

EL DEPORTE EN INTERNET

por Xavi Álvarez Estany www.tritraining.es - info@tritraining.es

inicio | noticias | vídeos | foros | enlaces | contactos |

Entrenamiento Deportivo <http://entrenamientodeportivo.wordpress.com/>

Hoy os presentamos un sitio web que sabe de lo que habla: Entrenamiento Deportivo es un blog claro y fácil, estructurado y sin extenderse demasiado en cada artículo. Con ejemplos prácticos sobre el tema en cuestión, referencias bibliográficas o enlaces para mayor información. No se puede pedir más.



Eric Vallodororealiza una gran labor al frente de este blog que lleva ya cuatro años funcionando, creando como el propio blog define «Un lugar de encuentro para profesionales del Entrenamiento Deportivo y la Preparación Física».

Los lectores son claramente preparadores físicos, entrenadores y deportistas con intereses en deporte y entrenamiento más allá de correr unos segundos más rápido cada serie.

Desde artículos de opinión sobre preparación física a otros más científicos sobre fisiología o técnicas y ejemplos prácticos sobre entrenamiento, tanto de resistencia como de fuerza y velocidad, sin olvidar suplementación, biomecánica y muchos otros temas de interés en el deporte. En su mayoría los artículos tratan de la preparación deportiva en general pero con una densidad algo superior en atletismo. Con más de 175 entradas y, con motivo del cuarto aniversario, recientemente se ha publicado

una entrada recopilatorio que os permitirá ver y acceder rápidamente al artículo que más os interesa.

Utilizando el sistema wordpress.com de rápida puesta en marcha y fácil uso, Entrenamiento Deportivo usa una plantilla sencilla pero bien escogida, limpia, con un menú superior siempre visible y un lateral con una nube de etiquetas, recuadro de últimos comentarios y otras herramientas que facilitan aun más la movilidad en este sitio web.



Eric además tiene bien atendidos a los lectores. Ha dispuesto de forma clara una sección «Consultas» en el menú para todas aquellas dudas no resueltas en el blog o generadas dentro la mente inquieta del lector tras la lectura de un post. Periódicamente responde a todas las preguntas y esto seguro se traduce en una mayor satisfacción de sus lectores. No siempre es fácil mantener un blog, encontrar el momento de escribir y de gestionar las consultas, generar contenido sobre nuevos temas, muchos abandonan a los pocos meses o tras el primer año, sin embargo, tras más de cuatro años en funcionamiento, Entrenamiento Deportivo sigue y esperamos que siga así muchos años más. Desde aquí os animamos a visitar el blog y disfrutar con su lectura.

Meet up <http://www.meetup.com/>

Meet up es uno de esos sitios web que cuando alguien te habla de él piensas dos cosas:

- ✓ Esto hace tiempo que pensé «¿como es que no existe...?»
- ✓ ¡Ya era hora!

A primera vista la idea es sencilla, fácil, directa, un sitio web para crear actividades y la gente se una para realizarlas juntos. No solo está enfocado a actividades deportivas, es más, en España aún no hay mucho movimiento sobre deporte, pero la habrá y queremos presentarte Meet Up antes de que otros te hablen de él.

Si eres un habitual del parque a las ocho de la tarde para hacer unas carreras y preparar la media maratón de tu ciudad, si te gusta salir los sábados por la mañana por el monte con tu btt, si buscas gente con la que realizar una ruta en kayak por la costa o quieres preparar un reto con gente pero en tu entorno no conoces a nadie que comparta estas inquietudes, Meet up pone un puente entre tú y otros en la misma situación. Crea un grupo, detalla la actividad y a compartir. Fotografías, sección de debate y muchas otras páginas que podrás crear dentro del grupo para que todo tenga su sitio.

Actualmente no está muy extendido su uso en nuestro país, pero solo

hace falta hacer búsquedas para ver actividades y grupos en ciudades extranjeras para ver que la idea gusta, que la gente tiene ganas de relacionarse y que Meet up rompe fronteras y hace poco ha llegado cerca de tu casa. Estate atento, en breve tu vecino, tu compañero de gimnasio, un anónimo de tu ciudad, se unirá a esta web, creará un grupo y encontrarás a alguien que le mueve la misma afición o que quiere ir al mismo evento deportivo.

No es una red social más, simplemente úsalo si quieres estar acompañado en tus entrenamientos, escapadas y actividades. Si de lo contrario, lo tuyo no es proponer sino unirte y dejar que otros lleven la organización, Meet up es aún más fácil, selecciona una actividad, una ciudad y el radio en kilómetros..., en menos de dos segundos tendrás los grupos más cercanos a tu ciudad, únete a ellos y ya no hay excusa, no estás solo, mantente informado con el calendario de actividades y ¡a disfrutar!

