

La condición, la resistencia y la voluntad como parte de las credenciales de la paloma más completa

EL DINAMISMO, EL TEMPERAMENTO Y EL REPARTO DE LOS ESFUERZOS EN LA PALOMA MENSAJERA

Entre los tesoros con los que aspira a conocer todo buen preparador, está sin duda el de encontrar el mejor estado de forma para que su equipo de vuelo afronte con las mejores garantías una exitosa temporada que culmine con los mayores logros posibles.



La garantía de repetir esfuerzos y las capacidades que lo permiten, vienen avaladas y sustentadas por un ordenado entrenamiento, la sensatez de su práctica mantiene la intensidad correspondiente y sus necesarias aptitudes de recuperación entre los concursos en los que la paloma mensajera concurre en el transcurso de una temporada de vuelos.

Para evaluar convenientemente esa aspiración a conseguir las deseadas señales sobre ese buscado estado de forma, deben de aportarnos las mismas, una acertada interpretación que nos permitan tomar las mejores decisiones

posibles al respecto, desechando desaciertos sobre esfuerzos mal dosificados que a la larga no sumen garantías para repetir esfuerzos.



La progresión y la constancia en la planificación y aplicación de un acertado entrenamiento, forman parte de esa gestión sobre su desenvolvimiento aplicado a un equipo de vuelo y sus niveles de condición física combinados con descanso y recuperación para presentarse en el mejor estado posible a las citas semanales de los concursos.

Por ello, y tras la pista del mencionado estado de forma, encontramos en su camino de búsqueda las condiciones que favorecen el entrenamiento progresivo, la carga idónea, la intensidad de los ejercicios a practicar en el tiempo estimado de realización, que permita fomentar la adaptación muscular y cardiovascular ideal, con su método adecuado, estudiado y definido, con su elección y duración acorde a la naturaleza y resistencia de cada paloma mensajera, a su clase, a su capacidad y a su valor intrínseco. Lo que ofrece el entrenamiento bien planificado y convenientemente desarrollado es que abre puertas a todas aquellas posibilidades que favorecen que las fuerzas empleadas en su gasto y renovación constante lleven el ritmo más adecuado para alcanzar los mejores fines. Dinamismo, temperamento y reparto de esfuerzos se suman con sus bondades a los valores deportivos esenciales que favorecen y facilitan alcanzar el más óptimo de los rendimientos.

LAS PALOMAS MAS COMPLETAS, LAS DE CATEGORÍA DE CRACK

Sin dejar de obviar en todo ello, las leyes de la herencia por las que se sustenta la genealogía de todo buen linaje, vemos que producen en sus diferentes generaciones, ejemplares que vienen dotados de un poderío excepcional, donde la aplicación de la metodología para alcanzar el mejor estado de forma dentro de un equilibrio que sustenta la salud cardiovascular y la flexibilidad con la aportación de unas notables fuerzas físicas y un desarrollado sentido de la orientación, van descifrando aproximaciones hacia un grado determinado de garantías que se acerquen al mejor de los aciertos en las decisiones que se aplican sobre la conducción de sus carreras deportivas.

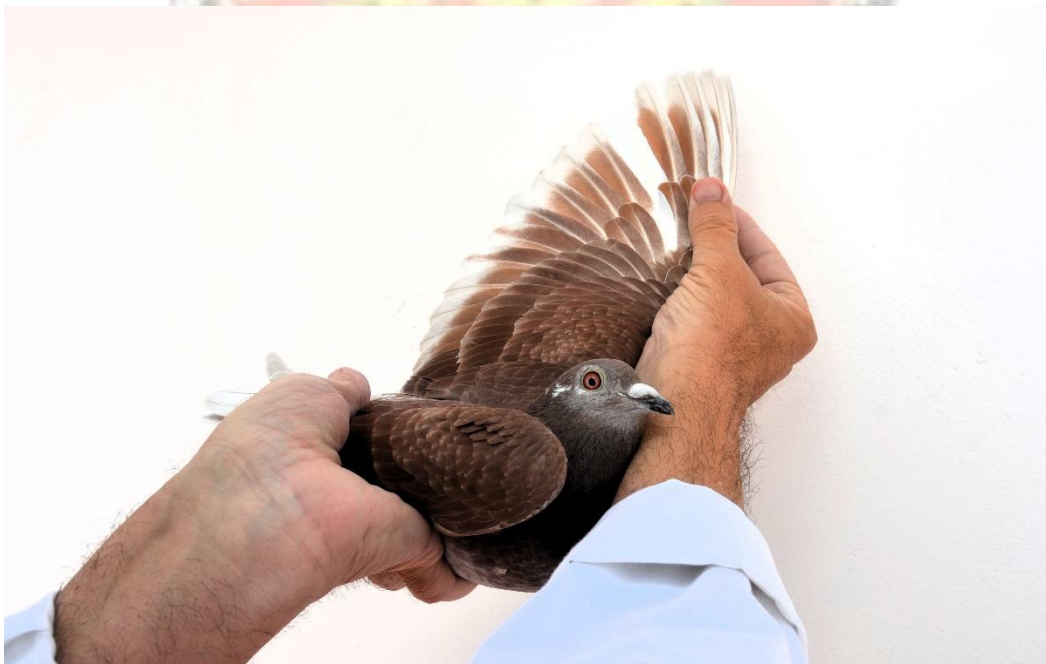


El atleta más completo de cada equipo de vuelo está dotado por naturaleza de aspectos y cualidades como la fuerza, la resistencia, la velocidad, la flexibilidad, el sentido de la orientación y una demostrada fortaleza mental que le permiten cubrir sus desplazamientos con garantías y sus capacidades para reaccionar convenientemente ante cualquier imprevisto no deseado, lo afrontan con una mentalidad y un comportamiento que lo distinguen, de las demás competidores.

Así nos encontramos con ese perfil de paloma que posee un buen estado de salud, que se encuentra perfectamente entrenada y dosificada de acuerdo a sus cualidades y que, tras la ejercitación continua, sustentada en un cuerpo sano y bien alimentado, es sin duda, la paloma completa, la que posee resistencia y voluntad entre sus apreciadas características y la que nos produce tanta alegría encontrarnos como el buque insignia en nuestros equipos de vuelo. Su mejor forma la precede un estado concreto de trabajo avalado y sustentado que cuenta además como complemento aliado, del mejor de los descansos.

EL PLANIFICADO ENFOQUE INTEGRAL DEL PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO

El progreso de estas combinaciones de ejercicios que favorecen el fortalecimiento muscular necesario para afrontar determinadas pruebas, requiere como antes se señalaba, del descanso necesario y adecuado para la recuperación muscular y la perseguida e indispensable reserva de energía, así como mantener el peso idóneo relacionado con la específica alimentación que los esfuerzos programados reclaman, además de reforzar la indispensable inmunidad, estar pendientes y reponer en buena medida de sus sustancias vitales, así como vigilar, examinar y mantener despejadas las vías respiratorias. Todo dentro de un planificado enfoque integral, que permita a cada paloma, tras conocer por el preparador de sus verdaderas capacidades, funcionar a sus máximos potenciales.



El desarrollo armónico de todas las cualidades físicas y psíquicas de cada atleta del espacio, su comportamiento en la evolución de los planes de vuelos semanales se sustenta además en sus reservas de energía como aliada para resolver el desenvolvimiento de una actividad lo más acertada posible.

Los niveles de exigencia de la competición en sus diferentes categorías, aconsejan destinar siempre a cada prueba, al atleta del espacio que bien preparado, encaje convenientemente con las mismas. Su grado de fiabilidad aumenta como consecuencia de la buena planificación.

José Antonio Montesdeoca