

“Los gimnasios ‘deportivos’. Del ocio a la obligación”

JAVIER ELOY MARTÍNEZ GUIRAO

UNED

1. INTRODUCCIÓN

El constante cambio sociocultural, que caracteriza a cualquier grupo o sociedad, ha adquirido una nueva dimensión acelerada, a través de recientes procesos globalizadores, en las últimas décadas. Los conceptos y valores se ven transformados casi continuamente y deben ser revisados y estudiados en todas sus manifestaciones una y otra vez. El ocio y tiempo de ocio, y ejercicio físico y deporte como ocio, formarán parte pues, de esta coyuntura.

Una serie de factores, que analizaremos en este texto, han provocado desde hace unos años la proliferación de gimnasios y centros deportivos, cada vez más especializados y con mayor oferta de actividades que ofrecen una amplia posibilidad de elección, con las que ocupan el tiempo de ocio.

No obstante, si analizamos el origen y la evolución de los gimnasios, tal y como se ha dado en los últimos años del pasado siglo XX, y los valores sobre los que se han sustentado y lo hacen en la actualidad, veremos cómo la asimilación entre asistencia al gimnasio y actividad ociosa no es del todo correcta.

El auge del culto al cuerpo se puede considerar uno de los principales factores que han impulsado la multiplicación de estos espacios. Este fenómeno está relacionado actualmente, sobre todo con valores estéticos, que tanto las pautas presentes en la vida cotidiana de gran parte de los sujetos como factores genéticos, los hacen difíciles de alcanzar. Por ello, la asistencia al gimnasio se convierte en el único medio para conseguir los cánones estéticos de la moda de cada momento, que a su vez, se perciben cada vez más como necesarios. Pues son las representaciones ideológicas hegemónicas de cada sociedad las que dictaminan la moda, lo deseable, lo prestigioso, lo atractivo... es decir, los valores dominantes. Valores que llevan a la acción y a la conducta social y que en ocasiones se contradicen o contraponen a los “deseos” individuales.

En definitiva, el concepto del gimnasio como lugar de ocio debe replantearse para ser estudiado, en muchas ocasiones, como contexto de obligación.

2. LA CONSTRUCCIÓN DEL TIEMPO Y LAS DICOTOMÍA TRABAJO-TIEMPO LIBRE

Podemos decir, que el concepto de ocio, tal y como es entendido en nuestra sociedad y el resto de sociedades postindustriales, presenta unas características particulares que difieren de otros sistemas culturales.

La diferenciación y, en cierto modo, oposición entre el tiempo de ocio y tiempo de trabajo no siempre ni en todas partes se ha manifestado tan evidente, y en todo caso, las diferentes lógicas internas de cada cultura han conllevado un concepto de ocio distinto.

En las sociedades industriales cambia la percepción del tiempo, lo que tiene implicaciones en la manera de entender las actividades ociosas. Las personas y su trabajo, y por tanto su tiempo se transforman en mercancías con un valor económico determinado. Los horarios se establecen rígidamente para la mayoría de la población, el reloj se vuelve indispensable y se erige como “director” de los tiempos y de las vidas. Cada persona debe estar a una hora concreta en su lugar de trabajo, un minuto de retraso puede acarrear sanciones y no debe abandonar hasta que el reloj se lo indique. La actividad laboral queda cuantificada y despersonalizada, lo importante no es quién o cómo haga cada tarea, sino el tiempo dedicado a ella, en función del cual se establecen los salarios.

Ante esta tesitura del tiempo y las vidas “cuadrículados”, aquél adquiere un valor especial que lo clasifica atendiendo a las actividades que se realicen en él.

Por ello, la primera diferenciación se hará entre el rígido e ineludible tiempo de trabajo y el fugaz y flexible tiempo libre.

Pero el tiempo libre, que comprende todas las actividades que se realizan fuera del horario de trabajo, no se halla exento de obligaciones. Para Gete (1987), “este tiempo está compuesto por una serie de horas que se encuentran dispersas a lo largo del día, lo que provoca que las posibilidades de disfrute del mismo sean menores. Junto a este fraccionamiento nos encontramos con que parte de estas horas se emplean en la satisfacción de las necesidades biológicas y de conservación (v.g. dormir, comer, visitas al médico, etc.), otra parte importante de ese tiempo se dedica a los desplazamientos que es necesario hacer a lo largo del día (v.g. al trabajo, al supermercado, al médico, búsqueda de aparcamiento, etc.). Por lo tanto, éste es un tiempo que aunque a priori se supone libre, ya que no pertenece a la jornada laboral, sufre las mismas presiones que esta última. Del tiempo restante, ha de extraerse parte para múltiples obligaciones que se presentan y no pueden ser eludidas (visita a familiares, ayudar a los hijos o a otras personas, realizar compras, reparaciones domésticas, limpieza del hogar, obligaciones sociales, etc.); estas obligaciones suponen un nuevo recorte temporal que empequeñece aún más el tiempo restante” (San Martín, 1997: 19).

3. EL OCIO⁵⁷ COMO ESFERA INCLUIDA EN EL TIEMPO LIBRE

Por ello, existen distintos conceptos de ocio establecidos por diversos autores. Tradicionalmente y según Veblen (1971: 51) se ha considerado al ocio como el periodo de

⁵⁷ Al respecto Gete (1987) va más allá y hace una diferenciación entre ocio y tiempo de ocio, considerando a este último como el tiempo requerido en las implicaciones de algunas actividades ociosas, como pueden ser las

tiempo en el que el hombre⁵⁸ no realiza ninguna actividad productiva. Argely (1996: 3), por su parte, considera el ocio como el “conjunto de actividades que una persona realiza en su tiempo libre, porque desea hacerlas, sin presiones externas, con el objetivo de divertirse, entretenerse, desarrollarse a sí mismo, o cualquier otro objetivo que no implique beneficios materiales”⁵⁹.

Básicamente podríamos extraer que el ocio, en nuestra sociedad, presenta una serie de características:

Por un lado, sería el resultado de una elección libre, con las mínimas imposiciones culturales y una preponderancia de los deseos personales.

Por otro, en las actividades ociosas no existe ánimo de lucro ni se persiguen fines ideológicos. Bajo esta perspectiva no se consideran como ocio las tareas desempeñadas en ONG’s, la asistencia a centros religiosos o a mítines políticos, aunque no impliquen ánimo de lucro. Por último supondría diversión, placer y satisfacción.

Cualquier acto que no se ajuste a estos preceptos se alejarán de la denominación ocio.

Algunos autores establecen una categoría intermedia cuando sólo se cumplen algunos de los requisitos señalados. De modo que “si el ocio está regido en parte por algún fin comercial, utilitario o ideológico ya no es enteramente ocio; conserva parte de su naturaleza, por lo que lo llamaremos “semioicio”. En estas condiciones, es como si el círculo de las obligaciones primarias oscureciera parcialmente el círculo del ocio; el siemioicio es la zona donde los dos círculos se cortan. Esta situación se da cuando se paga al atleta por alguna de sus actuaciones, el pescador vende parte de su pesca, el jardinero que tiene pasión por las flores planta legumbres para su consumo, o el hombre habilidoso hace reparaciones domésticas; puede ocurrir incluso cuando alguien asiste a una función municipal más por el espectáculo que por la ceremonia, o cuando un oficinista lee una novela escogida, para poder decir al jefe de su departamento que la ha leído”⁶⁰.

4. EL DEPORTE COMO ACTIVIDAD OCIOSA

Es indudable que existe cierta relación entre el ocio y las actividades lúdicas, entre las que se incluye el deporte en contextos concretos. Y de hecho, es en el tiempo dedicado al ocio, cuando éstas se llevan a cabo.

Argyle (1996) en su definición de ocio, cuando nos habla del objetivo de divertirse y entretenerse, contempla el aspecto lúdico que éste conlleva. Bajo este concepto podemos

derivadas de los desplazamientos (colas, caravanas, etc.) y otras necesidades (comprar ropa e ir a la peluquería para asistir a una fiesta, etc). El ocio sería la parte del tiempo de ocio que no requiere este tipo de obligaciones. (San Martín, 1997: 19-20).

⁵⁸ Aunque creemos que resulta evidente en el contexto de la redacción el significado de hombre como ser humano, manteniéndonos al margen de ideologías de género y perspectivas andro y “ginocéntricas”, hacemos esta apreciación para explicitarlo más si cabe.

⁵⁹ En San Martín García J.E. (1997). *Psicosociología del Ocio y el Turismo*. Málaga. Ed. Aljibe, p. 20.

⁶⁰ VVAA (1974) *En Enciclopedia internacional de las ciencias sociales*. Madrid. Ed.Aguilar.

seguir a Huizinga (2000) y su *Homo Ludens*, considerando también como ocio a todas las actividades lúdicas, es decir, las realizadas a modo de juego. De hecho son diversos los autores que confieren al juego cualidades coincidentes con las del tiempo de ocio. El juego pues implicará una elección libre (Huizinga, 1972; Cagigal, 1957; Brofenbrenner, 1987; Cañeque, 1991; Antonelli y Salvini, 1982; Paredes, 2002; Caillos, 1958), una ausencia de ánimo de lucro (Cagigal, 1957; Brofenbrenner, 1987; Cañeque, 1991; González y González, 1992; Antonelli y Salvini, 1982; Paredes, 2002; Caillos, 1958) y diversión, placer y satisfacción (Brofenbrenner, 1987; Cañeque, 1991; Paredes, 2002; Caillos, 1958).

Pero, ¿hasta qué punto mantiene el deporte estas características?

Numerosos autores han tratado de establecer un término cuyo significado ha ido variando a lo largo de la historia sin llegar a un acuerdo.

Podemos considerar que existen fundamentalmente dos corrientes teóricas:

En primer lugar están los autores que consideran que el deporte es algo perteneciente e inseparable de la naturaleza humana, y que ha existido siempre.

La otra corriente concibe su origen en la Inglaterra de la Revolución Industrial, y lo entiende como un fenómeno social y un símbolo cultural, característico de las sociedades contemporáneas urbanas e industriales (Oliveira, 1999: 15).

Por otro lado, la antropología, como una conciencia crítica frente a supuestos etnocentrismos, considera que “si bien es cierto que el *deporte moderno* presenta unas características propias (secularización, especialización, racionalización, etc.) no debemos desligarlo de otro conjunto de prácticas corporales más o menos competitivas que se han producido, y que se producen en diferentes culturas” (Aguirre, 1993: 173).

En todo caso, resulta posible establecer las principales características que adquiere el deporte en la actualidad. Para Parlebas (1988: 49), éstas serían la actividad motriz, la competición y la institucionalización.

Como afirma Paredes (2002), “las definiciones de deporte son prácticamente coincidentes con las de juego. La explicación está en que el deporte no es más que un juego institucionalizado, con una tendencia limitativa más acusada y con un carácter progresivamente universal. Por tanto, la naturaleza del juego, en algunos puntos se confunde con el deporte, por ejemplo, en las reglas, la incertidumbre y el placer. La naturaleza diferenciada del deporte frente al juego se centra en unos parámetros, alejados de su concepto más puro, que son la antítesis del juego, y que incluso son partícipes del trabajo. Éstos parámetros exclusivos del trabajo son, por ejemplo: seriedad, obligatoriedad y profesionalidad” (Paredes, 2002).

Así, “en la medida que una característica de deporte se extralimita se aleja de determinadas del juego. Así cuando el deporte se hace serio, su juego no es alegre. Cuando un deporte se hace obligatorio, su juego no es libre. Cuando un deporte se profesionaliza, su juego no es ficticio ni improductivo. Y cuando un deporte se institucionaliza, es trascendental y no espontáneo” (Paredes, 2002). Pero a su vez, “cuando el deporte se practica por iniciativa propia en un marco sin exigencias, el juego está presente. Cuando el deporte se practica con la asunción de la regla y de la norma porque no se desvincula de otras reglas y normas comunes de la vida diaria, se está más cerca del acuerdo de los juegos. Cuando el deporte no es trascendental, puede aparecer el placer y el pasatiempo.” (Paredes, 2002).

En definitiva, “el juego y el deporte, en determinados espacios, son una misma cosa, porque poseen una misma naturaleza” (Paredes, 2002).

5. DE LA GIMNASIA TERAPÉUTICA A LA GIMNASIA MODELADORA DE LAS FORMAS CORPORALES

Podríamos decir que hay dos vertientes que determinan las principales actividades que se realizan en los gimnasios actuales:

El deporte y las atribuciones que se le hacen se han extrapolado al mundo de los gimnasios, y constituye una vertiente respecto al tipo de actividades que se pueden encontrar en ellos. La otra vertiente principal influyente en los gimnasios es la relacionada con la gimnástica.

Podríamos denominar a la gimnasia como una forma de ejercicio físico caracterizada por movimientos sistemáticos y cada uno de ellos con unos fines concretos, relacionada en conjunto con la mejora de la salud. Se diferencia del juego en cuanto que no constituye un fin en sí misma y la diversión se ve sustituida por la repetición sistemática, y lo hace del deporte porque, *a priori*, carece de competición, de enfrentamiento motriz y de la búsqueda de unas marcas o *records*.

Pero, la gimnasia, al igual que el deporte, tiene también diferentes concepciones en función del contexto donde se haya desarrollado.

Aunque han existido diversos sistemas de gimnasia a lo largo de la historia y en distintos lugares, son las influencias de los sistemas desarrollados en Europa, principalmente durante los siglos XIX y XX, las que resultan más apreciables en los gimnasios. Éstas fueron la Escuela Sueca (con una concepción biológico-anatómica), la Escuela Alemana (con la vertiente pedagógico natural y la nacionalista), la Escuela Francesa (natural y utilitaria) y la Escuela Inglesa, que seguirá una línea deportiva, incluyendo actividades como juegos y deportes. Del desarrollo de las tres primeras surgirán los Movimientos del Norte, del Centro, y del Oeste, respectivamente.

La ideología que ha sustentado a la gimnasia a lo largo de la historia ha ido variando en torno a discursos como los ofrecidos por la pedagogía, el militarismo, el nacionalismo, el esteticismo (referido a la puesta en escena y espectáculo, como el ballet, interpretación, etc.) y por supuesto la salud.

Su práctica en la actualidad se debe tanto a la adaptación a nuestro sistema socio-cultural, como a los avances de las ciencias naturales.

El discurso de la gimnasia relacionada con la salud, el que le otorga características terapéuticas y medicinales, pierde sus orígenes en el tiempo, pero cobró gran auge a partir de los años 60's del siglo XX.

El sedentarismo típico de las sociedades actuales favorecía la degeneración física progresiva con el consiguiente empeoramiento de la salud, y la gimnasia, especialmente la relacionada con los ejercicios aeróbicos, se mostraba beneficiosa para el sistema cardiovascular y propiciaba una mayor longevidad y calidad de vida. El *footing* y el uso de las bicicletas estáticas alcanzaron una gran popularidad en España durante la década de los 70's.

Por aquel entonces, estas actividades todavía no se habían generalizado de manera institucionalizada, sino que habría que esperar unos años para que se diera la actual proliferación de gimnasios.

Fue durante los años 80's cuando éstos comenzarían a tener una presencia considerable. En efecto, aunque ya existían desde años atrás, en esta época fueron abriendo sus puertas de manera masiva gimnasios especializados en diferentes actividades. Principalmente estaban, por un lado, los que se dedicaban al culturismo, con una faceta de competición que le atribuía el carácter deportivo, pero con una ideología subyacente que implicaba el modelamiento del cuerpo a través del ejercicio físico. Este tipo de actividad, aunque por aquel entonces escasamente difundida, adquiriría la categoría de estilo de vida, en tanto que sus adeptos modificaban diferentes hábitos y aspectos de su vida para alcanzar este fin.

Por otro, los de artes marciales, que todavía no presentaban de manera tan acusada la actual categoría de deporte.

Pero, en el último lustro de ésta década, comenzaron a implantarse otras actividades sucesoras de la gimnasia “tradicional” representadas por el *aerobic* y sus derivados.

Éste había sido desarrollado por Cooper en EEUU durante los años 60's y presentaba como principal novedad la incorporación de ritmos musicales y de bailes que han ido variando con las modas de este sector (“funky”, “hip-hop”, “bakalao”, etc.).

Con la introducción de la música y su acercamiento al baile, el *aerobic* se apoyaba en el discurso del gimnasio como lugar de ocio, y las anteriores prácticas rutinarias y aburridas eran transformadas en un sistema ameno y divertido. Pero a su vez, las representaciones ideológicas de género que otorga a los ejercicios rítmicos, a la danza y al baile la categoría de femeninos, harán del *aerobic* un coto casi exclusivo para mujeres.

A partir de entonces se creará una dicotomía en los gimnasios que, a rasgos generales, ofrecerán actividades “femeninas” como el *aerobic*, donde predominarán los clientes de este género, y “masculinas”, como las artes marciales y el culturismo, donde los hombres serán mayoría.

Esta diferenciación a su vez, estaría relacionada con las nuevas representaciones sobre la estética del cuerpo que basaban el ideal corporal de la mujer con la delgadez, alcanzable mediante ejercicios físicos aeróbicos (como el *aerobic*), mientras que del cuerpo del hombre, a diferencia de años anteriores, se comenzaba a apreciar el desarrollo de la musculatura, emblema de los ejercicios con pesas y el culturismo.

Un desarrollo sin precedentes durante la década de los 90's sometió a los gimnasios a una gran competitividad entre ellos, que los obligó a continuas actualizaciones y modificaciones, tanto en lo que respecta a las instalaciones como en las actividades ofertadas que iban surgiendo continuamente. Esto se tradujo en una tendencia al aumento constante en ambos aspectos. Se fueron incorporando sucesivamente elementos de relax como las saunas, el baño turco o la bañera de hidromasaje; actividades físicas que seguían los principios musicales del *aerobic*, como el *spinning*, el *step*, el *fitness*; así como numerosos aparatos sofisticados y nuevas artes marciales y deportes de combate; pistas de squash, piscinas, etc.

Se estaba produciendo el fenómeno de transformación de los gimnasios “tradicionales”, en auténticos centros “deportivos”, como ellos se autodenominan, o centros de ocio. De modo que, con las connotaciones que el mismo término deporte llevaba implíci-

tas en cuanto a aspecto lúdico, estos contextos se establecieron como nuevos espacios de sociabilidad, donde se producían relaciones sociales y la gente acudía en su tiempo de ocio.

6. LA COEXISTENCIA DE DISCURSOS EN LA ACTUALIDAD

Actualmente los discursos del ocio y de la salud, coexisten con los valores del culto al cuerpo en relación con la estética y el ejercicio físico como medio para el modelamiento corporal, que se han hecho hegemónicos.

El primero de ellos se sustenta en continuidad de la “Escuela Inglesa” y del deporte “moderno”, que tendrá cabida en los gimnasios actuales. Igualmente, la situación motriz que implican estas prácticas, en contraposición al sedentarismo que imponen muchos trabajos, implican tanto el efecto de catarsis como una búsqueda de la emoción. El concepto de ocio es utilizado como reclamo para la captación de clientes, tan indispensables para la supervivencia de estos espacios dentro de las sociedades capitalistas regidas por el sistema de mercado. De este discurso se deriva la asunción del gimnasio como espacio de sociabilidad. De modo que el gimnasio se establece como lugar de encuentro, donde muchos usuarios acuden con la excusa del ejercicio físico y la diversión que éste conlleva, pero con la principal intención de reunirse con los amigos.

La preocupación por la salud supone un sincretismo entre el desarrollo de los fines de la gimnasia europea y los sistemas “orientales” importados del Este Asiático, tales como el *yoga*, *taichi*, *chi kung*, etc. que, aunque basados en filosofías diferentes, conviven en estos lugares. En este sentido, cada vez es más frecuente la incorporación de consultas médicas, masajistas y especialistas de medicinas orientales, entre otros. Estos aspectos tienen mayor aceptación entre los sujetos a partir de cierta edad.

Sin embargo, consideramos que si bien los otros dos discursos se hallan vigentes, es el de la estética el que tiene más relevancia, especialmente en los jóvenes que a su vez son los principales usuarios. Será ésta pues, la motivación que tienen la mayoría de los individuos que acuden a un gimnasio.

Hemos de tener presente la incorporación de elementos materiales específicos para este fin como los aparatos de rayos V y la presencia de los complementos dietéticos o alimentos-estética, además de la nueva denominación del culturismo como *body building* (construir el cuerpo), nombre más sugerente.

Todo está dispuesto en estos lugares, de manera que hagan posible alcanzar los pretendidos ideales estéticos del cuerpo dominantes en la actualidad, que se basan en la delgadez por parte de la mujer y el desarrollo de la musculación en los hombres.

7. EL GIMNASIO COMO CONTEXTO DE OBLIGACIÓN

Como bien sabemos, los sujetos sociales se mueven sustentados y motivados por ideas, es decir, las representaciones ideológicas compartidas y los sistemas de valores son

los que empujan a la acción, los que guían las conductas y las prácticas sociales. Pues bien, en relación al hecho de ir a un gimnasio y considerarlo como una “opción” o como una “obligación” debemos tener varios aspectos presentes.

Es cierto, como ya hemos señalado que el culto al cuerpo (con su pretendida y buscada eterna juventud, la dieta saludable, el estar delgado, la vida sana y el discurso del ejercicio físico igual a salud, etc.) si bien es compartido por todos los miembros de nuestra sociedad, no es interiorizado por todos del mismo modo. Así, deberemos tener presente su edad, su sexo, su profesión, su clase social, etc. para entender de qué modo se “autoimponen” o no el ir a un gimnasio.

Y no olvidemos que las representaciones sociales pueden llegar a ser más coercitivas que las propias normas, prohibiciones, sanciones o leyes. Es decir, será el propio individuo quien asuma que debe levantarse por ejemplo a las 7 de la mañana para ir al gimnasio y hacer dos horas de ejercicio físico, con todo el esfuerzo que le supone, pues su motivación, su deseo, su fuerza de voluntad y su recompensa se sustenta en que está cumpliendo su obligación de perseguir el cuerpo, la imagen, y la salud “deseada”. Pero podríamos preguntarnos: ¿deseada por quién?, ¿por él?, ¿por su entorno de amistades?, ¿por los mensajes publicitarios de los medios de comunicación?, ¿por su sociedad?, ¿por sus empleadores?...

El discurso que relaciona el ejercicio físico con la estética es el que más esfuerzo y continuidad supone, y a su vez el que se basa en menor medida en esa diversión y emoción que pudiera suponer la actividad física y el deporte.

La genética del ser humano implica una distancia considerable entre la realidad del cuerpo y la figura ideal, que resulta muy difícil de alcanzar. La delgadez ansiada por la mujer y más aún, el nivel muscular por los hombres, requieren de un dedicación de tiempo y esfuerzo considerable y de la ejecución de unos ejercicios sistemáticos y rutinarios, que permitan la adaptación del organismo. Cuando éstos se dejan por un tiempo, rápidamente se vuelve al estado de partida, perdiendo esa silueta que tantos sacrificios ha costado conseguir.

El entrenamiento se convierte en algo obligatorio, el hecho de faltar un día al gimnasio implica la pérdida de la continuidad y los efectos pueden ser muy negativos. En esta tesitura, el sujeto no tiene más opción que “autobligarse” a realizar en su “tiempo de ocio” una actividad no deseada.

De modo que, la rutinariadad, monotonía y los requerimientos de continuidad del entrenamiento suponen un grado de esfuerzo y desagrado por la actividad en sí misma, y como única motivación, está el resultado final de modelación del cuerpo. El camino, al igual que en otros ámbito como el laboral, es el sacrificio necesario para obtener los resultados perseguidos. El aspecto desinteresado que caracteriza al tiempo de ocio desaparece y el fin lucrativo del trabajo es sustituido por otro propio.

Igualmente, los días que el sujeto no asiste al gimnasio sufre los correspondientes “remordimientos de conciencia” que supone no haber cumplido con lo “sagrado”, con su cuerpo, y el cumplimiento de las “obligaciones” se convierte en elemento de ostentación y de prestigio.

El ejercicio físico y la estética corporal se habrán convertido en una auténtica ideología, cambiarán los hábitos de vida, la alimentación, los horarios, y la ejercitación aeró-

bica y las pesas serán los elementos más importantes de su nuevo “templo”: el gimnasio. Lugar donde tendrá que sufrir la “penitencia” del entrenamiento para rendir culto a su nuevo dios, “el cuerpo”. Todo ello de manera individual o bajo los preceptos de su “sacerdote”, el monitor.

8. CONCLUSIÓN

Vemos como un espacio, en principio habilitado para el ocio, puede convertirse y se ha convertido para muchos individuos en un nuevo contexto de obligación. Las cualidades que nos permiten reconocer al ocio dentro de la lógica del contexto de las sociedades como la nuestra (la libertad, el desinterés y la diversión), se difuminan y desaparecen, dejando paso a la obligación, la búsqueda de un fin distinto a la actividad en sí misma y al esfuerzo y sacrificios no placenteros. Los gimnasios pues dejan de ubicarse en la esfera del ocio dirigiéndose hacia las obligaciones del tiempo libre, fuera del ámbito laboral.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BLANCHARD, K. Y CHESKA, A. (1986) [1985]. *Antropología del deporte*. Ed. Belaterra, Barcelona.
- HUIZINGA, J. [1938] (2000). *Homo Ludens*. Madrid. Alianza Editorial.
- NORBERT, E. Y DUNNING E (1992). *Deporte y ocio en el proceso de civilización*. México. Fondo de Cultura Económica.
- PAREDES, J (2002). *El deporte como juego : un análisis cultural*. Biblioteca Virtual Miguel de Cervantes. <http://www.cervantesvirtual.com>
- PARLEBÁS, P. (1988). *Elementos de sociología del deporte*. Málaga. Universidad Internacional Deportiva de Andalucía.
- SAN MARTÍN GARCÍA J.E. (1997). *Psicosociología del Ocio y el Turismo*. Málaga. Ed. Aljibe.
- VEBLEN, T. [1899] (1971). *Teoría de la clase ociosa*. México. Fondo de Cultura Económica.
- VVAA. (1974). *En Enciclopedia internacional de las ciencias sociales*. Madrid. Ed. Aguilar.