El deporte es una práctica fundamental para el desarrollo de la juventud y ayuda mantenerse saludable tanto física como mentalmente. Las durísimas condiciones por la que atraviesa dificulta enormemente la práctica de algún deporte, ya sea por no disponer del suficiente tiempo libre o por no tener cómo poder pagarlo. Con este artículo queremos ofrecer algunos cálculos de cuánto puede costar la práctica de algunos deportes populares como el fútbol, baloncesto, ir al gimnasio o correr.

.....

En el caso de los deportes colectivos como el fútbol o baloncesto encontramos para categorías juveniles, hasta los 18 años, **las Escuelas Deportivas en donde las cuotas anuales pueden llegar hasta los 500 euros para un joven deportista** . A partir de las categorías de aficionados muchas de estas Escuelas Deportivas pueden mantener equipos con inscripciones mucho más bajas o incluso sin ellas pero evidentemente esto requiere del deportista un cierto nivel de competición.

Muchos jóvenes optan por **montar equipos para federarlos o también competir en las ligas municipales** , no para medirse en un alto nivel de competición sino para mantenerse realizando su deporte favorito entre amigos.

En el caso de los equipos federados (hablamos de aficionados) **los precios oscilarán según la comunidad autónoma pues inciden las subvenciones que cada federación recibe de su comunidad** . Un equipo de fútbol 11 deberá pagar una inscripción cercana a los 100 euros, cada jugador necesitará una ficha y seguro médico de unos 60 y cada vez que juegue en campo local deberá pagar los arbitrajes que en Madrid ascienden a unos 80 euros, pero que en otras comunidades donde las distancias sean mayores como Andalucía o Extremadura el precio suele ascender.

Todo esto sin contar con que cada equipo deberá disponer de un campo o pista donde ejercer su localidad y poder entrenar.

Se comprende pues que para que los jóvenes puedan practicar estos deportes pagando **cuota**

s anuales cercanas a los 120 euros
necesiten ingeniárselas para conseguir campos, pistas e incluso las equipaciones. Por eso muchos equipos acuden a los pueblos y compitiendo en su representación consiguen que
el Ayuntamiento les ceda las instalaciones
. Esto mismo ocurre en las ciudades con los colegios, por ejemplo cediendo pistas de baloncesto o fútbol sala. No son pocas las veces que los equipos debe acudir a los bares o comercios del barrio en busca de un anunciante que pague sus equipaciones a cambio incluso de aparecer en el nombre del equipo.

Otra opción para deportes colectivos son **las ligas municipales que se juegan en los polideportivos, bastante más baratas y que cuestan alrededor de 600 euros por equipo**
. Aquí los problemas suelen ser el mal estado de las instalaciones o la escasez de plazas. Por eso muchos jóvenes optan por las ligas privadas aún siendo bastante más caras, alrededor de
1200 euros por equipo
y que suelen ofrecer equipaciones, balones e incluso
la posibilidad de competir entre semana al final de la jornada.

¿Y los deportes individuales? No son pocos los jóvenes que deciden acudir a un gimnasio para mantenerse en forma. Un estudio de 2011 de FACUA arrojó algunos datos: **el coste medio mensual de un gimnasio era de 43,40 euros**
, pero las cuotas podrían variar hasta un 260% llegando en algunos casos hasta 90 euros.

Las tarifas mensuales más baratas eran las de Cádiz, con un precio medio de 33,66 euros, Huelva unos 35 euros y A Coruña unos 36,33. Por otro lado las tarifas mas caras se pueden encontrar en Madrid, con una media de 56,00 euros, Bilbao, 53,31, y Zaragoza unos 51,93.

Últimamente han proliferado por todas las ciudades **los gimnasios low cost**, que ofrecen unas cuotas bastante más baratas,
entre 20 y 25 euros mensuales, pero que ofrecen a la vez otras dificultades
como la falta de monitores que puedan asesorarnos o la masificación en cierta franja horaria en la que notaremos escasez de máquinas libres dificultandonos planificar una rutina, no quedando más opción que conformarse con coger las máquinas a medida estas que queden libres.

Hay que decir además que **estas tarifas más baratas requieren de pagos de cuotas anuales o de varios meses dificultando el cambio de gimnasio si al tiempo consideramos**

que hemos errado en la elección.

El running es quizás uno de los deportes más populares y económicos, aunque como ya analizáramos en un articulo anterior tampoco escapa a la mercantilización. Para correr no necesitamos más que unas zapatillas, un pantalón y una camiseta, una equipación que **no debería costar más de unos 30 euros** si optamos por la más básica e incluso tiramos de ropa deportiva que ya tenemos por casa.

En el caso de las zapatillas podríamos encontrar **las más baratas por 20-30€ en el Decathlon** , las cuales para empezar a correr y hacerlo puntualmente son más que suficientes. Eso sí, aunque en lo que es camiseta y pantalón se puede usar cualquier ropa deportiva, e **n lo referente a zapatillas desaconsejamos que se use calzado de calle o zapatillas de otros deportes** ya que la amortiguación es mucho menor y puede terminar por causarnos problemas en las rodillas y otras articulaciones que terminen generándonos una lesión. **Una vez queramos avanzar un poco más y nos presentemos frecuentemente a carreras deportivas ya nos veremos obligados a comprar unas algo mejores** que las del Decathlon, las cuales suelen tener unos precios bastante altos. Aproximadamente sobre los 60-80€ aunque veremos que hay hasta de 200€.

Y si bien para salir a correr sólo necesitamos un parque cercano posiblemente queramos proponernos metas y desafíos, por ejemplo participando en carreras. **El precio de inscripción en una carrera depende de los kilómetros** , unos 10 o 15 euros para carreras de entre 5 y 10 kilómetros, 25 euros una media maratón, y para la maratón los precios oscilarán entre los 40 o 50 euros.

Como vemos, un deporte como correr que supuestamente no cuesta dinero **termina por vaciarnos los bolsillos en cuanto empezamos a practicarlo más allá de los entrenamientos** por nuestra cuenta. Esto pasa en general en todos los deportes hasta el punto de que supone el primer freno para los deportistas populares que compaginan la práctica deportiva con el trabajo, los estudios y otras obligaciones.