

El agarre a las dos piernas en lucha libre olímpica: la técnica más utilizada en el campeonato de España júnior masculino

*Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

**Entrenador nacional superior de luchas olímpicas.

Entrenador nacional superior de lucha sambo.

Entrenador nacional superior de defensa personal.

***Entrenador nacional superior de luchas olímpicas.

Entrenador nacional superior de lucha sambo.

Entrenador nacional superior de defensa personal (Granada).

****Profesora de Deportes de Lucha y Judo. Facultad de Ciencias de la

Actividad Física y del Deporte. Universidad de Granada.
(España)

José Gutiérrez Heredia*

joseguti_7@hotmail.com

Ramiro Sanpedro**

ramirosampedro@pmdgranada.org

José A. Gutiérrez Moya***

luchamaracena@hotmail.com

Raquel Escobar Molina****

rescobar@ugr.es

Resumen

En el siguiente trabajo hemos analizado el campeonato de España júnior de Lucha Libre Olímpica, con el objetivo de determinar aquella/s técnica/s que se realizan con mayor frecuencia. Para ello, estudiamos el video correspondiente a este torneo en todas las categorías de peso, llegando a la conclusión de que la técnica denominada agarre a las dos piernas es la más empleada por los luchadores en todos los pesos.

Palabras clave: Lucha Libre Olímpica, Agarre a las dos Piernas.

<http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 11 - N° 100 - Septiembre de 2006

1 / 1

Introducción

La Lucha ha sido una práctica con gran tradición en la historia del ser humano, algo intrínseco él desde sus comienzos como forma de supervivencia y más tarde como deporte (Rodríguez, 2000). No existe ningún origen común para la pugna, pues todos los pueblos y en todas las épocas existió alguna forma de lucha. De hecho, ya en la Grecia antigua los helenos elevaban al rango de ciencia y arte la contienda entre dos adversarios. Su relevancia fue tal que formó parte del programa olímpico como disciplina en el 776 a.c. y llegó a ser uno de los deportes principales de los Juegos. Tras el largo periodo en el que éstos se suspenden, reaparecerá en las Olimpiadas de la era contemporánea, concretamente en las de San Luis (EE.UU., 1904) estando aún vigente.

La Lucha Libre Olímpica es un deporte con agarre, en el que se produce un enfrentamiento entre dos adversarios de características similares (peso, edad y sexo), con el objetivo común de derribar al contrincante y cuyo fin último es fijarlo de espaldas en el suelo, conforme a las acciones y espacios permitidos por el reglamento¹. Al igual que ocurre con otros deportes individuales, el componente técnico es de suma importancia, ya que permite la consecución de un objetivo motor señalado por la táctica, considerando tanto el desarrollo motriz como psíquico. Por tanto, una buena ejecución técnica facilitará la realización de un trabajo con el mínimo gasto energético, posibilitando la adquisición de mejores resultados (Blázquez, 1999).

En este sentido, surge el interés por determinar los gestos más empleados en competición y por ende, llevarlos a la práctica en las sesiones técnicas de entrenamiento. Para ello, hemos analizado los movimientos más empleados en el campeonato de España junior celebrado en el año 2005

(San Javier, Murcia), llegando a la conclusión de que el denominado agarre a las dos piernas es el más utilizado. Dicha técnica se puede definir como "acción de traccionar con nuestros brazos las piernas del oponente a la vez que se produce un desequilibrio del mismo por el empuje de nuestro cuerpo".

A continuación, mostramos los datos obtenidos por categorías de peso en la modalidad masculina, analizando un total de cuatro combates correspondientes a los medallistas del torneo.

Campeonato de España Júnior 2005: Categoría 55 kg

En la tabla 1 presentamos los datos correspondientes a los combates estudiados. En ellos se ha determinado el número total de técnicas empleadas por los luchadores, haciendo una distinción entre aquellas que pertenecen al agarre a las dos piernas y a un grupo denominado otras, donde tienen cabida el resto de movimientos realizados. En este último caso no hemos establecido cuales son los demás gestos, debido a que el objeto de estudio es la técnica anteriormente mencionada.

Tabla 1. Análisis técnico de la categoría junior 55 kg.

Nº combates	Nº total de técnicas	Agarre a las dos piernas	Otras acciones
4	14	8	6

Como podemos apreciar en la figura 1, el mayor porcentaje de técnicas empleadas pertenece al agarre a las dos piernas con un 57,14%, mientras que el 42,85% corresponde a otras técnicas ejecutadas en la competición. Es decir, de un total de 14 gestos, 8 pertenecen al agarre a las dos piernas.

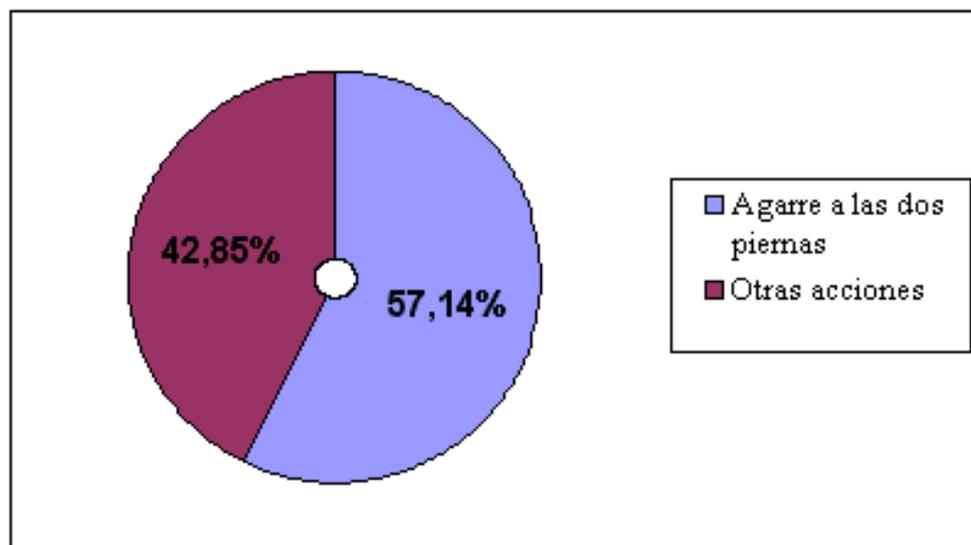


Figura 1. Porcentaje referido a la ejecución de técnicas durante el combate en la categoría de 55kg junior masculina.

Campeonato de España Júnior 2005: Categoría 60 kg

En este caso hemos observado el mismo número de combates, obteniendo un incremento en la cantidad total de técnicas ejecutadas y de agarre a las dos piernas (tabla 2.) con respecto a la categoría inferior.

Tabla 2. Análisis técnico en la categoría júnior 60 kg.

Nº combates	Nº total de técnicas	Agarre a las dos piernas	Otras acciones
4	24	16	8

En este sentido, el 66,60% corresponde a la técnica estudiada mientras que 33,30% alude a los demás gestos de la modalidad.

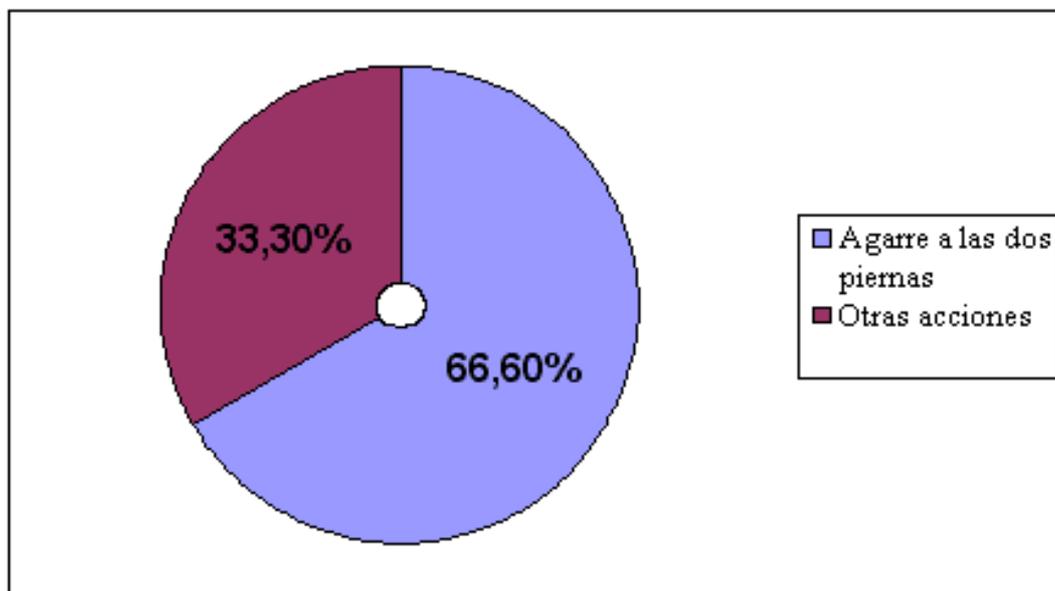


Figura 2. Porcentaje referido a la ejecución de técnicas durante el combate en la categoría de 66kg júnior masculina.

Campeonato de España Júnior 2005: Categoría 66 kg

En esta categoría los datos son bastantes similares a los hallados en la de 55kg, tanto en el total de técnicas como en la cantidad de agarre a las dos piernas y otras acciones.

Tabla 3. Análisis técnico en la categoría júnior 66 kg.

Nº combates	Nº total de técnicas	Agarre a las dos piernas	Otras acciones
4	25	14	11

Podemos advertir en la tabla 3 que de los 25 ataques realizados 14 pertenecen al agarre a las dos piernas, o lo que es lo mismo, un 56% del total de las técnicas. En cambio el 44% restante pertenece a otras técnicas, por lo que como en las anteriores categorías, la acción analizada sigue siendo la que se emplea con mayor frecuencia.

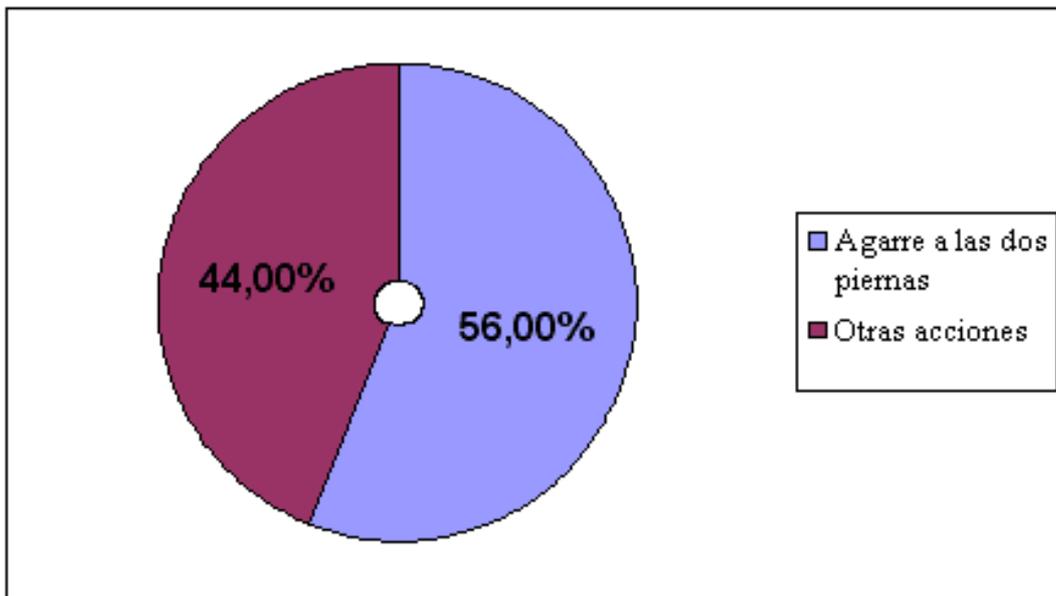


Figura 3. Porcentaje referido a la ejecución de técnicas durante el combate en la categoría de 66kg júnior masculino.

Campeonato de España Júnior 2005: Categoría 74 kg

Para este gesto se registra un valor intermedio total de técnicas ejecutadas (media=21), aunque el número de agarre a las dos piernas es el más alto de todas las analizadas, es decir, un 68,18% (ver figura 4).

Tabla 4. Análisis categoría júnior 74 kg.

Nº combates	Nº total de técnicas	Agarre a las dos piernas	Otras acciones
4	22	15	7

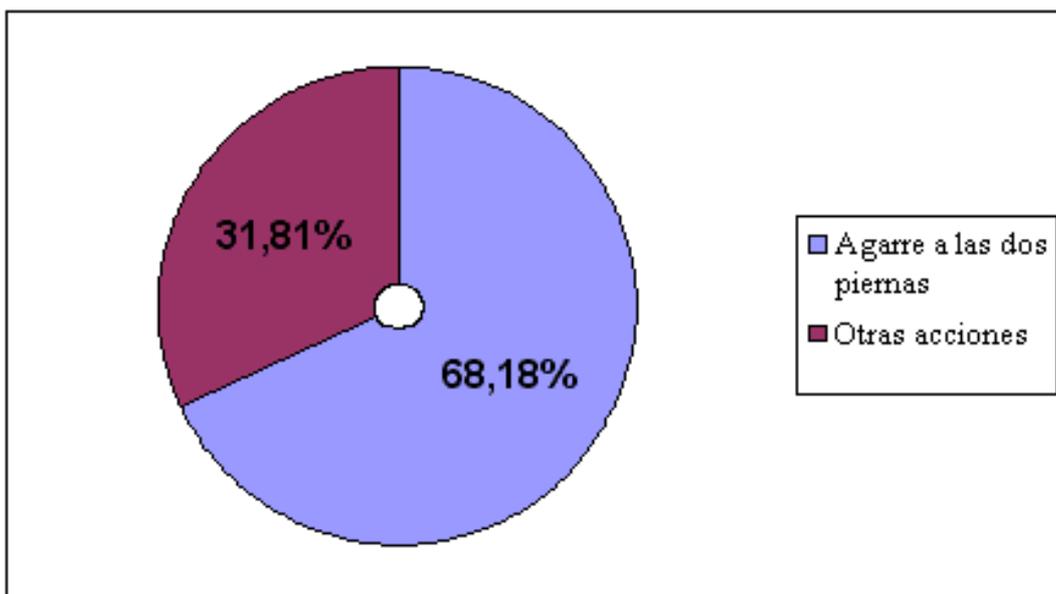


Figura 4. Porcentaje referido a la ejecución de técnicas durante el combate en la categoría de 74kg júnior masculino.

Campeonato de España Júnior 2005: Categoría 84 kg

En la tabla 5 se puede apreciar un total de técnicas superior a la media, aunque el porcentaje de agarre a las dos piernas se sitúa al entorno al 60% (ver figura 5).

Tabla 5. Análisis categoría junior 84 kg.

Nº combates	Nº total de técnicas	Agarre a las dos piernas	Otras acciones
4	25	15	10

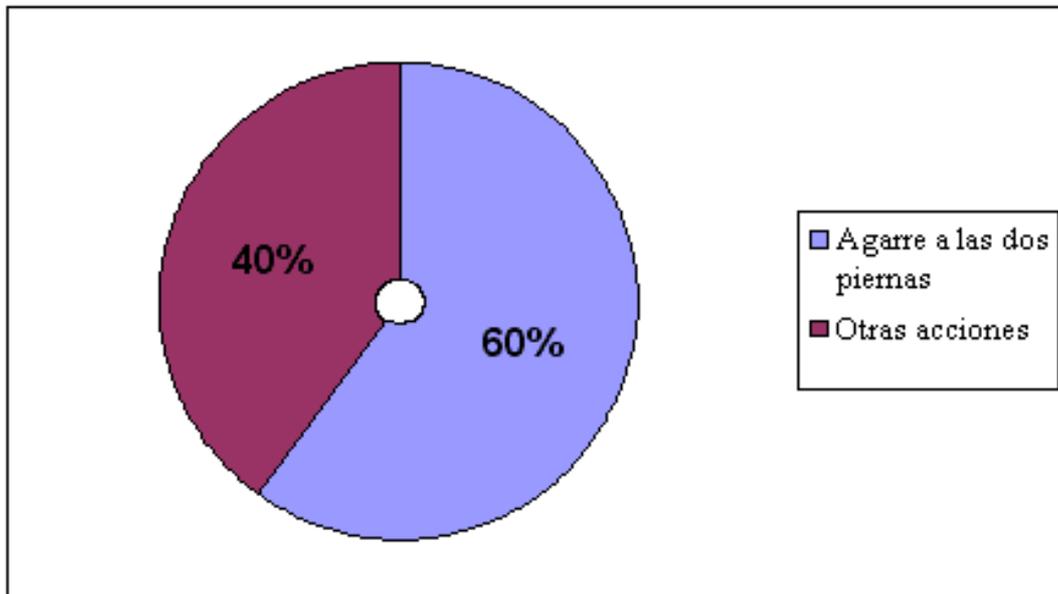


Figura 5. Porcentaje referido a la ejecución de técnicas durante el combate en la categoría de 84kg junior masculina.

Campeonato de España Júnior 2005: Categoría 96 kg

En este peso obtenemos los mismos valores que en la inmediatamente inferior, es decir, un 60% pertenece al agarre a las dos piernas y un 40% a otras técnicas, aunque en esta ocasión, el número total de gestos es inferior (20 ataques) que en la categoría de 84kg (25 ataques).

Tabla 6. Análisis categoría junior 96 kg.

Nº combates	Nº total de técnicas	Agarre a las dos piernas	Otras acciones
4	20	12	8

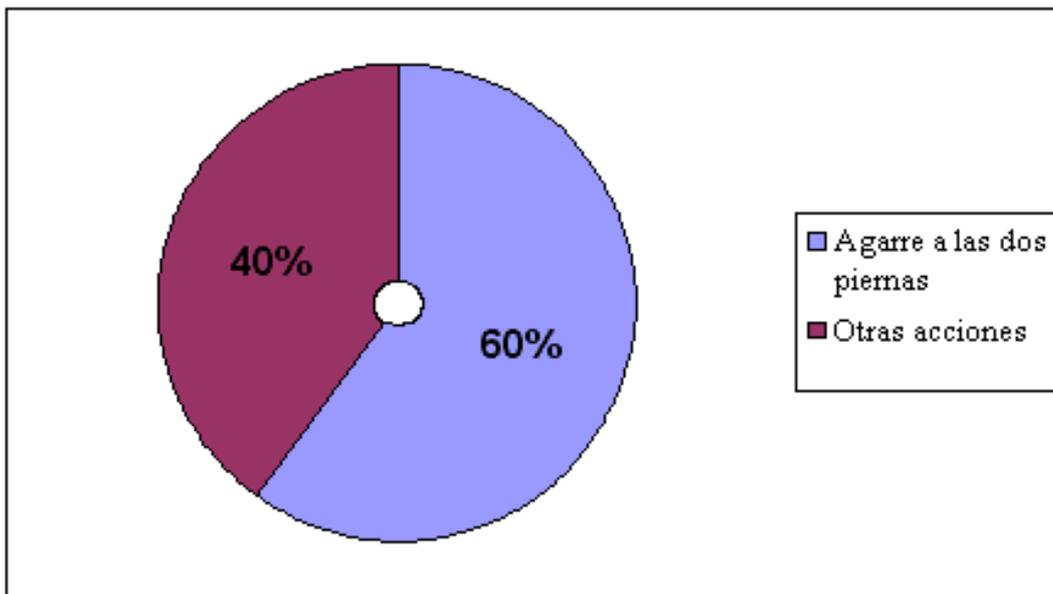


Figura 6. Porcentaje referido a la ejecución de técnicas durante el combate en la categoría de 84kg júnior masculina.

Campeonato de España Júnior 2005: Categoría 120 kg

Como viene ocurriendo a lo largo del estudio, el total de agarre a las dos piernas es superior al de otras técnicas, aunque precisamente en esta categoría el número global de gestos es inferior al de la media (ver tabla 7).

Tabla 7. Análisis categoría júnior 120 kg.

Nº combates	Nº total de técnicas	Agarre a las dos piernas	Otras acciones
4	17	11	7

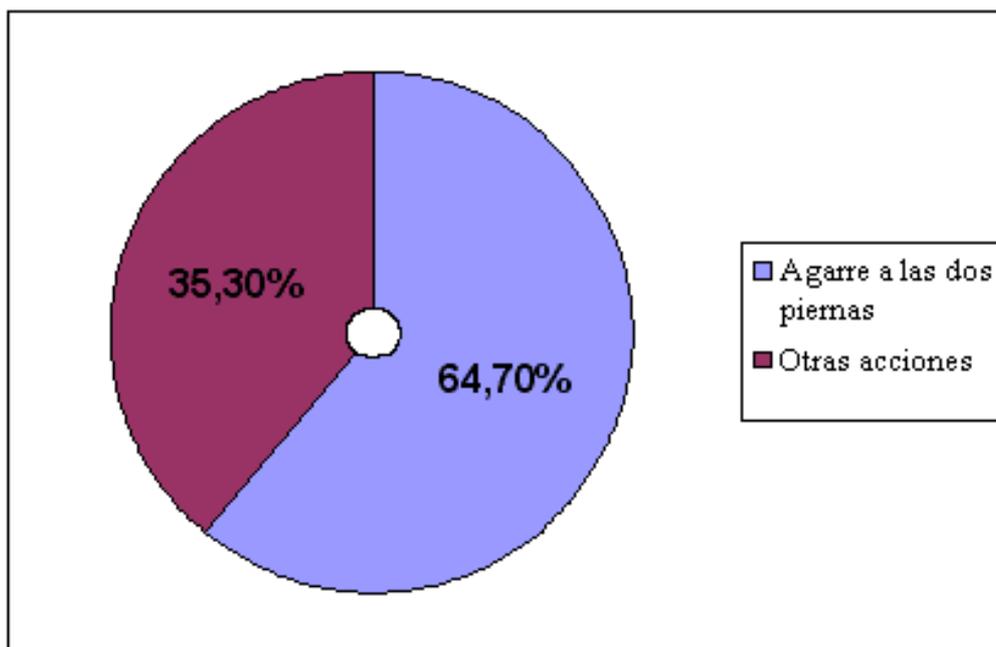


Figura 7. Porcentaje referido a la ejecución de técnicas durante el combate en la categoría de 120kg júnior masculina.

De nuevo, en esta última categoría sucede lo que en las anteriores, es decir, el mayor porcentaje pertenece a la técnica del estudio y el menor a otras técnicas realizadas durante la competición.

Seguidamente mostramos una tabla resumen (tabla 8) de todas las categorías, donde podemos afirmar, tras los datos obtenidos, que a nivel general la técnica denominada agarre a las dos piernas es el gesto más utilizado en competición (61,80%) entre los varones de la categoría júnior y en la totalidad de pesos.

Tabla 8. Análisis Integral Campeonato de España Júnior 2005.

Categoría	Nº total de técnicas	Nº Agarres dos piernas	Otras acciones	% Agarre dos piernas	% Otras acciones
55kg	14	8	6	57,14	42,85
60Kg	24	16	8	66,60	33,30
66kg	25	14	11	56,00	44,00
74kg	22	15	7	68,18	31,81
84kg	25	15	10	60,00	40,00
96kg	20	12	8	60,00	40,00
120kg	17	11	7	64,70	35,30
Total:	147	91	57	61,80	38,18

Tras la revisión bibliográfica, hemos constatado la ausencia de trabajos relacionados con el análisis técnico en Lucha Libre Olímpica. En este sentido, creemos que los datos obtenidos pueden aportar información muy interesante al entrenador de cara al proceso de enseñanza-aprendizaje, siendo necesaria la inclusión de este gesto en el programa técnico desde edades tempranas. Por tanto, conocer y dominar el agarre a las dos piernas (su ataque y defensa) debe ser uno de los objetivos prioritarios en la formación del luchador, ya que es el movimiento en pie más utilizado.

Probablemente, el predominio de esta técnica se deba a su fácil realización, ya que se puede ejecutar directamente sin necesidad un agarre previo, a diferencia de otros movimientos.

Igualmente, la efectividad de la misma la convierte en una de las técnicas preferidas por los competidores, aunque necesitamos un estudio más pormenorizado para explicar el hecho de que a medida que aumenta el peso corporal, el número de agarre a las dos piernas también se incrementa. Presumiblemente, exista una relación entre las características antropométricas del luchador y el porcentaje de agarre a las dos piernas registrado.

Nota:

1. Reglamento de la Federación Internacional de Luchas Amateurs (F.I.L.A., 2006)

Bibliografía

- Blázquez D. La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona (España): Inde; 1999.
- Reglamento de la Federación Internacional de Luchas Amateurs (2006).

- Rodríguez J. Historia del Deporte. Barcelona (España): Inde; 2000
- Video del campeonato de España Júnior 2005 (San Javier, Murcia). Granada (España).

Otros artículos sobre [Deportes de Combate](#)

