

# Los 11 Deportes mas Extremos del Mundo

## 1.- El Paracaidismo



El paracaidismo, parapente, ultraliviano o el Ícaro, son algunas disciplinas dentro de los deportes de vuelo extremo en **México**, que le han dado la posibilidad e inolvidable experiencia al ser humano de volar.

Estas **actividades deportivas**, como se le considera al paracaidismo, tiene su historia y se comenta que se originó de las prácticas militares donde los uniformados se lanzaban desde un avión solo para caer y no para volar, como lo hace un seguidor de esta actividad extrema.

Esta experiencia, consiste a **grandes rasgos** en lanzarse desde una avioneta, de tal forma que la persona logre volar con su propio **cuerpo**. Desde luego que existe un margen de riesgo como en todos estos tipos de deportes y que por lo general en caso de suceder, se refiere a una falla humana o no del equipo; debido a esto es que es tan importante recibir la orientación y ayuda de los expertos.

## 2.- Parapente



Sus orígenes vienen del paracaidismo que en algunos casos son **actividades** que se parecen y en otras son muy diferentes, como por ejemplo el parapente presenta un **perfil** perfectamente aerodinámico y un ala mucho más grande con celdas abiertas por delante y cerradas por detrás, la persona tiene mucho más tiempo para planear y el despegue se hace desde una **montaña** y no de un avión como en el paracaidismo.

Esta disciplina nació en **Francia** cuando grupos de escaladores utilizaban un tipo de paracaídas para no tener que bajar de las montañas. **Asimismo**, la **NASA** ha contribuido mucho con el invento, ya que el sistema de aterrizaje de sus cápsulas espaciales incluye paracaídas que han servido de prototipo.

### 3.- El descenso de ríos o rafting

El rafting un deporte extremo donde se conjugan la destreza y el espíritu de aventura. El descenso de ríos es una actividad deportiva y recreativa que consiste en recorrer el cauce de los ríos en dirección de la corriente (río abajo) y que por lo general se hace sobre algún tipo de embarcación .

Las embarcaciones que más se utilizan son la balsa , la canoa o el kayak , que puede ser rígido o inflable.



### 4.- El ciclismo de montaña

El ciclismo de montaña es uno más de los muy diversos deportes extremos que con el paso del tiempo va teniendo más seguidores y con el que conjuntamente se puede practicar el ecoturismo, turismo rural y el de aventura.

En esta actividad una persona montada en una bicicleta puede recorrer grandes distancias en terrenos muy difíciles y peligrosos a velocidades inimaginables.

El practicarla proporciona grandes beneficios físicos y mentales, ya que se requiere hacer ejercicio para fortalecer el cuerpo, concentración y control mental para actuar adecuadamente en las situaciones críticas, además de que puede ser desestresante, porque se viven experiencias totalmente nuevas y diferentes.



## 5.- Escalada o rapel

Este deporte extremo consiste en descender paredes naturales o artificiales muy altas, con pendientes muy prolongadas; valiéndose para ello solamente de la fuerza física y de un equipo especial.

Existen varios tipos de escalada que se derivan del lugar y del equipo. Por ejemplo por el lugar esta la escalada en roca, que a su vez puede ser ascendida por el interior cuando tiene grietas, el exterior o ambas



## 6.- Salto en bungee

Este es un deporte extremo que se originó hace ya miles de años, por lo que se ubica dentro de los más antiguos. Su origen data en Oceanía, específicamente en las islas Vanuta hoy llamadas Nuevas Hébrides. El salto era un rito llamado Gkol que consistía en demostrar que se había pasado de ser niño a un valiente adolescente, y la mejor forma era lanzándose desde torres de cañas con alturas hasta de 25 metros llevando una cuerda de vid atada a los tobillos.

Afortunadamente este rito se ha convertido en un deporte que ha cambiado y mejorado.



## 7.- El Excursionismo

Es una actividad considerada dentro de los deportes extremos por tener varias disciplinas en donde el peligro esta presente. Consiste en realizar caminatas por determinados medios naturales, en un tiempo límite y siguiendo ciertas reglas y técnicas. Se puede practicar por grandes y chicos, individual o en grupos. Los lugares en los que se puede practicar el excursionismo son: montañas, montes, bosques, selvas, costas, desiertos, cavernas, cañones, paredes rocosas, etc .



## 8.- El Buceo

Este deporte extremo consiste en sumergirse ya sea en playas, litorales, ríos, lagos, lagunas, esteros, presas, cenotes o cavernas; con la debida capacitación y equipo, el cual le permita a la persona respirar bajo el agua y moverse libremente. Todo esto con el objetivo de explorar asombrosos, interesantes y diversos ecosistemas.



## 9.- Gotcha o Paintball

El gotcha es es uno más de los fantásticos deportes extremos que puedes practicar hoy en día, de hecho esta actividad se encuentra entre las que se han destacado por su gran desarrollo a nivel mundial en los últimos años. El gotcha se origina de la palabra inglesa I got you que significa "te pesque"; es un deporte extremo que requiere de habilidad física e intelecto para desarrollarlo, ya que la finalidad es derrotar al mayor número de oponentes utilizando una marcadora que a base de aire dispara cápsulas de pintura; la marca significa derrota.



## 10.- Surf



Fue así que con tiempo y con mucha practica y destresa los hawaianos se convirtieron en asombrosos exploradores, navegantes y expertos en el arte de "correr olas". Para el el año 1900 el surf en Hawai desarrollandocse cada vez más gracias al surfista hawaiano Duke Kahanamoku gana la medalla de oro en natación en los Juegos Olímpicos de Estocolmo en 1912.

Es hoy reconocido en el mundo entero como uno de los deportes extremos mas apasionantes donde es el hombre quien tiene que dominar esas olas tan difíciles a veces por eso es que el surf es tan reconocido y amado por los deportistas.

## 11.- Skate



El skate que comenzo por los años 1970 en California y que rapidamente fue evolucionando hasta nuestros dias . Este deporte extremo si bien sirve como medio de transporte en varias ciudades del mundo permite tambien realizar piruetas, saltos y acrobacias las cuales con varias caidas al comienzo y algunas que otras lesiones permite disfrutarlo de gran manera.

Y en caso de no realizarlo por miedo a caerte, es muy lindo de ver es muy disfrutable ver el skate y como los skaters saltan a varios metros giran en el aire y caen como si nada hubiera pasado.