro Miguel posa junto al Nobel de Física en 1986, el Profesor Heinrich Rohrer.

Su disciplina estudia el comportamiento de las partículas que componen los cuerpos sólidos y su interacción con haces de partículas cargadas externas. ¿Qué experimentos podría hacer con una muestra de nieve en su laboratorio?

De todo: ver cuál es la estructura microscópica, por qué tiene estructura hexagonal, cuál es el enlace del puente de hidrógeno... La nieve se gobierna a esa escala, como el ADN, por las leyes de la mecánica cuántica. Después de todo, la nieve tampoco tiene átomos tan complejos. Pero aun así, el agua sí es de los materiales más fascinantes de la naturaleza. Si no, mira el espectro de absorción del agua a la radiación electromagnética... es espectacular. Hay unas zonas de longitudes de onda en que las cosas son diferentes por billones de veces de otras que están cercanas. El agua es una de las cosas más perfectas de la naturaleza.

¿Cree que el esquí, que requiere seguridad en uno mismo, auto-control, valoración del riesgo... puede ser de utilidad para las personas en su vida cotidiana, más allá de las pistas?

Esquiar exige, como casi todo en la vida, una adecuación entre las capacidades y los objetivos. Yo suelo decir que la felicidad consiste en una adecuación entre las aspiraciones que uno pueda tener con las posesiones (habilidades, ej. posesión intelectual). Por ejemplo,

“Esquiar exige, como casi todo en la vida, una adecuación entre las capacidades y los objetivos. Yo suelo decir que la felicidad consiste en una adecuación entre las aspiraciones que uno pueda tener con las posesiones (habilidades, posesión intelectual).”

si uno lleva un año esquiando no puede pretender bajar con hielo por Escornacabras.

El ser capaz de conocer tus limitaciones es esencial. De hecho, muchos de los que han fracasado han hecho una evaluación incorrecta. En casi todos los aspectos de la vida es así, pero claro, la diferencia está en que si uno comete un error andando, se tuerce un tobillo; si lo comete esquiando se parte la pierna y si comete un error de valoración en la escalada, se mata. El auto control enseña en casi todas las cosas. Sí, el esquí es bueno pero sin sacralizar ni idolatrar. Es una actividad más que tiene un riesgo alto y exige un control personal alto.

Abierto, lúcido y con gran sentido del humor, Pedro Miguel Echenique sigue con nuevos planes de futuro en el campo de la investigación y la divulgación. Nos menciona con ilusión que va a ser Presidente del Comité Científico del Centro Internacional de Ciencias Pedro Pascual en Benasque, en honor al catedrático de Barcelona, a quien tiene en gran estima. Pero, dentro de su agenda anual, siguen reservadas sus cuatro semanas de esquí.

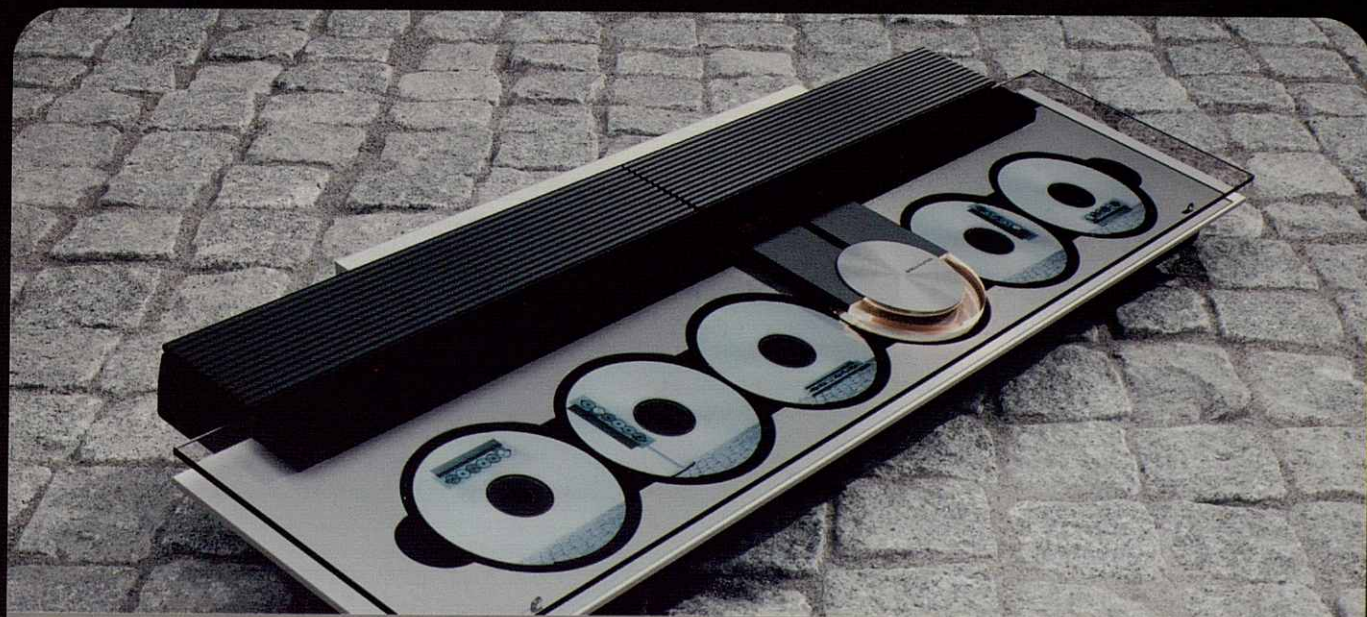


Echenique saluda al Príncipe de Asturias en Pamplona, el 6 de Noviembre de 2001.

DISFRUTA CON

LEKI

MANUFACTURAS
DEPORTIVAS VIPER S.A.
www.viper-sport.com



Vive el espectáculo

BANG & OLUFSEN

BeoLink

Venta y Servicio Técnico Lleida - Vall d'Aran
Tel. (+34) 973 23 74 27 / (+34) 669 64 74 76

Show-room Copos Betrén Apartamentos Elurra (Betrén)

**B
&
O**

¿Puedo esquiar con asma?

El asma bronquial es una enfermedad respiratoria que provoca episodios de ahogo, pitos en el pecho, tos u opresión torácica cuando el paciente se expone a algunos alérgenos como el polen, el epitelio del gato, los ácaros del polvo, la polución atmosférica, el tabaco o cuando se realiza una actividad física más o menos intensa. El tratamiento de la enfermedad consiste en fármacos inhalados y evitar los factores desencadenantes reconocidos, por ejemplo el tabaco o la exposición a determinado alérgeno. Siguiendo estas premisas terapéuticas básicas, podríamos preguntarnos si un paciente asmático que empeora cuando hace ejercicio puede practicar deporte. La respuesta es sí. El ejercicio físico es bueno para la salud incluso para los pacientes que padecen asma. Por supuesto, algunos deportes ocasionan menos problemas que otros. El deportista debe elegir cual es el más adecuado a sus aptitudes, condición física y características de la actividad. El deporte preferido por los asmáticos es la natación gracias a sus efectos positivos sobre los músculos de la parte superior del cuerpo, a una atmósfera cálida y húmeda y a su disponibilidad todo el año.

Sin embargo el senderismo, los paseos en bicicleta, el gimnasio o el deporte que requiere impulsos cortos como la carrera de velocidad, tampoco deberían darnos problemas. Por lo contrario, los deportes de resistencia, como el ciclismo de fondo o las carreras y aquellos que requieren un rendimiento energético continuo, como el baloncesto o el fútbol, pueden suponer mayor dificultad para el deportista con asma, sobre todo, si se practica al aire libre, en un ambiente frío y seco.

La pregunta que se hará el lector, probablemente aficionado a deportes de invierno y de montaña, es si un paciente asmático puede practicar un deporte como el esquí que forzosamente practicará en un ambiente frío. La respuesta vuelve a ser sí. Siguiendo el razonamiento general anterior no deberíamos tener ningún problema con el esquí de descenso que sólo requiere impulsos cortos. Sin embargo tendremos más dificultades si practicamos esquí de fondo, esquí de travesía o hockey sobre hielo. De hecho, estos últimos son considerados deportes de riesgo para un asmático.

¿Cómo podemos controlar el asma por ejercicio? El médico responsable del control del asma del paciente puede sospechar esta entidad con una historia clínica cuidadosa y diagnosticarla mediante una prueba respiratoria tras un ejercicio físico controlado. A partir de este diagnóstico, se planificará el tratamiento adecuado.

Dr. Salvador Perelló neumólogo



STÖCKLI

THE SWISS SKI



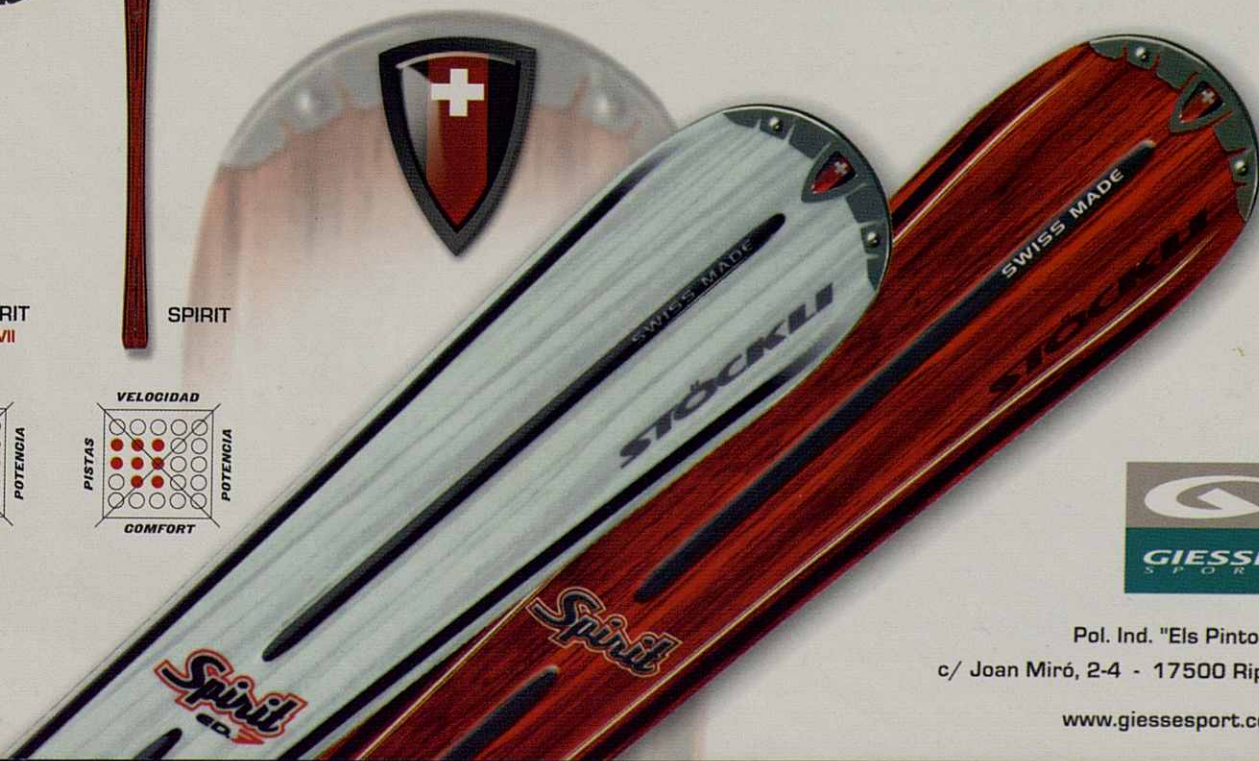
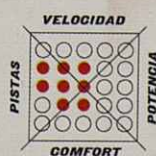
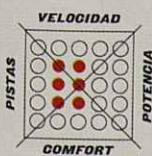
Spirit EL ESQUÍ IDEAL PARA TODAS LAS SITUACIONES.



SPIRIT
ED. VII



SPIRIT



Pol. Ind. "Els Pintors"
c/ Joan Miró, 2-4 - 17500 Ripoll
www.giessesport.com



Foto: Valki

Medidas complementarias para controlar los problemas de asma

Pero además del tratamiento médico, el paciente asmático debe realizar una serie de medidas complementarias que sin duda le ayudarán a controlar los problemas que el asma puede ocasionarle durante la práctica del deporte. Por ejemplo:

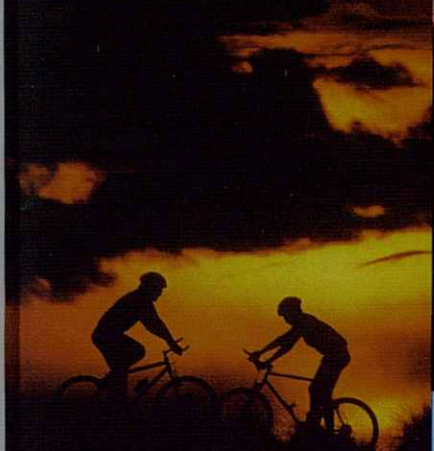
- 1 Ejercicios de calentamiento durante 15 – 20 minutos antes, progresando lentamente de menos a más intensidad. Si durante este periodo tiene asma, debe esperar entre 10 y 15 minutos, para que los síntomas desaparezcan. Luego puede continuar el calentamiento.
- 2 Una vez acabada la actividad deportiva debe hacer un descenso gradual y no abrupto del ejercicio.
- 3 Debe seleccionar un deporte adecuado. Si practica deportes de invierno, el esquí alpino le dará menos problemas que el esquí nórdico o de travesía.
- 4 Debe respirar por la nariz y no por la boca. Si presenta obstrucción nasal consulte con su médico.
- 5 Si debe realizar el ejercicio cuando hace frío, utilice una bufanda sobre la boca y nariz.
- 6 Si inhala aire a través de la boca, mantenga los labios fruncidos.
- 7 Lleve un inhalador de rescate (Ventolin®, Terbasmin turbuhaler®), por si tiene un ataque de asma.
- 8 Evite hacer ejercicio cuando esté acatarrado.

Fotos: Daniel Muñoz



A pesar de todo lo descrito en este artículo, no debemos entender el asma como un impedimento para realizar actividades deportivas de invierno. La mayoría de las personas con asma, con la preparación y el control correctos, puede participar en cualquier deporte.

En verano, copos es | copos | bike&trek |



| copos | bike&trek |

venta y alquiler de bicicletas ropa y material
especializado taller-reparación de bicicletas
organización de excursiones guiadas BTT
club de viajes

www.copos-ski.com info@copos-ski.com

Apartamentos Eiturra - 25539 Betren (Val d'Aran)
Tel. 973 64 00 24 - Fax 973 64 28 25

- 1976
- 1977
- 1978
- 1979
- 1980
- 1981
- 1982
- 1983
- 1984
- 1985
- 1986
- 1987
- 1988
- 1989
- 1990
- 1991
- 1992
- 1993
- 1994
- 1995
- 1996
- 1997
- 1998
- 1999
- 2000
- 2001
- 2002
- 2003
- 2004
- 2005
- 2006

HEAD[®]

desde hace 30 años y para siempre.

30



Colección 1972

HEAD
INTERNATIONAL



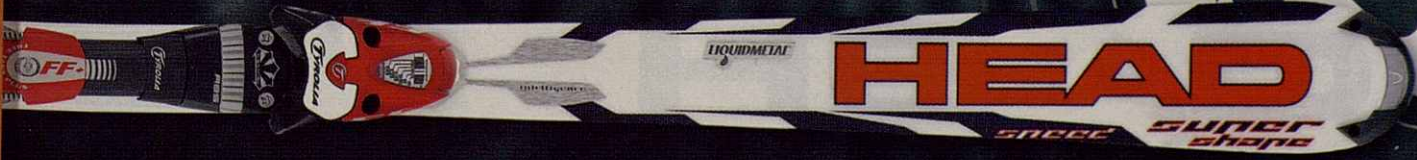
HEAD

Bode Miller por Gian Paul Lozza



«Quiero alcanzar los límites de lo posible y experimentar la máxima velocidad que se pueda lograr esquiando.» Bode Miller

Bode





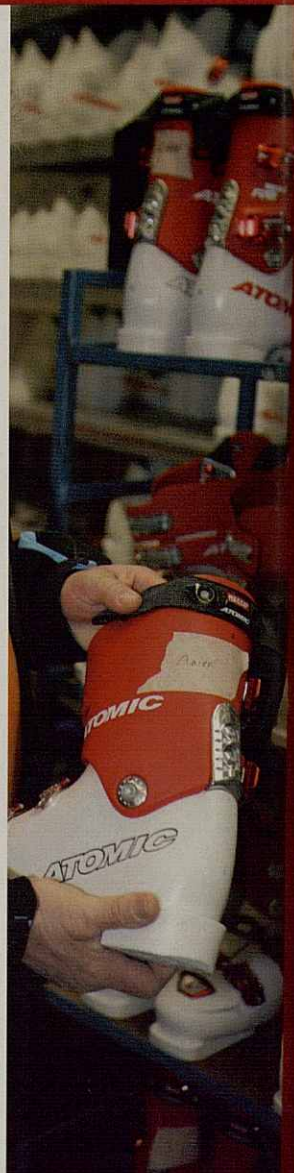
NOS ABRE SUS PUERTAS

Fotos: Daniel Muñoz

El pasado mes de marzo, Atomic abrió las puertas de su sede central en Altenmarkt a Copos para mostrar in situ cómo llevan a cabo los procesos de fabricación y mantenimiento de esquis y botas de competición, lo cual supuso una oportunidad muy interesante para conocer de forma directa el tratamiento que la marca da a sus materiales, así como para aclarar dudas e intercambiar impresiones.

Atomic es un proveedor de confianza de Copos desde hace 30 años, pues su relación comercial se remonta a los inicios. A lo largo de todo este tiempo, la marca ha transmitido una filosofía de tratamiento del material de

esquí con una clara orientación al mundo de la competición que ha quedado constatada con la política promocional que viste y calza a corredores olímpicos de la talla de Herman Mayer, Michaela Dorfmeister y Benjamin Reich, entre muchos otros. Atomic proyecta su imagen a través de estos corredores los cuales disfrutan de un equipamiento totalmente personalizado, como por ejemplo los moldes propios para las botas, que tienen un valor económico de más de 120.000 euros. La marca considera que ésta es la mejor inversión para promocionarse.



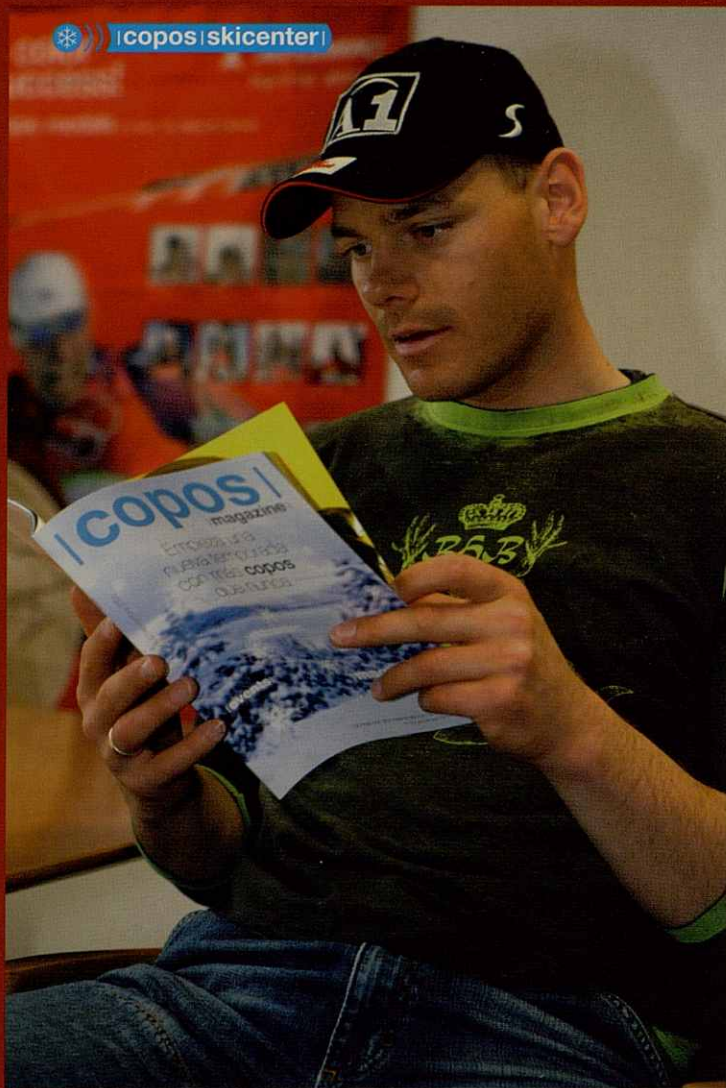


“Atomic pretende reunir a todos sus colaboradores bajo la estela de la familiaridad”



Otro momento a destacar de la visita por la cordialidad demostrada fue la fiesta que celebra Atomic anualmente a la que asisten no sólo los empleados y vendedores sino también los corredores que promocionan la marca, desde los más destacados de la élite deportiva a los anónimos, de cualquier modalidad: alpino, fondo, descenso... En la fiesta acudieron unos 600 invitados que fueron saludados por el presidente de Atomic, Michael Schineis y el alcalde de la ciudad, Rupert Winter. Atomic pretende reunir a todos sus colaboradores bajo la estela de la familiaridad, es decir, el mensaje es precisamente que todos son como una gran familia y la fiesta anual los acerca unos a otros.





Benjamin Raich firmando un par de esquís para Copos.

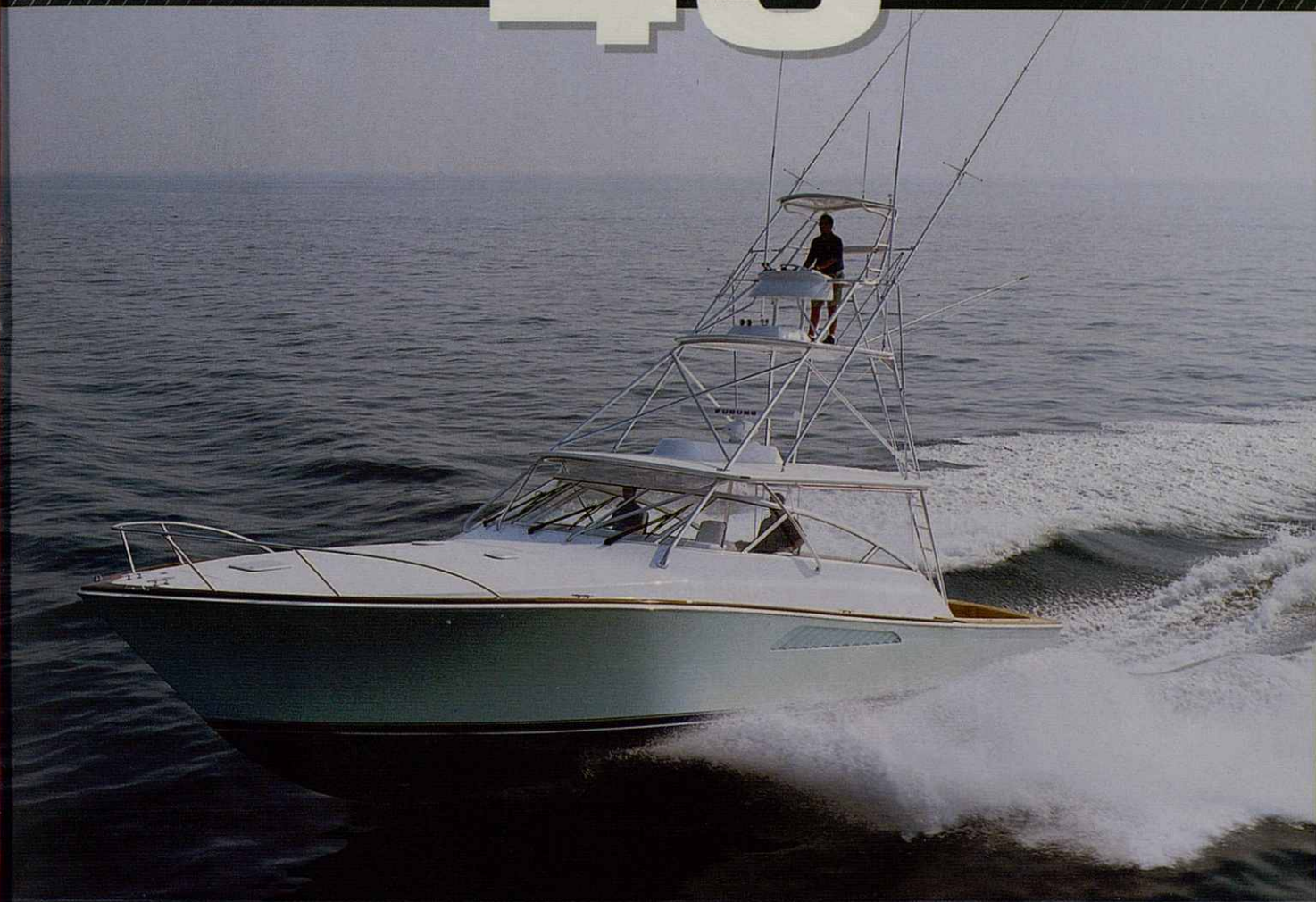
Copos aprovechó la ocasión para realizar una entrevista a los corredores con el fin de descubrir sus motivaciones deportivas, cómo empezaron a esquiar, qué han aprendido de sus experiencias en el mundo de la competición y también tuvieron la simpatía de dirigir unas palabras de ánimo a los jóvenes corredores de Ainhoa Copos Skiclub.

Grato fue el regalo inesperado que Atomic hizo a Copos: unos esquís firmados por los corredores olímpicos.

Arriba: El corredor olímpico Michael Aufreiter se relaja hojeando nuestra revista.
Abajo: Acto de reconocimiento a los corredores de Atomic durante la fiesta anual.



V i k i n g **45** o p e n



 **viking**
yachts



ATTITUDE

45 Conv | 45 open | 48 Conv | 52 Conv | 52 Open | 56 Conv | 64 Conv | 68 Conv | 74 Conv

Millenium 
MARINE

Importador exclusivo para España, Portugal y Andorra

Port Ginesta local 310, 08860 Castelldefels (Barcelona)

Tel. +34 93 635 09 05 - Fax +34 93 635 09 00

www.milleniummarine.es




Proud Supporter of






diseñadas para ir
a donde tú quieras



Mod. RACE



Mod. 923 ELEKTRA



Mod. 1025



ATLAS
Mod. BACKCOUNTRY

SPRING - LOADED SUSPENSION

Único sistema de fijación-suspensión que permite gran libertad de movimiento y total sentimiento de control

LATERAL FLEX

La única fijación que flexiona lateralmente al mismo tiempo que nuestro pie consiguiendo una postura natural y mayor seguridad en travesías a media ladera

STEP ROTATION

Spring-Loaded limita el giro de la raqueta ofreciendo así una natural maniobrabilidad y evitando al mismo tiempo golpes en la espinilla y que arrastremos la raqueta

CLIMBING

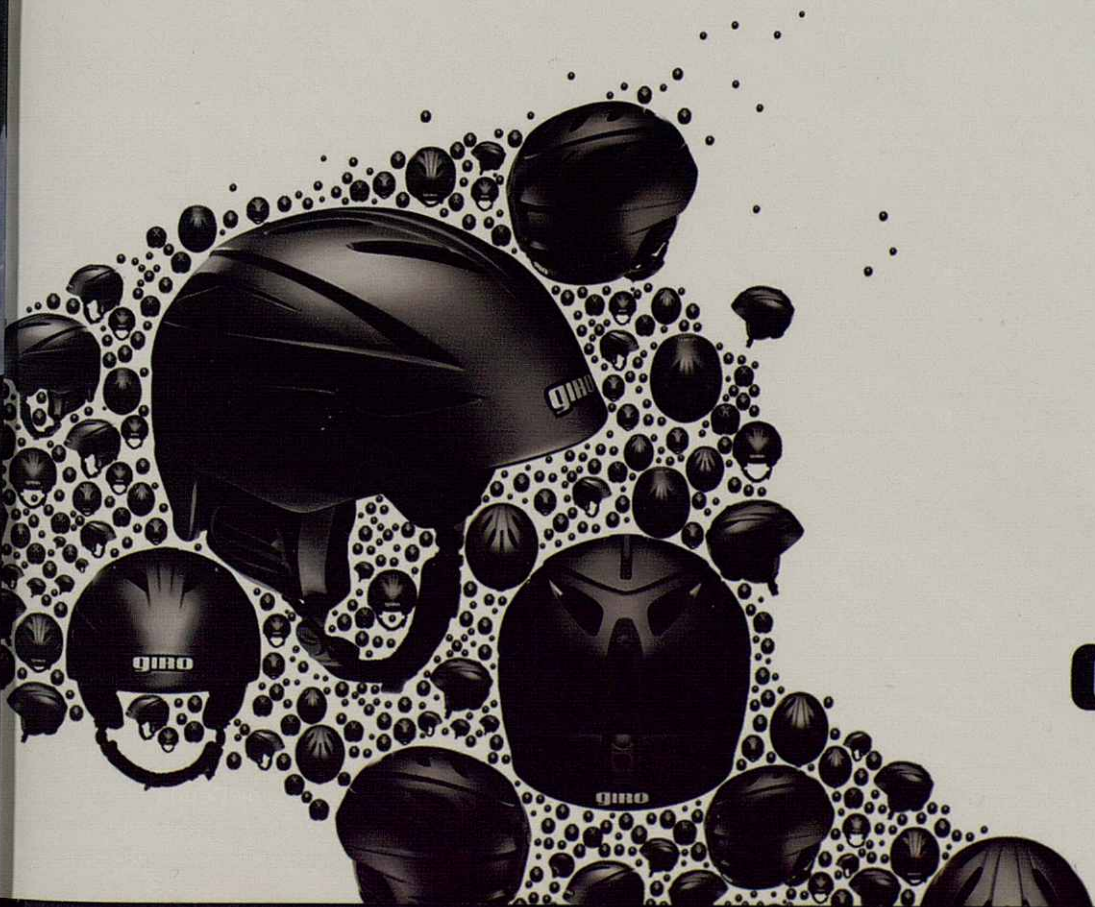
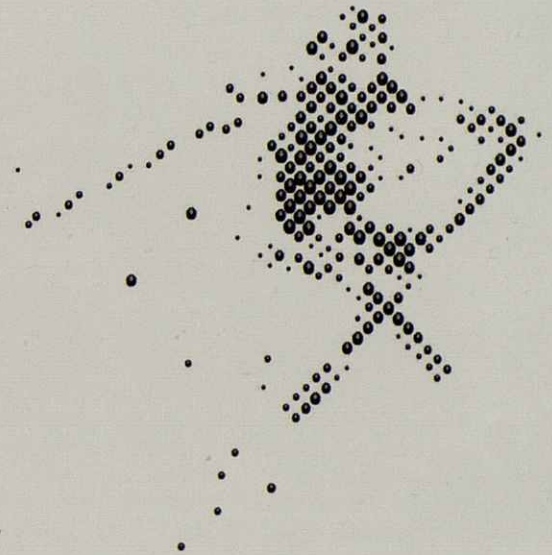
Spring-Loaded permite al crampón hundirse más en la nieve, facilitando la formación de un escalón haciendo más fácil nuestra ascensión



Diez consejos


mas el jugador correcto
del material de esqui

Rider // Peter Olenick
Helmet // G10



GIRO

Diez consejos para el alquiler correcto del material de esquí



Elegir el material adecuado es vital para disfrutar o no de un buen día de esquí. Es imprescindible que un buen profesional nos asesore in situ para garantizar que el equipo es el más adecuado a nuestras necesidades y al tipo de nieve existente. Para ello debemos facilitarle una serie de datos que le orientarán en la elección. A continuación, les facilitamos diez consejos que le pueden ser de ayuda al alquilar su material de esquí.

EN CUANTO A LOS ESQUÍ...

1. La elección del tipo de esquí, su flexibilidad y sus cotas (ancho del patín, espátula y cola) irá en función del nivel de esquí que usted tenga. Hay cinco niveles de esquiador (A - F). Sabremos el nuestro por los cursillos realizados o por las pistas que seamos capaces de descender.
2. La dureza y tipo de la nieve influye en el tipo de esquí a escoger (slalom, gigante, allround, cross, freeride, freestyle).
3. La altura del esquí depende del tipo de esquí: el de slalom más corto que la medida, el de gigante más largo, el de cross de la misma medida o más largo, freeride más largo, allround más corto... todo ello depende del nivel de esquí de cada uno.

EN CUANTO A LAS BOTAS...

4. El técnico sabe cuál es nuestro número de bota por el medidor. La sensación que produce la bota correcta cuando nos la calzamos es de que aprieta. Podemos usar sólo un número superior al indicado en el medidor. Hay que tener presente que una bota que no sujeta suficientemente el pie impide controlar el esquí y aumenta el riesgo de lesión.
5. La dureza de la bota debe ir también en relación al nivel de esquí. Normalmente suele ser de tipo medio ya que el perfil del esquiador que alquila suele ser de nivel medio.
6. Debemos indicar nuestro peso y nivel de esquí para el ajuste de la fijación. Cuanto más blanda sea la nieve, más alto sea el nivel del esquiador y mayor sea su peso, más presión deberá ejercer el muelle.

EL TAMAÑO DE LOS PALOS...

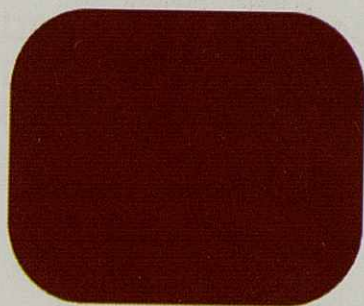
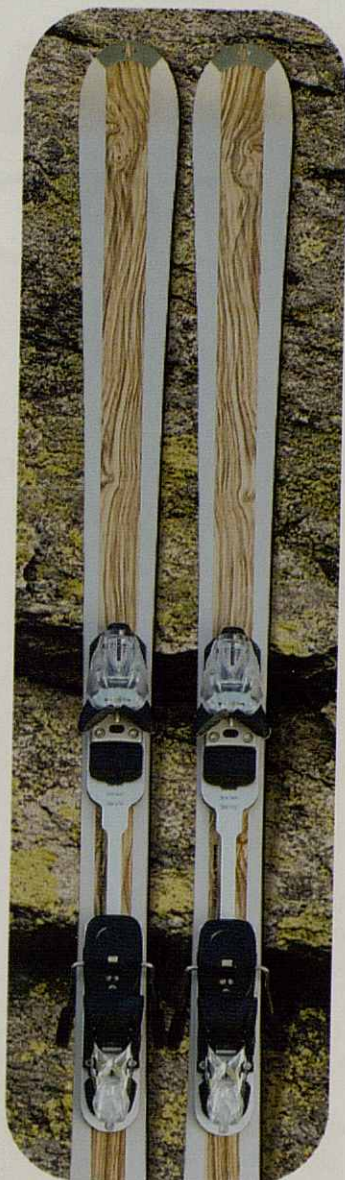
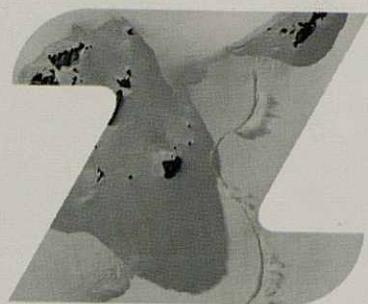
7. Se considera que el tamaño es el adecuado cuando nuestro brazo queda en ángulo recto al cogerlo con la mano por el mango y clavarlo en la nieve. Si la medición se hace sobre suelo rígido, puede darse la vuelta al palo y cogerlo con la mano justo por debajo de la arandela, apoyando el mango en el suelo.

LA TIENDA...

8. Debe ser especializada y disponer de gran variedad de buen material para dar respuesta a los diferentes niveles de esquiadores.
9. Debe ofrecer el material en las mejores condiciones de mantenimiento de cantos y enceraje.

Una vez tengamos el material adecuado debemos tener presente que, si alquilamos material para varios días, las condiciones de la nieve pueden variar según la evolución de la climatología, pudiéndose dar el caso que el material escogido el primer día no sea el adecuado para el día siguiente o varios días después.

Texto del Equipo Técnico de Copos



zai es el sueño del esquí perfecto.
De un esquí que no hace compromisos.
Ni con el material ni con la
construcción. Que ofrece una nueva

experiencia de conducción: más ligero,
más emocionante, más perfecto.
Más información en nuestros comercios
o en www.zai.ch.



zai.ch

zai. La herramienta de sus sueños. Hechos a mano en Suiza.

THE **DISCOVERY** > DESLI Has Landed in **copos**

Copos se ha equipado con el nuevo robot de reparación de esquís y snowboard Discovery de Wintersteiger.
La mejor tecnología en buenas manos.

Funciones

PIEDRA: Para devastado y acabado. A través de los diferentes programas nos permite preparar la suela:

- Rectificado de la suela, evita la concavidad /convexidad
- Preacabado con un dibujo base
- Acabado mediante la impresión del dibujo óptimo para las condiciones de nieve seleccionadas. Podemos aplicar parámetros de competición.

CANTOS: A través de dos discos de Cerámica, la Discovery nos proporciona, con precisión milimétrica y sin agresión al canto, un afilado de Origen.

A través de los diferentes programas podemos trabajar tanto el plano como el lateral imprimiendo en el canto parámetros de fábrica. A través de diferentes opciones podemos realizar angulaciones a la carta o recuperar los parámetros recomendados por el fabricante de un modelo de esquí concreto

Ventajas de la Puesta a PUNTO DEL ESQUÍ

- facilita la práctica del esquí y la hace más divertida
- prolonga la vida útil y el valor de sus esquís
- ofrece la máxima seguridad posible
- respuesta inmediata a los cambios de dirección
- mejor manejabilidad
- mejor control de la dirección
- mejor deslizamiento y más rápido
- agarre óptimo de los cantos en todas las pistas y estados de la nieve



eslizar > conducir > controlar > **DISFRUTAR**



WINTERSTEIGER



centro comercial
construcción · bricolaje · hogar



financiación



aparcamiento



transporte



asesoramiento



garantía

Ribera, hacemos hogar



BRICOLAJE BAÑOS ELECTRODOMESTICOS COCINAS TELEVISORES

Vielha:
Ctra. França, 40 (Mig Aran) 25530 Vielha (Lleida)
Tel. 973 64 14 60 Fax. 973 64 22 71

El Pont de Suert:
Ctra. N-230, km 124,5 25520 El Pont de Suert (Lleida)
Tel. 973 69 00 63 Fax. 973 69 04 00

www.comercialribera.com



A close-up photograph of an orange fabric, likely a ski jacket, with white embroidery. The word 'KJUS' is embroidered in a stylized, blocky font, slanted upwards from left to right. Below the letters, there is a circular logo with a white outline and a textured interior. A dark, textured strap is visible at the top left of the frame.

KJUS

Uncompromising skiwear

|ainhoa | copo



STAGE TÉCNICO EN "LES DEUX ALPES" (FRANCIA) 26 de junio - 7 de julio del 2005

El stage de "les Deux Alpes" es la primera actividad deportiva que realizamos como club. Un total de 12 esquiadores y 4 entrenadores forman parte de esta primera toma de contacto.

STAGE TÉCNICO EN "XANADÚ" (MADRID) 29 de octubre - 1 de noviembre del 2005

A este stage acuden 10 esquiadores y 3 entrenadores. El trabajo realizado en esta ocasión es complementario al elaborado durante el verano con el objetivo de conseguir la puesta a punto final de cara a la temporada que se avecina.

copos | skiclub |

Ainhoa Copos Skiclub cumple su primer aniversario. Tras finalizar su primera temporada y a punto de comenzar la segunda, es hora de valorar las acciones realizadas. Veamos cuáles han sido y cómo se han desarrollado.

Fotos: Daniel Muñoz



PRIMER DÍA OFICIAL DEL CLUB EN BAQUEIRA BERET 3 de diciembre del 2005

Tras meses de intenso trabajo llega nuestro primer día oficial como club. El 3 de diciembre es un día cargado de significado. 60 niños ilusionados, 11 entrenadores motivados y 120 padres satisfechos hacen tangible la esencia de este proyecto y son una buena razón para asumir la responsabilidad de cumplir con la filosofía que "Ainhoa Copos ski club" ha dado a conocer.

En esta filosofía existen dos premisas básicas: Nuestra apuesta por la calidad y la variedad de los entrenamientos. Entendemos que todo aprendizaje ha de ser dosificado para su máxima efectividad y estamos convencidos de que se puede trabajar seriamente con los niños de forma divertida. ¡El aprendizaje no va unido al aburrimiento!

A partir de aquí, ¡comenzamos a trabajar en pistas! Los grupos de entrenamiento se establecen en función de la edad, los objetivos y las necesidades de cada esquiador. A nivel técnico, iniciamos un trabajo multilateral con un enfoque dinámico, variado y progresivo que rápidamente comienza a dar sus frutos.

La mejora técnica de los niños así como el buen ambiente que se respira en los entrenamientos anima poco a poco a nuestros deportistas a iniciarse acertadamente en el mundo de la competición, considerando este área una parte más del entrenamiento integral.

COMPETICIONES

CATEGORÍA ALEVÍN I y II

- Participación en un total de 7 carreras.
- 3 podiums (1a , 2a Y 3a CLASIFICADA).

CATEGORÍA INFANTIL I

- Participación en 7 carreras de la liga catalana (3 GS, 3 SL y 1 SG).
- 1 podium (3o CLASIFICADO)
- Clasificación campeonatos de España (1 corredor)



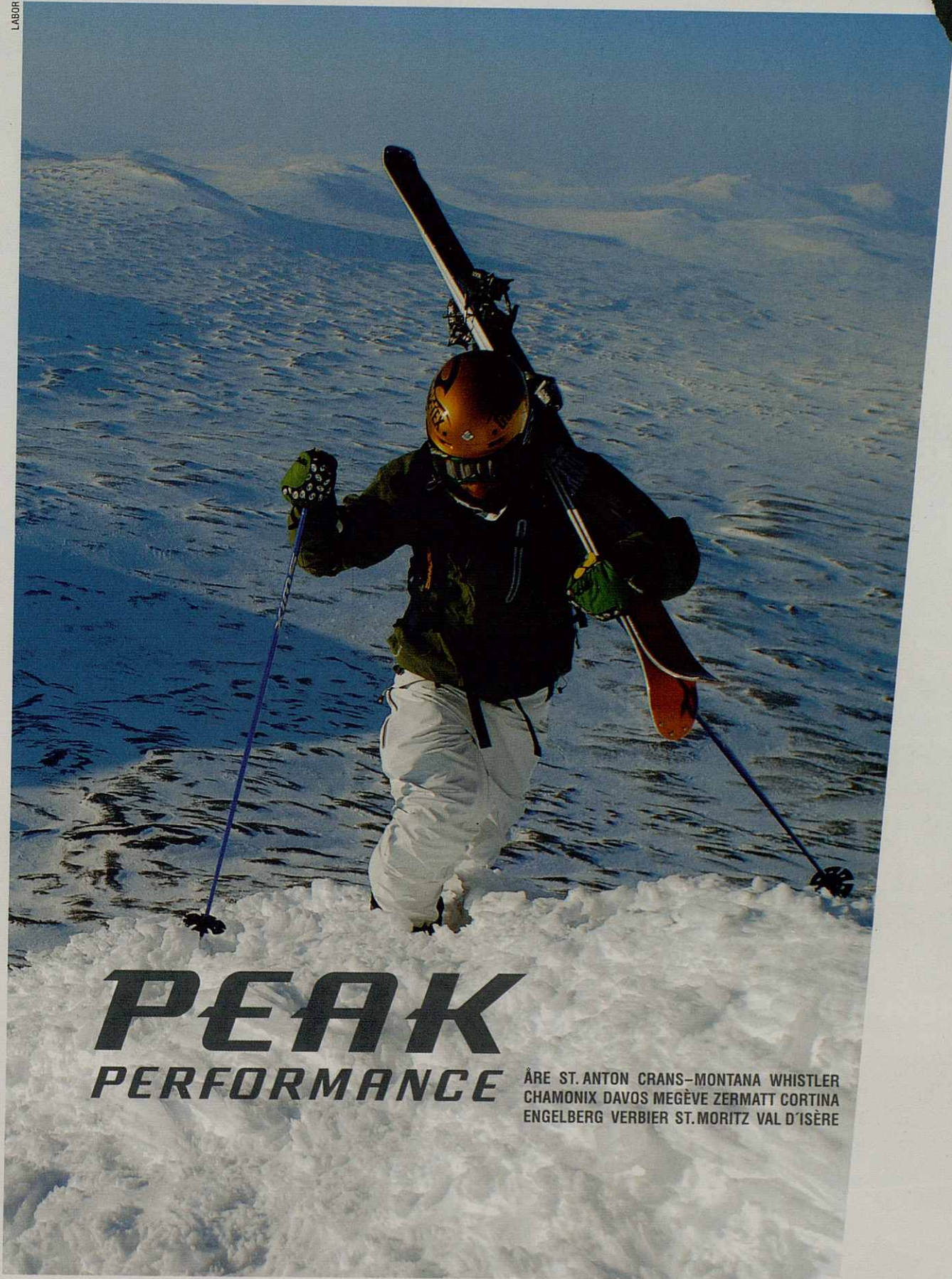
CARRERA SOCIAL Y FIESTA FIN DE TEMPORADA 12 de abril del 2006

El miércoles 12 de abril se disputa la carrera social de nuestro club. Las excelentes condiciones del tiempo y de la nieve nos permiten disfrutar de un día de competición espléndido con un alto índice de participación.

Cabe resaltar entre los corredores el papel clave que juegan los veteranos (padres y madres), que con su ánimo, sentido del humor y una buena dosis de competitividad son la chispa de la carrera y todo un ejemplo de deportividad.

Por la noche se celebra la fiesta de nuestra primera temporada como club. Una fiesta divertida, amena, participativa y llena de sorpresas donde hay momentos para todo: ¡muchas risas y alguna que otra lágrima de emoción!





PEAK PERFORMANCE

ÅRE ST. ANTON CRANS-MONTANA WHISTLER
CHAMONIX DAVOS MEGÈVE ZERMATT CORTINA
ENGELBERG VERBIER ST. MORITZ VAL D'ISÈRE

Photographed in Åre, Sweden. 2006. www.peakperformance.com

PEAK PERFORMANCE
Spain, Phone 0034 944 222 054

ACTIVIDADES 13 de abril del 2006

Los niños realizan, como parte de su entrenamiento, diferentes actividades deportivas a lo largo de la temporada. Sin embargo, la Semana Santa es un periodo especialmente propicio para practicar deportes complementarios al esquí alpino ...Y por eso nos vamos todos de "RAFTING".

A pesar de que en este club los protagonistas son "los niños" hay que decir que el jueves 13 de abril se realiza un rafting familiar en el que hay una afluencia masiva de "papis y mami". ¡La frase "de tal palo tal astilla" adquiere una relevancia especial!!



STAGE TÉCNICO EN "LES DEUX ALPES" (FRANCIA) Pretemporada 2006

A este primer stage de la pretemporada acuden 19 deportistas (con edades comprendidas entre los 8 y 15 años), 4 entrenadores y un psicólogo deportivo.

En el aspecto técnico continuamos el trabajo realizado durante el invierno y a nivel mental se realiza una labor complementaria de carácter general y educacional.

El contacto en las pistas con otros equipos de alto nivel ayuda a nuestros esquiadores en el aprendizaje de buenos hábitos deportivos así como en la imitación del gesto técnico correcto.

Las sesiones con el vídeo son muy productivas, permitiendo a los corredores conocer

tanto sus virtudes como sus errores técnicos y tácticos. El resultado de este trabajo también afecta positivamente en aspectos relacionados con su confianza, su autoestima y su motivación.

A lo largo del stage aumenta progresivamente el grado de dificultad de los entrenamientos, realizándose finalmente bajadas cronometradas y el penúltimo día una "pequeña competición".

Las excelentes condiciones meteorológicas durante el stage permiten desarrollar la planificación prevista, optimizando los entrenamientos y respetando el tiempo de descanso. ¡Los días de "DESCANSO ACTIVO" son el mejor break para recargar las pilas!





trial & snow puro placer



scottishtrial[®]

Scottishtrial es un espacio único dedicado al mundo del trial, a sus últimas novedades y tendencias.

Y ahora más! Ahora a por el Enduro!

Después de casi cinco años con vosotros, iniciamos un nuevo proyecto: Scottish enduro, con la misma ilusión y con la misma filosofía que nos ha convertido en la tienda que siempre habíais deseado que existiera. Estamos avalados por los mejores especialistas y disponemos de las mejores marcas de motos y de equipamiento, y como no, os ofrecemos el mejor y más profesional servicio.

Polígono La Masia
Avda. de Barcelona, s/n. Nave 2
08798 Sant Cugat Sesgarrigues
Tel. 93 819 93 30 · Fax 93 819 93 31
e-mail: info@scottishtrial.com
www.scottishtrial.com

rosa & scottish:
còctel ganador
adam rosa
campeón del mundo
de trial 2006.
felicidades!

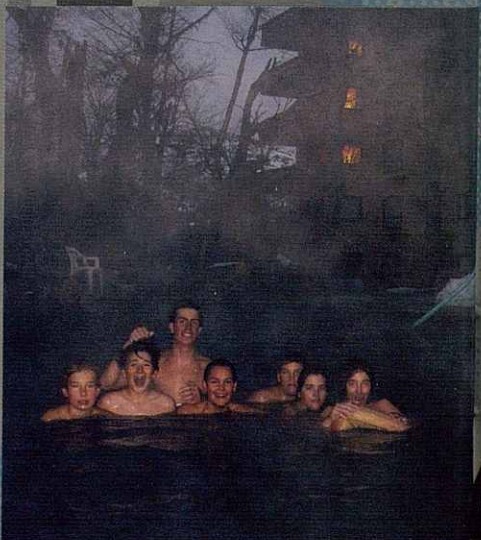
STAGE TÉCNICO EN "LAS TÉRMAS DE CHILLÁN" (CHILE) 25 de agosto - 9 de setiembre del 2006

¡El salto a Chile lo hacemos en agosto! A "Las Termas de Chillán" acuden 7 corredores y 2 entrenadores.

La duración del viaje, el cambio de horario y la larga distancia supone un plus de esfuerzo para nuestros esquiadores. Para poder asimilar y disfrutar en este stage se ha de llegar con ciertos requisitos (condición física, condición técnica, autonomía completa...). Esta es la razón por la que nuestro club realiza esta salida con esquiadores infantiles enfocados a la competición, comprometidos con un programa de entrenamiento anual y con una mínima experiencia acumulada a lo largo de su corta carrera deportiva (stages, competiciones...).

El hecho de poder esquiar con condiciones de invierno nos permite realizar entrenamientos de gran calidad, volumen y variedad, dando un salto cualitativo muy importante a nivel técnico. Además, compartir escenario con grandes figuras del mundo de la nieve, el cambio de cultura, los paisajes descubiertos y las vivencias personales supone una experiencia muy enriquecedora que nuestros esquiadores no olvidarán.

En esta ocasión Ainhoa Copos ski club ha dado un paso más en su proyecto educativo y deportivo. ¡Una experiencia única para nuestros deportistas dentro de su formación integral!



Como vemos en la foto superior central, el campeón olímpico de Descenso de los JJOO de Torino, Antoine Deneriaz, no tuvo ningún reparo en charlar con nuestros jóvenes esquiadores, contestar a sus preguntas y firmarles autógrafos.
Fotos: Xavier Borja

VALORACIÓN DE AINHOA IBARRA directora técnica



En abril de 2005 surgió la idea de formar un club con una filosofía muy clara: "la formación integral del niño a través del deporte". Es decir, utilizar el esquí de competición como herramienta para trasladar a la vida cotidiana las vivencias, los conocimientos y los retos adquiridos en el deporte.

Mi experiencia en el mundo de la competición me ha ayudado en muchos aspectos de mi vida y estoy convencida de los múltiples beneficios que aportan el deporte y la competición bien llevada y estructurada.

Por esta razón nuestros objetivos se han centrado principalmente en formar a "verdaderos deportistas" con todo lo que esto conlleva (hábitos deportivos, cuerpos sanos y equilibrados, espíritu de equipo...) sin olvidarnos, eso sí, de que nos encanta competir y estar en el podium... ¡¡a ser posible arriba del todo!!

El resultado de esta forma de trabajo ha propiciado rápidamente un equipo sólido y bien avenido. Los esquiadores ilusionados y motivados han tenido una evidente mejora técnica que se ha visto reflejada, entre otras cosas, con el aumento progresivo del número de corredores en las distintas competiciones. ¡Desde aquí os felicito a cada uno de vosotros (deportistas y entrenadores)!

A nivel competitivo hemos partido con unas expectativas moderadas que se han superado con creces. Nuestros corredores han estado a la altura de sus posibilidades en las competiciones y han dado su máximo en cada ocasión, ¡como entrenadora me siento orgullosa! Hemos disfrutado de podiums, de caídas, de descalificaciones y de clasificaciones inesperadas... así es la competición... ¡emocionante como la vida misma!

¡Un saludo y nos vemos en pistas!



Clases y cursos de esquí

| Clases particulares y en grupo |

| Cursos de esquí de una semana |

| Ski advanced |

SKI
ADVANCED
|ainhoa|copos|skiclub|



SKI **ADVANCED**

- *Especialmente recomendado para los esquiadores con un nivel medio-avanzado interesados en perfeccionar su técnica y sus conocimientos de esquí.
- *Incluye: Técnica base y avanzada en pista, slalom, freeride, seguridad, psicotécnico, corrección en video, etc.
- *GRUPOS 6-8 personas
- *Nivel medio-avanzado
- *Plazas limitadas



FOOTWEAR APPAREL [EQUIPMENT]

FALCON 10

DOMINATE

Experimentarás sensaciones inigualables en la nieve: La nueva tecnología Spaceframe combina por primera vez sensibilidad y transmisión & la carcasa Second Skin Shell ofrece una envoltura perfecta del pie. ¡Siente la potencia y entra en una nueva dimensión de esquí instintivo de alto rendimiento! Fuel your instinct



EURO RSCG CE, SALOMON SA. All rights reserved. PRODUCT: CHRISTIAN CHAIZE

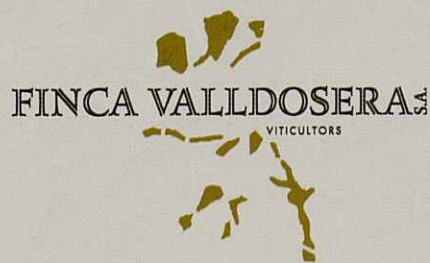
SalomonSki.com

SALOMON 

FUNDADA 1925



CAVA BESO



VINOS  CAVAS  CHAMPAGNES  DESTILADOS  ARMAGNACS
 PRODUCTOS ARTESANOS DEL PIRINEO  PRODUCTOS GOURMET

ASESORAMIENTO DE BODEGAS PARTICULARES  CURSOS DE INICIACIÓN
Y PERFECCIONAMIENTO DE CATA  CATA MONOGRÁFICAS CONCERTADAS

Passeg dera Libertat, 22 - VIELHA - VAL D'ARAN
Telf. / Fax (+34) 973 640 030 - www.cavabeso.com



Hot Rod Top Fuel



Hot Rod Jet Fuel
XBS Alu piston control

Nueva gama Hot Rod
3 diferentes líneas de cotas,
una combinación para cada
preferencia

HOT ROD
Lo último en polivalencia

www.nordica.com



REVOLUTION SPORT

NORDICA

número uno en pasiones

copos *entrevista a las* *estrellas*

Una de las herramientas más útiles para la formación de los niños es la motivación. Así lo cree Ainhoa Copos Skiclub. Conscientes de que las estrellas deportivas suelen ser un aliciente para los jóvenes y un modelo a seguir, Copos Magazine entrevistó a los olímpicos ganadores de los últimos JJOO en Turín, Michaela Dorfmeister y Benjamin Reich y les preguntó sobre sus inicios, sus motivaciones, sus consejos...



Fotos: Atomic

Preguntas de la entrevista

1. ¿Recuerdas cuando empezaste a esquiar? 2. ¿Qué edad crees que es la mejor para empezar? 3. ¿qué ventajas crees que aporta el esquí? 4. Competir internacionalmente significa ser la gran esperanza de tu nación. ¿Te afecta la presión que eso conlleva? 5. De todos tus éxitos, ¿cuál te ha dado más satisfacción y por qué? 6. ¿Qué dirías a los jóvenes esquiadores de Ainhoa Copos Skiclub?

Benjamin Raich

1- Empecé a esquiar cuando tenía 2 años en una pequeña colina justo delante de nuestra casa. Fue mi primera experiencia y ya me encantaba el esquí. Me gusta la velocidad y me gusta hacer deporte al aire libre. Estaba en un Club de esquí en mi valle y esto ayudó mucho.

2- Tan joven como sea posible. Creo que es como todo, cuando eres joven puedes aprender mucho más que si empiezas cuando tienes 15 o 20 años.

3- Hay muchas ventajas. Me gusta esquiar porque me encanta estar en la naturaleza. Me gusta la velocidad, la competición, estas tres cosas son muy importantes para mí y creo que es lo bueno del esquí.

4- Por supuesto. El esquí se practica en toda Austria, así que es muy importante que seas bueno y consigas resultados. Por supuesto que hay presión pero se puede manejar.

5- Hay muchas victorias que me han dado gran satisfacción, pero este año el GS Olímpico fue especial porque gané mi primera medalla de oro, mi primer título olímpico. Sé que conseguir un título Olímpico no es fácil porque sólo tienes una oportunidad cada 4 años, así que fue un gran día y me dio mucha satisfacción.

6- Diría: si te gusta el esquí, hazlo, porque es un bonito deporte en la naturaleza. A veces no es fácil, porque los competidores son muy fuertes y tienes que darlo todo, tienes que entrenar siempre, ser constante y hacer bien la carrera, mantener la calma y correr al máximo. Tienes que trabajar duro pero conocerás a mucha gente interesante, así que creo que te gustará.

Michaela Dorfmeister

1- Tenía 3 años cuando hice mis primeros pasos sobre unos esquís en el jardín de casa y me pasé toda la tarde con ellos. Por la noche estaba cansada y dormí muy bien, por lo que mis padres estaban satisfechos. Empecé a competir con 6 años. Cuando tenía 10 años fui a una escuela especial de esquí, lo cual era muy positivo para mí. Por la mañana teníamos colegio y por la tarde entrenábamos, sin olvidar otros deportes como el fútbol, la bicicleta... A los 17 años entré en la Federación Austríaca y mis esperanzas se convirtieron en mi profesión.

2- No creo que la edad sea importante, sino que lo pases bien. Creo que antes de los 10 años : siete, ocho... Creo que es muy importante que los padres no obliguen ni presionen a los niños diciéndoles "Haz esto, no hagas lo otro". Los críos cogen la experiencia por sí solos y los padres deben observar.

3- Es bueno que cuando empiezas te diviertas sobre los esquís, cuando colisionas o cuando entras en el bosque entre los árboles.

4- En Austria es muy duro. Los medios de comunicación siempre quieren victorias y éxitos y si algunas carreras no salen tan bien te preguntan cuál es el motivo. Y no siempre es fácil tener la respuesta.

5- Cada victoria es un momento especial, pero los Juegos Olímpicos de este año fueron un gran acontecimiento y cuando tienes una medalla de oro en casa es maravilloso. Es el mejor premio al éxito: trabajas duro mucho tiempo, años, nunca estás en casa, vives en un hotel...El premio hace que valga la pena.

6- La diversión es tan importante como entrenar. Toda la temporada es muy importante no solamente la primera carrera. A veces te falta energía y tus piernas y tu cuerpo te duelen. No hay que deprimirse cuando las cosas no van como esperas sino reflexionar en cómo los has hecho, así mejorarás en las próximas carreras. Siempre hay que felicitar a las ganadoras. ¡Ánimo y buena suerte para Ainhoa!

Entrenamiento

Su importancia para el deporte y para la vida

Cuando vemos por televisión las hazañas deportivas de esquiadores de la talla de Herman Mayer o Bode Miller nos quedamos hipnotizados al comprobar la fuerza, técnica y coordinación que despliegan en cada curva. Sin embargo, además de esas aptitudes tan necesarias para cualquier esquiador, existen otras destrezas que para muchos pasan desapercibidas. Me refiero a habilidades de carácter mental.

La mayoría de estos deportistas de élite han conseguido esa solidez mental gracias a experiencias acumuladas durante años y a capacidades innatas pero, cada vez más, porque entrenan de una manera sistemática aspectos de ámbito mental. Es decir, de la misma forma que entrenan su físico, preparan su material o cuidan sus dietas, también preparan sus mentes. La inmensa mayoría de ellos saben que el área de su preparación que les puede ayudar a dar un salto realmente importante en su rendimiento es el mental.

Pero al escribir estas líneas no me gustaría remarcar la importancia que el aspecto mental tiene en deportistas de élite porque es obvio. Aunque parte de mi trabajo se centra en esta área, la mayoría de mis esfuerzos se centran en educar y preparar a jóvenes deportistas para que, cuando lleguen a una edad más avanzada, sean capaces de desplegar en su actividad deportiva unas destrezas y hábitos mentales de gran solidez.

Pero, sin duda alguna, el mayor reto de mi trabajo educativo tiene un objetivo mucho más importante. Este no es otro que el de conseguir enseñar a cada deportista cómo esas herramientas mentales y lecciones del deporte pueden ser transferidas y aplicadas más allá del ámbito deportivo.



Consultor de Psicología
Deportiva
Entrenador mental de
Ainhoa Copos Skiclub
www.sportmentor.com

VICENTE TOMÁS

Algunos de los objetivos generales que el entrenamiento mental y las experiencias deportivas pueden aportar a estos jóvenes en sus vidas fuera del ámbito deportivo se basan en valores fundamentales de gran importancia. Por ejemplo, saber que, como en el deporte, también en la vida, la verdadera competición reside en su superación personal. Que en la vida, tanto los triunfos como las derrotas, no son otra cosa que oportunidades para aprender. También es fundamental comprender que el verdadero regalo es participar y dar el máximo de uno mismo. Que es necesario respetar y colaborar con los demás cuando se trabaja en equipo. Que, como en el deporte, también en la vida es importante persistir y ser fuertes ante situaciones y tiempos difíciles, aunque en ocasiones no nos sintamos recompensados de manera inmediata.

Los retos de índole mental al que el joven esquiador se tiene y tendrá que enfrentar fuera del ámbito personal o social no difieren del deportivo. Nos guste o no, formarán parte de una sociedad que les obligará y exigirá continuamente un rendimiento óptimo al afrontar diversas situaciones en su vida. Por ejemplo, y de manera más específica, el entrenamiento mental deportivo aplicado en sus vidas les ayudará a sentirse con más confianza y más relajados ante una presentación en clase o en público, a que sean capaces de hacer frente a momentos de ansiedad antes y durante un examen académico, a mantener un estado de concentración, intensidad mental y física adecuada al sacarse el carné de conducir o, posteriormente, ante una entrevista de trabajo. En definitiva, serán capaces de encarar cualquier objetivo que se planteen en su vida con compromiso, creyendo en sus posibilidades, siendo más optimistas, utilizando estrategias mentales adecuadas y sobre todo teniendo la capacidad de persistir cuando las cosas no van bien.

Oreo, firmemente, que si nuestros jóvenes esquiadores empiezan a familiarizarse con unas prácticas deportivas (de índole mental) básicas, divertidas, de fácil comprensión, e implementadas con el liderazgo y ejemplo de unos modelos de rol adecuados, serán una base positiva para su presente y futuro deportivo y que además afectarán positivamente a otros ámbitos de sus vidas.

"Los triunfos con las que oportunidad para"

entomental



Foto: Daniel Muñoz

con las derrotas, no son otra cosa
además para aprender"

**DOLOR DE BOTAS??
PIES FRÍOS??**

TU SOLUCIÓN ES *CONFORM'ABLE*



**PERSONALIZA TUS BOTAS CON LA TECNOLOGÍA DE COPA DEL MUNDO: ESTABILIDAD, TRANSMISIÓN, POSICIÓN,
MEJORA TU RENDIMIENTO**



Foto Jens Morten Øvrevoll
276/265-5-ES2

INNOVADOR



lofoten

Chaqueta y Pantalón Lofoten Gore-Tex®XCR®
Prendas innovadoras con todas las prestaciones técnicas, para protegernos de las condiciones más extremas. Desarrolladas y testeadas en Noruega, con los climas más adversos. Lo encontrarás en las tiendas especializadas.

NORRØNA 

www.norrøna.com

copos | events |

NEWS



NUEVO LOCAL SOCIAL

Se inaugura un nuevo local social de | copos | events | en Vielha.

Edificio Val d Aran- Ctra. Gausach, 1
Rotonda de Vielha

Nuestras sugerentes propuestas de viaje y dinamización de actividades, junto a COPOS SKICENTER, han hecho evolucionar este departamento con gran celeridad. Así pues, y tras ver las expectativas creadas en la organización de incentivos y eventos corporativos, consideramos que esta nueva ubicación supondrá una gran mejora para atender, planificar y documentar a todos nuestros clientes.



NUEVA WEB

Moderna y atractiva, en la nueva web podrás ver todas nuestras ofertas de viajes, de actividades... Podrás reservar tu actividad de inmediato.

copos|events
apartamentos Elum
25539 Beltrán
Valle de Aran
tel. 973 640029
fax. 973 642622

inicio era val d'aran incentivos grupos viajes programas contacto

Copos events realiza y coordina todo tipo de eventos corporativos y sociales.

El espíritu copos events es ofrecer un servicio integral dentro y fuera del Valle de Aran, cuidando todos los detalles para que el cliente tenga una experiencia inolvidable de principio a fin; con energía, placer, profesionalidad y sobre todo con autenticidad.

Salida en Molo de Nieve 01/12/2008 Desde 40 a 180€	Clases de Esquí y perfeccionamiento 01/12/2008 Desde 35 €/ hora	Salida Mushing 01/12/2008 Desde 35 €
Heliski USA y Canadá 01/12/2008 Desde 3000 €	TOP 10 SUBMARINISMO MUNDIAL 01/05/2008 120 a 2800 €	Cultura y Senderismo 01/06/2008 75 € /pax
PEDALS de FOC - BIT 01/06/2008		

home

Francisc Comas - Gerente

Agençia de viatges
EVA ADRIÀ
www.evaadria.com

El Valle de Aran
copos|skicenter

| copos | events | CON
Aventurismo - RPM Wholesaler



Nuestro colaborador es la agencia de viajes Aventurismo, especializada en EEUU (Ski Utah, Colorado), Heliski en Canada (TLH y Last Frontiers), así como su departamento de Incentivos y Eventos (RPM), organizador-representante del Dakar España, referente ineludible en el campo de los eventos deportivos, así como eventos corporativos de gran envergadura, ambos adjuntos al grupo Alesport.

vents |

ORGANIZA CON EXITO IPSKI'05

IPSKI'05
STAFF Val d'Aran by
Icopos | events |

IPSKI es una organización mundial de profesionales de la abogacía de la propiedad intelectual actuando con un alto compromiso con su profesión sin dejar de lado su pasión por el esquí, viajes exóticos, excelente gastronomía y diversión en abundancia. IPSKI fue fundado en 1993 por un grupo de fervientes esquiadores, entre los cuales encontramos a Andrew Kerr y Tony Rackham en Champéry, Suiza. El éxito de su primera edición provocó la limitación del número de miembros, reduciéndose a una persona por empresa. Hoy en día para acceder a la lista de espera de la organización, se requiere un escrito firmado por dos miembros de IPSKI, y tener un nivel de esquí aceptable, así como ser admitido por su junta directiva.

Carles Prat, miembro responsable de IPSKI 2005 obtuvo su licenciatura en derecho en 1981 en la Universidad de Barcelona así como el diploma en Derecho de la Comunidad Europea (1982). Formó parte del prestigioso bufete de Abogados "Muller-rat S.l.", y actualmente trabaja en la Internacional "Baker & MacKenzie".

Gracias a la colaboración del periodista Toti Rosselló, Copos Events conoció la existencia de IPSKI. Enviamos una propuesta al Sr. Prat durante la celebración de IPSKI'04 en St.Moritz. Los miembros de IPSKI valoraron como muy positiva nuestra propuesta, que posteriormente y seguido de múltiples reuniones en Barcelona, IPSKI'05 fue adjudicado a la Val d'Aran.

Dicha propuesta consistía en una presentación muy sugerente de todas las posibilidades a realizar en

la Val d'Aran. Copos Events gestionó desde la recogida de los miembros de IPSKI en el aeropuerto de Toulouse, así como el traslado y alojamiento en uno de los mejores hoteles del Valle, cuidando hasta el más mínimo detalle como obsequios simpáticos en las habitaciones, cenas en refugio de montaña y restaurantes araneses, guías de esquí de habla inglesa, competición de esquí, motos de nieve, trineos tirados por perros, raquetas de nieve, termalismo, aperitivos entre reuniones, visita del románico, entre otras cosas.

Lo que no pudimos predecir fue la semana de intenso frío polar. Copiosas nevadas, vientos fuertes, temperaturas de hasta -25° en pistas, los remontadores cerrados, problemas de acceso en las carreteras, pero teníamos un plan B y un perfecto paisaje invernal.

Todo ello, nos dio la oportunidad de poner a prueba nuestra capacidad y experiencia para resolver todo tipo de contratiempos.

Si la estación de esquí estaba cerrada, avanzábamos las reuniones de IPSKI, luego nos activamos realizando orientación y búsqueda de ARVAS cobijados de la tormenta en el bosque; cambiamos en dos ocasiones los restaurantes previstos por otros excelentes y accesibles, organizamos furgones preparados para la nieve, organizamos un grupo de actividad cultural, otro de actividad termal y un shopping tour. Fue maravilloso poder ofrecer soluciones más que satisfactorias y añadir otros valores al evento. En otras palabras, se convirtió en un Team de Motivación.

Fue una satisfacción personal poder asumir la responsabilidad y no defraudar a los asistentes de IPSKI provenientes de tantas partes del mundo. Así como oír el agradecimiento de:

... *Fred Klunker, Sabine Kochta*

"I'm impressed of the powder snow in Baqueira skiing resort and the quality of all services given."

... *Elena Bojinova*

"I expected a typical Spanish story but I saw how professionals you can be. I'll be back for my next skiing holidays."

... *Henning Meyer Plath, Susanne Meyer*

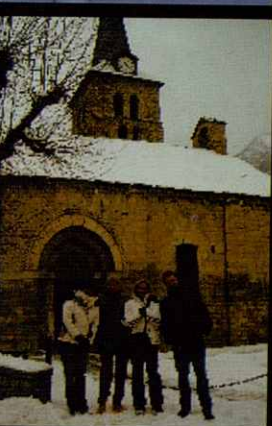
"Since you pick me up in Toulouse, I knew we would have a nice time in Spain. Today, the snow seems to bright and is so powder ... it's just marvellous!!"

... *Carles Prat*

"Se nota que sois una empresa local del Valle... de otra manera no hubiera sido posible. Gracias!!."

incentivos y eventos especiales

Reuniones
Team Building
Team Motivation
Lanzamiento
de producto
Clinic de
empresas
Eventos
sociales



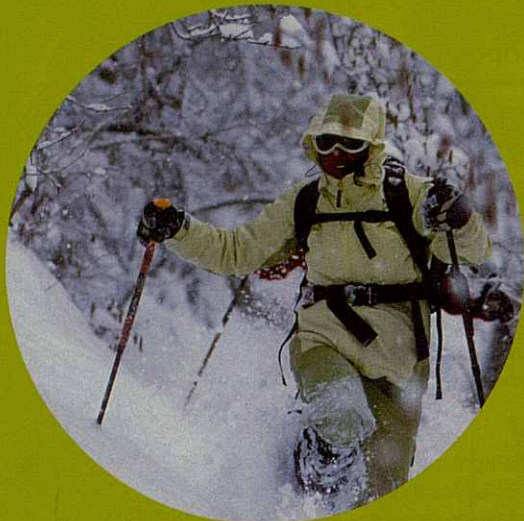
invierno

| copos | events |

verano

Vive unos días inolvidables disfrutando de las 1000 caras de la nieve... Optimizamos tu tiempo

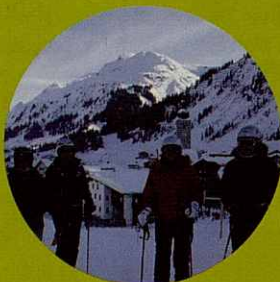
Para muchos, el antes y el después de las nieves, son las mejores épocas del año... Vívelas... Nos lo agradecerás



- BTT
- Trek
- Barrancos
- Kayak
- Paint-Ball
- Rafting-Hidrospeed
- Escalada
- Visitas culturales
- Tour "gourmet"
- Golf
- Termalismo
- Rutas a caballo...



- Clases de esquí, fondo, telemark
- Raquetas de nieve
- "Mushing"
- Trineos
- Heli-Esquí
- Esquí de montaña
- Motos de nieve
- Escalada en hielo
- Exquisita selección gastronómica
- Cenas en "cabañas"
- Termalismo...



viajes y expediciones

| copos | events | selecciona y diseña destinos, que por si mismos, destacan de la oferta convencional

Valle de Aran

- Nuestro destino estrella. Amplio abanico de propuestas a tu medida

Nieve

- Heli-ski en Canadá, USA, Alaska, Suecia
- Esquí de luxe: Dolomitas, Zermatt, Utah, Lech-St Anton....

Trekking

- Africa (Kilimanjaro, Atlas..)
- Asia (Himalayas)
- America (Camino Inca..)
- Europa (Fiordos Noruegos, Dolomitas)
- Patagonia...

Aventura

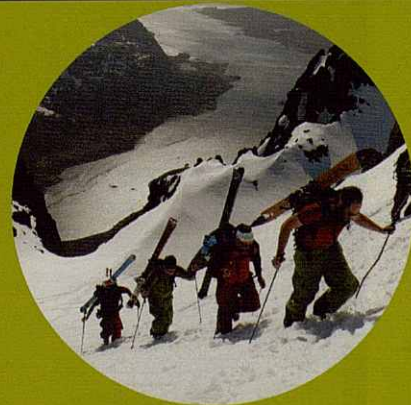
- Laponia, Mongolia, Costa Rica 4X4, Australia, Fiordos noruegos, Circulo Polar Artico, Safaris en Africa...

Náuticos

- Submarismo (Mar Rojo, Australia, Andaman..),
- Vela (Turquia, Grecia, Croacia, Islas Baleares)
-

Culturales y gastronómicos

- Selección de lugares con gran interés cultural
- Ruta por los mejores restaurantes y hoteles: Relais Chateaux, Michelin...



gestión integral de alojamiento y actividades, sin coste adicional
dinos lo que deseas y lo organizamos

Val d'Aran

Baqueira Beret desde **350€**

Nuestro destino estrella. Máxima profesionalidad sin olvidar la diversión.

INCLUYE

- Alojamiento 7 noches en hab. doble (MP)
- Forfait 6 días

NO INCLUYE

- Seguro de esquí



Austria

En hoteles a partir de 3 estrellas

Lech desde **800€**

Arlberg valle cercano al Tirolo austriaco. Dominio esquiable de 260km de pistas. Estaciones de Lech (sede de Strolz), St Antón, St Christoph, Zürs, Stuben. Destino preferido de la "beautiful people", con un ambiente extraordinario tanto en esquí como de apres-ski.

INCLUYE

- Alojamiento 7 noches en hab. doble (MP)
- Forfait 6 días "Arlberg pass"

NO INCLUYE

- Avión, transfers, tasas, seguro de esquí



Suiza

En hoteles a partir de 4 estrellas

Zermatt desde **1090€**

Espectaculares vistas del Matterhorn entre Suiza e Italia. Cotas de 3820 a 1620m.

Su historia, sus montañeros y sus habitantes, son la auténtica esencia del esquí.

Quienes hayan esquiado alguna vez en Suiza, siempre volverán...

INCLUYE

- Alojamiento 7 noches en hab. doble (MP)
- Forfait 6 días "Zermatt- Cervinia"

NO INCLUYE

- Avión, transfers, tasas, seguro de esquí



Italia

Dolomiti Superski

desde **825€** ▶
En hoteles a partir de 3 estrellas

desde **1350€/pax** ▼
Grupo cotizado para 10 pax



38 estaciones de esquí, 480 remontes y 1220 Km. de pistas con un único "Chip Ski pass". 12 valles de Pueblos con mucho encanto y una excelente oferta gastronómica. Todos los esquiadores, desde principiantes hasta los más PRO encuentran aquí su paraíso invernal.

INCLUYE

- Alojamiento 7 noches en hab. doble (MP)
- Forfait 6 días "Dolomiti SuperSki"

NO INCLUYE

- Avión, transfers, tasas, seguro de esquí



¡viaje acompañado por | copos | events | !

¡Déjate llevar!! Optimizamos tu tiempo, disfruta, viaja, diseñaremos juntos tus necesidades. ¡¡Nos lo agradecerás!!

18-23/03/07

INCLUYE

- Alojamiento 7 noches en hab. doble (MP) en hotel de 4***
- Forfait 6 días "Dolomiti SuperSki"
- Guía- acompañante de Copos Events
- Vuelo Panorámico en Helicóptero a la Marmolada
- Cena en Cabaña

NO INCLUYE

- Avión, transfers, tasas, seguro de esquí
- Comidas en pistas

ESQUÍ USA: ASPEN, VAIL, STEAMBOAT, TAOS, BEAVER CREEK, KEYSTONE, BRECKENRIDGE, JACKSON HOLE, DEER VALLEY, THE CANYONS, PARK CITY

Especialistas en HELI ESQUÍ en CANADA y VAL D'ARAN

Consúltanos

Tel. 973 64 00 24 - 660 16 44 67

www.coposevents.com



¿Te apuntas?



RESTAURANTES

ARRÒS

➤ El Raconet 973 641 730

ARTIES

➤ Biníaran 973 641 058

➤ Candelaria 973 642 024

➤ Casa Irene 973 644 364

➤ Eth Taró 973 642 558

➤ La Sal Gorda 973 644 531

➤ Pollo Loco 609 354 553

➤ Urtau 973 640 926

➤ Mozart 629 776 348

➤ La Oca 973 642 460

➤ Mas Pasta 973 641 619

BAGERGUE

➤ Casa Peru 973 645 437

➤ El Jardí dels Pomers 973 644 015

BAQUEIRA

➤ Bòrda Lobató 973 645 708

➤ Cap del Port 973 250 082

➤ Esquíró 973 645 430

➤ Ticolet 973 645 477

BOSSOST

➤ El Portalet 973 648 200

➤ Eth Occitan 973 647 366

➤ Zurbarán 973 647 710

CASARILH

➤ Casa Benito 973 641 154

➤ Era Torrada 973 641 150

ES BÒRDES

➤ Era Montjoia 629 787 508

ESCUNHAU

➤ Casa Turnay 973 640 292

➤ Es Pletieus 973 640 790

➤ Estampa 973 640 048

GARÒS

➤ Eth Restilhe 973 641 539

GESSA

➤ Casa Rufus 973 645 246

MONTGARRI

➤ Juli Arnalot 608 998 436

➤ Refugi Montgarri 639 494 546

PONT D'ARRÒS

➤ Cal Manel 973 641 168

➤ Peña 973 640 886

SALARDÚ

➤ Eth Both 973 644 212

➤ Eth Golf 973 644 572

➤ Il Casone 973 644 055

➤ Prat Aloy 973 644 581

➤ Eth Cerer Montadi 636 245 771

UNHA

➤ Carmela 973 645 771

➤ Maria Ademà 973 644 169

VILAC

➤ Casa Juliana 973 640 408

VIELHA

➤ All i Oli 973 641 757

➤ Eth Hurat 973 640 210

➤ Era Bruisha 973 642 976

➤ Era Lucana 973 641 798

➤ Era Coquela 973 642 915

➤ Eth Cornèr 973 641 623

➤ Eth Tídon 973 640 363

➤ Pizzeria La Boveda 973 640 491

➤ El Molí 973 641 718

➤ Era Moia 973 640 868

HOTELES



HOTELES 5 ESTRELLAS

➤ Melià Royal Tanau Tanau 973 644 446

➤ Rafael Hoteles La Pleta Tanau 973 645 550

HOTELES 4 ESTRELLAS

➤ Hotel Montarto Baqueira 973 639 001

➤ Chalet Bassibé Tanau 973 645 152

➤ Hotel Eira Tanau 973 645 446

➤ Hotel de Tredòs Arties 973 644 364

➤ Spa-Casa Irene Arties 973 640 801

➤ Parador Arties Garòs 973 641 250

➤ Vilagaròs Betren 973 640 700

➤ Hotel Husa- Tuca Vielha 973 640 100

➤ Parador Vielha Vielha 973 638 000

➤ Sol Melià Vielha 973 643233

➤ Acevi Vielha 973 63 90 00

HOTELES 3 ESTRELLAS

➤ Tuc Blanc Baqueira 973 644 350

➤ Val de Ruda Baqueira 973 645 811

➤ Hotel Husa- Orri Tredòs 973 646 086

➤ Petit Lacreu Salardú 973 644 142

➤ Hotel Estampa Escunhau 973 640 048

➤ Hotel Es Pletieus Escunhau 973 640 790

➤ Hotel Eth Solan Vielha 973 640 204

➤ Hotel Fonfreda Vielha 973 640 486

➤ Hotel Eth Pomer Vielha 973 642 888

➤ Hotel Peña Pont d'Arròs 973 640 886

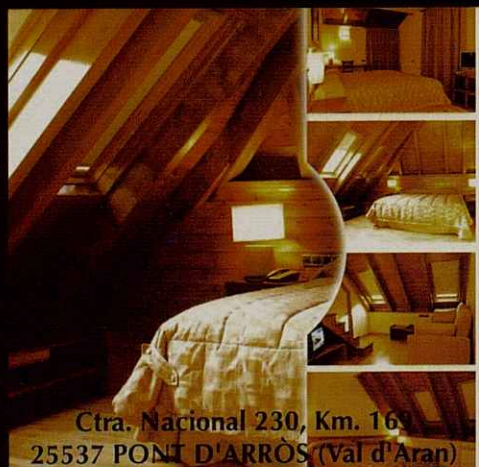
CASAS Y APARTAMENTOS

➤ Camin Relau Arties 973 644 289

➤ Javier Antes Garòs 973 641 902

BUNGALOWS Y APARTAMENTOS

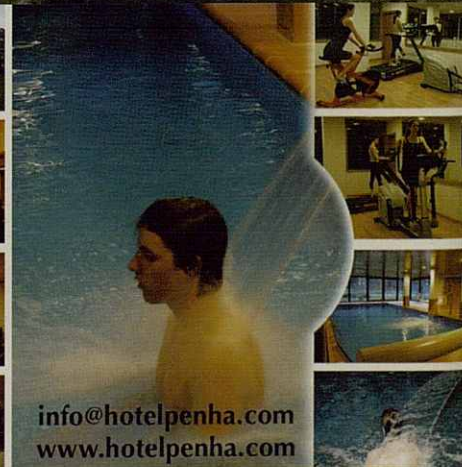
➤ Camping Verneda Pont d'Arròs 973 641 024



HOTEL *
RESTAURANT**

PEÑA

Tels. 973 64 08 86
Fax 973 64 23 29



info@hotelpenha.com
www.hotelpenha.com

SERVICIOS



WEBS DE INTERÉS

- www.baqueira.es
- www.aran.org
- www.aranportal.com
- www.totaran.com
- www.valledearan.info

METEOROLOGÍA

- Servei Meteorològic de Catalunya www.meteocat.com
- Instituto Nacional de Meteorología www.inm.es
- Francia www.meteo.fr

TELÉFONOS DE INTERÉS

- Ajuntament Salardú 973 64 40 30
- Ajuntament Vielha 973 64 00 18
- Conselh Generau d' Aran 973 64 18 01
- Espitau Val d' Aran 973 64 00 06
- Dispensari Baqueira Beret 973 54 51 07
- Mossos d' Esquadra 080
- Comissaria Policia Les 973 64 80 14
- Pompiers 973 64 00 80
- Torisme Val d' Aran 973 64 06 88
- Farmàcies
 - Pala - Vielha 973 64 25 85
 - Pala - Arties 973 64 43 46
 - Pala - Baqueira 973 64 44 62
 - Català - Vielha 973 64 23 46
 - Salardú 973 64 42 25
 - Almansa - Bossòst 973 64 82 19
 - Almansa - Les 973 64 72 44
- Baqueira Beret 973 63 90 00
- Escola Espanhola Esquí 973 64 51 26
- Parques infantils 973 64 54 48
- Immobiliàries
 - Gestiaran 973 64 22 22
 - Gesval 973 64 11 64
 - Habitat 973 64 26 25
 - Eth Puntet 973 64 25 31
 - Aran Casa 973 64 27 13
 - Immobiliària Global 973 64 07 65
 - Ana Nicolàs 973 64 15 02

➤ Taxis fuera y dentro del Valle

- Dera Riva 973 64 71 24
- Dedieu 973 64 07 20

➤ Fontaneros

- Buchaca 607 16 17 93
- Jesús Losa 973 64 16 06

➤ Electricistas- Electrónica

- Buchaca 607 16 17 93
- Carlos Faure 973 64 16 06
- Perailes 973 64 15 60
- Ángel Bayo 973 64 07 83

➤ Limpiezas

- House Aran 973 64 15 22
- Limpiezas Ana 609 73 72 84
- Lutz-Aran 973 64 84 69

➤ Talleres coches

- SEAT 973 64 01 27
- Rodi Aran 973 64 03 40
- Garona 973 64 02 09
- Opel Vielha 973 64 05 11
- Autoval 973 64 01 47

➤ Bancos

- BBVA
 - Vielha 973 64 09 33
 - Bossòst 973 64 81 50
- La Caixa
 - Vielha 973 64 00 10
 - Arties 973 64 26 75
 - Salardú 973 64 58 83
 - Baqueira 973 64 57 12
- Banc Sabadell 973 64 13 88
- Bancaja 973 64 13 79
- Barclays 973 64 30 01
- Caixa Penedès 973 64 12 30
- Banco Santander 973 64 12 36
- Caixa Catalunya 973 64 15 59



ZONA ARBOLADA BAR-RESTAURANTE PISCINA PARQUE INFANTIL ZONA DE BARBACOAS CIRCUITO DE FOOTING Y BTT SALA DE JUEGOS SUPERMERCADO ANIMACIÓN

CAMPING



EL CAMPING VERNEDA OS BRINDA LA MEJOR OFERTA DE CALIDAD PARA QUE VUESTRAS VACACIONES EN PLENA NATURALEZA TRANSCURRAN AL NIVEL MÁS ALTO EN EL VALLE DE ARAN, UN LUGAR PRIVILEGIADO POR SU ENTORNO.

25537 PONT D'ARRÓS VAL D'ARAN LLEIDA (ESPAÑA)
 TELS. 973 641024 | 973 641821
 FAX 973 643218
 INFO@CAMPINGVERNEDA.COM
 WWW.CAMPINGVERNEDA.COM

EL PRIMER TODOCAMINO HIBRIDO DE ALTAS PRESTACIONES



LEXUS RX 400h. 4x4x3


El Todocamino híbrido con mejores prestaciones del mundo no tiene un propulsor sino tres que trabajan en perfecta armonía. Un motor gasolina V6 de 3.3 litros y dos potentes motores eléctricos.

El innovador sistema Lexus Hybrid Drive gestiona su energía y decide qué propulsor trabaja en cada momento ofreciendo un sorprendente consumo mixto de 8,1 l/100 km y un excelente nivel de emisión de gases combinado de 192 g/km.

Descubra el estimulante rendimiento de sus 272 cv de potencia y una aceleración de 0 a 100 km/h en 7,6 segundos.

Si creía que un híbrido nunca llegaría a ser tan potente y que un Todocamino nunca sería tan económico, piénselo de nuevo. Nuestro 4x4x3 demuestra lo contrario.

Información/Prueba: 902 300 503
5 años de garantía
www.mundolexus.com

 **LEXUS**
The pursuit of perfection