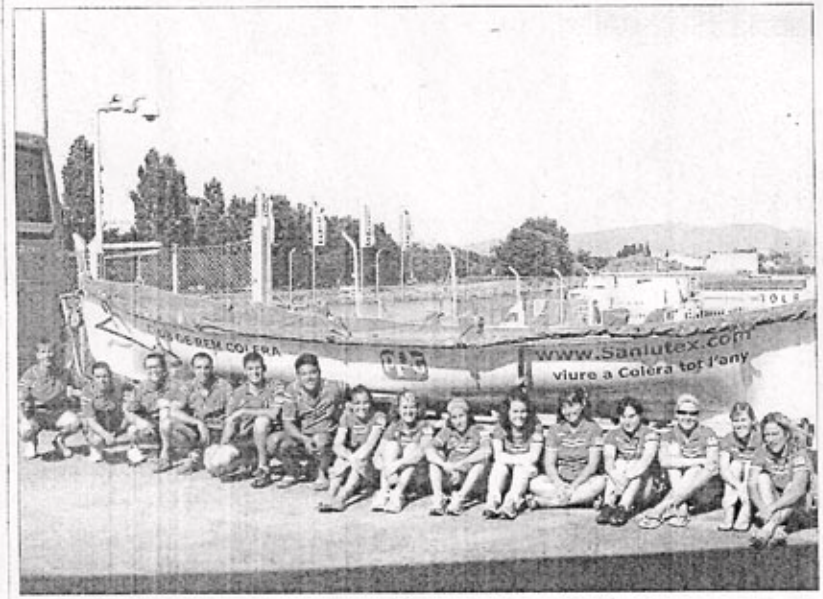
REM Pels quilòmetres de costa que té la comarca de l'Alt Empordà, el rem ha estat amb el temps un dels esports d'aigua més practicats. El rem es pot practicar tant en competició com en lleure, tot i que és en la primera vessant que té més adeptes. Hi ha dos tipus d'embarcacions: el llagut i el llaüt -aquest darrer és una imitació de la trainera típica del País Basc. A la comarca, hi ha dos clubs que actualment dominen el panorama de competició: el Club de Rem Colera i el Xon's Rem d'Empuriabrava. El rem, però, també es pot practicar al Grup d'Esports Nàutics (GEN) de Roses.

Sentir la llibertat tot remant

➤ El rem permet conèixer els racons de la costa tot practicant un esport d'allò més saludable





COLERA | MARC TESTART

■ Poques vegades l'esport permet conèixer el país com quan hom tripula un llagut i s'endinsa al mar. El rem és un esport sacrificat per les condicions físiques que requereix dels que el practiquen, però alhora, és gratificant, ja que el fet d'haver-se de desplaçar sobre aigües del mar obre la possibilitat a fer excursions per la costa. "Les millors excursions són a Cervera i a Portbou. És molt bonic quan els vaixells saluden els remers i els fan fotos", explica Nuri Rabanal, entrenadora de l'equip sènior femení i timonera del sènior masculí del Club de Rem Colera.

Rabanal fa cinc anys que va començar a practicar aquest esport i es mostra entusiasmada per la màgia que desprèn. "És un esport molt satisfactori, perquè sents la sensació de llibertat quan ets al mar. Veure -afegeix Rabanal- sortir la lluna al mig de la badia és indescriptible." I és que la millor hora per endinsar-se al mar amb els rems i l'embarcació és al capvespre -també ho és a primera hora del matí.

Competició i promoció El Club de Rem Colera, juntament amb el Xon's Rem Empuriabrava, són els màxims exponents del rem altempordanès arreu del país. Aquest és un esport que permet conèixer la costa durant els mesos d'estiu.

Gaudir de l'esport a l'estiu

El rem és una manera de gaudir de l'esport, sobretot durant els mesos d'estiu, que és quan hi ha les competicions. A la comarca de l'Alt Empordà, hi ha dos clubs que actualment participen en les competicions de la Federació Catalana i en les de la Federació Espanyola de Rem. Es tracta del Club de Rem Colera i el Xon's Rem d'Empuriabrava.

L'Alt Empordà és una de les potències del moment i ha anat progressant amb el temps: "El rem va començar com un esport de costellada. Ara cada vegada portem més coses del País Basc, d'on són pioners", explica Rabanal. La temporada comença el mes d'abril amb les primeres regates, però des del desembre que ja cal entrenar-se. La Lliga Catalana de Llagut comença el mes de juny i acaba a l'agost, mentre que el Campionat d'Espanya s'allarga fins a la darrera setmana de setembre.

Però, a la comarca també es pot practicar aquest esport en el Grup d'Esports Nàutics (GEN) de Roses, que, tot i no entrar en competició aquesta temporada, també permet adquirir els coneixements bàsics amb els rems a les mans.

També es pot fer una immersió en el món del rem a través del triatló que organitzen conjuntament el Club de Rem Colera i el Club Esportiu TorreMirona de Navata. La darrera edició d'aquest triatló es va fer el dia 5 de juny passat i ja fa un parell d'anys que se celebra. "És una forma de trobar gent que vulgui practicar aquest esport", explica Nuri Rabanal. Durant la jornada que dura el triatló, també es fan sortides a l'exterior per conèixer els secrets del rem.



Empordà - 08-07-08