



El grupo de Beer Runners de Tarragona, calentando en el Parc del Francolí. FOTO: PERE FERRÉ

Beer Runners, una cerveza después del esfuerzo

En Tarragona toma fuerza este movimiento que aboga por practicar deporte en buena compañía y fomenta las relaciones sociales

GLORIA AZNAR
TARRAGONA

Cada miércoles, a las 19.45 horas, un grupo de corredores ataviados con una camiseta naranja se reúne en el Parc del Francolí de Tarragona para salir a correr en buena compañía. No los detiene nada, ni la lluvia, ni el viento, a excepción, eso sí, de los rayos y truenos de las tormentas.

Son los Beer Runners tarragonenses, un movimiento relativamente nuevo en la ciudad que aún deporte y vida social. Un día a la semana salen a correr y después, a la vuelta, sobre las nueve de la noche, los que pueden y les apetece, «vamos a un bar, que siempre es el mismo, a tomar una cerveza», explica su coordinador, Álex Herrero. No obstante, matiza que «es el tercer tiempo». Es decir, «lo principal es el deporte y de hecho, mucha gente de Beer Runners son grandes corredores».

Al mismo tiempo «vas conociendo gente y es lo mejor porque a veces cuando uno sale a correr no sabe con quién hacerlo».

Correr o caminar, cada uno a su ritmo y sin forzar es la filosofía de este grupo que poco a poco se va ampliando con la idea de poder tener diferentes niveles. «Quien quiere caminar, camina y quien quiere correr, corre, más rápido, más despacio. No se

**La cita es cada
miércoles, a las 19.45
horas, en el Parc del
Francolí**

exige nada, no se tiene que pagar ni rendir cuentas», explica Álex. Y a la tercera ocasión que un participante asiste se le regala una camiseta. Tras la marca Beer Runners están las productoras

cerveceras de España. Son quienes pagan la patente, las camisetas y convocan tres carreras al año, una que se celebra siempre en Madrid y las otras dos, itinerantes por provincias. Es una manera de promocionar esta bebida y asociarla con el deporte y la vida sana. El movimiento nació en Estados Unidos en 2007 cuando los 'Fishtown Beer Runners', de Filadelfia, descubrieron un estudio realizado por el Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) y la Universidad de Granada que concluía que la cerveza puede contribuir a la recuperación hídrica después de hacer ejercicio.

Lo más interesante, manifiesta Álex es «cuando te encuentras a la gente en carreras con la camiseta. Ahora también tenemos un grupo de WhatsApp y salimos a entrenar por el Port de Tarragona, como algo extra». Para contactar: beerrunnerstarragona@gmail.com y en Facebook.