



**UNIVERSIDAD NACIONAL DE CORDOBA
FACULTAD DE FILOSOFIA Y HUMANIDADES
SECRETARÍA DE POSGRADO**

**TITULO DE LA TESIS: “Los entreno para que me superen:
una etnografía sobre emprendedores y emprendedoras de
CrossFit en Santiago del Estero y Presidencia Roque
Sáenz Peña, Chaco”.**

Autor: Mgter. Fernando Ezequiel Kalin.

**Tesis presentada para optar al título de
Doctor en Ciencias Antropológicas.**

**Directora: Dra. María Inés Landa.
Co-directora: Dra. Cecilia Alejandra Castro.**

Mayo 2022.

Córdoba, Argentina



Esta obra está bajo una [Licencia Creative Commons Atribución-
NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) .

Índice

AGRADECIMIENTOS:	5
Resumen:	7
Introducción.	9
Horizontes Teóricos.	23
Hipótesis de Trabajo	27
Estrategias Metodológicas.	28
Estructura de la tesis.	34
Capítulo I:	38
El <i>CrossFit</i> como práctica y como mundo social y cultural.....	38
Del <i>Fitness</i> al <i>CrossFit</i>	38
Expansión comercial del <i>CrossFit</i>	40
Los no oficiales.	43
<i>Boxes</i> grandes, <i>boxes</i> chicos.	46
Organigrama de un <i>box</i> de <i>CrossFit</i>	50
Capítulo II:	54
¿Cómo poner un <i>box</i> de <i>CrossFit</i> ?	54
<i>Dueños-coaches</i>	54
<i>Coaches</i> : gestores y gestoras de las emociones.	58
Tipologías de <i>coaches</i>	60
¡No somos instructores/as, somos <i>coaches</i> !	63
Mujeres <i>coaches</i> : disputas en torno a lo bello en una profesión masculinizada.....	67
Capítulo III: La carrera del cliente o clienta.	75
DE CLIENTE O CLIENTA A ATLETA: PASO 1.....	76
Período de <i>escalada</i> : esto no es un gimnasio.	78
DE CLIENTE O CLIENTA A ATLETA: PASO 2.....	80
Primera parte de la clase: Calentamiento previo.	81
Segunda Parte de la clase: Mostrar la técnica.	82
Tercera parte de la clase: Realización del <i>WOD</i>	83
DE CLIENTE O CLIENTA A ATLETA: PASO 3.....	87
De <i>crossfitter</i> a <i>atleta</i> , de <i>atleta</i> a <i>Loco por el CrossFit</i>	88
El o la <i>atleta</i> como agente autoregulado(r).	90

Capítulo IV: <i>Regional Cross</i>	94
LA PREVIA:.....	95
Entrenamiento a full.....	95
Recaudar fondos y el saber gestionar.....	100
Viaje en auto.	101
LLEGADA AL RECINTO.....	102
Recibimiento y registro de participantes.....	102
Directivas y parámetros.	103
Calentamiento.	105
PLATEA <i>¡Que no decaiga!</i>	106
MUNICIPALIDAD Y SPONSORS.....	107
JUECES Y JUEZAS.....	109
¡AHORA SÍ! ¡QUE EMPIECE LA COMPETENCIA!	110
CELEBRACIÓN POST-VICTORIA.....	114
Competir y devenir un/a profesional del <i>CrossFit</i>	117
Capítulo V: Hay que saber vender el <i>CrossFit</i>	122
PRIMERA PARTE: PRÁCTICAS DE VENTA Y PROMOCIÓN DEL <i>CROSSFIT</i>	122
SEGUNDA PARTE: ENTRENAMIENTOS EN TIEMPO DE PANDEMIA.	127
Contextualización del aislamiento.	127
Estrategias de producción corporal ante el avance del aislamiento.	129
Primera estrategia: <i>HomeWods</i> o <i>Entrená con lo que tenés en casa</i>	132
Segunda estrategia: Alquiler de herramientas de trabajo.....	138
Tercera estrategia: Campaña “ <i>Apoyá a tu box</i> ”.	142
Cuarta estrategia: El box protocolizado.	146
Regulaciones estatales	149
El <i>CrossFit</i> es salud: <i>¡Somos esenciales!</i>	155
Consideraciones Finales	160
Referencias bibliográficas	170
Artículos digitales y otros:	180
Videos de Youtube:	180
Tweet:	180
Publicaciones de Facebook:	181

Páginas Webs:.....	181
Documentaciones y ordenanzas consultadas:	185
Glosario:	187

AGRADECIMIENTOS:

A María Inés Landa y Cecilia Alejandra Castro, quienes asumieron los roles de directora y codirectora de este trabajo. Sin ellas, esta producción no hubiese sido posible. Gracias por sus consideraciones y lecturas atentas, sus correcciones y sugerencias. También un especial reconocimiento a Fabiola Heredia quien me acompañó como codirectora en mi tesis de Maestría en Antropología y desde allí me orientó de manera personalizada.

A Federico Medina por aconsejarme en la escritura y recomendación bibliográfica y a Alejandro Rodríguez por sus comentarios a lo largo de estos diez años. También a Emmanuel Ferretty por las charlas e intercambios sobre deporte y etnografía y a Héctor Andreani por sus consejos.

A Fernanda Maidana por sus asesoramientos en escritura antropológica y Alejandra Cáceres por acompañarme desde su tarea como editora de este trabajo.

A los dueños de los gimnasios donde hice mis investigaciones, quienes me permitieron ingresar a sus boxes (y a sus vidas) a partir de mi trabajo de tesis. Sin ellos y ellas, no hubiese podido escribir esta producción. Su entrega hacia la práctica CrossFit me inspiró para convertir este modo de trabajo y de vivir, en un objeto de indagación científica. También al grupo Los Locos, guardo en mi memoria los viajes y las competencias que me permitieron observar, como así también las bromas y los alientos.

Un especial agradecimiento para Cristian Ledesma, Nelson Bermúdez, Michel Kreachek y Samira Salas quienes me brindaron valiosos aportes desde sus experiencias como atletas y emprendedores/as de esta pasión. Gracias por compartir sus vivencias y fotografías, las cuales forman parte de esta publicación.

A Ana Villalba, Andrea Gómez Herrera, Ramiro Llanos Paz, Florencia Torres Morales y Esther Padilla, quienes se convirtieron en grandes amigos y amigas durante los últimos años de trabajo. Gracias por sus charlas, consejos, estímulos, retos. A Verónica Colazo por su ayuda como compañera de la Maestría en Antropología. También a mis profesores y profesoras de la Universidad Nacional de Santiago del Estero.

A mis estudiantes de la Universidad Nacional del Chaco Austral y de la Universidad Cuenca del Plata, por inspirarme a seguir estudiando y forjando caminos en la academia.

A la dirección del Doctorado en Ciencias Antropológicas, por ayudarme y orientarme con las cuestiones de índole administrativas. También a los docentes de esta carrera por sus enseñanzas. Esta tesis no hubiese podido concretarse sin el acompañamiento de las autoridades del doctorado quienes se mostraron empáticas y comprensivas con inquietudes y plazos de entrega.

A mis padres, por su apoyarme en este camino. Finalmente, un recuerdo especial a mi abuela por estar siempre presente, desde otro plano.

Resumen:

Esta tesis analiza etnográficamente aquello que, recurriendo a las categorías conceptuales de Howard Becker (2008), denominé como “mundos sociales y culturales del *CrossFit*”¹. Para ello, realicé un trabajo de campo desde 2014 hasta 2020 entre *atletas*, practicantes e instructores/as en dos ciudades del norte de Argentina: Santiago del Estero y Presidencia Roque Sáenz Peña (provincia de Chaco). Me centré en los modos en que se construían subjetividades y el estilo de vida emprendedor en relación a la gestión del cuerpo y las organizaciones que proponía esta disciplina. Es decir abordé las “carreras” (Becker, 2009; Rodríguez, 2016) que estos agentes realizaban en los cuatro *boxes* no oficiales. También, articulé la perspectiva de género en el análisis de este entramado cultural remarcando cómo la forma subjetiva del emprendedor se hacía en varones y mujeres, según los ideales de belleza que se promovían en el marco de esta práctica. Finalmente concluí que los procesos de subjetificación que hacían a estos mundos sociales y culturales estarían vinculados a mandatos de la ética neoliberal como la autosuperación, motivación, sacrificio y resiliencia los cuales alcanzarían la dimensión del mercado. Así carreras deportivas y laborales se hibridarían con campos vinculados al marketing y el *ethos* empresarial.

Palabras claves: *CrossFit* – Mundos sociales y culturales – Carreras – Emprendedores - Etnografía.

¹ A lo largo de la tesis, las terminologías nativas y palabras en idioma inglés serán presentadas en letra cursiva. Las frases, diálogos o publicaciones que mis interlocutores e interlocutoras realizaron en redes sociales estarán entre comillas e itálica. Al final del trabajo, se encuentra incorporado un glosario donde presento los significados de cada una de las terminologías de este particular entrenamiento.

Introducción.

Mis investigaciones sobre los gimnasios comenzaron en el año 2013 cuando realicé mi tesina de la Licenciatura en Sociología en la Universidad Nacional de Santiago del Estero. Allí me interrogaba, desde una perspectiva etnográfica, sobre la construcción de corporalidades en este tipo de espacios y el modo en que jóvenes santiagueños y santiagueñas significaban y percibían el dolor a través del entrenamiento (Kalin, 2013). Me enfoqué en personas de dieciocho a treinta años que concurrían a un gimnasio de esa ciudad, analizando sus rutinas y técnicas corporales mediante un entrenamiento corporal tradicional², basado en actividades relacionadas al levantamiento de pesas.

Siempre me llamaron la atención los gimnasios, aunque nunca tuve constancia para el entrenamiento ni me resultaron lugares familiares o acogedores. Por el contrario, fomentaban en mí un sentimiento de rechazo, pues representaban un universo distante a mi realidad como joven. Sin embargo, tenía muchos amigos/as y vecinos/as de mi misma edad que constantemente publicaban fotos y videos de sus entrenamientos en sus redes sociales. Ello despertó mi curiosidad y el interés por indagar antropológicamente los gimnasios. Particularmente, me interesaba comprender los sentidos que mis conocidos/as y personas cercanas construían sobre sus prácticas corporales y qué los y las motivaba a seguir concurriendo a pesar de las dolencias y lesiones que les ocasionaba.

A partir del año 2014, advertí la emergencia y presencia progresiva en la ciudad de Santiago del Estero de una cantidad creciente de locales montados en galpones refuncionalizados y que ofrecían comercialmente entrenamientos. Particularmente, uno llamó mi atención: era un gimnasio ubicado cerca de la Universidad Nacional, donde sus practicantes hacían los ejercicios en las veredas del

² Refiero con esto a las formas de ejercitación muscular propias de los gimnasios de levantamiento de pesas que, junto con el fisicoculturismo, fueron los primeros lugares que investigué en Santiago del Estero. Los mismos marcaron las bases de cómo debía presentarse socialmente un gimnasio. Las formas que le prosiguieron de una manera u otra distinguían, recuperaban y/o disputaban sentidos en torno a cómo se debía entrenar en estos espacios considerando aquellas prácticas del fisicoculturismo y halterofilia. Teniendo en cuenta, por lo tanto, estas características temporales y de prácticas de referencia que emergieron durante el trabajo de campo es que nominé a estos gimnasios pioneros, primordialmente atravesados por lógicas de relación masculinizantes, tras el adjetivo calificativo de tradicionales.

local. El lugar quedaba camino a mi trabajo y, por ende, todos los días veía la misma escena: cerca de las 10:00 am un grupo de varones y mujeres de entre veinte a cuarenta años hacían actividades físicas allí siguiendo las indicaciones del instructor. Comencé a preguntarme quiénes eran estas personas que entrenaban en la vía pública en lugar de ejercitarse dentro del gimnasio.

En abril de 2014 una colega de la Licenciatura en Sociología, a quien llamaré Malena³ me comentó que practicaba *CrossFit* en este mismo local. Esta mujer tenía en ese entonces cuarenta y dos años y estaba casada hacía quince. Ella y su pareja practicaban la disciplina con Fausto, el dueño de un gimnasio, y tenían una relación de amistad con él. Recuerdo que una de las frases que más llamó mi atención fue “*te cambia el cuerpo en una semana*”. Mi asombro fue tal, que a pesar de mi aversión hacia estos espacios, por primera vez sentí ganas de intentarlo. Luego de algunas semanas, llegué al local denominado en ese entonces *Cross Training*. Tenía en la pared el *logo*⁴ de un tigre rugiendo, idéntico al de la caricatura *Thunder Cats*⁵. Decidí inscribirme y poco a poco me fui integrando al gimnasio, en calidad de practicante de la disciplina. Recién en ese momento aprendí que sus miembros lo denominaban *box* y que el *CrossFit*, como otros regímenes del *Fitness*, suponía un entrenamiento controlado y supervisado por un entrenador o entrenadora certificado/a. Observé que se caracterizaba por una regulación de los movimientos y administración cuidadosa del tiempo que, junto con la segmentación del espacio, estimulaban la competitividad e incitaban a la autosuperación del/la practicante a partir de la creación de “un cuerpo capaz de todo: más fuerte, más potente y más resistente” (Landa y Rumi, 2016, p. 10). Durante mis primeras clases también me percaté que, al interior de este mundo social y cultural, Fausto cumplía el rol de *coach*, “autoridad moral de estos espacios y que tenía la función de asegurar la permanencia de los códigos y valores de este universo moral y cultural” (Landa, 2009, p. 19).

³ A lo largo del trabajo, presentaré a las personas que participaron en la investigación. En el caso de Malena, y de todos mis interlocutores e interlocutoras, los nombres y apellidos fueron modificados para asegurar el anonimato.

⁴ Era un signo gráfico que identifica a un emprendimiento. Se lo utilizaba como representativo de la filosofía o del espíritu de la empresa.

⁵ Fue una serie de dibujos animados estrenada el 23 de enero de 1985. Seguía las aventuras de un grupo de felinos humanoides extraterrestres.

Participé en el *box* de Fausto (a partir de 2018 llamado *Hard Cross*) desde 2014 hasta principios de 2017. En una primera etapa entrené en ese lugar y, en una segunda instancia acompañé como invitado a mis interlocutores e interlocutoras a competencias en torneos y otros eventos deportivos de *CrossFit* en distintas ciudades del interior del país, tales como La Rioja y Jujuy. La propuesta de hacer una tesis sobre esta práctica deportiva surgió en el tercer mes del trabajo de campo.

A medida que incursionaba y me sumergía en los espacios de esta práctica fui aprendiendo los elementos y las lógicas que hacían este mundo social y cultural particular. Por ejemplo, que se caracterizaba por ser un entrenamiento que combinaba ejercicios militares y de distintos deportes, que se reconocían por su intensidad y duración como aeróbicos y anaeróbicos⁶. Según me enseñaron mis interlocutores e interlocutoras, empleaba técnicas corporales orientadas a tonificar el cuerpo de la persona que lo practicaba. También, interesaba que el o la practicante incorporara diferentes destrezas y que lograra ejecutarlas ágilmente, a fin de producir un cuerpo todo terreno, resistente a cualquier desafío físico que pudiera afrontar en el devenir cotidiano. A esto, los y las *atletas* denominaban *funcionalidad corporal*. Algunas de las inquietudes que surgieron en relación a estas primeras aproximaciones me impulsaron a pensar ¿Por qué estos clientes y clientas recurrían a estos espacios para aprender determinadas destrezas? ¿Qué embates y desafíos físicos debía enfrentar un/a *atleta* y cuáles eran los pasos o procedimientos que un entrenado o entrenada debía realizar para producirse a través de una corporalidad funcional? ¿Cómo definía este grupo la (dis)funcionalidad de un entrenamiento?

A fin de responder esas preguntas, me propuse conocer desde mi propia experiencia qué era hacer *CrossFit* y por ello, entrené por la mañana durante dos años en el *box*, como un simple neófito. El horario matutino se identificaba como *el de las mujeres*, pues quienes concurrían, en su mayoría, eran jóvenes solteras, madres, amas de

⁶ Los ejercicios aeróbicos eran aquellos de baja-moderada intensidad y larga duración; contrariamente los anaeróbicos tenían corto tiempo de entreno, pero eran mucho más agotadores. A lo largo de la tesis presentaré algunos ejemplos. Se trata de una clasificación de la fisiología del ejercicio. Los aeróbicos estaban relacionados con la respiración ya que hacían referencia al uso de oxígeno en los procesos de generación de energía muscular. Los anaeróbicos requerían de una respiración rápida y la frecuencia cardíaca se incrementaba más que en uno aeróbico. El ejercicio anaeróbico solía relacionarse con la presencia de ácido láctico en el cuerpo, el cual a su vez se asociaba con la aparición de calambres musculares.

casa, que tenían disponibilidad en ese momento del día. Según me dijeron, a esas practicantes se les dificultaba concurrir por la tarde debido a que tenían obligaciones relacionadas al ámbito doméstico, tales como tareas de cuidados -niños, adultos mayores, entre otros- o al mundo laboral. También, habían construido lazos especiales en el grupo, en ese tiempo y espacio de disfrute que reconocían como exclusivo para ellas. Así, el horario de la mañana era aprovechado para entrenar pero también para pasarla bien, *chusmear*⁷ y ocuparse de sí mismas. Algunas aprovechaban a ofertar productos que vendían -principalmente ropa- y mostraban sus catálogos a sus compañeras una vez finalizado el entrenamiento del día.

Contrariamente, durante el horario de la siesta y tarde, los y las concurrentes eran en su mayoría, entrenados/as expertos y expertas que se preparaban para competiciones. Eran al menos cinco hombres y dos mujeres. Estos y estas practicantes tenían un “capital corporal”⁸ (Wacquant, 2006, p. 119) que las y los hacía sobresalir en relación a los y las demás concurrentes. Habían desarrollado agilidad y fuerza que les permitía realizar recomendaciones a los y las iniciados/as o asumir el rol de autoridad, en caso de que el dueño del *box* no estuviese. A diferencia de estos expertos y expertas, mi experiencia como aprendiz del *CrossFit* (durante los años 2014 y 2015) no fue placentera. No me apasioné por la práctica, mis entrenamientos eran intermitentes y poco sistemáticos. Había días que padecía tener que ir a entrenar al *box*, y finalmente, decidí abandonar la práctica del *CrossFit* por completo.

No obstante, fue a partir de esa experiencia de entrenamiento, que aprendí la jerga *crossfitera* y pude identificar las distintas categorías identitarias que jóvenes practicantes utilizaban para representarse a sí mismos/as como *crossfitters* y entrenados/as, a la vez que se diferenciaban entre sí. En particular, me llamó la atención la expresión “*Loco*”, utilizada por los familiares de estos y estas jóvenes competidores y competidoras, quienes al observar sus rutinas deportivas, les decían: “*ustedes están locos*”, a lo que los y las apasionados/as practicantes respondían: “*somos locos por el CrossFit*”. Ellos y ellas incorporarían esa categoría como forma de autodenominación

⁷ En Argentina, este término se utilizaba para referir a compartir momentos de chismes y anécdotas.

⁸ Wacquant (2006, p. 119) lo asociaba a los cuidados y entrenamientos del cuerpo que hacían los profesionales (en su caso del boxeo) para optimizar sus rendimientos en instancias de entrenamiento cotidiano y de torneos.

que enunciaba no sólo una condición de insanía, sino también la *fuerza y fanatismo* que hacían gala. La palabra *Loco* permeaba este mundo social y cultural al significarse como un estado de pasión, enamoramiento con la práctica que hacía posible tolerar las rutinas de entrenamiento y el dolor, algo que les generaba orgullo.

Durante los tres años de trabajo de campo en Santiago del Estero, establecí relaciones cercanas con algunos y algunas miembros del *box*. A través de conversaciones y bajo la forma de consejos, observé las tramas simbólicas de esta práctica y qué significaba para cada uno/a formar parte y con su acción, construir este mundo social y cultural. Pude reconocer y experimentar un elemento central de este entrenamiento denominado *WOD*, cuyas siglas refieren a la expresión inglesa *Workout of the Day*⁹. Este era un sistema organizado y diagramado por el/la maestro/a o *coach*, destinado a combinar ejercicios orientados a ofrecer un entrenamiento completo diario, semanal y anual¹⁰. A medida que mis nociones sobre cuerpo y entrenamiento se iban modificando, también el *box* sufría transformaciones: gente que se iba, venía, el local atravesó cuatro mudanzas y cambió de nombre. A la par, mi objeto de estudio se fue precisando hasta llegar a la focalización en un grupo específico: *Los Locos*. Eran alrededor de diez personas, de entre veinte y cuarenta y cinco años, que trabajaban o estudiaban, y cuya forma de legitimar¹¹ el *CrossFit* era a través de la participación en competencias de esta disciplina deportiva. En mi caso, no pertenecía a este grupo, pero estuve en constante relación con sus miembros, pues los y las jóvenes sabían de mis intenciones académicas. Siempre me consultaban por qué estaba allí, por qué usaba el cuaderno de campo, qué tipo de anotaciones realizaba en él. Fueron estos interrogantes los que garantizaron que mi relación con los y las practicantes se volviese más próxima. Pronto el diario de campo, lejos de ser un instrumento que pudiese poner distancia entre mis interlocutores/as y yo, se transformó en un elemento de acercamiento. El hecho de que ellas y ellos me interrogaran sobre mi cuaderno de notas hizo que prestara atención sobre aquello que me indicaban que, como antropólogo, debía registrar.

⁹ Significa entrenamiento del día en castellano.

¹⁰ Esto será profundizado en los capítulos siguientes.

¹¹ Cuando planteo legitimación, lo hago en tanto modos de validar la práctica *CrossFit* en relación a otras disciplinas deportivas consideradas convencionales como ser el gimnasio tradicional.

A lo largo de mis primeros tres años de trabajo de campo, complementé y enriquecí mis observaciones utilizando antecedentes nacionales vinculados al abordaje sociológico del deporte. El primero de ellos fue Alejandro Rodríguez (2016) quien trabajó en su tesis de Doctorado en Ciencias Sociales de la Universidad de Buenos Aires la noción de carrera del entrenado en el gimnasio, abocado a las prácticas de levantamiento de pesas y los sentidos que sus entrevistados construían. El investigador retomó la categoría de carrera que fue trabajada por Howard Becker (2009) en relación a la desviación y analizó la trayectoria de entrenamiento físico que hacía un simple neófito hasta convertirse en un experto entrenado. Becker (2009) presentó este concepto en relación a los llamados desviados (particularmente se centra en los consumidores de marihuana) quienes hacen de la desviación un modo de vida y organizan su identidad alrededor de un patrón de comportamiento específico. En su tesis, Rodríguez (2016) destacó tres puntos del término carrera. En primera instancia, la noción resultaba útil para aplicarla fuera de la órbita laboral a la vez que permitía ver cómo personas (a través de lazos de lealtad y compromiso en un mismo grupo social) desarrollaban una trayectoria a lo largo del tiempo consistente de etapas sucesivas. Según el autor, la carrera en tanto herramienta de análisis permitiría unir dentro de sí, elementos subjetivos (como la construcción de una identidad) con otros de tipo estructural (por ejemplo determinadas posiciones sociales dentro de un espacio donde imperan reglas).

Anteriormente, Rodríguez (2013) trabajó en su tesis de Maestría en Ciencias Sociales el entrenamiento en los gimnasios de levantamientos de pesas en Buenos Aires. Su investigación se enmarcó en un proceso de mundialización de estos espacios, y se planteó como objetivo analizar la lógica que operaba en las rutinas de quienes se entrenaban en prácticas de musculación en gimnasios de la ciudad mencionada. Los jóvenes “fierros” se apropiaban de los saberes y prácticas de entrenamiento que producían en el local. A través de la acumulación de capitales corporales y simbólicos construían un nuevo imaginario de masculinidad relacionada al vigor, la fuerza y la potencia como cualidades fundamentales. Los aportes de Rodríguez (2016, 2013) articulados con los de Becker (2009) me permitieron identificar los distintos tipos de carreras de los y las practicantes de *CrossFit* y cómo algunos/as de los/as recién llegados/as en este *box* se convertían en *atletas* capaces de participar en torneos y competencias de esta disciplina. También utilicé la categoría “capital corporal”

(Wacquant, 2006, p.199) y “deportivo” que planteaba Rodríguez (2013, 2016) para el análisis de las trayectorias de los interlocutores e interlocutoras. Para construir estas formulaciones, el autor no sólo realizó entrevistas a los practicantes sino que entrenó junto con ellos, compartiendo rutinas y conversaciones.

La tesina de Luis Merino (2008) fue otro de los trabajos académicos que contribuyó a la construcción del problema de investigación de esta etnografía. A diferencia de Rodríguez (2013, 2016) Merino (2008) indagó a partir del concepto foucaulteano de “anatomopolítica”, los procesos de disciplinamiento corporal y la distribución espacial que poseían gimnasios situados en la ciudad de Córdoba (Argentina). Este autor se interrogó, entre otras cuestiones, de qué modo la disciplina operaba sobre los cuerpos de los entrenados a partir de la organización y distribución espacial del gimnasio (Merino, 2008). El concepto de disciplina en Foucault, junto con el trabajo de Merino (2008), me aportaron elementos para la descripción de los espacios del *box* y el análisis sobre los modos en que estas espacialidades se distribuían en el mismo, las técnicas corporales que se impartían, las formas de gestión del tiempo y las actividades que observaba, los procedimientos para evaluar los rendimientos en los entrenamientos así como las claves para identificar las dinámicas de producción de los cuerpos que circulaban por el *box* de Fausto. De este modo, trabajé la noción de disciplina (Foucault, 2003) en relación al espacio del *box*, el uso del tiempo en relación con los ejercicios y el entrenamiento, los vínculos entre cuerpo-objeto y las dietas y prescripciones nutricionales que usaban y transmitían *atletas* y practicantes del *CrossFit*.

Por otra parte, la tesis doctoral de María Inés Landa así como sus publicaciones (2011, 2016) sistematizaron e indagaron en la emergencia y devenir del dispositivo cultural y de gobierno del *Fitness* como lugar para comprender los procesos de sujeción y subjetivación contemporáneos. Landa (2011) identificó desplazamientos y procesos de sofisticación en las técnicas de gestión de los gimnasios que definió, siguiendo a Foucault (2003) como el momento de “perpetuo relleno estratégico”, donde los dispositivos de *Fitness* y *management*, se articulaban, entramaban y potenciaban entre sí, produciendo algo nuevo: *Fitness-management*. Asimismo, identificó como emergente de época, y particularmente de estos espacios, un modo *managerial* de relación con el propio cuerpo como empresa y emergencia-consolidación del ideal

subjetivo del “empresario de sí” en los mundos que constituían, en un sentido amplio, la cultura del *Fitness*.

Los trabajos de Landa (2011, 2016) se diferencian de los de Rodríguez (2013, 2016) y Merino (2008) en cuanto a la utilización de la noción de dispositivo que opera en sus análisis como una categoría conceptual, analítica y heurística que le permitió sistematizar al *Fitness* como mundo cultural y dispositivo de gobierno. En este sentido, la autora conceptualiza al *Fitness* como dispositivo cultural y de gobierno. La investigadora también abordó la práctica del *CrossFit* y en una ponencia titulada “Del *ethos* del bienestar al de la autocompetencia: desplazamientos en la oferta del *Fitness*” (Landa, 2016b) identificó en la emergencia de los *boxes* y de esta empresa, un desplazamiento en las lógicas de producción del dispositivo del *Fitness*. Según Landa (2016), la propuesta de esta marca¹² se distancia de la ética del confort, el placer y bienestar propio de las tendencias últimas de esta forma de ejercitación, promovidas durante principios del siglo XXI en nuestro país, y produce un *ethos* del combate, el militarismo y rendimiento deportivo que contrasta con sus antecesoras. Estos estudios me permitieron comprender al *box* como un lugar que disciplinaba a través de la distribución y diseño de sus espacios.

El estudio de Michelle Carreirão Gonçalves (2021) -que abordó las experiencias de mujeres que participan de competencias de *Fitness* y fisicoculturismo- coincide con Landa (2011, 2016) -en espacios que funcionan según otras lógicas de producción y exhibición del cuerpo que los que analizó la autora¹³- que estos órdenes culturales

¹² La autora lo denomina marca, porque hay cuestiones legales que hacen del nombre *CrossFit* una franquicia cuyo uso depende de la autorización de su creador, Greg Glassman. La mayoría de los *boxes* donde se imparte esta disciplina, evitaban poner en el nombre del local la palabra *CrossFit* a fin de eludir el pago del derecho de licencia. Entonces, muchos de ellos simplemente utilizaban cualquier indicativo que permitía suponer que allí se practicaba dicho entrenamiento, por ejemplo, *Hard Cross*, *Urban Cross*, *Cross del Estero*. Esto sucedía en el gimnasio de Fausto donde, por cuestiones legales, nunca se utilizó la palabra *CrossFit* en el nombre del local.

¹³ Los mundos del *Bodybuilding* (fisicoculturismo), *Body Fitness* y *Fitness Image*, entre otros, presentaban lógicas de producción que se distinguían y diferenciaban de aquellas que regulaban y organizaban los espacios y agentes que inscribían sus prácticas y performances en la cultura del *Fitness* (Landa, 2011, págs. 22-24). *Fitness* es un conjunto de servicios y productos entre los que se encuentran las técnicas gímnicas ofrecidas a un consumidor masivo que invierte tiempo y dinero en un programa de entrenamiento para mejorar su salud, apariencia y calidad de vida (Landa, 2011, p. 23). El *Body Fitness* – y sus derivados *Bikini Fitness*, *Bikini Wellness*, además de los mencionados- conformaban una disciplina deportiva especialmente creada para mujeres, como alternativa aceptable al rechazo que producían los cuerpos voluminosos y fibrosos de las fisicoculturistas de la década de los ochenta, las cuales disputaban

performan un ideario que responsabiliza al sujeto de sus propios cuidados, mediado por la práctica regular del ejercicio. La investigadora entiende que las mujeres fisicoculturistas moldean sus subjetividades a través de la modificación corporal extrema, vislumbrándose nuevas identidades que incorporan ideales de sacrificio, fuerza, motivación y superación. Estas valoraciones superan la frontera de lo deportivo y se instalan en la dimensión del mercado.

La tesina de Yamil Bekenstein (2019) también brindó valiosos aportes, ya que en tanto practicante de la disciplina en cuestión, y estudiante de la carrera de Ciencias de la Comunicación Social en la Universidad de Buenos Aires, investigó al *CrossFit* como deporte y actividad física en un *box* de Capital Federal. Recupero la noción de *CrossFit* como deporte que Bekenstein (2019) elabora en esta investigación, donde advierte que esta práctica posee una dualidad que no está presente en otras disciplinas deportivas. Como actividad física, el *CrossFit* ofrece un programa de entrenamiento orientado a elevar el nivel atlético de sus practicantes y proveer mejoras en términos de calidad de vida, salud y rendimiento. Como deporte reviste una competencia; y existe una forma jurídica que organiza la actividad (Coakley 1982 en Bekenstein, 2019, págs. 24-25). Al igual que Rodríguez (2013, 2016) este autor consideró fundamental adentrarse al mundo del gimnasio en tanto entrenado para elaborar construcciones analíticas, permitiéndose incorporar de manera reflexiva en su trabajo experiencias corporales propias. Bekenstein (2019) investiga en torno a la práctica deportiva e identifica tres categorías: entrenado, *crossfitter* y *atleta*. Retomo las dos últimas durante el análisis etnográfico.

En los y las *crossfitters*, el acercamiento con fines sanitario-estéticos típicos de la primera categoría (los entrenados) sufre una modificación con el proceso de socialización e integración de la comunidad, puesto que la relación entre pares funciona como factor de retención de los y las miembros del *box* y como motivador para imprimir mayor pasión en el entreno. Para Bekenstein (2019) la moralidad vinculada a

los sentidos atribuidos a la feminidad de esos años (Ferrús 2006 en Landa, 2011, p. 23). El *Bodybuilding* posee la especificidad de ser un deporte, mientras el *Fitness* se instala en el mundo de lo cotidiano como una forma de vida que ofrece beneficios en términos de bienestar, belleza y salud (Landa, 2011, p. 23). El *CrossFit* se sitúa en un punto intermedio de ambas prácticas, desarrollando, además, otras particularidades que las distinguen de éstas. Para profundizar en las diferencias entre *BodyFitness* y la cultura del *Fitness* consultar Landa (2011, págs. 22-24).

los y las *crossfitters* es la más característica de la actividad y la que más se ajusta a los parámetros vigentes en el período de institucionalización del *CrossFit* como deporte. Esto es así porque presenta ciertas características en común con la figura del empresario de sí mismo, característica del contexto neoliberal y predominante en el mercado estadounidense del consumo deportivo y del *Fitness* (Bekenstein, 2019).

Otra de las investigaciones nacionales sobre el *CrossFit* es la de Ezequiel de Jesús Aguilera Matute (2022), quien realizó su tesina de Licenciatura en Antropología en la Universidad Nacional de Córdoba, indagando los estilos de vida y salud que los y las *atletas* producían a partir de sus prácticas. Al igual que Bekenstein (2019) el autor se incorporó como practicante (y posteriormente como *crossfitter*) al *box*, señalando que éste es un espacio donde se construyen nociones sobre género, y se despliegan estrategias de seducción y erotismo. Aguilera Matute (2022) sostiene que en muchos casos los y las *crossfitters* encuentran en este deporte una salida laboral, deviniendo así en *coaches* y posibles dueños de *boxes*. Desde su perspectiva existirían elementos como la vocación, el compromiso y la movilización de emociones que jugarían como impulsores de las prácticas de los instructores, distanciándose del lucro y las relaciones comerciales propias de otros tipos de gimnasios¹⁴. Entonces, la noción de “comunidad” (Aguilera Matute, 2022, p. 144) se vincularía en el *CrossFit* a formas de espiritualidad moderna, sentidos de pertenencia (hacia el entreno pero también al *box*) y autorrealización personal (superación de pruebas físicas y educación con sentido meritocrático).

La etnografía de Kwame Amponsah Sarpong (2018)¹⁵ sobre *boxes* de *CrossFit* en Estados Unidos también resultó significativa porque, al igual que Aguilera Matute (2022) aportó el concepto de comunidad, en tanto identificaciones y pertenencias que se generarían en estos espacios y sus posibles vinculaciones con el mundo militar. Desde la perspectiva de este autor, el *CrossFit* no estimularía la autonomía ni el empoderamiento de sus *atletas*; por el contrario se impartiría la disciplina física de una manera autoritaria. Esta empresa produciría una forma de estandarización donde todos

¹⁴ Particularmente el autor refiere a gimnasios de levantamiento de pesas y otros como actividades como el *Fitness*.

¹⁵ El autor desarrolla su tesis en el marco de su Maestría en Universidad de Toronto, Estados Unidos.

sus clientes y clientas completarían tareas similares (*WODs*) que, sumado al registro de la puntuación y cantidad de series realizadas, agregarían un plus de responsabilidad (laboral) con el grupo. Es decir, la propuesta de entrenamiento en equipo permitiría tener más interacciones entre los miembros y fomentaría la autosuperación individual, la cual pasaría desapercibida en una atmósfera colectiva. Esto junto con una novedosa combinación de ejercitaciones tradicionalmente reconocidas en el mundo del deporte (levantamiento de pesas, campos de entrenamiento, trotes, entre otros) habrían garantizado su rápida expansión comercial. De modo similar a Bekenstein (2019) y Aguilera Matute (2022), el autor se integró como cliente en el *box* donde realizaba su trabajo de investigación.

Marcelle Dawson (2015) también realizó indagaciones sobre estos mundos sociales y culturales, explicando que la contención que brinda el *CrossFit* puede ser similar a la que propone una institución religiosa, entendida como una fuente de apoyo que ayuda a las personas a superar la adversidad (en este caso física y anímica). Según la autora, existiría un claro paralelismo entre el mundo *crossfiter* y el militar; a tal punto que no es llamativo que muchos y muchas miembros del ejército se introduzcan a entrenar en este tipo de deporte-disciplina. Dawson (2015) explica que la promesa de una aptitud física completa, combinada con el sentimiento de camaradería y unión que genera esta práctica constituiría una propuesta atractiva para hombres y mujeres del ámbito bélico.

Anne Yaniga (2018) también abordó etnográficamente los *boxes* de *CrossFit* en el sur de California, Estados Unidos, analizando los modos en que el biopoder ejercido producía ideologías, subjetividades y cuerpos. Esto se lograría a partir de procesos de perpetuo devenir, autorrealización y autocuidado que caracteriza al *ethos* del *atleta*. La autora concluyó que los discursos que el *CrossFit* promueve en torno a “la buena salud” se alinean con mandatos de la ideología neoliberal, a través de normas interiorizadas: adopción de una responsabilidad personal por la salud; desarrollo de fuerza de voluntad y superioridad moral; comprensión del *Fitness* como empoderamiento y autorrealización individual.

A partir de esas lecturas, y en articulación con mis observaciones durante los primeros tres años de trabajo de campo en *Hard Cross*, es que elaboré una serie de

interrogantes que orientaron la producción de mi tesis de Maestría en Antropología: ¿Cómo se convertía un simple aprendiz de gimnasio en un *Loco* por el *CrossFit* en el *box* de Fausto? ¿Cómo era la historia de este local situado en Santiago del Estero? ¿Cómo era la distribución espacial del mismo y de qué manera contribuía en la conformación de corporalidades? ¿Cuáles eran los pasos que caracterizaban a la “carrera” del *Loco* en tanto emprendedor y *atleta* de *CrossFit*? ¿Cómo se construían relaciones de pertenencia al interior de *Hard Cross*?

Si bien la palabra *Loco* tenía una centralidad en el mundo de Fausto y sus clientes y clientas, no era tributaria de *Hard Cross*, ni original del *coach*, sino que fue promovida por la marca *CrossFit* a nivel mundial -a través de estrategias de marketing y en la difusión de las competencias-, haciéndose ostensible en la cantidad de grupos en las redes digitales que recurrían a ella para la creación de comunidades virtuales¹⁶. En el discurso de Fausto ésta apareció, primero, como una forma de nombrar a jóvenes que practicaban entrenamientos y destrezas extremas dentro de su *box*. Luego, la expresión fue cobrando un tono gracioso en las conversaciones con él. Un día, me encontré con la palabra loco en su *Fan Page*¹⁷ y luego en el grupo de *WhatsApp* de la gente que entrenaba de forma comprometida en el *box*. Dicha denominación aparecía asociada a cierto sentido de pertenencia, pasión individual y colectiva hacia la práctica y el lugar. Desde esta particular mirada, sólo quienes lograban convertirse en *Locos por el CrossFit* -es decir, apasionados y apasionadas por la disciplina, en términos de Foucault (2003)- reunirían los atributos corporales y actitudinales promovidos como ideales subjetivos asociados a la marca y a este deporte.

Los y las clientes/as de Fausto debían hacer una “carrera” (Becker, 2009; Rodríguez, 2016) que se construía a partir de una seguidilla de pasos y condiciones. Ellos y ellas no sólo adherían a la idea de pensar al *CrossFit* como una *locura*¹⁸ sino también como una *profesión* al interior del *box*. Lo significaban con una especie de

¹⁶ La más utilizada es *Locos por el CrossFit*.

¹⁷ Grupo de la red social *Facebook*, donde miembros compartían información y experiencias relativas a un tema en particular. En este caso, el *CrossFit* era el tópico en común, llevándolos a publicar sus dudas y opiniones sobre esta práctica.

¹⁸ *Locura* se relacionaba con un espíritu aventurero característico de personas que gustaban de *desafiar los propios límites*.

carrera deportiva que guardaba la promesa de participación en competiciones futuras de esta disciplina y donde se articulaban valores como esfuerzo, compromiso, lealtad, sacrificio y superación. El término, de esta manera, iba haciendo al mundo del *CrossFit*, y se tornaba representativo y familiar del mismo.

Al igual que en el trabajo de Rodríguez (2016), en el *box* de Fausto parte de la carrera que tenía que hacer un *Loco* implicaba una conexión afectiva con un lugar (el *box*), una actividad (*CrossFit*) y personas que se tornaran pares a medida que avanzaba la trayectoria deportiva (los/as clientes y clientas). *Los Locos* hicieron una carrera a partir de los programas de ejercicios propuestos por Fausto, sus propios deseos y la construcción de un compromiso-trabajo alrededor de su entrenamiento físico (Rodríguez, 2016). Ellos y ellas interiorizaron saberes y discursos respecto a la disciplina, los mismos que los y las posicionaban como capaces y competentes para suplantar al *coach*. Esto sucedería porque los y las clientes/as del *box* se transformaban a partir del entrenamiento, compartiendo un estilo de vida con hábitos renovados que surgirían a partir de su trabajo en el gimnasio (Rodríguez; 2016). Dar cuenta del punto de vista de los y las miembros de *Hard Cross*, sus modos de implicación con la práctica de *CrossFit* y los procesos de conformación del grupo *Los Locos*, aportó elementos para hacer inteligible el modo en que una marca global -como era el *CrossFit*- se actualizaba localmente en un *box* particular de Santiago del Estero, posibilitando una reflexión en relación con las “hibridaciones” de estos mundos sociales y culturales (García Canclini, 2001).

Los Locos me invitaron a las competencias y, luego de mis comentarios sobre los avances de mi tesis de maestría, elaboraron apreciaciones acerca de mi desempeño. Si bien estas experiencias fueron elementos claves para mi trabajo, llegaron a representar un insumo de tiempo que, en cierta manera, extendió más de lo previsto el proceso de investigación, dado que requirieron una mayor carga horaria para presenciar los eventos y realizar tanto anotaciones como registros.

Desde abril de 2017 hasta septiembre de 2018 no hice ningún tipo de trabajo de campo, en parte por un agotamiento personal hacia la temática de investigación pero

también por cuestiones referidas a mi desempeño como docente. Dos meses antes, por razones laborales debí mudarme a la ciudad de Presidencia Roque Sáenz Peña¹⁹, provincia de Chaco. Consideré este hecho como una oportunidad para profundizar mis investigaciones sobre la temática en otros espacios y geografías, pero siempre atendiendo al mismo mundo: el *CrossFit*. Comencé una búsqueda en redes sociales sobre salones que brindaran este servicio en la ciudad y fue así que llegué a un *box* que se encontraba cercano a mi domicilio. El lugar se llamaba *Cross Open* y estaba ubicado en una zona céntrica, a doscientos metros de la Municipalidad. Recuerdo que fue el primero de los gimnasios que me llamó la atención, en parte por estar relativamente cerca de mi casa, pero también porque siempre veía a los y las practicantes correr alrededor de la manzana del local. Esto me producía cierta nostalgia y me recordaba a *Los Locos* del *box* de Fausto. Después de mucho pensarlo decidí entrar a *Cross Open*, allá por agosto de 2018. Meses después me acerqué a *Legionados*, otro local de *CrossFit*, por sugerencia de mis interlocutores e interlocutoras y luego a *Fortáles*, el tercer *box*.

Mi trabajo empírico culminó en diciembre de 2020 y en total abordé tres salones más de *CrossFit* de esta ciudad. Esta experiencia en *Cross Open*, *Legionados* y *Fortáles* me permitió profundizar mis análisis sobre cómo se producían subjetividades emprendedoras y cómo se (re)hacían diferencias de género en este tipo de disciplinas, complejizando la producción que se había logrado después del estudio en Santiago del Estero. A estos y estas *atletas* los denominé *Team Sáenz Peña* y sus principales representantes eran jóvenes de veinte a treinta y dos años que significaban al *CrossFit* como una carrera laboral y deportiva.

Durante el período de trabajo de campo etnográfico en estos *boxes* de Sáenz Peña, realicé observaciones y entrevistas con los y las *coaches*, llegando a participar de las rutinas sólo en los últimos meses de registro. Utilicé una estrategia similar a la desplegada por Gastón Gil (2018) y Nemesia Hijos (2019) en sus respectivas investigaciones sobre el mundo de los *runners*. Ambos autores y autoras realizaron sus estudios en esta comunidad, y al igual que Rodríguez (2013, 2016) y Bekenstein (2019)

¹⁹ En adelante Sáenz Peña.

se inscribieron como practicantes de la disciplina que investigaban. No obstante, a diferencia de Hijos (2019), Gil (2018) no se identificó como *runner* ni como perteneciente a un grupo de profesionales, tampoco adhirió a los preceptos éticos y estéticos que caracterizaban a este colectivo. Gil (2018) tan solo se autopercibió como una persona que “salía a correr” y a partir de allí, buscó comprender las subjetividades envueltas en estas prácticas para poder pensarlas en torno a la multiplicidad de escenarios de sociabilidad, en donde los/as actores y actoras construían identidades personales y colectivas. El autor habla de una estética *runner*, la cual es una dimensión relevante al interior de este estilo de vida, por lo que puede advertirse con cierta facilidad un *look runner* que trasciende el momento del ejercicio físico o de los preparativos para una competencia. Esto me condujo a interrogarme respecto de la dimensión estética en las performances que se realizaban al interior del mundo social y cultural del *CrossFit* y en qué medida se diferenciaban o asemejaban los ideales de belleza de la práctica según eran producidos por varones o mujeres. Finalmente, la definición que realizó Gil (2018) sobre el *running* como una poderosa tecnología del autogobierno que favorece nociones como la individualidad, la autoexpresión y la autoconciencia, me invitó a repensar mi objeto de estudio en el marco de esta clasificación.

Horizontes Teóricos.

Mis primeras inmersiones como practicante de la disciplina, junto con observaciones realizadas en competencias y torneos desplegados en ambas regiones, me sirvieron como insumos para plantearme la necesidad de pensar a estas rutinas deportivas en tanto rituales y performances. El ritual, es entendido a partir de su uso metafórico y en él intervienen no sólo aspectos cognitivos que permiten ordenar el universo, sino dispositivos cuyo fin es suscitar, encauzar y moderar las emociones (Turner, 1988). Las performances, según Richard Schechner (2000, 2012) son una práctica social cuya repetición nunca resulta idéntica, y en tanto “conductas restauradas” poseen siete fases: entrenamiento, taller, ensayo, calentamiento, performance, enfriamiento, consecuencias. La teoría del autor me sirvió particularmente para el análisis de las competencias y de las clases de *CrossFit*. Me interrogué acerca de cómo los *WODs* producirían corporalidades deportivas a partir de las fases de la performance y los modos en que cada practicante haría sus propias versiones de la técnica. Según

Schechner (2000, 2012) las performances son entendidas como conductas simbólicas y reflexivas con potencialidad transformadora de las normas que regula. Esto permitiría el análisis de la experiencia humana (escenificada y en secuencias temporales) vislumbrando las formas de organización social, jerarquía y construcción de subjetividades (Schechner, 2000, 2012). Dichas perspectivas me impulsaron a abordar la fuerza performativa de determinados elementos del ámbito del *CrossFit*, tales como las competencias deportivas, las terminologías y denominaciones que estos emprendedores y emprendedoras hacían de las técnicas corporales.

Además de rutinas corporales, el mundo social y cultural del *CrossFit* constaba de un conjunto de redes, divisiones de trabajo y jerarquías que hacían al funcionamiento y organización de estos espacios de entrenamiento y entretenimiento. Para analizar esto, me serví de los aportes de Howard Becker (2008) y sus denominados mundos del arte, los cuales están conformados por “todas las personas cuya actividad es necesaria para la producción de trabajos característicos que ese mundo, y tal vez también otros, definen como arte” (Becker, 2008, p. 54). Estas redes de cooperación, según plantea el mencionado autor, se vuelven rutinarias y crean patrones de actividad colectiva sin una estructura cerrada o fija, lo que hace que los límites de estos mundos sociales y culturales sean imposibles de ser trazados.

A partir de esos insumos teóricos y empíricos comencé a preguntarme ¿Cuáles eran las redes de colaboración y competencia que sostenían y articulaban estos mundos? ¿Qué convenciones se desplegaban? ¿Quiénes se hacían dueños/as de un *box* y bajo qué condiciones de posibilidad? ¿Qué actitudes movilizaba un/a *coach*? ¿Qué implicaba abordar a una competencia de *CrossFit* como performance? ¿Cuáles eran las jerarquías que al interior de este mundo social y cultural se construían y de qué formas se legitimaban? ¿De qué manera los Estados regulaban o disponían la apertura de estos espacios de entrenamiento y entretenimiento?

Por otro lado me interrogué acerca de las lógicas que operarían al interior de estos espacios. Me serví de un conjunto de autores que entienden que el neoliberalismo, en tanto racionalidad, ha permeado los espacios íntimos y cotidianos de las personas, redefiniendo los horizontes normativos y los modos de conducir la vida social (Rose, 1996; Foucault, 2007; Laval y Dardot, 2013; Binkley, 2014; Bröckling, 2015). Me nutrí,

además, del concepto de autogobierno que Rodrigo De La Fabián Albagli y Mauricio Sepúlveda Galeas (2018) recuperan de Michel Foucault (2009) para problematizar al *CrossFit* como una práctica susceptible de ser enmarcada dentro de la racionalidad neoliberal donde los individuos se ensamblarían a sus enrejados simbólicos. Según sus observaciones, se autoperibirían como libres aunque rodeados de peligros, amenazas y riesgos. Además, estos autores incorporan la noción de resiliencia, cuya capacidad de potenciamiento implica la generación de un capital que le permitiría a los individuos y a los sistemas en general, crecer y desarrollarse a través de la adversidad (De La Fabián Albagli y Sepúlveda Galeas, 2018). Esta perspectiva posibilitó enriquecer el análisis de la trayectoria de competidores y competidoras, en tanto subjetividades construidas alrededor de estas lógicas comerciales. Recuperé también el concepto de comunidad de Nikolas Rose (2007) quien advierte que en determinados escenarios políticos y de consumo, “lo comunitario” en la medida que se hace gubernamental se hace técnico, en un proceso de reconfiguración simbólica de lo “social”. De esta manera, según Rose, la comunidad en tanto enclave estratégico de las nuevas formas de gobierno devendría foco de atención de múltiples agenciamientos de poder (Landa, 2011, pp. 277-278). En base a estos aportes teóricos me pregunté ¿Cuáles eran las racionalidades que impulsaban las prácticas deportivas y de competición de estos y estas jóvenes *atletas*?

En una sintonía similar, Cecilia Crespo (2015) plantea que las producciones culturales asisten a un proceso acelerado de industrialización atravesado por lógicas de mercado globales y reforzado por los medios masivos de comunicación. Según su perspectiva, la denominada cultura del cuerpo se correspondería a un proceso de industrialización relacionado a la promoción/imposición de la cultura *Fitness*, un conjunto de dispositivos de poder sobre los cuerpos que, combinando determinados conceptos de salud y belleza, exhortan al ciudadano a regular su vida, su tiempo, sus hábitos, sus energías, sus representaciones corporales y su materialidad en términos de calidad de vida y bienestar.

Existen otros autores que analizan la influencia de la lógica del capitalismo tardío y el neoliberalismo en la construcción de subjetividades modernas. En primer lugar, Sam Binkley (2014) quien entiende que este *ethos* se basa en una idea auto-optimización, donde la felicidad es ese estado que esperan aquellos sujetos que, habiendo refaccionado satisfactoriamente sus hábitos, pasaron de una lógica social a una

empresaria, lo que les permite entender a la vida misma como una oportunidad única. A su vez, Peter Kelly (2013) aborda en su libro *The Self as the Enterprise*, el espíritu de un capitalismo flexible que requiere que los llamados empresarios de sí, idealicen el trabajo que deberían hacer sobre ellos mismos dentro de un conjunto amplio y abarcativo buscando posicionar al “yo” como emprendedor, activo, autónomo, prudencial, responsable, consciente del riesgo y de la toma de decisiones.

Antonio Santos Ortega et al. (2021) plantean el análisis de una ética de la empreabilidad y racionalidades de gobierno, elementos que permiten hacer pensable y regulable a un nuevo tipo de sujeto posmoderno. Recupero la propuesta de los autores, quienes advierten que la noción emprendedor en tanto dispositivo, no se circunscribe al ámbito empresarial únicamente sino que también se instala en discursos vinculados al cuidado del cuerpo (Santos Ortega et al., 2021). De un modo similar, Cecilia Arizaga (2017) se interroga por los modos en que ciertos discursos, consumos y prácticas de la sociedad del capitalismo tardío performan estilos de vida, cotidianidades y emergen como discursos “reparadores” de situaciones de incertidumbre a partir de la instalación de una lógica del bienestar. Así, la autora indaga la denominada gestión de la incertidumbre, las ideas de autenticidad y el *management* del yo como parte de un proceso donde se desarrollan y vislumbran nuevas sensibilidades y formas culturales. En este marco se podría pensar que disciplinas deportivas como el *CrossFit* cobrarían fuerza y se expandirían, debido a que, parafraseando a Arizaga (2017), emergerían discursos de calidad de vida en estos mercados, proponiendo estilos de vida como la autoconstrucción y autogestión.

Dichas apreciaciones conceptuales me impulsaron a avanzar en mi trabajo y a replantearme cuestiones referidas a ¿Cómo se hacía un emprendedor o emprendedora de *CrossFit*? ¿De qué manera operaba la racionalidad empresarial en tanto dispositivo en estos mundos sociales y culturales? ¿Cómo conformaban sus subjetividades los y las *atletas* del *CrossFit* y qué relación guardaba esto con las disciplinadas y rígidas dietas, circuitos de entrenamiento y competición? ¿Cómo se hacía la carrera de estos/estas emprendedores/as en función de la identidad genérica? ¿Qué ideales de belleza se producían a partir de la gestión y transformación del cuerpo tonificado? ¿Cómo se producía la división sexual del entrenamiento en los *boxes* de *CrossFit*? ¿Cómo se

construían las relaciones de amistad y compañerismo a partir del deporte? ¿Era el *box* el núcleo sobre el cual se erigían vínculos sexoafectivos entre sus practicantes?

En relación a los tres últimos puntos, Teresa de Lauretis (1989) explica que las concepciones culturales sobre lo femenino y lo masculino, constituyen un sistema de género, simbólico o de significados, que correlaciona el sexo con contenidos culturales de acuerdo con valores sociales o jerarquías. También, sucede que existen normas reguladoras del sexo (Butler, 2002) que performan la materialidad de los cuerpos y con ello, las diferencias sexuales. De una manera semejante, Landa (2017) realiza un análisis del discurso sobre los estereotipos corporales que revistas como *Men's Health* y *Woman's Health* producen, señalando que la obtención de un cuerpo muscularmente tonificado, resistente, flexible y vital remite a una gestión eficiente de sí, y su exposición en redes sociales está orientada a remarcar los beneficios que produce la llamada vida activa. La autora apunta a los presupuestos de un dispositivo heteronormativo el cual sostiene que los cuerpos musculosos y fornidos se corresponden con la salud masculina mientras que el cuerpo estilizado y delgado se vincula con la salud y belleza de la mujer. De un modo similar, Michelle Carreirão Gonçalves y Amanda Torres Vieira da Costa (2021) nos hablan acerca las prácticas corporales de mujeres fisicoculturistas en tanto forma de subvertir formas corporales hegemónicas.

Los aportes teóricos mencionados a lo largo de estas páginas me permitieron analizar cómo se hacía una subjetividad emprendedora y las nociones de cuerpo bello y saludable que las *atletas* de los *boxes* producían. Se podría indicar que, en el mundo social y cultural del *CrossFit*, existirían regulaciones específicas para un género y otro, habría una separación entre varones y mujeres a partir de dispositivos (Foucault, 2003), lo cual se observaría en los entrenamientos, las competencias, las exhibiciones de las corporalidades y la indumentaria.

Hipótesis de Trabajo

Los procesos de “subjetificación” que constituirían el mundo social y cultural del *CrossFit* estarían marcados por discursos, prácticas y performances que pondrían en circulación ideas de sacrificio, superación, motivación, inspiración, competición,

resiliencia (Rose, 2003, p. 251)²⁰. Estas alcanzarían la dimensión del mercado (en tanto lugar donde confluyen las fuerzas de la oferta y la demanda), del *business* (negocio), de la marca y de la competencia hecha cuerpo en sujetos *atletas-emprendedores/as*. Así, la producción de un cuerpo resistente y atlético abriría las puertas a la venta de servicios y productos ligado a estos mundos.

Esta tesis presenta las estrategias laborales de los y las practicantes de *CrossFit* que resulta, según la hipótesis, de un tipo de subjetividad atlética que se expresaría también en una subjetividad emprendedora, estableciendo un diálogo (hibridación) entre los campos competitivos y de rendimiento del deporte junto con aquellos vinculados al mercado y a la empresa. En ambos se propondría una forma subjetiva ideal que intenta (auto)superarse y superar al otro en una lucha incesante en erigirse como líder y permanecer como tal.

Estrategias Metodológicas.

Como lo expresé en párrafos anteriores, mi trabajo de campo comprendió dos ciudades en distintas temporalidades: el *box* de Fausto en Santiago del Estero, de 2014 a 2017; y los *boxes* de Sáenz Peña, Chaco, de 2018 a 2020. En el caso del *box* de Fausto, me posicioné como aprendiz e investigador del *CrossFit* para lograr una cercanía mayor con el grupo de *Los Locos*. Ello habilitó a que este colectivo me invitara a presenciar competencias internas y torneos en otras provincias. A partir del trato cotidiano con las y los interlocutores/as, conocí el ambiente y pude familiarizarme con las costumbres y creencias que circulaban por el mismo. De este modo, la perspectiva etnográfica me permitió obtener información para comprender lo que sucedía y lo que se decía al interior del campo (Rockwell, 1987). Allí, mi presentación a los y las miembros como investigador facilitó mi integración a la comunidad. Así, pude obtener información de primera mano sobre prácticas, decires y relaciones que se tramaban en este espacio.

²⁰ Rose (2003, p. 251 en Landa et. al. 2019) propone el neologismo de *subjetificación* para designar procesos de configuración de cierto tipo de sujeto. Me interesa, siguiendo a Landa et al. (2019) el modo que dicho concepto configuraba las nociones de sujeción y subjetivación como instancias indiscernibles, las cuales conflúan y se requerían para la conformación de esa escurridiza entidad que denominamos sujeto.

Además de la observación y análisis de la información, fue necesario lograr lo que Lóic Wacquant (2006, p. 16) denomina la “*inmersión iniciática en el cosmos*”; es decir, apropiarse de los esquemas cognitivos, éticos, estéticos y conativos que usan los sujetos sobre los cuales estamos haciendo la observación. Entonces, participar de las actividades y redes de relaciones del *box*, como miembro y etnógrafo, me permitió aproximarme a cierta intensidad de las relaciones con las personas que formaron parte de esta etnografía y que hubieran pasado desapercibidas a través de una actitud más distante y objetivante (Rosaldo, 1991).

Si bien mi rol en el *box* de Fausto fue como practicante y observador, considero necesario remarcar que jamás fue mi intención convertirme en un *Loco*. Desde un comienzo tuve en claro que mis aspiraciones personales y mi aptitud física me lo impedirían. Esta inmersión en el campo la valoré como una estrategia de aproximación a las experiencias de las y los miembros en relación con el entrenamiento y su preparación para las competencias. En este punto diferencio este trabajo de pesquisa de las estrategias que desarrolló Alejandro Rodríguez (2016) quien, como sostuve en páginas anteriores, realizó una investigación sobre los entrenados en el gimnasio y además de oficiar como etnógrafo también hizo la carrera deportiva en este espacio durante diez años. Así, investigador e interlocutores frecuentaron los mismos lugares y en sus experiencias se encuentran puntos en común. De hecho, a Rodríguez sus entrevistados le pedían consejos sobre nutrición y deporte. En mi caso, esto ha sido absolutamente distinto, pues sólo pude practicar *CrossFit* durante los dos primeros años de trabajo de campo debido a mi falta de aptitud física y disfrute en relación con la disciplina.

Durante esta primera etapa, participé en sus eventos y compartí espacios de práctica deportiva, pero no me autonominé como nativo al no compartir los preceptos éticos y estéticos de la comunidad (Gil, 2018). Las y los acompañé en sus viajes y les cebé mates en sus entrenamientos, mientras intercambiaba inquietudes con ellos y ellas, hecho que funcionó como una forma de entablar interacciones y predisponer al diálogo, generando situaciones de confianza. Les preguntaba cómo hacían para desplegar un determinado *WOD*; si no sentían dolores, les pedía algunos consejos sobre dietas y nutrición. Ellos y ellas también me consultaban sobre mis intereses de pesquisa, por qué los y las estaba estudiando, por qué tenía un cuaderno en la mano y qué tipo de

anotaciones realizaba. Al principio me cuestioné el uso del diario de campo para hacer el registro en directo pues consideraba que podía incomodar a los y las practicantes. Para mi sorpresa, a *Los Locos* les gustaba que yo tomara nota mientras entrenaban y performaban sus *WODs*. Pronto entendí que el cuaderno de campo constituía un elemento que legitimaba mi posición como investigador adentro de *Hard Cross*; aun cuando no entrenaba al ritmo de ellos y ellas, ni en sus horarios. Muchas veces ni siquiera usaba ropa deportiva para asistir al *box*.

La estrategia que escogí para aproximarme a un conocimiento de estas experiencias fue realizar observaciones participantes y acompañar a *Los Locos* a los torneos interprovinciales. Es por este motivo que en la tesis de Maestría (cuyo trabajo de campo recupero aquí) la categoría observador externo no se aplicaba, pues si bien no entrenaba al ritmo de ellos y ellas, ni participaba de las competencias, me encontraba dentro del grupo: compartía eventos (celebraciones con asados, grupos de *WhatsApp*, viajes a torneos) y a su vez mis interlocutores e interlocutoras conocían mis intenciones en el campo. Considero que en los viajes a torneos fue donde más se re-significó la idea de *estar allí*, presente con ellos y ellas en sus espacios de sociabilidad y reinención corporal. La noción de acompañamiento y presencialidad en el campo, no se limitó a las esferas del gimnasio, sino que se expandió a otros espacios, lo cual permitió un reconocimiento más amplio de los términos entablados en la relación investigador-interlocutores/as, posibilitando la recuperación de sus perspectivas acerca de cuestiones que les preocupaban, les interesaban, los motivaban, los enorgullecían y avergonzaban (Guber, 2014). El registro de estos eventos me permitió transmitir de forma densa la fuerza icónica de las prescripciones del *CrossFit* y cómo éstas eran percibidas tanto por mi persona como por los/as otros/as miembros del *box*.

Si bien recuperé algunos elementos reflexivos y metodológicos de la autoetnografía desarrollada por Wacquant (2006) en un gimnasio pugilístico del Bronx, a diferencia de este investigador, competir en torneos nunca formó parte de mis intenciones. Estaba claro que no podía comprender los hechos de igual manera que mis interlocutores e interlocutoras, no obstante, podía abordar reflexivamente lo que ellos y ellas percibían a través del trabajo de campo, y a partir de la observación y análisis de las formas simbólicas en los términos en que cada agente se representaba a sí mismo y a los demás (Geertz, 1994). Además, la idea de posicionarme como una persona que va a

entrenar (Gil, 2019) afianzó las posibilidades de aplicar la reflexividad, en tanto capacidad social de crear el orden del que se habla y donde se da cuenta, de una forma problematizadora, de un proceso de conocimiento que se presenta como intersubjetivo entre el investigador y los sujetos observados en el marco del estudio (Guber, 2014).

Partiendo de la descripción de los distintos locales donde se desarrolló la vida de los urbaneros²¹, es que se puede tejer la propia historia del grupo y cómo vivió cada uno de *Los Locos* el proceso de conversión al *CrossFit*. El trabajo etnográfico me permitió interpretar este universo signifiante compuesto por un “otro exótico” que se define con respecto a un “nosotros” que se supone idéntico (Augé, 2000). En mi caso, los “otros” eran *Los Locos*, aquellos y aquellas jóvenes que entrenaban para competir en torneos y de esa forma, legitimar su disciplina como una forma de trabajo. Describir, analizar y comprender sus experiencias y sus trayectorias de entrenamientos implicó pensarlos y pensarlas como sujetos posicionados en un determinado campo de relaciones sociales cuya interpretación de los hechos es siempre provisional (Rosaldo, 1991)²².

Elsie Rockwell (1987) plantea que una forma de ganarnos la confianza de los/as interlocutores/as es comunicarles que no se utilizará en su contra la información obtenida. Desde un comienzo los y las participantes de las competencias y allegados/as al *coach* Fausto tuvieron predisposición para que yo pudiera participar en el cotidiano y mantener conversaciones; entendían que la producción de un trabajo de investigación orientado al *box*, sería una forma de dar a conocer su historia y diferenciarse de los demás *boxes* donde según su perspectiva “no se practicaba el *CrossFit* verdadero”. Estos encuentros con el *coach* y sus discípulos y discípulas permitieron el surgimiento de indicios interrogativos vinculados a ¿En qué consistía el verdadero *CrossFit* y quién lo determinaba? ¿Por qué Fausto sentía que su propuesta de entrenamiento se diferenciaba de la de los demás *boxes*? ¿Sus discípulos y discípulas compartían esta perspectiva? ¿Qué representaba Fausto en la vida de los y las miembros activos/as del *box*?

²¹ En el *box* de Fausto este término era sinónimo de *crossfitero* o de personas que practicaban *CrossFit*.

²² El autor refiere con esta idea a que los/as etnógrafos y etnógrafas pueden hacer conclusiones que son provisionarias pues sus entrevistados y entrevistadas responden en función de las experiencias que hasta ese momento han vivido.

Durante mi experiencia de campo en Sáenz Peña, mis abordajes analíticos se redefinieron a partir de las condiciones empíricas que se construyeron en esta etapa. Las primeras entradas en terreno se produjeron en *Cross Open*, donde mis intereses no estaban delimitados expresamente, lo que hizo que las conversaciones fueran insuficientes. Pude participar como espectador en dos competencias en el año 2019 en las que conocí los modos de vinculación entre los *boxes* de esta ciudad. Aquellas dos experiencias resultaron valiosas para entablar charlas con competidores y competidoras, dando cuenta de sus historias personales y deportivas. Mi rol como persona que entrenaba *CrossFit* fue breve y se consolidó cuando en marzo de 2020 me integré como practicante del *box Cross Open* llegando a compartir sus rutinas de entrenamiento durante un mes. Si bien entrené con ellos y ellas bajo las directivas de los y las *coaches*, no fui percibido por los y las practicantes como un *crossfitter* ni un *atleta*, sino como alguien que hacía *CrossFit* de modo ocasional y con fines estéticos. No formé parte de un equipo de competición ni compartí los valores deportivos de mis interlocutores e interlocutoras.

En el caso de los *boxes Legionados* y *Fortáles* mi trabajo de campo estuvo limitado a conversaciones por *WhatsApp* e indagación en las redes sociales y perfiles de los y las *atletas*, debido a la situación de aislamiento social, preventivo y obligatorio que se implementó en Argentina desde marzo de 2020²³. Por este motivo, utilicé herramientas de la etnografía virtual. Retomé a María del Rocío Ruiz Méndez y Genaro Aguirre Aguilar (2015) quienes entienden que los estudios antropológicos sobre Internet se centran en las comunidades virtuales, las cuales exponen formas de comunicación, de interactividad y de estructuras de participación dinámicas e ininterrumpidas. De este modo, pude obtener datos fundantes a partir de la indagación en el sitio de *Facebook* Locos por el *CrossFit*, como así también de las publicaciones que hacían mis interlocutores e interlocutoras en sus perfiles de *Instagram* y las charlas en el grupo oficial de *WhatsApp* del *box*, donde yo estaba incluido. Una de las particularidades que presentan las comunidades en Internet es que se generan relaciones entre personas con distintos intereses aun estando diseminados geográficamente: se da el intercambio de información e intereses en dichos espacios virtuales y diversas formas de participación

²³ Ésto será trabajado en el capítulo V.

(Ruíz Méndez y Aguirre Aguilar, 2015), los cuales se convierten en interesantes insumos para los/as investigadores e investigadoras sociales.

Al momento de hacer las entrevistas con los y las *atletas* de *Legionados* y *Fortáles*, recurrí a la aplicación de mensajes de voz de la red social *WhatsApp*, intercambiando consultas y opiniones con ellos y ellas. Durante esta instancia de trabajo de campo en la ciudad de Sáenz Peña, realicé entrevistas formales-presenciales: al *coach* Alexander (*Fortáles*), en el mes de junio de 2020, al *coach* Elton (*Legionados*) y al Subsecretario de Deportes y Recreación de la Municipalidad de Sáenz Peña en noviembre del mismo año. Este último interlocutor me orientó en relación a las disposiciones y ordenanzas municipales regulatorias de los espacios destinados a las actividades recreativas. Gran parte de la información que utilicé para la construcción de mi objeto la obtuve de conversaciones distendidas en el *box* o vía redes sociales, sin necesidad de grabarlas sino realizando breves anotaciones y luego, reconstruyendo la charla en mi domicilio. Gracias a ello, pude conocer las historias deportivas de los y las *atletas* de los *boxes*, como también la significación que otorgaban a su práctica.

Las charlas virtuales y la indagación en sus redes sociales me permitieron comprender subjetividades específicas como, por ejemplo, las nociones de belleza y género que las *atletas* construían y los modos en que ellas experimentaban la seducción a partir de su conversión en competidoras profesionales. Reivindico entonces el trabajo de campo virtual, en tanto complemento y no reemplazo de los datos que se obtienen a partir de las conversaciones cara a cara. La riqueza de esta perspectiva se adquiere cuando colocamos los medios digitales en relación con otros ámbitos y formas de hacer investigación, entendiendo a lo digital como parte de algo mayor, en lugar de situarlo como centro del trabajo (Pink et al., 2016). Mis investigaciones empíricas finalizaron en diciembre de 2020 y esto se debió principalmente a la necesidad de procesar y articular la información recolectada durante los seis años de trabajo de campo.

En suma, en esta etnografía realicé observaciones participantes en cuatro *boxes* y entrevistas en profundidad. En mi análisis de las redes sociales incluí publicaciones realizadas por los y las *atletas* de *CrossFit*, particularmente aquellas que referían a reflexiones y pensamientos sobre sus rendimientos físicos, sus nociones de belleza y salud y sus angustias por el cierre del *box* ante el avance de la pandemia del COVID-19.

Estructura de la tesis.

En el capítulo I expongo las principales características de lo que denomino mundos sociales y culturales del *CrossFit*: contexto y finalidad con la que surgió la disciplina deportiva, tensiones con la propuesta de comercio y entrenamiento del *Fitness*, valores que la práctica pregonaba, similitudes con el ámbito bélico y militar. También, señalaré cómo fue su proceso de instalación y expansión en Argentina y particularmente en contextos del norte como Santiago del Estero y Sáenz Peña: el rol de los Estados Municipales en cuanto a su regulación y obtención de permisos, la ausencia de un registro exclusivo pertinente a estos locales. Al final del apartado, describiré la estructura organigráfica del *box* con el propósito de ilustrar las formas de organización al interior de los mismos y la distribución de tareas en estos emprendimientos.

En el capítulo II, presento las carreras laborales y deportivas de dos agentes característicos de estos mundos sociales y culturales: *coaches* y *dueños-coaches*. A partir de una descripción de estas categorías y de la presentación de las trayectorias de algunos/as de mis interlocutores e interlocutoras, mostraré cercanías y rispideces con el mundo de la Educación Física; particularmente las diferencias que existían entre la nominación de instructor/a (mundo *Fitness*) y *coach*. Planteo que además de la formación técnica, los y las *coaches* debían aprender “convenciones”²⁴ que hacían al oficio (Becker, 2008, p. 63) tales como saber gestionar emociones y recursos materiales. También expongo las tres clases de *coaches* que identifiqué: *técnico/a*, *criterioso/a* y *exigente*. En segunda instancia, muestro cómo se significaban los ideales de belleza en las mujeres practicantes de la disciplina y cuáles eran los rangos o cargos que ellas ocupaban en esta red de relaciones. Las *atletas* de *CrossFit* construirían valores positivos en relación al incremento muscular y la tonicidad en tanto herramientas de seducción femenina.

En el capítulo III, muestro cómo un/a cliente o clienta ingresaba al *box* y devenía en un/a *atleta*, a partir de los tres pasos que conformaban su carrera. Al

²⁴ Becker (2008) entiende que los mundos del arte están compuestos por conjuntos de decisiones que se toman en relación a los trabajos producidos (algunas están arraigadas en la cultura y otras en el medio artístico). A esto lo denomina convenciones y son conocidas por todos los y las miembros de una sociedad específica, elemento que posibilita la producción de formas básicas de cooperación.

comienzo, el/la novato o novata atravesaba un período de adaptación o escala donde incorporaba el léxico básico de la disciplina y técnicas corporales elementales. El propósito radicaba en que el/la cliente o clienta comprendiera las diferencias entre la propuesta del *CrossFit* y la de un gimnasio de fierros (Rodríguez, 2016; Merino, 2008), aprendiendo poco a poco las “convenciones” (Becker, 2008, p. 66) que hacían a este mundo social y cultural (formas correctas de hacer los *WODs*, reglas de convivencia, respetar la autoridad del *coach*). Para ilustrar la pedagogía que caracterizaba a la disciplina, expongo los elementos que hacían a una típica clase de *CrossFit*, analizándola a la luz de la teoría de la performance (Schechner, 2000, 2012): calentamiento, demostración de la técnica, realización del *WOD* y enfriamiento. En la última parte de su carrera, el o la *atleta* adoptaba nuevas formas de alimentación, las cuales devendrían en una autoregulación del sujeto y en una significación de sí mismo/a como *Loco por el CrossFit*.

En el capítulo IV ilustro una competencia de *CrossFit* ocurrida el 16 de septiembre de 2016 en la ciudad de La Rioja: La *Regional Cross*. En este apartado me propongo analizar al evento como una performance (Schechner, 2000, 2012), identificando las fases y agentes intervinientes (creadores, productores, intérpretes y participantes). También, refiero al grado de profesionalización que adquirirían los y las *atletas* que formaban parte de las competencias, señalando que sus carreras deportivas se hibridarían con las laborales. Continuaré esta propuesta en el capítulo siguiente, indicando que la digitalización de estos mundos sociales y culturales se correspondería con estrategias de marketing orientadas a la solvencia del emprendimiento *box*. Las horas de entrenamiento serían subjetivamente entendidas como un trabajo en el marco de sus carreras deportivas y esto se observaría en la publicación de sus logros y rutinas corporales en redes sociales, acompañadas de discursos motivaciones propios del *coaching*.

En la segunda parte del capítulo V, señalo cómo la vehiculización de imágenes a través de medios digitales y tecnológicos adquirió mayor fuerza en el marco del cierre de los *boxes* de *CrossFit* a causa del avance de la Pandemia por COVID-19. Aquí, las estrategias de reinención empresarial variaron según las etapas del primer año de confinamiento: entrenamientos en casa, alquiler de herramientas de trabajo, gestión y acompañamiento emocional por parte del/la *coach* al *atleta*, protocolización del espacio

de ejercitación. Durante estas etapas, las carreras deportivas y laborales de los y las *atletas* mostraron diferencias en cuanto a sus progresos: algunos y algunas avanzaron, otros y otras se retrasaron y muchos/as detuvieron su entrenamiento. La noción de funcionalidad corporal que estos y estas practicantes produjeron al inicio de sus carreras se habría modificado a raíz del avance del COVID-19: el nuevo propósito de estos/as emprendedores y emprendedoras se orientaría a fortalecer el sistema inmunológico a partir de extenuantes jornadas de ejercitación, volviéndose el *CrossFit* un “*servicio esencial*” para la comunidad.

Finalmente, en la conclusión del trabajo presentaré los principales hallazgos y senderos a transitar en futuras investigaciones.



(Imagen de un *box* del *Team Sáenz Peña*. 28 de marzo de 2022). En la imagen puede leerse “*¡No te rindas! El comienzo siempre es la parte más difícil*”.

Capítulo I:

El *CrossFit* como práctica y como mundo social y cultural.

En este apartado analizaré las características de la práctica *CrossFit* en tanto marca-deporte expandida a nivel global y sus diferencias con otras disciplinas corporales como el *Fitness* y el fisicoculturismo. Me interesa pensar la instalación de esta empresa en los contextos de nuestro país a la luz de procesos de hibridaciones culturales que justificarían su éxito comercial en provincias como Chaco y Santiago del Estero. Finalmente, remarco el papel que los Estados Municipales tuvieron en la apertura y regulación de estos llamados “espacios recreativos y del tiempo libre” en las regiones mencionadas anteriormente.

Del *Fitness* al *CrossFit*.

Cuando alguien me preguntaba de qué trataba mi estudio, y yo respondía *CrossFit*, inmediatamente debía contestar a una segunda pregunta: ¿Qué es el *CrossFit*? En otros casos, me pedían que se los repitiera o se los deletreara. A raíz de reiteradas ocasiones donde se produjeron este tipo de situaciones fue que opté por estructurar una simple explicación que esté al alcance de cualquier interlocutor e interlocutora: es una combinación de entrenamiento aeróbico con alto rendimiento.

Una de las particularidades que tenía este mundo social y cultural era que se definía en función de otras prácticas de ejercitación física como el *Fitness* y el fisicoculturismo, sobresaliendo por su atractiva promesa de “un cuerpo capaz de todo: más fuerte, más potente, más resistente” (Landa y Rumi, 2016, p. 10) que se lograba a través de la regulación minuciosa de los movimientos, la administración cuidadosa del tiempo y la incitación a la competencia. En relación al fisicoculturismo, la propuesta *crossfitera* cuestionaba el hecho de que el entrenamiento y la competencia profesional estuviesen orientados al desarrollo de un cuerpo fornido y con grandes músculos en lugar de obtención de destreza física, agilidad y resistencia. Los y las *crossfitters* ponían en discusión la utilidad de un cuerpo que, desde su perspectiva, cumplía la única función de ser exhibido (tal era el caso de los y las fisicoculturistas), razón por la cual

priorizaban y fomentaban el perfeccionamiento de técnicas y aptitudes físicas mencionadas anteriormente por sobre la musculatura prominente.

El *CrossFit*, en tanto programa de entrenamiento, fue creado por Greg Glassman y Lauren Jenai. En su cuenta oficial de *Twitter*, Glassman se presentaba como fundador y *CEO*²⁵ de *CrossFit*, defendiendo algunas premisas relacionadas a la actividad física combinada, como así también la necesidad de inculcar globalmente el hábito del ejercicio para la salud de una nación. Otros espacios virtuales como *Body Life Spain* definían a Glassman como el fundador de una comunidad que buscaba forjar una forma física amplia, general e inclusiva respaldada por resultados mensurables, observables y repetibles y agregaban que el programa preparaba a los y las aprendices para cualquier contingencia física, no solo por lo desconocido sino también por lo incognoscible. En la página oficial de *CrossFit*, esta disciplina se presentaba como un sistema de entrenamiento y entramado organizacional, un aspecto novedoso y revolucionario del *Fitness* que combinaba ejercicios aeróbicos y de alta intensidad. En estos mundos, la noción de funcionalidad aparecía como uno de sus pilares fundamentales, lo cual se traducía en producir un cuerpo preparado para todo tipo de eventualidades y enfrentar obstáculos físicos impredecibles a partir de la ejercitación con rutinas de alta intensidad (Barbieri et al., 2017). Así, *crossfiteros* y *crossfiteras* como mis interlocutores e interlocutoras y el mismo Glassman, le daban un aspecto pragmático y específico al entrenamiento, al cual entendían como intenso pero adaptable a cada persona: tanto niños como adultos mayores podían unirse a esta forma de ejercitación.

¿Pero de qué modo se originó esta empresa y cuáles fueron los imperativos que cultivó en sus comienzos? Este tipo de ejercitación era utilizado por Glassman para entrenar a oficiales y bomberos de California con la intencionalidad de que estos agentes incorporasen a sus labores de riesgo determinadas destrezas físicas. A partir de ello, una fuerte impronta militar fundó la génesis del *CrossFit* haciéndose ostensible en los rasgos ascéticos de los *boxes* y en la dinámica severa de sus *WODs*; a la vez que una gran cantidad de policías, militares y bomberos consumen actualmente sus clases (Landa y Kalin, 2021). Muchos *WODs* llevan el nombre de héroes de guerra

²⁵ Las siglas *CEO* remite en inglés a *Chief Executive Officer* cuya traducción al castellano es “director ejecutivo”.

representando esto un homenaje que la disciplina rinde a la entrega y valentía de soldados estadounidenses. Uno de los más emblemáticos era “J.T.”, rutina cuya sigla representaba a Jeffrey Taylor, oficial de marina de treinta años de edad que fue asesinado en la Guerra de Afganistán. “*La idea es que sientas lo que sintieron los soldados en la guerra*”, me dijo uno de mis interlocutores para indicar que el sentido del compromiso con la práctica deportiva era similar al que asumieron los soldados. Esto cobraba mayor intensidad al momento de competir en torneos con otros *boxes*. Entonces, en los orígenes del *CrossFit* el mundo de lo bélico pareciera hibridarse con la racionalidad empresarial, confluyendo en una marca que reivindicaría valores tales como la entrega, la valentía y la disciplina.

Así, una de las categorías más importantes de los *WODs* que ofrecía el *CrossFit* eran los *héroes*, denominación que buscaba enaltecer valores como el patriotismo, la entrega incondicional y la valentía de los soldados. Esto nos permitiría pensar que el *CrossFit* orientaría su propuesta mayormente al público masculino, reafirmando valores y esencias asociados a la condición varón (rudeza, entrenamientos rudimentarios y severos, similitudes con el ámbito bélico) e interpelaría al género femenino desde una idea de mujer fuerte asociada a lo bello. Contrariamente a la propuesta del *Fitness*, que implicaba esculpir y tonificar sin producir grandes dimensiones corporales, el mundo *CrossFit* reivindicaba la voluminosidad del músculo de la practicante tomando como base ideas de superación, sacrificio, funcionalidad, habilidad, destreza y competición²⁶. Recordemos que en la práctica del *Fitness* la propuesta comercial se centraba en la promesa de restaurar la vitalidad del cuerpo y por ello, sus prácticas y discursos giraban en torno al embellecimiento, la calidad de vida y el bienestar (Landa, 2011; Carreirão Gonçalves, 2021). En cambio el *CrossFit* proponía la autosuperación deportiva y personal a través de la incorporación de destrezas físicas, combinadas y exigentes.

Expansión comercial del *CrossFit*.

Podría decirse que esta actividad dio sus primeros pasos en el mundo empresarial hace más de veinticinco años, a partir de la diversificación de su propuesta comercial. En 1995 se inauguró el primer *box* de *CrossFit*, esta vez con la finalidad de

²⁶ Esto se presentará en mayor profundidad en el capítulo II.

atraer un público más amplio que el policial-militar (Rodríguez y Kalin, 2018). Cinco años más tarde contó con una cantidad superior a 6500²⁷ tan sólo en Estados Unidos y en 2014 alcanzó diez mil afiliaciones en todo el mundo (Dawson, 2015). En el 2000 se consolidó como marca comercial y programa de entrenamiento estadounidense, expandiéndose a nivel mundial nueve años más tarde con la creación de los *CrossFit Games*, megaconcurso televisado y patrocinado por el sitio de ropa oficial de *CrossFit*, *Reebok* (Landa, 2016b; Bekenstein, 2019; Sarpong, 2018). Bajo el interrogante “¿Quién es el hombre más apto de la Tierra?”, el evento captó la atención de cientos de *atletas* profesionales, manteniéndose hasta el día de hoy como un *slogan* que busca elevar año a año el nivel de exigencia y la obtención de una importante suma de dinero (Landa y Rumi, 2016; Landa, 2016b; Landa y Kalin, 2021). Esta premisa se reprodujo en otro evento característico de la disciplina como es el *Southfit CrossFit Challenge*, que comenzó en 2013 por iniciativa de un grupo de afiliados y afiliadas de Latinoamérica, presentándose como el más importante de la región²⁸. Con el uso de frases como “¿estás listo?” “Despierta, es hora de ganar”, captó (y actualmente lo sigue haciendo) la atención de más de setecientos *atletas* que luchaban por convertirse en el hombre, la mujer o el equipo con la mejor condición física a partir de la puesta a prueba en todas las capacidades físicas reconocidas en un ser humano.

Supervivencia, resistencia al límite y *ser el mejor* eran valores que el *CrossFit* en tanto comunidad emanaba, reforzándose esto en competencias internacionales que permitieron su expansión comercial: hasta 2019 se contabilizaron 14.960 *boxes* oficiales en todo el mundo, siendo Estados Unidos el país con más concentración de locales (7.314), seguido por Brasil con 1.055 *boxes* (Dominski et al., 2019). En Argentina, esta marca dio sus primeros pasos en el año 2011 de la mano de *Tuluka*, una de las cadenas más importantes de *boxes* del país, cuya primera sede se instaló en el barrio porteño de Palermo (Landa y Rumi, 2016; Bekenstein, 2019). A este *box* sus practicantes lo denominaban “El Templo” (Aguilera Matute, 2022).

²⁷ Afiliación refería a que había gimnasios o *boxes* que abonaban mensualmente a la marca de Glassman para utilizar el nombre “*CrossFit*”. Ningún espacio de entreno podía colocar la palabra *CrossFit* sino tenía la licencia.

²⁸ Expresión que aparece en su sitio web oficial <https://southfit.com.ar/nosotros/>.

En ese año, la Ciudad Autónoma de Buenos Aires contó con más de sesenta establecimientos de este tipo, volviéndose el *CrossFit* un rival de gran peso dentro del mercado de los entrenamientos corporales. Algunos de los emprendimientos más reconocidos de esta localidad eran *Reebok Tuluka CrossFit*, (hasta 2011 contó con seis sedes en la ciudad y el aval de una marca de indumentaria deportiva) *BIGG CrossFit*, *CrossFit Korvo*, *Aquila*, *Tropa Park*, *Il Mostro*, *El Galpón* (Rodríguez y Kalin, 2018). La expansión de la marca continuó los siguientes cuatro años y según constaba en la página oficial de *Mercado Fitness*, en marzo de 2015 *CrossFit Tuluka* inauguró en el barrio porteño de Caballito la segunda sede de Escuela Nacional de Entrenadores (ENADE) brindando talleres sobre biomecánica, entrenamiento no convencional y nutrición, entre otros. Dos años después, en junio de 2017, esta cadena abriría una sede de entrenamiento en la provincia de Tucumán y luego, en agosto, lo haría en Santiago del Estero. Esto nos demuestra que la propuesta del *CrossFit* se presentó en tanto desplazamiento y novedad en el marco de la cultura del *Fitness* a nivel global y local, haciendo foco en una cultura que enaltecía la austeridad de sus espacios y los valores del combate, sacrificio y rendimiento deportivo (Landa, 2016b).

El *boom* empresarial del *CrossFit* argentino no se limitó a las grandes cadenas comerciales ni a la ENADE, sino que extendió sus redes hacia otros espacios de instrucción disciplinar y pedagógica. Muchos trabajadores y trabajadoras de los *boxes* recibieron formación a partir de cursos que realizaron en la Escuela Argentina de *Coaches* (en adelante E.A.C), institución orientada a brindar herramientas y conocimientos innovadores, factibles de ser aplicados a gimnasios, colegios, *boxes*, clubes, entre otros. Estos cursos no exigían una formación previa y podían ser realizados por cualquier persona que se interesara en el deporte y la nutrición. Es decir, su enseñanza no se circunscribía exclusivamente al *CrossFit* sino que se ofrecía a otras disciplinas, tales como anatomía funcional, fisiología, entrenamiento no convencional, *gymnastic*, *weightlifting*²⁹, biomecánica, nutrición, *endurance*³⁰. Sus valores se vinculaban a un “*compromiso con el resultado, integridad, orientación al cliente, trabajo en equipo, capacitación constante, innovación, calidad constante*,”

²⁹ Se recomienda observar el glosario.

³⁰ Se recomienda observar el glosario.

comunicación abierta y honesta, responsabilidad social". Muchos de mis interlocutores e interlocutoras en Santiago del Estero y Sáenz Peña han recurrido a los cursos de la E.A.C. para formarse y aplicar estos conocimientos en sus trabajos, razón por la cual se podría observar una relación entre la filosofía motivacional que esta institución ofrecía y la construcción de una particular subjetividad emprendedora en estos contextos locales.

Además de la formación e instrucción, los y las *coaches* que deseaban colocar la palabra *CrossFit* en el nombre de sus negocios debían abonar una matrícula correspondiente a una licencia a su creador, Greg Glasman. A partir de la obtención de esta franquicia, la empresa estadounidense habilitaba a estos gimnasios a impartir el *CrossFit* enviando semanalmente los *WODs* que, a su vez, los y las *coaches* debían enseñar de modo estricto sin posibilidad de modificación. Debido a que el precio estaba cotizado en dólares, este tipo de operaciones quedaba circunscripta a los gimnasios de las grandes ciudades como Buenos Aires, Córdoba y Rosario, ya que contaban con clientes y clientas que podían costear cuotas elevadas, necesarias para el pago de la licencia oficial. En el caso de pequeños/as emprendedores y emprendedoras, como los y las interlocutores/as de este trabajo, recurrían a estrategias comunicacionales para referir que ofrecían entrenamiento *CrossFit* sin utilizar tal designación en los nombres de sus locales.

Los no oficiales.

Los *boxes* que no contaban con licencia oficial sobresalían por su particular infraestructura: mayormente eran galpones o garajes utilizados por sus instructores e instructoras para dictar clases con elementos tales como gomas de automóviles, bolsas de arena, algunas pesas, discos y barras. Tal es así que la locación de *Legionados* funcionó como una fábrica de zapatos antes de convertirse en un gimnasio y el *box* de Fausto fue acondicionado en una antigua caballeriza que alquiló en 2016.

Las veredas y calles también formaban parte del entrenamiento *crossfitero*, pues sus practicantes trotaban por sus alrededores como parte de sus exigentes rutinas corporales, ganándose las miradas de las y los vecinos/as del gimnasio. La apropiación del espacio público no se limitaba a los pavimentos y veredas: parques y plazas eran vistos como atractivos y sugerentes destinos para realizar sus *WODs*. Esto implicaba que podían utilizar elementos de dichos lugares para ejercitarse (truncos de árboles,

bancos, entre otros), volviéndose objeto de admiración por parte de los y las transeúntes que, de modo imprevisto, se convertían en curiosos/as espectadores/as de sus rutinas deportivas. Podría afirmarse que la rusticidad de estos espacios minimalistas era una de sus características al tener una función primordial: cercenar cualquier distracción que desconectara al practicante de su programa de ejercicios. Esta misma justificación podría explicar la ausencia de los espejos en los *boxes* de *CrossFit*: estaban vedados por considerar que reforzaban una atmósfera egocéntrica, marcando así una diferencia con los gimnasios tradicionales, donde este elemento se volvía central para producir una alimentación y retroalimentación de miradas en múltiples direcciones (Rodríguez y Kalin, 2018).

La rusticidad como estructura base de este negocio también se observaba en la propuesta de una rutina deportiva que buscaba sortear obstáculos a partir de la incorporación de elementos como cajones y sogas, situación que se correspondería con una tendencia del sistema neoliberal orientada a la sofisticación de los aspectos simples de la cotidianeidad (Landa y Rumi, 2016). Esto tendría como objeto la generación de emprendimientos caracterizados por discursos de estetización, donde la “buena vida” se asocia a la constante búsqueda de nuevas sensaciones y gustos (Arizaga, 2017). El *CrossFit* en tanto empresa, asumiría esta filosofía donde se promocionaría un consumo subjetivado a través de experiencias sensitivas, ligadas a lo emocional y de hecho, el mismo *box* adquiriría significancia, al convertirse en un espacio donde los y las clientes/as se encontraban y se reconocían a partir del mismo objeto de consumo.

Entender que la oferta de ejercitación corporal *CrossFit* era funcional a los estilos de vida de las urbes contemporáneas (Landa, 2011) me llevó a interpelarme respecto a la forma en que estos procesos de *managementización* promovidos por la marca se actualizaban en *boxes* específicos del norte argentino. Con ello, denotar los modos en que se producían hibridaciones entre una cultura del entrenamiento mundializada y la cultura particular de esta región. La sugerente propuesta de entrenar el cuerpo en ambientes rudimentarios con el objetivo de disponerlo a sortear embates de la vida cotidiana sería una de las posibles explicaciones de la masiva aceptación comercial de esta empresa en provincias como Chaco y Santiago del Estero. La

climatología de la zona (temperaturas altas durante la mayor parte del año) y su geografía caracterizada por la abundancia de espacios naturales como montes³¹ contribuirían positivamente a esta lógica al producir en el/la *crossfitero* o *crossfitera* un deseo de supervivencia y de *puesta a prueba*, que se reforzaría en los entrenamientos y competencias que se desplegaban en el paisaje natural típico de la región. En estas localidades, el *CrossFit* sería parte de un proceso de glocalización (Rosas Mantecón, 1993; Homóbono Martínez, 2019) caracterizado por la incorporación y adaptación de mandatos, valores, estilos de vida y entrenamiento constitutivos de una marca mundialmente expandida. Los emprendedores y emprendedoras del norte argentino adecuarían estos condicionantes globales a sus intereses deportivos-comerciales, generando y legitimando un estilo propio de *CrossFit*.

Podría decirse que en la ciudad de Santiago del Estero el *boom* por el *CrossFit* se consolidó en 2014 con la apertura de los primeros salones y *boxes* en el centro de la localidad. Con ello, se diversificaron las formas de impartir la disciplina: en algunos casos los y las *coaches* combinaban entrenamientos funcionales y aeróbicos tales como saltos al cajón, abdominales, flexiones y trotes en las veredas. En otros, como el *box* de Fausto, se practicaba una ejercitación más intensa, como trabajos con pesas y jornadas de actividad física que duraban tres horas y se desplegaban en el horario de la siesta. En la localidad de Sáenz Peña la instalación y masificación del *CrossFit* tuvo un devenir similar. En 2014, un gimnasio denominado *Furiosos* comenzó a impartir la práctica a partir de capacitaciones y cursos que realizó su dueño en la ciudad de Corrientes y Capital Federal. Un año después, se inauguraron dos salones: *Cross Open* y *Legionados*. Hasta 2020 los tres lugares conservaban sus originales ubicaciones geográficas. El primero, estaba en el casco céntrico de la ciudad, a una cuadra de la Municipalidad; el

³¹ Santiago del Estero y Chaco se ubican geográficamente en el norte de Argentina y se caracterizan por tener un clima más cálido durante el verano, en comparación con la región centro del país. En estas provincias es normal que las temperaturas lleguen a cincuenta grados en los meses de noviembre a marzo, siendo el horario de las 11:00 a 18:00 hs la franja del día donde el calor se hace sentir con más intensidad. Ejercitarse en este tramo de la jornada aumenta las posibilidades de deshidratación, insolación y sofocación. En relación a su geografía física, presentan superficies de monte ubicados en las afueras de las ciudades, imposible de arribar sin automóviles o bicicletas. Los y las *crossfitters* utilizaban estos lugares para realizar sus entrenamientos pre-competencias durante la siesta. La experiencia, lejos de ser vivenciada como un padecimiento, los y las motivaba a avanzar en el *CrossFit* al sentir que su cuerpo estaba preparado para estas inclemencias gracias al exigente y rudimentario entrenamiento del *box*.

segundo se encontraba más alejado de la parte céntrica y en medio de lo que se conocía como “zona universitaria”, debido a la cercanía con la Universidad Nacional del Chaco Austral y la residencia estudiantil. A mediados de 2019 se inauguró el primer gimnasio oficial de *Fitness* en Presidencia Roque Sáenz Peña denominado *Salud Fitness Club*, en el cual se impartían clases de *Zumba*, entrenamiento funcional y *CrossFit*. En relación a la oferta y la ubicación geográfica de los negocios, en ambas localidades se observaban dos cuestiones. En primer lugar, este tipo de propuestas de ejercitación corporal no convencional se instalaban en zonas céntricas disputando espacios con otras ofertas gimnásticas. En segundo lugar, en la mayoría de los locales no oficiales, el *CrossFit* se vendía como “la” propuesta principal del emprendimiento aunque no la exclusiva; sus dueños ofertaban otras disciplinas afines como la calistenia o el funcional.

Boxes grandes, boxes chicos.

Podría decirse que en los contextos mencionados estos *boxes* no oficiales de *CrossFit* se organizaban en al menos dos categorías: grandes y chicos. Con la primera denominación hago referencia a aquellos salones como *Hard Cross* en Santiago del Estero, los cuales contaban con dos pisos y techos suficientemente altos como para tolerar las altas temperaturas durante las épocas de verano. Este tipo de local se dividía en áreas a las cuales podían acceder los y las clientes/as, dependiendo su nivel de rendimiento físico obtenido: si eran avanzados/as o competidores/as profesionales podían entrenar en zonas con pesas, barras y sogas, pero si eran iniciados/as o novatos/as debían permanecer en lugares más reducidos. Esta lógica de administración espacial se vinculaba con la complejidad de los movimientos que debía realizar cada grupo y la necesidad de no perjudicar al compañero o compañera. En los *boxes* más pequeños esto no sucedía. La mayoría de ellos eran locales con una o dos habitaciones, característica que dificultaba notablemente la separación en zonas³². Por ello, los y las

³² El *box* inicial que tuvo Fausto se llamó *Cross Training* y se enmarcaba en esta categoría. La primera vez que ingresé me pareció un lugar excesivamente pequeño y rústico pues se trataba de una sola habitación de ocho metros de ancho y seis de largo. Al cliente/a lo recibía un mostrador, en el cual había un trofeo y una virgen envuelta con la bandera de Argentina; al costado, una heladera con un listado de productos *Fit* y sus precios. Al fondo, un pequeño baño que se llenaba de agua continuamente y el cual era utilizado por varones y mujeres. El resto del salón estaba destinado a las máquinas de levantamiento de pesas. Un elemento distintivo eran los afiches que decoraban las paredes del local: dos de ellos consistían en fragmentos de diarios locales propios de la época en la que Fausto había participado en competencias. También había carteles que contenían frases de esfuerzo y sacrificio en cuanto al trabajo

coaches de estos negocios recurrían a otro tipo de estrategias: seleccionaban horarios para aprendices que concurrían con fines estéticos, otro para competidores/as y otro para *crossfitters* que deseaban competir en un futuro. La mayoría de ellos y ellas no ofrecían rutinas personalizadas sino circuitos conectados donde todos los y las clientes/as realizaban la misma práctica de forma rotativa. Esto implicaba que si un o una practicante se atrasaba en su *WOD*, provocaría que los demás también lo hicieran. Era común el carácter nómada que tenían estos locales pequeños: muchos de ellos se mudaban después de un tiempo considerable buscando opciones más económicas para alquilar o espacios más amplios que permitían diversificar la enseñanza de su disciplina.

Independientemente de su extensión, los *boxes* no oficiales de *CrossFit* en Santiago del Estero y Sáenz Peña presentaban particulares características que eran constitutivas de estos mundos deportivos, tales como venta de agua mineral y suplementos deportivos (proteína artificial especialmente), presencia de un único baño sin distinción de géneros y utilización de pizarrones como elemento pedagógico para enseñar la disciplina. En relación a este último punto, era el o la *coach* el o la encargado/a de organizar e impartir el *WOD* en tanto maestro/a del entrenamiento. Sólo en ocasiones donde este agente no estaba presente en el *box* (por viaje, retiro espontáneo o atención a otro grupo) era el o la *crossfitter* más avanzada/o quien dictaba la clase.

Observamos entonces cómo, poco a poco estos gimnasios o *boxes* no oficiales del norte argentino se incorporaron al desarrollo económico, social y cultural de sus respectivas ciudades, promocionando una forma de entrenamiento más completa, entretenida y diferente que la propuesta por los gimnasios de levantamiento de pesas, instalados muchos años antes. Esto, junto con la oferta de un costo monetario menor al exigido en otros salones deportivos, habría contribuido a la masificación del *CrossFit* en Chaco y Santiago del Estero, significándose como una práctica accesible para la clase media y baja. Fue así que estos mundos sociales y culturales se volvieron parte de sus paisajes urbanos y en su disputa con otras formas de ejercitación consideradas más tradicionales, los y las emprendedores y emprendedoras de estos locales pudieron instalarse y comenzar a ser regulados estatalmente por áreas municipales y provinciales.

del cuerpo. Posteriormente, fueron quitados y reemplazados por dibujos de cuerpos entrenados, pintados en las paredes.

En el caso del *Team Sáenz Peña*³³, su supervisión estaba a cargo localmente de la Subsecretaría de Deportes y Recreación, que a su vez dependía de la Secretaría de Desarrollo Humano y Deportes, la cual obedecía a las reglamentaciones de la Secretaría de Gobierno. Estas reparticiones se encargaban de contabilizar la cantidad de gimnasios instalados en la ciudad y legislar en torno a las prácticas físicas que se desarrollaban en dichos espacios, con el propósito de volverlas seguras para sus ciudadanos. Ejemplo de esto último era la Ordenanza Municipal N° 7.891, aplicada desde 2015, en la que se indicaba que, producto del incremento de espacios privados como gimnasios y academias de baile, se hacía necesario arbitrar medidas preventivas para preservar la salud de los y las participantes. Con esta disposición local se creó un “registro de establecimientos y personas con título habilitante destinados al desarrollo de actividades físicas”. En la normativa también se estipulaba que se entendían por actividades físicas recreativas, deportivas, gimnásticas o artes marciales, aquellas que “tendían a brindar aportes al estado integral de salud de un individuo, a través de la actividad física como medio educativo”. Además, se establecía la obligatoriedad de la elaboración de los planes de entrenamiento por parte un Profesor/a en Educación Física o Técnico/a con Especialidad para enseñar. Respecto a este último punto, se contemplaban certificaciones y cursos pero los mismos debían ser sometidos a evaluación del Subsecretario de Deportes y Recreación. En una entrevista realizada a este agente municipal, me comentó que sólo se consideraban como válidas instancias donde el/la instructor/a hubiese recibido al menos un año y medio de formación. También me mencionó que no existía un registro exclusivo de *boxes* de *CrossFit*, situación que me llevó a indagar, por medio de conversaciones informales con mis interlocutores e interlocutoras, sobre la cantidad de estos emprendimientos en la localidad de Sáenz Peña. Estimativamente, identifiqué alrededor de 10 salones de *CrossFit* en esta ciudad.

Finalmente, en la normativa mencionada se establecía que todo/a cliente/a o usuario/a debería presentar anualmente un certificado de aptitud médica y en caso de incumplimiento se sancionaría al responsable del local. Junto con la Subsecretaría de Deportes y Recreación, el área de Inspección Municipal se encargaba de revisar las

³³ Como se aclaró páginas antes, esta es la denominación que construí para referir a los tres *boxes* observados en la ciudad de Sáenz Peña: *Cross Open*, *Legionados* y *Fortáles*.

medidas de seguridad de los gimnasios y evaluar la conformación de este tipo de organizaciones - entendidos desde la Municipalidad - como recreativas.

En la ciudad de Santiago del Estero, la regulación municipal era similar. El funcionamiento de los gimnasios era responsabilidad de la Subsecretaría de Deportes y Recreación. Según constaba en su página web oficial, esta área no sólo tenía como propósito la promoción de actividades corporales y recreativas, sino que asesoraba de manera técnica a instituciones sociales y deportivas, a fin de favorecer el desarrollo comunitario. En Santiago del Estero tampoco existía un inventario municipal que cuantificara a los salones de *CrossFit*, razón por la cual desplegué la misma táctica de indagación que en Sáenz Peña, permitiéndome registrar una cantidad equivalente en ambas ciudades³⁴.

En las dos localidades el Estado homogeneizaba las disciplinas corporales bajo reglamentaciones en tanto dispositivos que encasillaban como “recreación y ocio” a los gimnasios de levantamiento de pesas, *Zumba*, *CrossFit*, *Fitness*, Funcional, Calistenia, *Kick Boxing*. En la misma categoría se incluían otras áreas de trabajo corporal, como por ejemplo, las academias de baile. En este aspecto, los y las emprendedores y emprendedoras de *CrossFit* interpelaban al poder estatal, debido a que su oferta de entrenamiento físico constituía, desde su perspectiva, un servicio innovador en relación a los demás locales de entrenamiento. Lejos de autoperibirse como lugares ociosos y de distracción, entendían a su emprendimiento como una oportunidad para hacer una carrera deportiva y laboralmente sustentable y/o rentable. En cuanto a las supervisiones, algunos/as interlocutores e interlocutoras me mencionaron que los agentes municipales enfatizaban en el cumplimiento de la señalización de las salidas de emergencia, presencia de extintores y baños, ignorando mayormente las certificaciones anuales de buena aptitud física que debían presentar los y las clientes/as de los *boxes*. Esto iría en contradicción con la necesidad de preservar la salud de los/as ciudadanos y ciudadanas que se planteaba como objetivo primordial de las Subsecretarías de Deportes de ambas localidades.

³⁴ Los registros en relación a los *boxes* de cada ciudad (10) no son exactos, ni pretenden serlo. Por el contrario, son afirmaciones estimativas que me posibilitarían mostrar la instalación y expansión de la marca *CrossFit* a través de espacios comerciales en estos contextos.

Organigrama de un *box* de *CrossFit*.

La posibilidad de emprender un local de este tipo no sólo estaba ligada a la supervisión estatal; involucraba también la movilización de recursos y redes de cooperación (Becker, 2008) que hacían posible su producción. Fue a partir de mi sexto año de trabajo de campo cuando me interrogué acerca de las “convenciones” (Becker, 2008, p. 66) que caracterizaban la existencia de estos mundos sociales y culturales y cuáles eran los modelos de organización y distribución laboral que se gestaban al interior de un emprendimiento de *CrossFit*.

Independientemente de la oficialidad o no de estos *boxes* y de su extensión (grandes o chicos), la mayoría de estos emprendimientos producían un organigrama similarmente repetido donde se asentaba su estructura empresarial. Tomando los aportes de Becker (2008) podemos señalar que en este mundo social y cultural cada persona que participaba en la producción de la subjetividad emprendedora tenía un conjunto de tareas específicas a su cargo, evidenciando con ello una extendida división del trabajo. En la cima sobresalía la figura del dueño del gimnasio, ocupada por el agente que poseía el capital económico para solventar el emprendimiento, cuyas responsabilidades radicaban en encontrar un espacio acorde para el mismo, tramitar los permisos municipales y realizar las labores de gerenciamiento y administración. En ocasiones, el dueño podía officiar también de *coach*, tal como el caso de Fausto, Martín Lezama o Alexander Ocampo quienes cumplían ambos papeles -eran propietarios intelectuales del local e impartidores de la disciplina- adoptando un conjunto de funciones vinculadas al saber gestionar: establecer el monto de cuota que se debía abonar mensualmente (debía ser accesible para no perder clientes y clientas), horarios en que trabajarían los y las *coaches*, salarios a sus empleados y empleadas, mantenimiento edilicio (pintura y gráficos distintivos que decoraban al gimnasio), negociación de extensión de contratos de alquiler, entre otros aspectos.

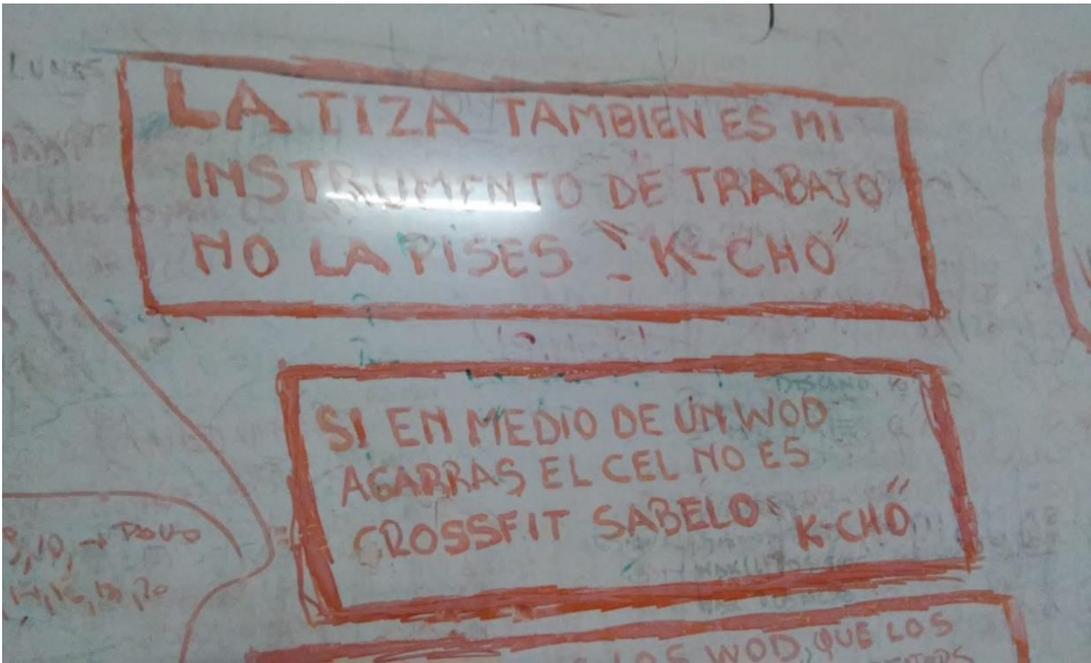
En términos de jerarquías, existía otro grupo de trabajadores y trabajadoras que se encontraba bajo la supervisión de estos agentes: los y las *coaches*. Estos maestros/as o entrenadores/as no sólo se encargaban de acompañar y preparar físicamente al cliente/a sino de gestionar emociones y conducir las conductas de sus seguidores (Landa, Blázquez y Castro, 2019; Álvaro e Hijós, 2020). Estos empleados y empleadas

asumían el carácter de figura central del emprendimiento pues además de enseñar el *CrossFit* se encargaban de promocionarlo en las redes sociales digitales y organizar torneos entre *atletas*. Las formas de impartir la disciplina eran a través de los *WODs* (elaboraciones de entrenamientos por parte de la empresa *CrossFit*) o por medio de los circuitos, existiendo una notoria diferencia entre ambos: el primero constaba de un conjunto de ejercicios que eran enviados semanalmente a los *boxes* oficiales, mientras que el segundo era una construcción que hacía el/la maestro o maestra del negocio. Los y las *coaches* de *boxes* no oficiales se nutrían de búsquedas en internet para la enseñanza de los *WODs*, cuyos destinatarios y destinatarias eran sus clientes/as. Estos últimos/as constituían el eslabón que sostenía económicamente al *box* y permitía a través del pago de una cuota mensual, la solvencia y modificaciones edilicias del local.

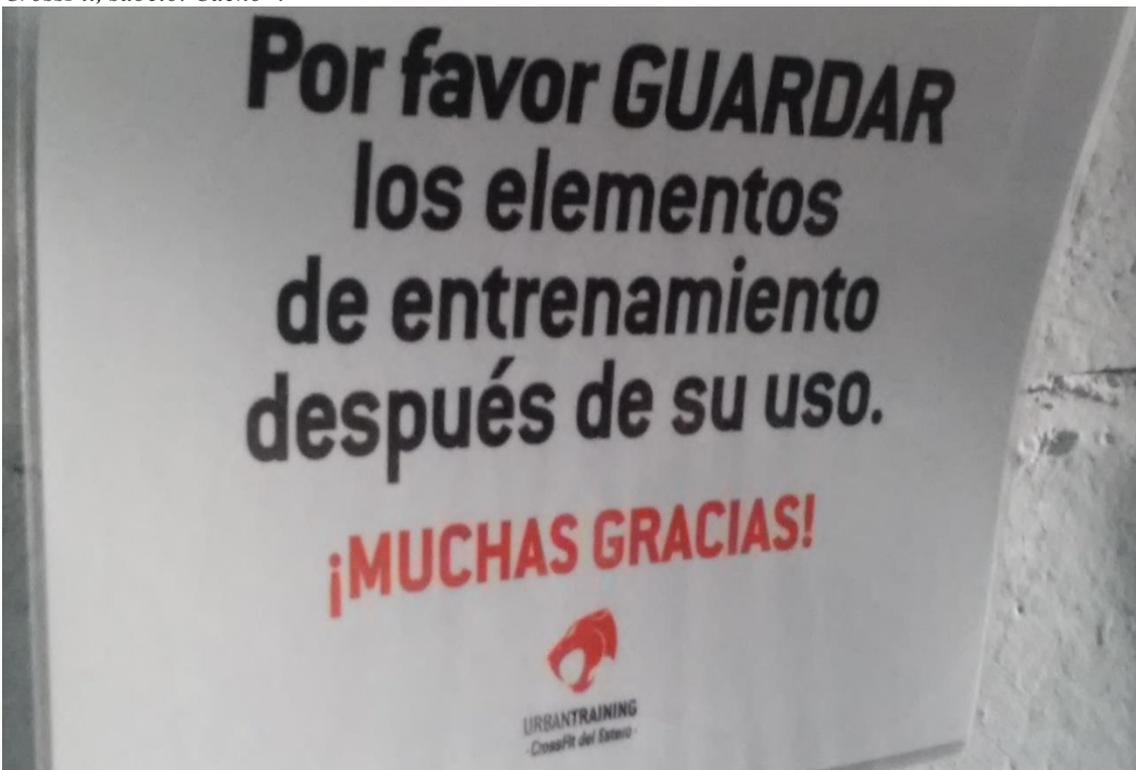
Los y las clientes/as eran practicantes, novatos/as o profesionales que recibían las clases de los y las *coaches*. En el caso de los *boxes* observados, la mayoría de los y las concurrentes eran trabajadores y trabajadoras de clases sociales medias cuyo monto a abonar en el *box* se hacía accesible en relación a otros gimnasios. Además, la no oficialidad de estos *boxes* suponía en algunos casos ciertas permisividades para sus clientes y clientas en relación a horarios y días a concurrir; diferente a los salones oficiales investigados por Bekenstein (2019) donde se exigía un cumplimiento estricto de la jornada sin posibilidad de modificación o intercambio de horarios y los montos eran más elevados que en otros gimnasios. En el mundo *CrossFit* las relaciones que solían establecerse entre *coach* y cliente dependían en gran parte del nivel de compromiso que el o la practicante asumía con su entrenamiento y su *box*, traduciéndose esto en ocasiones en vínculos de amistad, salidas nocturnas en grupos *crossfitters* o festejos los fines de semana en casas particulares.

Finalmente, en estos *boxes* no oficiales las tareas de limpieza y registro de clientes/as eran llevadas a cabo, mayormente, por los/as mismos/as *coaches* o en ocasiones por practicantes de su confianza. Por ejemplo, en *Cross Open*, Sara era la encargada de tomar registro de los y las ingresantes, asumiendo un rol de secretaria además de entrenadora del turno mañana. Diferente era la situación en los *boxes* oficiales donde, por medio del abono de cuotas elevadas, los dueños podían contratar un personal de apoyo o sector doméstico que se encargaba exclusivamente del aseo.

En resumen, la producción de un *box* en tanto emprendimiento dependía de la coordinación ágil y eficiente de actividades desplegadas por agentes que compartían saberes y criterios vinculados a la generación de un clima de confianza, compromiso y comunidad hacia el local (Dawson, 2015; Sarpong, 2018). En el próximo capítulo, me centraré en las figuras de los dueños-*coaches* y *coaches* en tanto emprendedores y emprendedoras, mostrando características de estos trabajadores y trabajadoras y los modos en que devinieron en empresarios/as de sí.



(Fotografía tomada en noviembre de 2014 en box de Fausto). En el cartel se puede leer: "La tiza también es un instrumento de trabajo. No la pises. Cacho". "Si en medio de un WOD agarrás el cel no es CrossFit, sábelo. Cacho".



(Fotografía tomada en box de Fausto en mayo de 2014). En el cartel se puede leer: "Por favor guardar los elementos de entrenamiento después de su uso. Muchas Gracias. Urban Training. CrossFit del Estero".

Capítulo II:

¿Cómo poner un *box* de *CrossFit*?

En este capítulo presentaré las diferentes “carreras” (Becker, 2009; Rodríguez, 2016) de oficio y deporte que hacían las autoridades de un *box* de *CrossFit*, identificando dos categorías de agentes: *dueños-coaches* y *coaches*. Mostraré las características, funciones y roles que cumplían cada uno de ellos y ellas en estos mundos sociales y culturales, particularmente el o la *coach*, quien se volvía una figura central al ser considerado/a la cara visible de este emprendimiento comercial.

Dueños-coaches.

La mayoría de los *dueños-coaches* comenzaron sus emprendimientos en los garajes de sus domicilios utilizando algunos elementos básicos, tales como gomas de autos, barras, sogas, un equipo de música, con niveles de sonido suficientes como para estimular a los y las entrenados/as que adquirieron con pequeñas inversiones monetarias obtenidas de otras fuentes (reventa de ropa comprada en Capital Federal, ayuda económica de sus progenitores o allegados). En muchos casos, el interés por el mundo del *CrossFit* se despertó ante la insatisfacción experimentada por estos y estas jóvenes en relación a los entrenamientos convencionales como gimnasios de pesas o también denominados fierros. Motivados/as por probar ejercitaciones más extenuantes, competitivas y combinadas -y, por ende, más efectivas- se inmergieron al ámbito *crossfitero* y al observar los primeros resultados comenzaron la etapa de recomendación a su círculo más cercano. Esta trayectoria se condice con la de Fausto en Santiago del Estero, quien comenzó en el mundo del entrenamiento corporal siendo fisicoculturista³⁵ y trabajando en un gimnasio de la zona céntrica, donde poco a poco adquirió experiencia e incorporó en las rutinas de sus alumnos y alumnas algunos ejercicios más

³⁵ Deviene de fisicoculturismo, el cual es un deporte que tiene como objetivo desarrollar masa muscular en el entrenado o entrenada, basándose en un programa de entrenamiento con pesas. A partir del trabajo en el gimnasio, el cuerpo obtiene una musculatura fuerte y definida, produciendo con ello una mayor definición corporal y simetría. Se recomienda ingresar a: <https://www.efdeportes.com/efd187/el-arte-de-competir-en-el-fisicoculturismo.htm#:~:text=El%20fisicoculturismo%20es%20un%20deporte,componente%20energ%C3%A9tico%20de%20las%20mismas.>

aeróbicos. Al mismo tiempo incursionó como re-vendedor de ropa que compraba en Buenos Aires, hecho que le permitió adquirir los equipos y maquinarias que necesitaba para su *box*. Finalmente, y en compañía de su entonces pareja, Gabriela, logró abrir su gimnasio en 2013 y en los tiempos de la etnografía era considerado por muchos como el Greg Glassman de Santiago del Estero, al ser *pionero* en el mundo del *CrossFit* de esa ciudad.

En otros casos, los *dueños-coaches* se iniciaron en el mundo *CrossFit* desplegando sus clases autodidactas en espacios al aire libre como boulevares y plazas. Las primeras rutinas que impartieron fueron aquellas descargadas por internet o elaboradas según sus preferencias deportivas. Sus iniciales destinatarios/as fueron amigos/as, vecinos/as o parejas que comenzaron el entrenamiento con el afán de apoyar el emprendimiento de estos gestores/as y pronto desarrollaron la pasión por el entrenamiento que proponía el *CrossFit*. La estrategia del boca en boca y las publicaciones de videos y fotos en redes sociales fueron claves para que muchos/as de ellos y ellas se vieran obligados/as a buscar locales más grandes, con espacio suficiente para albergar la creciente cantidad de solicitudes. Este fue el caso de Alexander Ocampo, *coach* de *Fortáles* y miembro del *Team Sáenz Peña*, cuya incursión en el ámbito del *CrossFit* fue a raíz de una transmisión de los *CrossFit-Games* por el canal *ESPN*³⁶, donde le llamó la atención la agilidad y coordinación de los y las *atletas*, como también las acrobacias que realizaban, la performance, y la forma en que sus practicantes jugaban al límite de sus exigencias físicas al combinar trabajos de peso con ejercicios aeróbicos. Ese fue el primer “flechazo” que sintió Alexander con el *CrossFit*; el siguiente fue cuando un día, al pasar por la vereda de *Cross Open*, observó la presencia de gente entrenando con barras, discos, cajones, cubiertas de autos, similar a lo que él había visto en la competencia transmitida por televisión. Fue así que ingresó a este gimnasio y con ello, al emprendimiento *crossfitero*. Durante los primeros tres días de entrenamiento su cuerpo sufrió dolencias, pero siguió ejercitándose, pues le interesó la variabilidad de las técnicas y el dinamismo de la práctica, donde según su perspectiva “*nunca se hacía la misma rutina corporal y el entrenamiento era siempre en equipo*”.

³⁶ Siglas de *Entertainment and Sports Programming Network*, canal de televisión estadounidense dedicado a los deportes.

En el pasado intentó concurrir al gimnasio con levantamiento de pesas pero, en sus palabras, “*se aburrió del trabajo rutinario y en solitario*”. Esta expresión hacía referencia a dos características propias del mundo social y cultural *CrossFit*, el factor sorpresa -ningún/a cliente o clienta sabía qué *WOD* o circuito debería realizar hasta llegar a su *box*- y a la particularidad que los entrenamientos se realizaban en grupos donde entre practicantes se controlaban y alentaban.

En sus comienzos, cuando entrenaba en *Cross Open*, a Alexander le gustaba observar a sus compañeros y compañeras y sugerirles mejores formas de hacer la práctica para evitar posibles lesiones. Esto generó una rispidez con uno de los dueños quien le pidió que no volviera a tener este tipo de actitudes “*porque él no servía para enseñar*”, debido a que esto era tarea del *coach* y no de un cliente. A partir de ese momento, Alexander entendió que el entrenamiento que recibía en este *box* era insuficiente para él y comenzó a realizar cursos de capacitación en ejercitación funcional en la capital provincial. Allí conoció a personas del ámbito *crossfitero*, como el dueño de un gimnasio de *CrossFit* llamado *Furiosos*, sin saber que el destino los uniría en un futuro como socios. En su primer año de *crossfitter*, Ocampo entrenaba en el garaje de la familia de su novia, como forma de completar aquello que sentía que le faltaba a las clases del gimnasio. Poco a poco se sumaron amigos/as y conocidos/as, a tal punto que terminaron siendo diez personas, excediendo la capacidad del lugar. Ocampo decidió llevar a este grupo a la Avenida Dos, una de las arterias más transitadas de la ciudad de Sáenz Peña, allí desplegaba sus rondas de entrenamiento para él y sus discípulos/as, que llegaron a ser treinta personas. En este punto, la historia de Alexander tiene un paralelismo con la de Fausto, en tanto que ambos comenzaron su entrenamiento a raíz de un sentimiento de insuficiencia en el ejercicio convencional recibido, algo que los impulsó a generar nuevos circuitos de trabajo corporal.

Al observar la facilidad que Alexander tenía para atraer clientes y clientas, el dueño del gimnasio *Furiosos* le propuso un trato: se tomaría unas vacaciones y necesitaba que alguien lo suplantara durante los cuatro turnos. Para este joven emprendedor, esta propuesta implicaba muchas horas adentro del local, sumado a su tiempo de entrenamiento en *Cross Open*, sin embargo, aceptó la oferta. En octubre de 2017, junto con dos amigos inauguraron su *box* en un viejo galpón que funcionaba como depósito de zapatos, *Legionados*. Su trabajo aquí fue breve: un año. A raíz de

diferencias en cuanto a la administración del local y por impulso de su novia Vanesa, decidió abrir su propio lugar de *CrossFit*. En 2018, se contactó con el dueño de otro galpón que funcionaba como taller mecánico y estaba disponible en calidad de alquiler. La ventaja de este espacio radicaba en que, además del depósito, ofrecía una casa con un pequeño patio al lado. Así, Alexander, su novia y la madre de ella, se instalaron en ese nuevo hogar cuyo portón trasero unía dos espacios centrales para el *coach*: la casa y el *box*.

El caso de Gabriela y Vanesa nos invita a pensar qué lugar tenían las mujeres en el mundo *CrossFit*, cuál era su grado de participación en estos emprendimientos y si es que el rango de dueñas constituía una posibilidad laboral para ellas. Si bien eran las encargadas de administrar protocolos³⁷, gestionar recursos e invertir un capital económico en estos emprendimientos, sus nombres no figuraban en las documentaciones de alquileres o permisos municipales. Esto quedaba relegado al personal masculino, quien asumía el papel de autoridad legal del negocio. Por ello, estaríamos en condiciones de afirmar que en estos cuatro *boxes*, el *CrossFit* conformaría una actividad deportiva masculinizada donde existiría una división sexual del trabajo con un marcado techo de cristal que dificultaría la promoción de las mujeres a puestos estratégicos, relegando su rol al de *coaches*. Esto podría estar vinculado a estereotipos históricamente institucionalizados, los cuales relacionan la figura femenina a la enseñanza, delegando al sector masculino la cuestión formal-administrativa.

En este submundo de *dueños-coaches* no sólo había amistades y lazos de compañerismo; también se producían diferencias y conflictos. Durante mi trabajo de campo en Santiago del Estero mis interlocutores e interlocutoras me indicaban que existía cierta rivalidad en el universo *crossfitter*, siendo el principal motivo “la” correcta forma de impartirlo. *Los Locos* sostenían que un buen entrenamiento de esta disciplina implicaba prepararse físicamente para competir en torneos. Consideraban que bajar de peso no era la principal finalidad y aquellos y aquellas que optaban por este camino cometían un error. El verdadero compromiso con el *CrossFit* se materializaba en la

³⁷ Me refiero particularmente a las normativas y reglamentaciones que debieron aplicarse para mantener el distanciamiento obligatorio a partir de la pandemia. También al control y supervisión que ellas hacían del pago actualizado de la cuota mensual por parte de todos/as los/as clientes y clientas.

competición y esto se expresaba en una de las frases más utilizadas en sus redes sociales: “*El CrossFit no es para flojitos*”³⁸”.

Similar era la situación en el llamado *Team Sáenz Peña*, donde muchos y muchas *crossfitters* entrenaban en un *box* y daban clases en otro. Desde la perspectiva de ellos y ellas, esto contribuía a que los vínculos comunitarios se reforzaran entre los gimnasios, disminuyendo los conflictos y aunando esfuerzos para causas comunes. El intercambio del “saber hacer”, “saber enseñar” y “saber producir” cuerpos competidores garantizaba que las rivalidades entre los locales fuese mínima, confluyendo los tres espacios en un solo, común y gran *box* de *CrossFit*. En las vísperas de los torneos regionales o nacionales, los y las *coaches* de Sáenz Peña se unían para conformar equipos integrados por *atletas* de todos los gimnasios de *CrossFit*. A pesar de este clima de “comunidad” (Sarpong, 2018, págs. 7-15), en el mundo de los *dueños-coaches* se producían situaciones de conflicto entre aquellos que podrían ser considerados *pioneros* y los que redescubrieron esta actividad con un marcado fin comercial. Los llamados *pioneros* consideraban que su prestigio se vinculaba al riesgo que asumieron años atrás al incursionar en un mundo desconocido, en ese entonces, sin ánimo de lucro sino de innovación en relación a las ofertas de entrenamiento físico. Desde su perspectiva fueron los que “*se la jugaron*”³⁹, instalando locales con una infraestructura distinta a los tradicionales gimnasios y asumiendo a la competición como una profesión. Se diferenciaban así de aquellos agentes que habían montado un *box* y vendido la imagen del *CrossFit* vinculándola a la reducción de peso y fines estéticos, convirtiendo su trabajo en una actividad principalmente comercial antes que vocacional.

Coaches: gestores y gestoras de las emociones.

¿Pero qué sucedía con los y las *coaches* que no eran dueños/as de sus emprendimientos? ¿Cuáles eran las características que debían reunir estos y estas agentes? Usualmente, los dueños que no oficiaban como instructores, delegaban esta tarea a los y las clientes/as que tenían una trayectoria mayor a tres años de entrenamiento y que demostraban un compromiso con la disciplina. Estos y estas

³⁸ En el mundo *crossfitter* ser flojo o floja refería a no dar el máximo en términos de capacidad física.

³⁹ Expresión popular utilizada en Argentina para referir al hecho de asumir un riesgo.

agentes eran técnicos/as competentes que se desempeñaban con solvencia en relación a los demás clientes/as que concurrían al *box*. En este escenario, los y las *coaches* aprenderían “convenciones” que hacían al oficio a partir de estrategias autodidactas (como Alexander o Fausto) o bien como aprendices en un “puesto no oficial” (Becker, 2008, p. 101) que les permitía observar el trabajo de personas especializadas en la enseñanza de los *WODs*.

El término *coach* era común en el *CrossFit* pero no exclusivo de éste, sino un anglicismo de uso en el ámbito deportivo (específicamente del fútbol americano) cuya función no descansaba sólo en la administración de enseñanza y aprendizaje de las técnicas corporales sino que también velaba por la formación integral de la persona (Rodríguez y Kalin, 2018). En estos cuatro *boxes*, los y las *coaches* tenían que formarse continuamente a partir de capacitaciones que brindaban instituciones como la E.A.C.⁴⁰, en la cual recibían no solo instrucciones sobre cómo enseñar el entrenamiento sino cómo motivar al cliente/a y convertirse en líderes de un grupo. Estas capacitaciones eran sólo uno de los elementos que debía tener un maestro o maestra para ser legitimado como buen o buena *coach* de *CrossFit*. Además de la formación, debía acumular un capital simbólico vinculado al prestigio obtenido por sus participaciones en competencias y torneos. Según me comentaron algunos/as *atletas*, un/a buen/a *coach* era aquel o aquella que atravesó el sentimiento frustración y malestar producto de haber perdido en estos eventos. Junto con ello, la noción de empatía era clave al generar en el discípulo o discípula una confianza en sí mismo/a:

“Hay coaches con los que vos entrenás, terminás y te vas, porque ‘soy tu coach’ y listo. En cambio con Alexander es distinto, es ‘hoy vamos a comer’ ‘hacemos esto’, ‘¿estás bien?’, ‘¿te sentís bien?’ ‘¿comiste bien?’. Es diferente la relación que construye él con el atleta y eso es muy importante porque te genera confianza” (Extracto de conversación con Samy, *atleta advance* del *Team Sáenz Peña*. 18 de junio de 2020).

En el *box* de Fausto sucedía algo similar a lo descrito por esta practicante pues todo el gimnasio se organizaba alrededor de él, siendo considerado por sus seguidores y

⁴⁰ Como se mencionó en el capítulo I, es la Escuela Argentina de *Coaches*.

seguidoras como un líder, un maestro, alguien a quien podían considerar su amigo, pero también un ejemplo que los y las inspiraba a ser mejores *crossfitters* y *atletas*. El *coach* reunía ciertas cualidades tales como la admiración de sus seguidores y seguidoras por su “capital corporal” obtenido, sus logros profesionales y saberes, experiencias propias en competencias. Además de una relación carismática entre la autoridad y sus discípulos/as (Weber, 2006 [1922]) podría decirse que la figura del/la *coach* de *CrossFit* asumía un paralelismo con la del “experto/a”: no solo era quien tenía el conocimiento sino que ocupaba el rol del que controlaba y supervisaba posibles mutaciones, cambios y alteraciones en el estado del entrenado. En estos *boxes* no oficiales se observaría en las autoridades el atributo del liderazgo en tanto principio rector de empleabilidad (Landa, 2011) mediante el imperativo de gestionar de modo *managerial* estos espacios comerciales y culturales. De forma similar al ámbito pugilístico (Wacquant, 2006) el *box* se presentaría como una “escuela de moralidad”, una máquina donde se fabricaba el espíritu de la disciplina, la vinculación al grupo, el respeto tanto por los demás como por uno/a mismo/a y el valor constitutivo de este mundo social y cultural, la voluntad, fomentada siempre por el o la *coach* en tanto líder.

Tipologías de *coaches*.

Los modos en que los y las *coaches*, en tanto autoridades, guiaban y acompañaban a sus clientes/as estarían orientados al estímulo de valores como la autoinvención, responsabilidad, operatividad y rentabilidad, componentes inseparables de la subjetividad neoliberal (Álvaro e Hijós, 2020). En *CrossFit* los y las *coaches* asumían diversas formas de orientar las conductas de los otros y otras, considerándose a las siguientes como las más comunes: el o la *exigente*, el o la *criterioso/a* y el o la *técnico/a*.

Un/a *coach* podía ser considerado/a como el o la *más exigente* cuando organizaba su rutina deportiva señalando que todos los y las participantes debían terminar el *WOD* o bien el circuito armado por él o ella, independientemente de la resistencia física del cliente o clienta. Para ello, elaboraba estrategias más didácticas y dinámicas que ayudaban a los y las practicantes de menor rendimiento físico a alcanzar la totalidad de la rutina, por ejemplo, a partir de la incorporación de canciones y palabras claves. Una situación similar a esta ocurría en el *box* de Fausto, donde la *coach*

Gabriela dictaba sus clases por la tarde, y su rutina era más intensa que la que se impartía en el turno mañana. Al igual que Fausto, tenía un “capital corporal” (Wacquant, 2006, p. 119) que la hacía sobresalir: masa muscular definida, cuerpo tonificado y conocimiento sobre cada una de las técnicas corporales. En una ocasión, ella organizó un circuito de entrenamiento que constaba de hacer sentadillas⁴¹ y trotes al ritmo de la canción “Azul”, de Cristian Castro⁴². Finalizada la melodía, Gabriela prosiguió con la canción “Roxene” de la banda “The Police” y el *modus operandi* era el mismo: debíamos hacer un trote leve en el lugar y cada vez que se escuchaba la palabra “Roxene”, realizábamos una sentadilla. El cansancio, la sudoración y el dolor físico no eran excusas válidas para detenernos antes de la finalización del circuito elaborado por la *coach*, quien se encargaba de supervisar que el movimiento se desarrollara de modo eficiente y sin demoras.

Esta categoría de agente era la que más similitudes presentaba con el mundo militar, por sus modos incuestionables de impartir los *WODs*, la utilización de gritos y castigos ante el incumplimiento o robo de una serie. Cuando ocurrían estas situaciones, los y las *coaches* solían utilizar una serie de “trucos”⁴³ (Becker, 2014 [1998]) como entonaciones altas, llamados de atención en público e incluso sobreactuaciones de enojos ante faltas de compromiso por parte del/de la cliente/a hacia la clase. A pesar de la notable exigencia y necesidad de una estricta coordinación corporal, muchos y muchas *atletas* se sentían seducidos/as por entrenar bajo la supervisión de este tipo de *coaches*, al entender que si bien limitaba considerablemente sus opciones de modificación de las técnicas, la prescripción de un riguroso régimen de ejercitación se traducían en un cuerpo más apto para la competición.

El o la *coach criterioso/a* era aquella autoridad que impartía sus clases organizando los *WODs* a la medida de cada *crossfitter*, entendiendo que un novato o

⁴¹ Se recomienda ver glosario.

⁴² Cantante mexicano de música pop.

⁴³ Según Becker (2014 [1998]) los trucos pueden entenderse como una suerte de artilugio destinado a resolver un problema. En cada oficio hay formas y modelos que permiten solucionar los inconvenientes. En otros mundos sociales y culturales como los festejos de cumpleaños infantiles mercantilizados (Castro, 2019) las y los animadores infantiles también recurrían a trucos basados en formas específicas de colocar la voz, movimientos del cuerpo y el uso de la música para lograr que el público (niños, niñas y sus familiares) se involucrara en las performances festivas. Estas cuestiones resultaron inspiradoras para pensar el accionar de las y los *coaches* del *Crossfit*.

novata podía demorar más tiempo en finalizar su rutina en relación a un cliente o clienta con más trayectoria. A diferencia de la tipología anterior, este/a *coach* solía ser más amistoso/a y flexible durante la jornada de trabajo corporal; y permisible respecto a las charlas entre los y las clientes/as. Es decir, no cuestionaba si un/a practicante debía quedarse minutos después de finalizado su turno siempre que culminara su entrenamiento. En estos agentes, la forma de direccionar las conductas de otros y otras involucraba el despliegue de particulares estrategias de comunicación vinculadas a la escucha e implicación en problemas que podía tener el/la cliente/a, no sólo en su técnica corporal sino también en su vida personal. Algunos *dueños-coaches* como Alexander me señalaban que un maestro o maestra de *CrossFit*, además de instructor debía ser “*enfermero/a, psicólogo/a y psicoanalista*” y estar atento a lo que hacían sus entrenados/as para no distraerse (con conversaciones o con el uso del teléfono celular). Desde su perspectiva, quienes impartían la disciplina tenían la obligación de entrenar duramente hasta conocer a la perfección los movimientos físicos: “*Nosotros/as los/as coaches tenemos que terminar más cansados, porque tenemos que movernos de acá para allá, no estar todo el tiempo con el celular*” (Fragmento de entrevista a Alexander, 2020).

Este tipo de maestro/a solía ser elegido por los y las practicantes que se iniciaban en el *CrossFit* al tener una pedagogía más adaptable a sus necesidades y posibilidades en lugar de buscar una homogeneidad en el rendimiento físico de todos sus entrenados y entrenadas. Según Aguilera Matute (2022) algunos/as *coaches* de *CrossFit* se muestran más predispuestos/as que otros/as a compartir charlas con las y los discípulos, particularmente con aquellos y aquellas que presentan estados anímicos de tristeza o frustración por cuestiones deportivas o bien por problemas personales. El autor sostiene que los imperativos que orientan a estos agentes están vinculados a un deber ser (debe ser enérgico/a, empático/a y con vocación) que en la práctica se dificultaría alcanzar debido al desgaste físico y mental que produce la cantidad de horas de trabajo en el *box*.

El tercer caso era el o la *coach técnico/a*. Esta categoría refería a aquel o aquella instructor/a que se enfocaba en que su practicante ejecutara el movimiento asignado con maestría técnica. A diferencia de los dos primeros, este tipo de autoridad no se mostraba interesado/a en fomentar en su cliente/a la competencia y preparación física para torneos, sino que su objetivo era que el/a mismo/a realizara las técnicas de la manera

más armónica posible a fin de evitar lesiones. También se detenían a explicar a sus clientes/as cuáles eran los beneficios y perjuicios que podía producir un buen o un mal movimiento en la anatomía. Usualmente, en esta categoría se inscribían aquellos/as *coaches* que eran Profesores/as en Educación Física y que por su formación académica se concentraban en brindar una atención más detallista sobre las posturas corporales. En los últimos años, este tipo de agentes cobró mayor protagonismo en los gimnasios de *CrossFit* debido a que su presencia era una exigencia establecida por normativas de determinados sectores estatales como ser algunas Secretarías de Deportes; además que dichos espacios constituían una fuente laboral para estos/as profesionales de la docencia. En este aspecto, el *CrossFit* también presentaba desacuerdos y diferencias con el mundo de la Educación Física, debido a que algunos/as profesionales de esta área cuestionaban la lógica predominantemente instrumental, económica y comercial que subyacía a las formas de gestión del *Fitness*, al *ethos managerial* que fue impregnando progresivamente los escenarios que conformaban este mundo social y cultural (Landa, 2016). También criticaban las supuestas lesiones corporales graves que produciría la práctica *crossfitera*, tales como dolores de cadera, problemas de columna y rodilla, entre otros, mostrándose reacios/as a incorporar la dinámica de este tipo de entrenamiento en sus clases, por considerarlo no efectivo y riesgoso. No obstante, muchos/as estudiantes de esta carrera elegían inscribirse como clientes/as y posteriormente formarse como *coaches* en los gimnasios abordados, llegando a competir en eventos deportivos. La incursión de estos futuros/as profesores/as en el *CrossFit* también se relacionaría a la posibilidad de obtener una fuente de trabajo, en este caso como empleados/as de un *box*.

¡No somos instructores/as, somos *coaches*!

Resultaba inevitable no vincular esta figura del *coach* con la del instructor/a, agente que administraba series y repeticiones en tiempos precisos de trabajo para cotejar si su entrenado o entrenada avanzaba en el proceso de aprendizaje. Dicha terminología era sumamente utilizada en el mundo del *Fitness* (Landa, 2011) para referir al agente que impartía movimientos pre-estipulados, rutinarios y ritualizados a sus clientes/as con el propósito de producir una sincronización a partir de la ejecución de ejercicios y coreografías programadas. Similar era el rol del *personal trainer*, autoridad usualmente masculina, atlético y de apariencia juvenil cuya prestación se orienta brindar la “máxima individualización de un programa de acondicionamiento físico en relación a

los objetivos planteados por el interesado” (Landa, 2011, p. 77). Las nociones del instructor y del *personal trainer* han quedado atrás en la mayoría de los gimnasios, dando lugar al *coach*, quien lejos de controlar el trabajo de los cuerpos se enfocaba en lograr que el entrenado aprendiera a autoadministrarse (Rodríguez y Kalin, 2018). Ayudar a que los practicantes obtuvieran los máximos resultados posibles en términos competitivos era uno de los imperativos de este agente y para ello recurría a la motivación y transformación de hábitos intelectuales, físicos y emocionales (Álvaro e Hijós, 2020). En otros términos, la tendencia del *coaching* empresarial en los ámbitos deportivos como el *CrossFit* se observaría en la administración del ambiente organizacional, en la gestión de las emociones (Castro, 2019) y en los estados de ánimo a la luz de las lógicas del *management*.

¿Cualquier persona podía ostentar el rango de *coach*? Definitivamente no. Para adquirir esta posición estratégica en un *box* de *CrossFit* hacía falta reunir ciertas características físicas y personales que eran formativas del perfil: conocimiento, carisma y llegada al *atleta*. Lo primero implicaba resistencia, agilidad y destreza, materializado esto en un cuerpo tonificado; lo segundo se vinculaba a un aspecto psicológico y de contención que hacía al líder: estímulo y transmisión de confianza que había de brindar siempre a su entrenado. La tarea de aconsejar y acompañar a los y las aprendices en sus frustraciones era sumamente agotadora, pues requería de un tiempo de escucha que muchas veces ellos y ellas no tenían. Si a eso le sumamos la responsabilidad de preparar a los entrenados y entrenadas para las competiciones y a la organización financiera de los viajes, se podría entender por qué algunos de estos y estas *coaches* habían pensado en dejar el emprendimiento en algunas ocasiones:

“No sólo hay que prepararlo mentalmente [refiere al atleta], le tiene que correr sangre en las venas, tener esa emoción de competición, tiene que sufrir en el entrenamiento de la misma manera en que va sufrir en el torneo. De doler te va a doler, pero podés terminar más rápido [...] Me toman como un padre o un hermano mayor y eso hace que muchas veces se desubiquen en el box [...] Muchas veces pensé ‘esta es la última competencia que organizo’” (Fragmento de conversación con Elton, *coach* del *Team Sáenz Peña*, Noviembre de 2020).

No todos los y las *coaches* provenían del círculo deportivo o de la Educación Física, algunos/as eran *atletas* que venían de otros espacios laborales como la abogacía, las finanzas o la docencia y luego de años de entrenamiento corporal optaron por el cargo en el *box*. Muchos de ellos y ellas comenzaron *CrossFit* como una forma de desestresarse de su ámbito de trabajo, socializar con personas; otros y otras ingresaron a esta disciplina para lidiar con situaciones de tristeza ante rompimientos amorosos y luego, poco a poco, hicieron de su práctica deportiva una opción de trabajo. A pesar de asumir un compromiso laboral con el *box*, la mayoría de los y las *coaches* no se dedicaban de forma exclusiva a esta actividad, puesto que sus sueldos no solían ser altos, haciéndose necesario buscar otras fuentes de ingreso que les permitieran mantener su nivel de vida. Este era el caso de Elton, un *coach* del *Team Sáenz Peña*, cuya vida se dividía en dos grandes mundos: por la mañana se dedicaba a trabajar como abogado en un estudio jurídico y por la tarde en el *box Legionados*. En ocasiones, cuando se encontraba en la oficina analizando expedientes, los y las *crossfitters* le escribían a su teléfono comentándoles problemas de índole personal y él los aconsejaba o simplemente los escuchaba, pues consideraba que un *coach* debía tener esa disponibilidad. Al igual que muchos y muchas *atletas*, su propósito era ahorrar una cantidad de dinero suficiente como para montar su propio *box* y tener allí a sus discípulos y discípulas. El *CrossFit* y la abogacía se vinculaban en Elton en un punto: asesoraba legalmente al dueño del gimnasio ante problemas que pudiesen suscitarse con los/as vecinos/as de la zona⁴⁴. Concretamente este trabajador se encargaba de proponer medidas de conciliación, pues desde su perspectiva “*la abogacía le enseñó a conversar y aconsejar*” y por esta razón, se definía como un *coach* que ejercía de abogado, significando con ello que los dos entornos convivían perfectamente en sus prácticas.

Como observamos, el trabajo de un/a *coach* trascendía las esferas y los horarios del *box*, haciendo que existiera una dedicación completa hacia la contención y estímulo al *atleta* avanzado/a. Por el contrario, cuando un/a cliente/a se incorporaba por primera vez a este mundo social y cultural, el o la *coach* se encargaba de enseñarles conceptos, terminologías y posturas básicas. Mientras esto sucedía, observaba y

⁴⁴ Han ocurrido situaciones donde ciudadanos y ciudadanas que vivían en la cuadra del *box*, realizaron denuncias penales por ruidos molestos o porque los y las *Legionados* corrían por las veredas, representando problemas para ellos y ellas.

supervisaba el nivel de desempeño físico y el grado de dificultad con el que realizaba las técnicas. A partir de esta evaluación determinaba a qué grupo podía unirse (iniciados, intermedios, avanzados, profesionales), dependiendo la disponibilidad de horario del novato/a. El formato habitual de una clase *crossfitera* comenzaba con una rutina de calentamiento según el nivel de resistencia de los y las presentes, aunque usualmente incluía saltos a la soga, trotes por las veredas, trotes sobre una llanta de automóvil, flexiones, abdominales.

En resumen, independientemente del tipo de liderazgo que asumía el o la *coach* (*exigente, criterioso/a o técnico/a*), éste o ésta se consolidaba como la figura central y cara visible del *box*, en tanto espacio laboral y emprendimiento. Su trabajo no se limitaba a elaborar una rutina, circuito o implementar un *WOD*, sino que debía acompañar y contener al *atleta*, elegir cuidadosamente la música que estimularía el mejor rendimiento físico de sus clientes/as y gestionar de manera óptima los recursos económicos y humanos para solventar viajes y torneos⁴⁵. Para garantizar el éxito comercial de su local, el o la *coach* en tanto emprendedor/a debía desplegar una actitud proactiva frente a su clientela, algo similar a lo que Landa et al. (2019) señalan como una pronta y alegre disposición del trabajador para atender las demandas de sus usuarios y usuarias. Estos/as agentes sociales podrían ser considerados/as como gestores/as de las emociones (Castro, 2019) al direccionar las conductas y estados de ánimo de sus clientes y clientas a partir de la utilización de recursos orales (bromas, gritos, insultos), ambientales (música con volúmenes altos, pinturas y dibujos en paredes) psicológicos (acompañamiento y apoyo ante desahucios) y físicos (entrenamientos y formas particulares de mover el cuerpo).

Al igual que en el mundo del *Fitness* y del entretenimiento infantil (Landa, et al., 2019; Castro, 2019), en el *CrossFit* el estilo de vida emprendedor permitiría a muchos/as jóvenes trabajadores y trabajadoras de clase media ingresar al mundo del mercado laboral, a partir de la producción de servicios asociados con el bienestar y el ocio recreativo. Siguiendo la línea argumentativa de estos autores y autoras, podría decirse que el mundo social y cultural *CrossFit* favorecería la producción de agentes

⁴⁵ Esto lo veremos en mayor profundidad en el capítulo IV, cuando analicemos una competencia como performance.

sociales capaces de incorporarse de manera creativa, exitosa y alegre a una economía de servicios. A partir de la instalación de sus *boxes* no oficiales, *atletas* y *coaches* experimentaban aspiraciones de autorrealización y éxito económico que caracterizaban al llamado *ethos* empresarial. Junto con ello, el cultivo de una nueva subjetividad donde se haría presente una actitud emprendedora-positiva y la emergencia de una nueva gestión corporal basada en la tríada trabajo-ocio-esfuerzo que organizaban a este estilo de vida (Landa et al., 2019).

Mujeres *coaches*: disputas en torno a lo bello en una profesión masculinizada.

No eran pocos los casos de mujeres que al ingresar al mundo *CrossFit* se enfrentaban a prejuicios relacionados a una actividad que muchos profesionales del deporte consideraban exclusiva para hombres. Al comienzo, algunas de ellas se mostraban temerosas a sufrir discriminaciones o burlas por la posibilidad de obtener un cuerpo con grandes músculos o ensanchar su espalda a raíz de los entrenamientos. En este punto, era tarea de las *coaches* acompañar a sus discípulas, aconsejarlas e informarlas sobre los beneficios de la disciplina, escuchar atentamente cuáles eran las partes de su cuerpo que más deseaban tonificar y generar un clima de bienestar y recibimiento con los demás compañeros/as. También se enfocaban en desterrar mitos sobre el *CrossFit* que sus clientas pudiesen traer a partir de lecturas en sitios de internet o bien de sus círculos cercanos; por ejemplo, que no todas las mujeres que lo practicaban desarrollaban una musculatura exacerbada. Esta característica física solía ser común entre aquellas *atletas* que competían en grados avanzados de la práctica y que, producto de años de entrenamiento y dietas, producían una corporalidad voluminosa. Ellas en tanto *coaches*, reunían estos elementos anatómicos y reivindicaban su concepto de belleza femenina asociada al cuerpo de grandes volúmenes, entendiendo que la hermosura de una mujer se significaba con la obtención de una anatomía fuerte. Se podría decir que estas líderes contestaban los presupuestos de un dispositivo heteronormativo, el cual sostenía que los cuerpos musculosos y fornidos se

corresponderían con la salud masculina, mientras que el cuerpo estilizado y delgado se vincularía con la salud y belleza de la mujer (Landa, 2017)⁴⁶:

Cuando yo empecé pesaba 56 kilos, ahora peso 65 y me veo en fotos de antes y sí me veo más cuadrada. A mi familia le gusta sí que haga, a veces me dicen estás más grandota. Vos ves las que hacen elite y tienen una espalda re ancha y todo eso. A las que no hacen CrossFit no les gusta tanto ese cuerpo (Conversación con Lauri, noviembre de 2019).



Fotografía del box Fortáles. En la imagen puede leerse “Feliz día de la mujer”.

La idea de belleza que “ellas” construían se representaba en tanto mujeres fuertes, con grandes músculos y con resistencia física igual o superior a la de los competidores varones. Como sostiene Yaniga (2018) en el *CrossFit* se fomentaría y valorizaría la musculatura femenina asociándola a empoderamiento y hermosura; en contraposición a un cuerpo delgado relacionado a la fragilidad. En estos mundos sociales y culturales, no habría un sentimiento de antipatía o vergüenza en las *crossfitters* profesionales por ser visiblemente musculosas (Dawson, 2015). Por el contrario, podríamos asegurar que el *CrossFit* en tanto “institución reinventiva” (Dawson, 2015), se traduciría en una ganancia de seguridad por parte de las *coaches* en relación a su figura, lo cual se materializaba en el sacrificio por producir un cuerpo voluminoso que ellas legitimaban como bello. El ensanchamiento de la espalda, la tonificación de músculos y el aumento de resistencia generaban un sentimiento de bienestar, significado como una versión mejorada de sí mismas. Esto lo pude observar

⁴⁶ La autora realiza un análisis del discurso sobre los estereotipos corporales que revistas como *Men's Health* y *Woman's Health* producen.

en algunas publicaciones del grupo de la red social *Facebook*, “Locos por el *CrossFit*”, donde las practicantes cuestionaban la significación de mujer como sexo débil y estimulaban a las competidoras a no temer a los deportes de fuerza. También criticaban el hecho de que la delgadez sea considerada socialmente un valor positivo y enfatizaban en que las mujeres, independientemente de su edad, eran capaces de hacer lo mismo que los varones y de esforzarse a límites que desconocían. En esta dirección, el *CrossFit* se promocionaría como un medio para que “ellas” descubrieran aptitudes físicas que no fueron explotadas a raíz de prejuicios y miedos sobre la disciplina en cuestión. En el grupo de la red social mencionada, se exponían frases reflexivas, junto a fotografías de *coaches* visiblemente tonificadas y con músculos prominentes:

“El concepto de mujer ha evolucionado y trae muchas luchas (que siguen aún vigentes) y un empoderamiento, equidad y paridad absoluta de su condición, nos han hecho entender a muchos que de flor delicada, nada”. (Publicación de usuaria Mary Elizabeth López en grupo *Locos por el CrossFit*. Julio de 2019).

Uno de los testimonios más valiosos que figuraban en este sitio era el de Mabel, una mujer de cincuenta y siete años que afrontaba problemas de salud serios y que reivindicaba su derecho a practicar una disciplina que, desde su mirada, era vista como exclusiva de varones jóvenes. También, exponía las acusaciones y reproches que sufría ante el hecho de ser una mujer menopáusica que se atrevía a hacer actividades que la ponían al límite de sus capacidades físicas. Si bien ella no se presentaba como *coach* sino *atleta*, la experiencia que compartió fue fundamental en tanto su significativa salud contestaba a las convenciones establecidas por el dispositivo heteronormativo, donde se informaba que las corporalidades musculosas, fornidas y fuertes eran signos de salud solamente para los hombres (Landa, 2017). En su posteo, Mabel exponía los cambios positivos que atravesó su subjetividad y cómo se reinventó así misma en una versión superadora:

“¡Hola gente! Tengo cincuenta y siete años y dos hijos. A mi edad pocas mujeres se animan, es más, tengo que lidiar con el chiste ¡VOS ESTÁS LOCA! jaja. ¿Cuesta el doble? Si ¿Me cansa mucho? Si ¿duele? Si... pero ¡SE PUEDE! Es mi mejor terapia, conozco gente maravillosa en

cada box que voy (en todos soy la más grande) ¡pero la paso genial! No tengan miedo señoras...es una disciplina completísima. Con buena técnica jamás te lesionás, nadie te exige cargar 100 kilogramos. Los jóvenes hacen lo suyo y nosotras amoldamos los WOD a nuestro cuerpo. ¡Que tengan un buen día! ¡Me voy a entrenar y después a trabajar! Cariños” (Publicación de Mabel en grupo de *Facebook* Locos por el *CrossFit*. Enero de 2020).

Era usual que las mujeres deportistas sufrieran algún tipo de discriminación ya sea por el tiempo que dedicaban al entrenamiento, el dinero que invertían en él, el distanciamiento del género tradicional, el cambio en sus corporalidades y la toma de decisiones (De Alba Teniente, 2017). De Lauretis (1989) nos explica que esto sucede porque las concepciones culturales sobre lo femenino y lo masculino, constituyen un sistema de género, simbólico o de significados, que correlaciona el sexo con contenidos culturales de acuerdo con valores sociales o jerarquías. En el caso de estas *atletas*, la obtención de un cuerpo muscularmente tonificado, resistente, flexible y vital, remitía a una gestión eficiente de sí, y su exposición en redes sociales estaba orientada a remarcar los beneficios que producía la llamada vida activa (Landa, 2017). Por ejemplo, una *coach* del *Team Sáenz Peña* señalaba en su perfil de *Instagram* frases motivadoras como “*¡Resiste! Y conseguirás todas tus metas; Prohibido rendirse, respira hondo y sigue*” o algunas con un tinte picaresco como “*rotas pero felices*”, haciendo alusión al cansancio post entrenamiento y a la satisfacción de cumplir con su jornada de trabajo corporal. Al igual que muchas *coaches* de esta disciplina, su idea de seducción en redes sociales se experimentaba a partir de fotografías de entrenamientos y competencias, pero también de salidas nocturnas.

Otra de las *coaches* del *Team Saénz Peña*, también publicaba frases alusivas a los cambios positivos que experimentó a partir del *CrossFit*, junto con imágenes de ella misma bañada en sudoración y con visibles muestras de cansancio y agotamiento físico: “*Se llama paz y me costó muchas tormentas conseguirla; Serás todo lo que crees que eres. Créete lo que quieras*”. La fisonomía de su cuerpo, exhibido en esta red social, transgredía el orden moral de la belleza femenina hegemónica a través de la tonificación abdominal y el crecimiento de hombros y brazos, algo que tradicionalmente fuera asociado a valores masculinos. Estos testimonios nos demostrarían que las mujeres

crossfiteras jugaban con la seducción en sus redes sociales, acompañando sus reflexiones con sesiones de fotografías, similares a las que eran comunes en el modelaje profesional. En algunas de sus publicaciones, las *coaches* del *Team Sáenz Peña* se exhibían portando traje de baño, de espaldas y al interior de una piscina, con su pelo suelto tapando parte del rostro. En otras, enfocaban su cara sonriendo o haciendo morisquetas con su lengua simulando espontaneidad. Todas ellas eran retratadas de modo cuidadoso por una fotógrafa profesional de la localidad que era nombrada junto a la publicación:

“Mujer linda es la que lucha y no se calla, bella la hacen sus ideas y no sus pechos, bonita es la que batalla tras batalla no se cansa de pelear por sus derechos. Linda es la proclamada en rebeldía, la que prefiere morir a ser pisada, bonita es la mujer que hace poesía convirtiendo la rutina en barricada. Bonita es la que rompe las cadenas, la que nunca se dejó domesticar, la que antes que invadirse en penas combate a quien la pretende humillar. Linda y bonita es toda guerrillera disparando palabras o fusiles, las que sacan sus garras de fiera antes de verse como damas serviles. La belleza está en la insumisión, en resistir pase lo que pase, sin mujeres no habría revolución, linda es la que lucha por su clase” (Publicación en perfil de *Instagram* de Lauri, *coach* del *Team Sáenz Peña*. Marzo de 2020).

Al igual que en el fisicoculturismo femenino, en la práctica *CrossFit* el cuerpo de las *atletas* despertaba todo tipo de sensaciones, desde fascinación hasta rechazo. Así lo sostienen Maqueira y Landa (2013) en sus crónicas sobre las llamadas “forzudas”, mujeres que competían en el culturismo y que produjeron notables cambios en su fisonomía. Según esta investigación, este deporte reproduciría valores y normas sexistas: los varones serían valorados por patrones “medibles” como hipertrofia, volumen y simetría muscular; las mujeres, juzgadas por parámetros subjetivos, como pueden ser la feminidad y la belleza. Las *crossfiteras* profesionales contestaban estos prejuicios y producían sus propias normas de estética, las cuales legitimaban a través de su exposición en competencias y, posteriormente, en redes sociales. Sucede que el deporte *empodera* a las *atletas* al generar estrategias aplicables a la vida cotidiana, haciendo que ellas se sientan capaces del logro de los objetivos personales,

profesionales o deportivos; además de plantearles la posibilidad de competir en un mundo predominantemente masculino (De Alba Teniente, 2017)⁴⁷.

Como sostiene Landa (2017) el cuerpo activo siempre textualiza una condición de género. Así, las diferencias en torno a las consideraciones estéticas y de salud entre varones y mujeres cobrarían sentido en el marco de una sociedad que glorificaría una actitud proactiva en relación al cuidado sanitario. Si bien es cierto que los discursos oficiales, y políticamente correctos, ponen de relieve la progresiva incorporación de la mujer al deporte como un logro de la modernidad en el desarrollo de la igualdad, la misma presentaría contradicciones al tratarse de un espacio social en el que se practicaría abiertamente discriminación de género (Vicente-Pedraz y Brozas Polo, 2017).

Las *atletas* de *CrossFit* construían su representación de mujer en función de sus experiencias deportivas y los significantes que le atribuían a su práctica. Su construcción sobre el género era también afectada por su *deconstrucción* (De Lauretis, 1989) y esto lo pude observar en la noción de “linda” que producía una de las *coaches*, la cual relacionaba a la lucha por sus ideas y derechos, o la publicación de Mary López que hablaba de un *empoderamiento* de las mujeres y del animarse a probar el *CrossFit*. Así, el género se constituía como la representación de una relación de pertenencia, asignando una entidad a un individuo (De Lauretis, 1989), en este caso mujeres *atletas* que disputarían un espacio simbólico asociado al ámbito de los varones (el de la fuerza y el vigor). Ocurría algo similar a lo planteado por Michelle Carreirão Gonçalves y Amanda Torres Vieira da Costa (2021) quienes sostienen que las *atletas* fisicoculturistas subvierten en sus prácticas formas corporales hegemónicas y feminidades escénicas que se expresan en cuerpos musculosos, fuertes y cuidadosamente cultivados.

En síntesis, las mujeres de estos *boxes* se caracterizaban por re-significar como valores positivos el incremento muscular y la tonicidad en tanto herramientas de seducción femenina. Las *atletas* contestaban a partir de su práctica discursos

⁴⁷ La autora trabaja el empoderamiento en mujeres maratonistas no obstante su análisis es aplicable al campo de las *atletas* de *CrossFit* de esta investigación.

heteronormativos que intentaban (de)marcar qué actividades eran legítimas de ser practicadas por mujeres y cuáles no. A pesar de oficiar como *coaches*, muchas de ellas no alcanzaban el rango de dueñas, denotando con ello la masculinización de este mundo social y cultural. Esta situación estaría vinculada a lo que Anna Vilanova y Susanna Soler (2008) remarcan como “carga cultural del género en la percepción del espacio”, indicando que tradicionalmente las áreas públicas han sido consideradas como masculinas, mientras la esfera privada como femenina, denotándose esto, también, en los ámbitos deportivos. El entrenamiento *CrossFit* tendría particulares efectos en estas *atletas*: no sólo habría transformaciones en la apariencia física y el rendimiento deportivo sino también en los ideales, decires, motivaciones, formas de seducción, alcanzando estas las lógicas del mercado, la competencia y el emprendedorismo.

En resumen, a lo largo de este apartado describí analíticamente las caracterizaciones que hacían a la “carrera” (Becker, 2009; Rodríguez, 2016) de los y las *coaches* de *CrossFit*. Los y las receptores de estas enseñanzas eran los y las clientes/as, quienes las adaptaban según sus propósitos (mejorar la fuerza y destreza y/o bien fines estéticos). La relación que se establecía entre *coach* y cliente o clienta era fundamental para producir un/a *atleta* de *CrossFit* dispuesto/a a representar al *box* en una competencia. Esto será presentado en el próximo capítulo.



(Fotografía publicada en el *box Fortáles*. Febrero de 2022). En la imagen se lee: “Permite que tus acciones hablen por ti”.

Capítulo III: La carrera del cliente o clienta.

Como mencioné en el capítulo I, clientes y clientas eran la base del emprendimiento comercial *CrossFit* porque contribuían con su cuota a la sostenibilidad, continuidad, crecimiento y expansión del *box*. Algunos de las y los que arribaban a este mundo social y cultural eran practicantes de otras disciplinas deportivas que buscaban desarrollar aptitudes físicas vinculadas a la agilidad y tonicidad, tal era el caso de futbolistas o basquetbolistas. Otros y otras, llegaban a estos espacios de entrenamiento por el dinamismo y combinación de técnicas que la disciplina les proponía, diferente a la de “los fierros” (Rodríguez, 2016). En este círculo también había estudiantes del Profesorado en Educación Física, quienes buscaban obtener algún tipo de formación complementaria a la recibida en su instrucción académica. Finalmente, existía una cuarta categoría de cliente/a que llegaba al *box* por motivos estéticos que iban desde bajar de peso hasta mejorar la silueta. Aquellos y aquellas que desarrollaban una aptitud física apta para competir en categorías avanzadas en torneos eran identificados e identificadas por los y las *coaches* como posibles *atletas* de *CrossFit*. Esto era importante si consideramos que uno de los propósitos de estos y estas agentes radicaría en generar más emprendedores y emprendedoras a fin de continuar con la expansión de la disciplina deportiva-comercial en sus localidades.

Como señalé en la Introducción, participé como entrenado en el *box* de Fausto y luego en el *Team Sáenz Peña* desde 2014 hasta 2020. Mis experiencias como observador-cliente me generaron un conjunto de inquietudes que devinieron en interrogantes de investigación y orientaron la construcción de este capítulo. Algunas de estas preguntas fueron las siguientes: ¿Qué impulsaba a una persona a ingresar al mundo del *CrossFit*? ¿Qué obstáculos y dificultades debía atravesar un o una practicante que quería cambiar su cuerpo según los patrones que establecía la cultura *crossfitera*? ¿Qué “convenciones” (Becker, 2008, p. 66) debía adoptar un simple iniciado o iniciada para convertirse en un/una *atleta*? A continuación, abordo estas preguntas a partir del concepto de “carrera” desarrollado por Becker (2009) y recupero la operativización del mismo que Rodríguez (2016) elaboró en sus estudios sobre los gimnasios en la ciudad de Buenos Aires. Dicho concepto me permitió describir la carrera del/la cliente/a en tres grandes pasos.

DE CLIENTE O CLIENTA A ATLETA: PASO 1.

Cuando una persona atravesaba por primera vez las puertas de un *box* se encontraba con una distribución espacial que era diferente a la de los gimnasios de fierros, los cuales tenían principalmente pesas, máquinas de fuerza y espejos que permitían al practicante verse a sí mismo/a y a los demás (Rodríguez, 2016; Merino, 2008). En los salones de *CrossFit* no había habitaciones o salas, sino que las zonas se encontraban marcadas simbólicamente por objetos que le indicaban al cliente o clienta dónde estaba la sección de administración y dónde la del entrenamiento. Así, mostradores o escritorios aparecían comúnmente en la entrada del *box*, indicando que era el lugar para consultas vinculadas a precios, horarios y registro de practicantes. También se usaban cadenas de plástico o de metal, similares a las que se encontraban en discotecas, bancos o dependencias estatales destinadas a trámites burocráticos. La intencionalidad de estas demarcaciones consistía en delimitar un “adentro y afuera” con reglas distintas según el lado de la cadena o del mostrador en que se encontrara la persona (Rodríguez y Kalin, 2018), indicando que el o la *coach* podía estar en ambos lados, pero el cliente o clienta solo en uno. En esta sección de los *boxes* había un agente que asumía el rol de secretario o secretaria, cuya responsabilidad era tomar los datos al recién ingresado/a o registrar la entrada del usuario o usuaria con membresía, cobrar las cuotas y en ocasiones, colaborar con las tareas de limpieza del emprendimiento.

Los primeros elementos que los y las clientes/as encontraban en estos locales eran las jaulas o *racks*, compuestas por caños verticales y horizontales donde un/a *atleta* podía colgarse para hacer dominadas⁴⁸ o abdominales. Los cajones de madera también eran instrumentos que saltaban a la vista y que difícilmente un recién llegado/a podría imaginar para qué se utilizaban, a diferencia de las sogas o las pelotas-balones que eran comúnmente conocidas. Las pesas rusas o *Kettlebell* despertaban cierto interés por su forma, distinta a las pesas más tradicionales (poseían un agarre para que el o la practicante pudiera tomarlas y ejecutar el movimiento) y por esto, difícilmente pasaban desapercibidas. En los *boxes* observados la forma de ordenamiento espacial se disponía con el propósito de que el cliente o clienta visualizara en la primera clase todos los instrumentos que se utilizaban en este mundo social y cultural. En el caso de *Cross*

⁴⁸ Se recomienda ver glosario.

Open y el *box* de Fausto, a los y las *coaches* les interesaba que en el espacio sobresalieran las barras donde podían colgarse quienes hacían el *muscle up*⁴⁹, y las pelotas con peso, cuidadosamente guardadas en estantes de hierro. En cambio, en *Legionados* y *Fortáles*, sus *coaches* se mostraban interesados e interesadas en resaltar la zona del pizarrón, donde también había barras y bolsas de arena.

Era común ver en los *boxes* no oficiales la presencia de un baño unisex, mayormente ubicado al final del local. Esto probablemente estaría relacionado con la imposibilidad económica que tenían estos emprendedores y emprendedoras de construir habitaciones sanitarias y, además, como se mencionó en el capítulo I, la mayoría de estos locales eran galpones o ex depósitos refuncionalizados. Entonces, los nuevos dueños debían adaptar su negocio a la estructura edilicia ya existente, concentrando sus inversiones en la compra de elementos de trabajo corporal y en la estética del local.

A diferencia de los gimnasios tradicionales, los *boxes* de *CrossFit* estaban decorados por grafitis y frases alusivas al entrenamiento, cuyo fin era motivar y desafiar al cliente o clienta: “*Cuando tu cuerpo no pueda más, dejá que tu corazón haga el resto*”, “*cuando estoy en el box me siento en casa*”, “*no pares, no te conformes hasta que lo bueno sea mejor y lo mejor excelente*”, “*cuando estés a punto de abandonar, recordá porqué empezaste*”. Recuerdo una que particularmente llamó mi atención, ya que hacía alusión a la necesidad de entender al *CrossFit* como una posibilidad de mejorar el cuerpo a largo plazo: “*Si no sueñas, nunca encontrarás lo que hay más allá de los sueños*”.

En las paredes de estos locales no solían observarse afiches con fotografías de *atletas* sino pinturas con letras y formas extravagantes propias del arte urbano. *Legionados* recibía a sus clientes y clientas con dibujos de al menos dos metros de altura. El primero era de una mujer muy musculosa, vestida de heroína con una capa y traje muy ajustado, resaltando los senos prominentes junto a sus brazos y piernas tonificadas. La segunda ilustración era de un payaso con el cabello rojizo, mostrando los músculos y la ropa rasgada. En ambos casos, un elemento volvía tétrica a las imágenes: la sonrisa maléfica que ambos dibujos mostraban. Según me contó el *coach* Elton, esto

⁴⁹ Se recomienda ver glosario.

provocaba que muchos niños y niñas no quisieran entrar al *box* por temor a esos elementos visuales. En el gimnasio de Fausto por el contrario, la imagen representativa era la de una mujer haciendo sentadillas, sosteniendo una barra sobre sus hombros y en *Fortáles*, la figura de un hombre soltando una patada. En todas las figuraciones artísticas se presentaba al cuerpo tonificado fuerte y a la rudeza como gesto distintivo de la disciplina, propiciando en la o el cliente/a la idea de una actitud y una anatomía a lograr. Esto mostraría que, a diferencia de la propuesta del *Fitness*, el *CrossFit* no asociaría el progreso deportivo al logro de una corporalidad esbelta o armónica sino a la obtención de una fuerza que se haría visible en la tonificación muscular y en las habilidades para ejecutar diversas destrezas; en otras palabras, una “*funcionalidad*” muscular.

En otros *boxes*, las paredes no estaban decoradas con imágenes, sino cubiertas con madera que, junto con la forma rectangular, producirían en el practicante la sensación de estar dentro una caja (Bekenstein, 2019). Para un/a nuevo/a cliente/a también era llamativo el volumen de sonido alto que se utilizaba como modo de incentivar a los y las *atletas*, llegando a escucharse la música incluso a varios metros de distancia del *box*. Los tipos de canciones que se oían provenían de los estilos musicales del reggaetón, bachata, cumbia y electro, cuyos ritmos se caracterizaban por ser más movidos en relación a otras formas musicales como el folclore. La particular distribución de las zonas y habitaciones en estos espacios, los estilos de música, frases y pinturas eran elementos característicos de estos mundos sociales y culturales. Los mismos operarían como tecnologías que inscribían en los cuerpos reglas y procedimientos, modulando las subjetividades de los y las miembros, los y las cuales producirían al *box* a partir de determinados regímenes productivos, éticos y estéticos de carácter disciplinar (Yaniga, 2018; García Fanlo 2011; Foucault, 1996, 2007).

Período de *escalada*⁵⁰: esto no es un gimnasio.

Existían diversas formas de acompañar y estimular al cliente o clienta recién iniciado. En los *boxes* oficiales por ejemplo, se acostumbraba a utilizar un programa de

⁵⁰ Término utilizado en el mundo *CrossFit* para remitir al entrenamiento inicial que deberá hacer un/a cliente o clienta que recién se incorpora al *box*.

enseñanza llamado *On Ramp*, elaborado para que el o la practicante aprendiera las formas de ejercicio básicas de la disciplina. El término representaba un simbolismo asociado a las rampas de acceso que existían en las autopistas, las cuales preparaban y prevenían a través de señalizaciones al conductor de un automóvil que intentaba subir a la ruta y colarse entre los demás vehículos. En el *CrossFit*, el o la *coach* asumía el rol del inspector/a que garantizaba el cumplimiento de las señales por parte de su cliente o clienta que, con precaución, dudas y entusiasmo, ingresaba a este mundo social y cultural. El/a entrenador/a buscaba por todos los medios que “*la entrada*” del agente nuevo no fuese individual sino compartida y acompañada por pares.

Dependiendo del *box* y el nivel de dificultad que presentaba el grupo, las sesiones de *adaptación* podían durar desde cinco días hasta un mes y en ese tiempo, el o la *coach* se centraba en movimientos específicos como sentadillas, levantamiento de peso muerto y trabajo de hombros. Era muy importante que el o la entrenador o entrenadora realizara un seguimiento personalizado con cada uno/a de sus clientes y clientas, ya que el objeto era producir en su discípulo/a no sólo eficiencia en la técnica sino también confianza y seguridad. El o la cliente/a debía sentir que, en un futuro, con constancia y dedicación podría realizar los mismos movimientos y levantar la misma carga que los y las *atletas* más avanzados/as. Como observamos a lo largo del capítulo I, la motivación constante era un elemento importante en este tipo de emprendimientos de gestión corporal, pues contribuía a estimular en el o la practicante la idea de que podía producir una mejor versión de sí mismo a pesar de las crisis o frustraciones que provocaban la imposibilidad de realizar correctamente la técnica corporal practicada (Dawson, 2015). *Coaches* y *atletas* más experimentados/as consideraban que a través de la repetición de los movimientos y la tolerancia al fracaso, se moldeaba el espíritu, creando un carácter inquebrantable. La idea de voluntad también contribuiría a la construcción de la subjetividad del nuevo/a cliente o clienta, al entenderse como un elemento de la personalidad que se fortalecía en el *box* y que luego sería útil para atravesar cualquier situación de adversidad. En los *boxes* no oficiales, la metodología durante el período de *escalada* era distinto: no se lo brindaba como curso introductorio, sino que el o la *coach* y los/las *atletas* más experimentados y experimentadas corregían al aprendiz a medida que realizaba su entreno.

Ya sea que se tratara de un *box* con licencia o no, el propósito era iniciar y luego adaptar de forma dinámica al cliente o clienta a este nuevo formato de entrenamiento y que el mismo/a sintiera que, con esfuerzo y constancia, podía desarrollar las aptitudes físicas necesarias para el *CrossFit*. También era importante que entendiera que su lugar de entrenamiento no era un gimnasio sino un *box*, significando con ello que no realizaría trabajos monótonos ni repetitivos. El *escalamiento* en tanto etapa inicial no implicaba que el o la practicante nuevo/a desplegara menos ejercicios que los más experimentados y experimentadas, sino que, dependiendo de su fuerza y resistencia, adaptaría el entreno a sus condiciones. En caso de que los ejercicios no le resultaran complejos, el cliente o clienta se sentía tentado/a de realizar las repeticiones de modo más rápido perdiendo precisión en los movimientos; por esto mismo, los y las *coaches* se encargaban de explicarles que la técnica corporal era más importante que la intensidad. Con esto referían a que era fundamental desplegar correctamente las posturas físicas antes que realizar con gran velocidad la práctica.

Finalmente, en este período de adaptación la figura de autoridad le enseñaba los códigos de convivencia al nuevo o nueva practicante: no burlarse de los y las demás, no charlar mientras se realizaba el *WOD*, no sacar fotografías al pizarrón⁵¹, no llegar tarde. En caso de incumplimiento, los castigos variaban pero usualmente el o la *coach* determinaba la realización de *burpees*⁵² extras a quien cometía estas faltas.

DE CLIENTE O CLIENTA A ATLETA: PASO 2.

Una vez que el cliente o clienta realizaba el período de adaptación, llegaba el momento de aumentar la intensidad del entreno, a fin de dominar las técnicas corporales características de la disciplina, en este caso el *WOD* en todas sus variaciones. A diferencia de otras formas de entrenamiento, este procedimiento se caracterizaba por su factor sorpresivo; es decir, un cliente o clienta no sabía qué ejercitación realizaría ni qué parte de su cuerpo trabajaría hasta llegar al *box*. El *WOD* podría ser entendido como una “convención” de este mundo social y cultural (Becker, 2008) que marcaría la diferencia entre un/a profesional y un/a iniciado o iniciada, entre el agente que poseía los saberes y

⁵¹ El propósito de esto era evitar que otros *boxes* o *coaches* utilizaran sus rutinas.

⁵² Se recomienda ver el glosario.

criterios de la práctica y aquel que estaba dando sus primeros pasos. Éste a su vez no era una construcción del *coach* sino una elaboración manualizada y patentada por Greg Glasman, que figuraba en páginas oficiales de *CrossFit*. Siguiendo a Sarpong (2018) esto implicaba una pérdida de autonomía por parte de los y las *coaches* quienes no eran dueños/as de estos ejercicios y veían limitada su capacidad de creatividad e invención, convirtiéndose en sujetos dependientes de la marca. La lógica comercial *CrossFit* se orientaba a la presentación de un *WOD* diferente cada día con el propósito de evitar el aburrimiento de los clientes y clientas, fomentando el compañerismo y la competitividad, combatiendo así la monotonía y repetición. En función de estas consideraciones comencé a preguntarme cómo los *WODs* producían cuerpos en estos espacios, cuáles eran las etapas que hacían a una sesión de *CrossFit* y de qué modo cada cliente o clienta adaptaba las exigencias de esos circuitos prefabricados a sus necesidades. Para ilustrar este punto, considero pertinente presentar las instancias que tenía una típica jornada de trabajo corporal en un *box*. Me valgo de los aportes de Schechner (2000, 2012) para analizar al *WOD* “como” performance, en tanto conjunto de acciones que a partir de ensayos, entrenos y prácticas representarían una escenificación del entrenamiento corporal.

Primera parte de la clase: Calentamiento previo.

Después de registrarse, un cliente o clienta debía comenzar con la fase orientada a activar el proceso de oxigenación del organismo y favorecer la movilidad necesaria para preparar el cuerpo en el entrenamiento principal. Esta etapa era fundamental porque aumentaba el ritmo cardíaco y el flujo de sangre hacia las articulaciones y músculos que se trabajarían posteriormente. Existían numerosas formas de *calentar* el cuerpo para la ejercitación siguiente; a su vez estas dependían de qué partes se entrenarían con más dedicación en el *WOD*. En algunas situaciones se solían utilizar bastones o palos de madera que el o la practicante tomaba con sus manos (una en cada extremo) y deslizaba hacia atrás de su espalda y luego hacia delante, de forma reiterada para distender las articulaciones. En otras, se tomaba este mismo objeto y se lo levantaba por encima de la cabeza, a tal punto que los brazos quedaban en forma de

“V”, sin flexionar los codos. La fase del “calentamiento”⁵³ (Schechner, 2000; 2012, p. 378) contribuiría a que el o la *coach* hiciera una preparación corporal y mental a los clientes y clientas en relación al grado de exigencia que tendría el *WOD*.

Para dinamizar la primera parte de las clases e incentivar a los novatos y novatas, los y las *coaches* solían formar parejas de entrenamiento. El trabajo de a dos obligaba al recién llegado o llegada a mantener el ritmo, además de propiciar vínculos con los y las *atletas* más experimentados/as. Siguiendo a Dawson (2015) el estímulo o el aliento no sólo provenían de parte del entrenador o entrenadora sino que la “presión” por finalizar las rutinas se originaban a veces en los compañeros y compañeras del local, quienes lo significarían como un ingrediente esencial para el éxito.

Segunda Parte de la clase: Mostrar la técnica.

Habiendo preparado el cuerpo en la etapa de calentamiento, el o la *coach* mostraba a sus discípulos y discípulas la forma correcta de hacer cada técnica (y la incorrecta⁵⁴) y los elementos que utilizarían (sogas, barras, pesas, mancuernas, entre otros). Aquí se observaba el grado de profesionalidad que tenía el entrenador o entrenadora, pues debía demostrar que tenía dominio de la técnica y responder a todas las consultas que tuviesen sus clientes y clientas. En esta fase, el o la *coach* sería el “intérprete” (Schechner, 2000; 2012, p. 355) que debería ejecutar con maestría cada uno de los movimientos corporales ante la mirada de los y las participantes.

En situaciones donde había novatos y novatas, el entrenador o entrenadora aprovechaba esta instancia para explicarle a los recién llegados/as las potencialidades del *CrossFit* y derribar mitos o prejuicios que los iniciados e iniciadas pudieran tener sobre la disciplina. Ante la presencia de agentes nuevos, era probable que el o la *coach* repitiera varias veces las formas de hacer el ejercicio, mostrando también el tipo de autoridad que regía en su *box* (*exigente, criterioso/a o técnico/a*). Lo más importante era transmitirle al cliente o clienta la noción de inclusión que la actividad pregonaba; esto

⁵³ Desde la mirada de Schechner (2000; 2012, p. 378) el calentamiento es la fase que precede a la performance. Su función es preparar física y mentalmente al ejecutante. Existen diversas formas pero según el autor, en el mundo deportivo podría considerarse el momento en que los y las *atletas* estiran y meditan tanto el cuerpo como la mente para su actuación o ingreso al campo de juego.

⁵⁴ Con esto refiero que mostraba algunos errores susceptibles de ser cometidos por los clientes y clientas al realizar cada técnica corporal.

es, referir que todos y todas pudieran hacer la clase según el nivel de *expertise*⁵⁵ alcanzado en relación a esta práctica.

Tercera parte de la clase: Realización del WOD.

Con un riguroso cronometraje se procedía a realizar el conjunto de ejercicios cortos pero intensos, elaborados y preestablecidos por la marca. En el caso de *boxes* con licencia oficial, lo recibían semanalmente por medio de mails y suscripciones; mientras que los no oficiales los descargaban y aprendían de internet. También utilizaban materiales de cursos y capacitaciones realizadas en instituciones como las nombradas en el capítulo I⁵⁶. Según constaba -al momento del trabajo de campo- en páginas de internet dedicadas al mundo *CrossFit*, los *WODs* que se desplegaban día a día eran diferentes entre sí, a fin de potenciar y estimular diversas capacidades físicas en el cliente o clienta.

A medida que el o la *crossfitter* finalizaba su ronda y comenzaba otra, registraba sus logros en un pizarrón o bien, como en el *box* de Fausto, producía marcaciones con tizas en las paredes y pisos, con el propósito de contabilizar exactamente cuántos ejercicios había realizado. Durante el trabajo del día, el o la *coach* supervisaba que su “ejecutante” (Schechner, 2000; 2012, p. 354) produjera los movimientos de modo correcto y que no *robara* series. De acuerdo a lo observado, los *robos* en *CrossFit* tenían que ver con formas incompletas o incorrectas de realizar las técnicas corporales, aunque también se utilizaban para designar cuando una persona salteaba rondas de entrenamiento con el objetivo de finalizar rápido su trabajo del día. En ocasiones, los *robos* eran de carácter “involuntario”, es decir, producto de que el maestro o maestra no corrigió al *crossfitter* cuando le enseñaba el ejercicio y éste/a lo aprendió de manera incorrecta, llegando a reproducirlo en las competencias.

Como señala Bekenstein (2019) un factor que une a los y las *atletas* y *crossfitters* iniciados/as durante la producción del *WOD* es la regulación del tiempo. En esta actividad, todos los ejercicios estaban programados y en algunos *boxes* se utilizaba el sonido de un timbre o alarma para marcar que era el momento de pasar a la siguiente

⁵⁵ En idioma inglés, habilidad o conocimiento especial.

⁵⁶ Principalmente de la Escuela Argentina de *Coaches*.

ronda. De acuerdo al autor, existían al menos dos formas de medir el tiempo en estos mundos: los *AMRAP*⁵⁷, es decir alcanzar la mayor cantidad de repeticiones o vueltas en tiempo estimado o los *EMOM*⁵⁸, que implicaban producir en un minuto una determinada suma de ejercicios. Los *WOD AMRAP* se orientaban a fortalecer la resistencia y el acondicionamiento, mostrando beneficios como *quemar* grandes cantidades de calorías en poco tiempo y mejorar la respiración. En los *WOD* con *ENOM*, se buscaba desafiar la velocidad del practicante, debido a que si realizaba de manera ágil los ejercicios terminaría antes del minuto y los segundos restantes serían su descanso, hasta que comience nuevamente el minuto de entrenamiento. La finalización se podía producir de dos maneras: porque se agotaban los ejercicios a realizar o bien porque el tiempo había terminado.

Como vemos, un cliente o clienta que procuraba devenir en *atleta* debía comprender que la cuestión del tiempo era central en el mundo del *CrossFit* y esto implicaba que no había lugar a interrupciones por el uso del celular ni por medio de conversaciones. Coincidió con Bekenstein (2019) en que, a diferencia de la etapa de calentamiento o estiramiento, durante la fase del *WOD* los y las *atletas* tenían un diálogo prácticamente nulo a pesar de vínculos de amistad o sexoafectivos. Si bien este tipo de reglas no estaban institucionalizadas o escritas en un reglamento, formaban parte de acuerdos sociales tácitamente construidos por las y los presentes. Por ende, era tarea del/la *coach* cerciorarse que el cliente o clienta nuevo/a adoptara esta normativa, llamando la atención a quien la incumplía.

Además de la detección de posibles infracciones a la norma, era oficio del/la *coach* trabajar sobre el componente psicológico del/la practicante. Sucedió que los entrenamientos *crossfiteros* podían ser agotadores y producto de ello, novatos y novatas se sentían tentados a suspender su práctica e incluso abandonar el *box*. La exitosa finalización de un *WOD* por parte de un cliente o clienta dependía del modo en que su entrenador o entrenadora lo/la estimulaba, esto era fomentar su concentración y fuerza de voluntad. Por ello, el o la *coach* brindaba mayor atención a aquel cliente o clienta

⁵⁷ Sigla que representa la frase *as Many Rounds As Possible*. En castellano, "tantas rondas como sea posible".

⁵⁸ Sigla en inglés que representa la frase *Every Minute On the Minute*. En castellano "cada minuto en el minuto".

que más dificultades presentaba, acompañándolo/la e incluso dándole mayor tiempo que a los demás. También podía ocurrir que el resto de sus compañeros y compañeras realizaran observaciones al iniciado o iniciada, tales como correcciones en posturas y formas de mejorar la técnica. Esta misma situación la experimenté en noviembre de 2020 cuando realizaba mi entrenamiento con la *coach* Lauri del *Team Sáenz Peña*.

En la primera parte del *WOD*, la *coach* Lauri me indicó que abriera más las rodillas al momento de hacer la sentadilla y que mantuviera la espalda derecha porque en ocasiones observaba que me encorvaba, es decir, que descendía mi cervical en lugar de mantenerla recta. “*Quiere decir que no levantes los talones del piso*” me dijo una joven que entrenaba al lado mío y que desplegaba sus ejercicios con una notoria agilidad, evidenciando que tenía una trayectoria deportiva extensa. La segunda parte del *WOD* fue más agotadora y compleja: Lauri nos propuso realizar un *snatch*⁵⁹, el cual consistía en tomar la *kettlebell*⁶⁰ con una mano y elevarla por encima de la cabeza, para luego hacer una pequeña sentadilla. Primero con una mano y luego con la otra. La parte de los *burpees* debía hacerse del siguiente modo: realizábamos uno, después saltábamos por encima de la *kettlebell*, hacíamos el otro. Debíamos hacer diez vueltas de *snatch* y diez de *burpees*, más tarde veinte *snatch* y veinte *burpees* y, finalmente, treinta *snatch* y treinta *burpees*. Durante el entreno la *coach* denotó las dificultades que yo, en tanto novato, manifestaba al momento de hacer las técnicas, modificando levemente y haciéndolo más sencillo para mí. El pequeño cambio que Lauri me aconsejó hacer, se justificaba en que al producir el *snatch* de un modo incorrecto, podría provocarme lesiones en la zona del hombro.

Observamos entonces que el *WOD* podría ser adaptado por parte del agente según sus necesidades; esto es resistencia y propósitos (fines estéticos o de competición), variando su intensidad y velocidad. En segunda instancia, en el *WOD* aparecería con mayor fuerza la noción de labor a partir de su nominación como “trabajo del día” y el disciplinamiento de los cuerpos por medio de la temporalización de las actividades. Esto nos llevaría a pensar que el mundo *CrossFit* compartiría racionalidades con las lógicas empresariales, por ejemplo, a partir de la figura del

⁵⁹ Se recomienda ver glosario.

⁶⁰ Se recomienda ver glosario.

empresario de sí. De acuerdo con Bekenstein (2019) este *ethos* empresarial (Landa, 2011) se observaría materializado en los y las *crossfitters* a partir de la convicción de que su avance o retroceso en el rendimiento personal dependerá de su esfuerzo y para ello, el sujeto estará dispuesto a invertir (tiempo y dinero) a fin de materializar estos cambios.

Cuarta parte de la clase: Enfriamiento y Estiramiento.

Esta parte de la clase se destinaba a acondicionar el cuerpo para el regreso a la vida cotidiana. Algunos y algunas *coaches* lo enunciaban como *volver a la calma*. El mismo consistía en una secuencia de ejercicios orientados a la reducción de las pulsaciones y al relajamiento muscular de las partes del cuerpo que más implicadas estuvieron en el entrenamiento del día. Ello a su vez prevenía los dolores ocasionados por la acumulación de ácido láctico en el tejido muscular a raíz de la práctica de la ejercitación anaeróbica. Era también el momento para distenderse y charlar con compañeros y compañeras, ingerir algún tipo de bebida proteica que ayudara a regenerar los tejidos y recuperarse más rápido. En esta fase de “enfriamiento”⁶¹ (Schechner, 2000; 2012, p. 387) clientes y clientas aprovechaban para sacarse fotografías que luego publicaban en sus redes sociales personales y charlaban acerca de su desempeño en la jornada de trabajo corporal. Intercambiaban puntos de vista, percepciones y consejos sobre cómo mejorar las debilidades de cada uno/a.

Las conversaciones entre nuevos clientes y clientas y *atletas* eran fomentadas por parte del *coach* en esta instancia de relajación a fin de producir en el novato o novata un sentimiento de comunidad. Al respecto, Bekenstein (2019) señala que la integración e interacción entre los y las participantes de la clase es una de las bases para la creación de lazos comunitarios. Allí, los/as aprendices y *atletas* compartían códigos y sentimientos comunes asociados al sacrificio y el esfuerzo, a las dificultades en cuanto a la realización de los entrenamientos. Existía entonces una ética del sacrificio (Bekenstein, 2019; Hang, 2016) en donde el sufrimiento y el dolor serían parte de un

⁶¹ Schechner (2000; 2012, p. 387) refiere con enfriamiento a la etapa de la performance donde los y las intérpretes se relajan y comentan sobre su participación, debaten sobre las buenas y malas situaciones de la actuación que acaba de concluir. El autor sostiene que es un momento donde se producen abrazos y saludos entre compañeros y compañeras.

ascetismo corporal (Rodríguez, 2010) y, por ende, las jerarquías entre clientes y clientas se organizarían en función de gradaciones entre rendimientos, habilidades y capacidades físicas de los mismos.

DE CLIENTE O CLIENTA A ATLETA: PASO 3.

Una vez que el cliente o clienta mostraba cualidades y compromiso con el deporte, debía fortalecer su cuerpo adoptando nuevos hábitos de alimentación que incorporaba por diversos medios: sugerencias de los y las *atletas* experimentados/as del *box*, información de sitios de internet o especialistas en nutrición. Esta última opción fue la más recurrida en los últimos años de la etnografía.

Durante mis primeros años de trabajo de campo en los *boxes* era ampliamente popular la llamada dieta *paleo*, la cual provenía del término paleolítico y sus adherentes construían un plan alimentario que giraba en torno a carnes, verduras, pescado, frutas y legumbres. Quienes la implementaban reducían y eliminaban de su dieta los productos ultraprocesados como la comida chatarra y los derivados de lácteos bajo la creencia de que alimentarse como lo hacían los humanos en la época de los cazadores y recolectores era el modo más completo de nutrirse (Aguilera Matute, 2022). Durante el 2014 y 2015⁶², las y los *atletas* la realizaban por recomendación de los y las *coaches* pero en los años siguientes esta modalidad fue perdiendo fuerza, volviéndose una opción más entre otras. En los últimos meses del trabajo de campo, observé que la regulación

⁶² La primera vez que escuché hablar de esta dieta fue en la etapa en que el *box* de Fausto se llamaba *Cross Training*, en 2015. El *coach* me comentó que el objetivo de la *dieta paleo* era “Volver a lo natural”. Me comunicó en una entrevista los cambios que percibió en su cuerpo luego de implementarla: “Me ha cambiado la piel [se señala el brazo], el pelo. Yo antes usaba muchísimo gel, ahora se humecta sólo [refiere a su cabello]” (Registro de entrevista. Fausto, 2015). Él entendía que el cuerpo no estaba preparado para tolerar determinados productos (lácteos y harinas) y que los daños que ocasionaban eran comparables a un “golpe constante a nuestro organismo y metabolismo”. Así lo refería textualmente: “La leche es malísima. Somos la única especie que sigue tomando leche después de la infancia. Es como si te golpearas el dedo ¡pum! Y al ratito de nuevo ¡pum! Y así continuamente” (Registro de conversación con Fausto, 2015). La concepción filosófica y moral de la dieta paleo era compartida por aquellos y aquellas que deseaban convertirse en *atletas*, no sólo en este *box* sino otros espacios de *CrossFit* a nivel nacional e internacional. Evidencia de ello era la comunidad *Paleo Argentina* en la red social *Facebook*, cuyo lema era “Cuerpos y mentes paleolíticos navegando en el tecnoespectáculo. Desdomesticáte, descivilizáte, asilvestrátate”. Sus adherentes narraban sus experiencias en torno a las bondades de este estilo de vida nutricional y los pormenores que implicaba el vegetarianismo o el consumo de comida chatarra. Al igual que Fausto, estas personas fomentaban la creencia de que la industria alimenticia encubría las propiedades beneficiosas del consumo de carnes y pollo, como también ocultaban los vínculos entre el consumo de lácteos y el cáncer.

alimenticia que hacían competidores y competidoras era programada por un agente nutricionista que administraba planes y formatos según los requerimientos de sus clientes y clientas. El modo de acceso a estos trabajadores y trabajadoras de la salud era por medio de recomendaciones que hacían los pares del entrenamiento quienes socializaban su conformidad o no con el seguimiento de su profesional.

La modificación de la alimentación implicaba un destino de tiempo para la producción del material comestible y una inversión monetaria para las consultas y tratamientos con los y las nutricionistas. Algunos/as practicantes incorporaban la compra de suplementos, proteínas y creatina como parte de su camino a la obtención de un cuerpo para las competencias. Como sostiene Rodríguez (2016), entrenados y entrenadas de los gimnasios suelen construir una relación con los alimentos basada en una racionalidad orientada al logro de metas corporales. En la carrera del/la *atleta* de *CrossFit* sucedía algo similar: la selección minuciosa de las comidas se producía en pos de cultivar las cualidades que pudieran aportar a su formación deportiva por sobre el disfrute o placer experimentado en la degustación. Desde la mirada de Aguilera Matute (2022) la alimentación de los y las *crossfitters* se asemejaba a un imaginario de pasado salvaje, correspondiente con una dieta omnívora. Según el autor, estos agentes entendían que esta forma de nutrición junto con el entrenamiento exhaustivo representaba una solución al deterioro del cuerpo que producían las sociedades modernas.

Esta tercera etapa vinculada al cuidado alimenticio y el fortalecimiento anatómico constituiría una forma de disciplinamiento cuyo fin sería producir un sujeto capaz de competir y mejorar su rendimiento, constituyéndose éstos en un conjunto de repertorios morales que les permitirían a los y las *atletas* clasificar los alimentos en buenos y malos, permitidos y prohibidos.

De crossfitter a atleta, de atleta a Loco por el CrossFit.

Habiendo realizado estos tres pasos, el agente dejaba de ser un novato o novata para convertirse en un/a *crossfitter* y luego en un/a *atleta*. El o la *crossfitter* se diferenciaba de un “inicial entrenado/a” por sus conocimientos sobre el léxico y las formas de entrenamiento (Dawson, 2015), además de su reivindicación del sacrificio y entrega total en tanto elementos distintivos de su identidad (Bekenstein, 2019). A

diferencia de los y las *atletas*, los y las *crossfitters* realizaban su práctica en el *box* de manera amateur; es decir, no obtenían un rédito económico por ello y su nivel de exigencia en los *WODs* era menor. Contrariamente, el grupo de *atletas* presentaba un grado de motivación mayor, a tal punto que muchos de ellos y ellas sentían que el espacio de las clases en el *box* les resultaba insuficiente para explotar al máximo sus capacidades físicas y coordinativas. La trayectoria también era un factor de diferenciación entre ambos, pues el o la cliente considerado/a *atleta* había recorrido un camino más extenso y atravesado por frustraciones y derrotas en relación a su antecesor/a, el o la *crossfitter*.

No obstante, era común observar vínculos de amistad y conversaciones distendidas entre los y las *crossfitters* y los y las *atletas* pues compartían un sistema de moralidad común orientado al intercambio de saberes sobre dietas, futuros torneos y formas de entreno. También, compartían una sociabilidad que los y las motivaba a recomendar la práctica deportiva a sus círculos sexoafectivos y establecer salidas nocturnas a bares con sus compañeros de entreno. En relación a este punto, concuerdo con Dawson (2015) en que en algunos casos la conversión de un/a *atleta* implicaba que éste o ésta se distanciara de su círculo anterior de amistades, focalizando en los nuevos camaradas del *box*. Esto mismo me refería uno de los *coaches* del *Team Sáenz Peña* cuando me confiaba que todo aquel que “*entrenaba con él se quedaba sin novia*”. Según mi interlocutor, muchas veces invitaba a sus deportistas a entrenar los fines de semana o feriados, solicitaba que colaborasen en la limpieza del lugar a la noche; y en vísperas de torneos, las rutinas de ejercitación requerían de una entrega casi total del *atleta* en cuanto a tiempo y organización de la vida personal en pos de la preparación física. Esto implicaba relegar salidas nocturnas, moderar el consumo de alcohol, restringir la actividad sexual y cumplir estrictamente con el régimen alimentario; es decir, adoptar un modo ascético de vida y entreno (Rodríguez, 2016) que muchas veces resultaba incomprensible para aquellos y aquellas que no pertenecían al *CrossFit*.

En ocasiones, la entrega que hacía el o la *atleta* para producir un cuerpo acorde a la exigencia de esta disciplina no era comprendida por su círculo íntimo. El fanatismo y la devoción (Dawson, 2015) que estos agentes tenían con la práctica sería significada como locura, reconociéndose a sí mismos y mismas como *Locos por el CrossFit* (Kalin, 2020). Allí, la obsesión y la extravagancia de las técnicas-creencias propuestas por este

deporte cobrarían nuevos sentidos a partir de la producción de un sujeto capaz de ir más allá de sus límites y superar adversidades del contexto (Landa y Kalin, 2021).

Algunos interlocutores e interlocutoras me significaron que esta incompreensión en relación a su exigencia, disciplina y pasión por la práctica era la causa por la cual muchos noviazgos se producían al interior del *box*: en el gimnasio no sólo se sociabilizaban ambiciones, sino que *se fichaban* los cuerpos; es decir se desplegaban estrategias de seducción y mostración del volumen y tonificación muscular, las cuáles resultaban eróticos para algunas y algunos agentes que cultivaban esta práctica. Esta situación conllevaba a que los vínculos sexoafectivos de los y las *atletas* se orientaran a personas que compartían su mismo *ethos* deportivo.

El o la atleta como agente autoregulado(r).

Fue a partir de mis experiencias como novato en el *CrossFit* que comencé a plantearme respecto a los modos de producción de corporalidades en el marco de este deporte, como así también las regulaciones internas que los y las profesionales ejercían sobre sus clientes y clientas. Especialmente me interrogué sobre las emociones que el o la *coach* movilizaba para producir un “enganche” en sus practicantes; esto es un entusiasmo con la marca comercial. Entendí que el propósito de las jornadas de entrenamiento radicaría en promocionar una autosuperación del/la *atleta*, significando, por ejemplo, la realización de técnicas que jamás imaginó que podría hacer y exigir sus capacidades corporales al límite, incluso hasta sentir que podría descompensarse. Por todo esto, podría decirse que el *CrossFit* se centraría en un tipo de empoderamiento de corte (neo)liberal que focaliza en la idea de un “*yo que todo lo puede*” (Papalini, 2015, p. 231; Landa, 2014, 2019). Así, aparecerían modulaciones imperativas centradas en fabricar un “*yo capaz*”, que se exigiría cada vez más y cuya autoestima crecería, paradójicamente, con la insatisfacción que podía experimentar con los logros ya obtenidos (Laval y Dardot, 2010, p. 349; Landa, 2016b; 2019).

Observamos también que la regulación del/a *coach* no se limitaba a la enseñanza y corrección de técnicas, sino que buscaba fomentar en su cliente o clienta un sentimiento de compromiso con la disciplina y un afán de aumentar semanalmente la intensidad de sus *WODs*, integrándose así a la comunidad de su *box*. De esta forma, el/la futuro/a *atleta* comenzaba a relacionarse con sus pares del local, acumulando

“capitales corporales” (Wacquant, 2006) de acuerdo a intereses compartidos, los cuales giraban mayormente en torno a dietas, suplementos vitamínicos y proteicos, y formas en las cuales combinar las técnicas corporales aprendidas. También, el cliente o clienta debía invertir un capital económico destinado a la compra de calzado e indumentaria de marcas vinculadas al mundo *CrossFit*, tales como *Reebok*⁶³ y abonar capacitaciones en entidades especializadas en el universo *Fit*⁶⁴ (por ejemplo, la E.A.C). Estas instrucciones junto con sus experiencias en el *box* garantizaban que el agente incorporara el léxico *crossfitero* e identificara las diversas técnicas corporales que hacían a su disciplina.

Mediante su socialización en el *box*, el cliente o clienta comprendía que su principal rival era él/ella mismo/a y no sus compañeros/as, pues debía superarse día a día, corriendo sus propios límites físicos, generando nuevos desafíos a alcanzar. Así me lo señalaban mis entrevistados y entrevistadas cuando referían que, para un/a *atleta*, su cuerpo y resistencia física eran sus mejores aliados y que lo primero que debía hacer un/a *coach* era “*saber vender*” las potencialidades del *CrossFit*, convenciendo al cliente o clienta que con esfuerzo y disciplina podría convertirse en un/a *atleta*.

El cliente o clienta que devenía en *atleta* exponía sus logros en las redes sociales, acompañando estas publicaciones con frases motivadoras o reflexivas y usualmente agradeciendo a su *coach* y a su *box* por los cambios -físicos y psicológicos- experimentados. De pronto, el o la *atleta* se convertía en un experto/a al que los y las recién llegados/as le pedían consejos y asesoramiento en sus avances, volviéndose un/a referente por su constancia y disciplina, llegando incluso a disputar el rango de *coach* con el entrenador o entrenadora.

En síntesis, los tres pasos que marcarían la carrera del/la *atleta* estimulaban en el agente la idea de un cuerpo como proyecto cuya concreción se postergaba de forma asintótica (Landa, 2011) y donde el agente se significaba como autoregulador/a de sí mismo/a a partir del aprendizaje de “convenciones” que hacían a este mundo social y cultural (Becker, 2008). El evento donde se lucían los logros era la competencia,

⁶³ Esto último se vio impulsado por el contrato firmado entre esta empresa de calzado y los *CrossFit Games* (Bekenstein, 2019).

⁶⁴ Terminología utilizada para referir al cuerpo entrenado.

espacio en el que aparecía la figura del juez o jueza como complementaria a la del/la *coach* en tanto encargado/a de supervisar los movimientos del ejecutante. Cabe destacar que el juez o jueza -siguiendo el organigrama de jerarquías de estos mundos sociales y culturales- en el marco de la competencia, tenía un rol de mayor importancia que el o la *coach*. Como veremos en el siguiente capítulo, en los eventos de competición, además de *atletas*, se hacían *coaches*, *crossfitters*, jueces y juezas.



(Fotografía tomada en competencia en Santiago del Estero, 2022). En la imagen puede observarse un grupo de *atletas* trepando por una soga como parte de sus complejas rutinas de competencia. Al lado la figura de los jueces y juezas supervisando el correcto cumplimiento de las mismas.

Capítulo IV: *Regional Cross*.

El propósito de este capítulo es analizar una competencia de *CrossFit* “como” performance, retomando los aportes de Schechner (2000, 2012) quien las entiende como conductas restablecidas que marcan identidades, inflexiones en el tiempo y provocan transformaciones en el cuerpo. Esto me orientó a pensar cómo se hacía y mantenía una situación de competición, qué tipos de actividades se realizaban, las redes de agentes (Becker, 2008) que intervenían para que estos actos pudieran producirse. Planteo que las competencias representarían instancias de consagración en las “carreras” (Becker, 2009; Rodríguez, 2016) de los y las miembros de un *box*. Procuró transmitir a partir del relato de los acontecimientos, tonos y expresiones que según estos y estas *atletas* volvían a la competición una *puesta a prueba* y un *bautismo*.

El torneo que analizo a continuación se realizó en la ciudad de La Rioja el 16 de septiembre de 2016. El evento se denominó *Regional-Cross* y asistieron *Los Locos*, un grupo de discípulos y discípulas del *box* de Fausto, quienes consideraron a la competencia como una de las más importantes en la historia de su comunidad, así como en el marco de sus trayectorias individuales en tanto *atletas* de *CrossFit*. Aquí, las relaciones de amistad, sacrificio y esfuerzo se manifestaron no sólo al momento de competir sino en la organización y colecta financiera. Durante mis observaciones en esta y otras competencias, mis preguntas se orientaron a pensar lo siguiente: ¿Quién planificaba un evento de tales características y bajo la movilización de qué tipo de recursos? ¿Quiénes eran los/as anfitriones/as y quiénes los/as invitados/as? ¿Cuáles eran las condiciones de posibilidad que tenían *Los Locos* para participar de esta experiencia? ¿Cómo definían a este encuentro los/as competidores y competidoras? ¿Qué hacían cuando competían y qué fines perseguían? A lo largo del capítulo intentaré responder estos interrogantes y mostrar que los *WODs*, producidos una y otra vez, formarían parte de la rutina de un grupo de agentes diferenciados socialmente en el mundo del *CrossFit*. También, me interesa destacar que las competencias, en tanto formas particulares de subjetivación, desplegarían una serie de actos alrededor de los cuales se produciría una idea del/la *atleta* completo/a.

LA PREVIA:

Entrenamiento a full.

¿Cómo se preparaban los y las *atletas* para participar de las competencias? La ejercitación que debían hacer estos y estas agentes antes del gran evento de competición constaba de numerosas instancias de estricto “entrenamiento”⁶⁵ (Schechner, 2000, 2012, p. 359) en el *box*, seguido de una regulación minuciosa de su alimentación, el descanso y la actividad sexual. Aquí comenzaba el período de mayor exigencia y por ello, el o la *atleta* que deseaba competir debía brindar su máximo esfuerzo en términos de resistencia física y psicológica (motivaciones, tolerancia a las frustraciones, altibajos anímicos). Por esta razón, Fausto y su entonces pareja Gabriela, organizaron dos sesiones de preparación física antes del viaje al torneo de La Rioja. La primera de ellas fue tres semanas previas al evento. Los y las *coaches* delegaron su autoridad a un Profesor en Educación Física y militar jubilado apodado *Rambo*, en ese entonces tenía setenta y un años. Él les organizó largos circuitos de ejercitación en el Parque Aguirre⁶⁶. A la siesta y con temperaturas alrededor de los treinta y siete grados, los/as futuros/as competidores y competidoras comenzaron la secuencia de actividades que les habían indicado. En esta ocasión, los y las “ejecutantes” (Schechner, 2000, 2012, p. 354) debieron trepar árboles y hacer dominadas allí, cargar llantas de autos con bolsas de arena adentro y trasladarlas de un punto a otro.

Esta experiencia fue definida por los y las participantes como “*gratificante*” debido a que físicamente respondieron de manera óptima ante las exigencias; sin embargo, *Los Locos* señalaron que faltó “*más trabajo en equipo*”. La ausencia de una labor grupal y la presencia de actitudes egoístas (no esperar a que el compañero o compañera finalice su ronda de ejercicios) fueron marcadas por *Rambo* y luego aceptadas por los y las miembros. Fue así que uno de los últimos ejercicios que como instructor les organizó consistió en formar un círculo, tomarse de los brazos y hacer sentadillas todos/as juntos y juntas al mismo tiempo. La intención era lograr una unidad entre los y las participantes a través de la generación de estrategias que permitiesen a

⁶⁵ Según Schechner (2000, 2012) incluye aspectos formales e informales donde se aprenden habilidades específicas y se corrigen errores a partir de repeticiones.

⁶⁶ El más grande de la ciudad de Santiago del Estero.

todos y todas llegar a cumplir la meta. Al mismo tiempo, permitía tener un control sobre lo que estaba haciendo el otro u otra (su par) y evitar de este modo el *robo*⁶⁷ de ejercicios. El propósito de la experiencia con *Rambo* fue que el colectivo incorporara determinados valores como el trabajo en equipo y el compañerismo.

La siguiente sesión de “taller”⁶⁸ (Schechner, 2000, 2012, p. 357) fue una semana después del encuentro en el Parque Aguirre. Esta vez el lugar fue una finca-estancia llamada “La Margarita” en las afueras de la ciudad de Santiago del Estero, propiedad de Franco, uno de los entrenados del *box* y amigo personal de Fausto. Domingo a las 8.00 am, *crossfitters* y *atletas* se reunieron en un punto en común de la ciudad⁶⁹ y, movilizadas/as en autos y motocicletas, partieron hacia la finca. El *coach* los instó a que no salieran la noche anterior y que al momento de la reunión hubiesen desayunado con alimentos específicos que una nutricionista les envió por mensajes de audio en el grupo de *WhatsApp* del gimnasio. Según conversaciones que tuve con las y los participantes, fueron muchos/as los/as que incumplieron con este cometido, argumentando una idea de resistencia y *aguante* que tenían para tolerar ambas situaciones: salida y pre-entreno.

Al llegar a “La Margarita” los *coaches* Fausto y Gabriela organizaron a los grupos y les marcaron los brazos con símbolos y nombres escritos con lapicera. Posteriormente procedieron a colocarse en filas todos los y las participantes. La jornada duró desde las 10:00 hasta las 17:00 hs. Los cinco grupos (conformados por cuatro competidores y competidoras cada uno) debieron atravesar todo tipo de situaciones inventadas por los y las *coaches*. El *primer round* consistía en hacer *push up* en pareja. La complejidad de esta técnica radicaba en que tenían que hacerlo uno o una por vez, es decir, cuando uno/a bajaba y tocaba el cuerpo con el piso, el otro u otra subía. No podían adelantarse ni sobrepasarse. En caso de que uno/a no lograra culminar el

⁶⁷ Era usual escuchar hablar de *robo* cuando un/a practicante no terminaba de hacer su ronda en forma completa o se adelantaba en los *WODs*. Esto era considerado una falta por parte de *Los Locos* y causa rivalidades o tensiones al interior del grupo, debido a que se trataba de una especie de ventaja que quería obtener el competidor o competidora por sobre los demás.

⁶⁸ Schechner (2000, 2012) entiende a esta fase de la performance como instancias breves, caracterizadas por su intensidad y capacidad transformativa. Es común la utilización de pruebas difíciles u obstáculos como forma de incorporar conocimientos y mejorar las técnicas.

⁶⁹ El lugar fue una estación de servicio ubicada en el centro de la ciudad.

ejercicio, su compañero o compañera estaba obligado/a a completar las series. Mientras tanto, los otros dos competidores o competidoras del grupo realizaban “peso muerto”⁷⁰ con barras cargadas con discos de 80 kilogramos. Finalizadas las series, se intercambian los lugares.

En el *segundo round*, dos de los/as cuatro concursantes debían llevar un poste a cuesta (podía ser sobre los hombros o la espalda) y los/as otros/as dos, adoquines (cargados por aquellos y aquellas que tenían menor resistencia). El tramo que recorrían era desde la entrada de la finca hasta una ruta pavimentada, es decir setecientos metros entre ida y vuelta. Todo debía ser al ritmo de trote. En aquellos casos donde alguno o alguna no podía cargar el objeto, los otros compañeros o compañeras debían suplir esta falencia: buscar el poste o el adoquín donde lo había dejado el o la miembro de su grupo. Esto no sólo ocasionaba pérdida de tiempo, sino también cansancio y desgano físico entre competidores y competidoras.

El *tercer round* presentaba como obstáculo el levantamiento de una rueda de tractor, la cual era arrojada a un metro de distancia. Los y las participantes repitieron esta secuencia hasta llegar a los cien metros, alternando los turnos. A la vuelta, realizaban el mismo recorrido, pero con estocadas, chocando sus rodillas con la tierra ardiente. El *cuarto round* proponía como desafío el arrastre de un arado⁷¹ antiguo que tenía encima un enorme tronco de 20 kilogramos. Esto producía que la herramienta se aferrara sobre el suelo y dificultara el avance. Los y las *coaches* habían incorporado dos sogas y en la punta de las mismas, había un círculo donde meter la mano y jalar. Los competidores y competidoras tenían que realizar el mismo trabajo que hacían los caballos cuando tiraban del arado en los campos, atravesando una distancia de treinta metros. El ejercicio exigía más que nunca una coordinación de equipo, pues si uno o una tiraba con más fuerza que otro/a, el instrumento se movería de un solo lado.

El *quinto round* era casi individual, había que practicarlo uno/a por vez. Consistía en hacer diez *burpees* y luego cruzar un charco de agua y lodo. Si bien era un pozo de corta distancia -unos tres metros de largo y cuarenta centímetros de

⁷⁰ Ver glosario.

⁷¹ Herramienta de trabajo utilizado en los campos. Es empujado usualmente por caballos y permite labrar la tierra.

profundidad- tenía un alambrado encima que obligaba a los y las concursantes a no elevar su anatomía para no producirse heridas. Entonces, el competidor o competidora debía cruzar por debajo del alambre y *enchastrarse* absolutamente todo el cuerpo⁷². Luego los y las ejecutantes hacían saltos sobre pequeños neumáticos de automóviles como forma de trabajo de piernas y caderas. El último tramo consistía en deslizarse por empinados senderos hasta arribar al río donde los recibía Franco con dos bidones de agua (de 20 kilogramos cada uno) que los y las concursantes tomaban con sus brazos y cargaban durante trescientos metros (a ritmo de trote) entre la arena. Mientras todo esto ocurría, las temperaturas rondaban los cuarenta grados y las posibilidades de deshidratación y golpes de calor aumentaban. A pesar de ello, nadie resultó con descomposturas ni problemas de salud:

“Llegan hasta el alambrado. Escuchá, porque de ahí ya van solos. Llegan hasta el alambrado ¿estamos? Crucen en diagonal, por donde puedan, pero siempre vean las cintas. La referencia es por atrás del chiquero del chanco. Por atrás, no por el medio de la casa ni nada. Esta es la dirección. Salen cien metros por caminitos. Llegan hasta el alambrado. El alambrado es la referencia. Lo he partido para que puedan pasar. Y siguen el caminito. Dos huellas son, de arena. Hasta el río. Cuando llegan al río, al mar, [hace una exclamación “ah” y todos se ríen]. Doblan a la derecha y hacen por lo menos cincuenta metros y allí hay una playa. Vuelven por ese camino” (Explicación de Franco, agosto de 2016).

Finalizado el encuentro, los y las jóvenes aventureros/as festejaron en una pequeña pileta que el dueño tenía y donde, sin quitarse el calzado ni la ropa, se sumergieron todos juntos y juntas a refrescarse. En el momento en que esto ocurría, aproveché para tener una conversación con el dueño de la estancia y conocer su perspectiva sobre la situación de preparativo pre-competencia.

⁷² La imagen era muy similar a las típicas trincheras donde los soldados se arrastran por el suelo con su arma.

“¿Vos sos el de la tesis, verdad? Buenísimo acá vas a ver... porque Fausto está haciendo una tarea de integración. ¿Vos vas la tarde? Vete a la tarde y vas a ver que mejoró mucho la integración [...] Ellos se creen que son deportistas porque son más avanzados ¿Vos hacés CrossFit no? Bueno, que vos hagas y tengas más fuerza y resistencia que cuando empezaste no te hace un avanzado. Supuestamente [hace el gesto de comillas con los dedos] son los más avanzados” (Franco, *crossfitter* y dueño de la estancia).

Todo el tiempo Franco me remarcaba que la clave para un o una deportista era el trabajo en equipo y que, en este grupo de cuarenta personas, eso no se veía. Por ende, las sesiones de ejercitación estaban orientadas al cumplimiento de dos propósitos: conocer las limitaciones que cada competidor o competidora tenía y afianzar los lazos entre los y las participantes ante posibles rispideces entre los/as mismos/as.

La elección de los espacios al aire libre y en horarios con altas temperaturas durante el ejercicio no era casual: se correspondía con una intencionalidad de preparar el cuerpo en caso de que el evento deportivo se produjera en jornadas calurosas⁷³. Muchos y muchas practicantes mostraron dificultades en torno a la resistencia física ante estas extremas condiciones de la zona, hecho que sirvió para marcar falencias individuales y trabajarlas para mejorar el rendimiento deportivo. En “La Margarita” el calor, el sol intenso y la rusticidad del ambiente se volvían atractivas propuestas motivacionales que estimulaban en los y las *atletas* la noción de cuerpo funcional-adaptado a situaciones de resistencia al límite. Como hice mención en el capítulo I, uno de los supuestos de esta investigación se orientaba a pensar que las condiciones climatológicas y geográficas de Chaco y Santiago del Estero contribuirían a reforzar en el o la *atleta* un *ethos* de supervivencia, de combate y de puesta a prueba que la marca *CrossFit* produciría a través de programas de entrenamiento e iconografías publicitarias, en las cuales se remarcaría la obtención de aptitudes físicas todo terreno⁷⁴. Las mismas

⁷³ La costumbre de realizar ejercitaciones grupales en zonas de monte era también compartida por los y las miembros del *Team Sáenz Peña*, quienes al igual que el *box* de Fausto, desafiaban las inclemencias del tiempo y de la naturaleza chaqueña al momento de entrenar.

⁷⁴ Esto se puede observar en *slogans* tales como “¿Quién es el hombre más apto del mundo?”, reproducido como consigna de los *CrossFit Games*.

serían particularmente promovidas en sus eventos internacionales, como es el caso de los *CrossFit Games*.

Estas preparaciones físicas al aire libre también podrían ser consideradas “ensayos”⁷⁵ (Schechner, 2000, 2012, p. 356) en tanto los y las *coaches* observaban qué acciones y técnicas serían desplegadas por los y las clientes/as dependiendo de su nivel deportivo, descartando aquellas que le resultaran de difícil ejecución. En función de estas evaluaciones actitudinales, la autoridad del *box* determinaba si el o la practicante estaba en condiciones de participar de la competencia y bajo qué categoría.

Recaudar fondos y el saber gestionar.

Además de preparar el cuerpo, los *boxes* no oficiales solían desplegar distintas estrategias destinadas a solventar el viaje, estadía y abono de la participación en la competencia. Como sostuve en el capítulo I, la mayoría de las personas que entrenaban en el *box* de Fausto eran trabajadores y trabajadoras de clase media que no disponían de los recursos necesarios para costear este tipo de experiencias. Por tanto, los y las miembros del gimnasio organizaban ventas de comidas como pizzas, tortas y alfajores, ofertando sus productos en redes sociales. La mayoría de sus compradores y compradoras eran familiares o entrenados/as iniciales del *box* que buscaban colaborar con estos y estas *atletas*.

En esta instancia se observaría una “división de tareas” (Becker, 2008, p. 27) donde el o la *coach* era la figura encargada de gestionar y administrar los recursos económicos de los viajes. Los y las *atletas*, por su parte, debían promocionar estos servicios apelando a la solidaridad de sus seguidores y seguidoras y, usualmente, las clientas mujeres eran las encargadas de la elaboración del producto comestible. Por ejemplo, en el *box* de Fausto, la preparación gastronómica estaba a cargo de Marcela y Estela, dos competidoras que, por su experiencia laboral en panaderías, realizaban los comestibles. También las ayudaba Agustín, un joven *crossfitter* de veintitrés años que se encontraba dando sus primeros pasos en el mundo de la competición. En estos *boxes* no oficiales, la venta de comida se utilizaba también como insumo para la compra de

⁷⁵ Schechner (2000, 2012) entiende que en esta instancia se evalúan las acciones que pueden ser desplegadas en la performances y cuáles deben ser desestimadas o descartadas.

maquinarias necesarias para el local o bien, para seguir fines solidarios⁷⁶. Fausto utilizó su emprendimiento en numerosas ocasiones para juntar ropa y juguetes destinados a merenderos de Santiago del Estero, especialmente en vísperas del día del niño. En un primer momento, estas experiencias podrían ser pensadas como instancias orientadas a afianzar lazos comunitarios del *box*; sin embargo, las mismas producían como efecto el refuerzo de la división interna del trabajo. Esto se lograba por medio de un conjunto específico de tareas (Becker, 2008) orientadas y organizadas según el género y el grado de antigüedad del practicante en el gimnasio.

Viaje en auto.

La función de los *coaches* Fausto y Gabriela también se orientó a concretizar el traslado⁷⁷ según la disponibilidad de automóviles que había y la cantidad de pasajeros/as y choferes. El lugar de encuentro para la posterior organización del viaje fue el *box*. La mayoría de los y las *atletas* -aproximadamente 22 viajaron- habían finalizado su jornada laboral hacía poco más de una hora, con lo cual no estaban en condiciones de manejar. Los y las *crossfitters* e iniciados/as se encargaron de la compra de comestibles como maní, almohadillas de avena, frutas, barras de cereales.

A las 23:00 horas y movilizados/as en cinco autos, los y las *atletas* de Fausto partieron hacia la ciudad de La Rioja con destino a la *Regional Cross*. El trayecto duró cinco horas y media, en las cuales los roles de choferes fueron rotados a fin de garantizar que todos los y las participantes pudiesen descansar. Cerca de las 5.30 de la mañana arribaron al lugar que los y las *coaches* habían alquilado para dormir. Se trataba de un *hostal* con dos habitaciones de diez metros de largo y tres de ancho cada una, con camas cuchetas y un baño compartido. Los varones fueron distribuidos en una habitación y las mujeres en otra. La franja de sueño fue de tan solo dos horas, pues a las 7:30 am y con un desayuno a base de mate, café y tortillas de avena, *Los Locos* salieron

⁷⁶ Observé esta misma situación en el *Team Sáenz Peña*, cuando en 2018 clientes y clientas más avanzados/as trabajaron como vendedores y vendedoras de tragos en un boliche de la ciudad con el propósito de comprar una bicicleta *airbike*, o en 2019 cuando se organizó una venta de dulces para colaborar con el tratamiento de la madre de una *atleta*. Los eventos deportivos con fines solidarios también eran usuales en el mundo *Fitness*; se dictaban clases de entrenamiento para todo público con el objetivo de recaudar fondos para tratamientos de enfermedades o colaborar con instituciones como Organizaciones No Gubernamentales (ONGs).

⁷⁷ La distancia que existe entre la ciudad de Santiago del Estero y La Rioja es de 385 km y se recorre en automóvil, aproximadamente en cinco horas.

en sus vehículos con destino al Centro Cultural, lugar donde se realizaría el evento de competición.

LLEGADA AL RECINTO.

Recibimiento y registro de participantes.

Mientras Fausto y sus competidores se dirigían al Centro Cultural (Ex Escuela Normal 23), el organizador de la competencia, Fabricio, les enviaba mensajes de voz mediante la aplicación *WhatsApp*, con indicaciones sobre cómo arribar al lugar. Junto con los y las demás miembros del *staff*, le otorgaron de modo afectuoso, el apodo de “los santiagueños” a Fausto y sus discípulos/as, llamándolos/as así durante toda la jornada de competición. La llegada se produjo a las 10:00 am de ese caluroso 16 de septiembre. El recinto estaba ubicado en el centro de la ciudad capital y en sus alrededores había locales de ropa y bares que, por ser día domingo, se encontraban cerrados.

Lo primero que recibía a los y las ingresantes era la música a todo volumen de la mano de un *DJ*, que casi siempre ponía canciones con estilos electrónicos produciendo una atmósfera en “modo fiesta” (Blázquez y Castro, 2020). La música junto con las barras colmadas de bebidas energéticas producía un ambiente de distensión similar al de una discoteca. En el patio interno de lo que era la institución escolar, se observaban pinturas de comunidades indígenas, salas de conferencias alrededor y una muñeca gigante vestida de dama antigua cerca de los baños. En el medio, un cerco vallado con cinta de plástico utilizada para los casos de accidentes de tránsito, delimitaba un cuadrilátero enorme en el que podían pasar los que entrenaban.

Detrás de esta área, Fabricio junto con empleados y empleadas de su *box*, se encargaban de apuntar los datos de cada *atleta*: nombre y apellido, DNI, gimnasio al que pertenecía y jerarquía en la que competía, abono de la entrada al torneo. Estos mismos requisitos solicitaron en otras tres competencias que pude presenciar (en el *Team Sáenz Peña* y en el *box* de Fausto) y en ningún caso se requirió un certificado de aptitud médica. De todas formas, la *Regional Cross* contaba con la presencia de un personal de salud dispuesto a atender cualquier situación de descompensación o lastimadura de gravedad. En ocasiones, la exigencia de los *WODs* era tal que algunos y algunas participantes experimentaban situaciones de mareos o golpes con las barras en

la zona de la rodilla y nariz, haciéndose necesaria la atención sanitaria⁷⁸. Tampoco era requerimiento que los *boxes* tuviesen una licencia oficial para participar.

A medida que los y las participantes se registraban, pasaban a otra sección donde había estantes con ropa deportiva que se vendía: remeras amarillas con letras grises con el lema “*For time: Forging Elite Fitness*”⁷⁹ (los tenían coordinadores y coordinadoras o jueces y juezas de cada grupo), *shorts*, medias, venta de frutas (bananas, manzanas), facturas, agua embotellada. Esta comercialización de indumentaria y calzado relativo al mundo *Fit* la pude observar en otros torneos, por lo que podría decirse que esta práctica mostraría la incorporación de dinámicas empresariales en los espacios de *CrossFit*.

Directivas y parámetros.

Como mencioné párrafos antes, el organizador de este evento era Fabricio, un joven de treinta y dos años que oficiaba como *dueño-coach* de su propio *box* en la ciudad de La Rioja. Este agente cumplía el papel de anfitrión, pero también “creador” y “productor”⁸⁰ (Schechner, 2000, 2012, p. 354) de reglas que regían el torneo; es decir del parámetro. El *staff* organizativo se comunicó vía *WhatsApp* con los y las *coaches*, un día antes del evento indicando el reglamento y los *WODs* que allí se desplegarían. Estos agentes eran *coaches* que trabajaban en el gimnasio de Fabricio y colaboraban en la producción del evento, es decir, eran parte del “personal de apoyo” (Becker, 2008, p. 98) de la competencia. La razón por la que el *staff* comunicaba los parámetros con tan poca anticipación radicaba en la intención de que los y las participantes no tuviesen el tiempo necesario para focalizar en una ejercitación específica. Por el contrario, se fomentaba la idea de que el o la *atleta* ya tenía dominio de todas las técnicas y al momento de tener conocimiento de cuáles se solicitarían en el torneo, afianzaría con su *coach* posibles estrategias para rendir más corporalmente o no cometer errores. La publicación o no de estas normativas dependían de la oficialidad del evento. Por

⁷⁸ Tuve la oportunidad de presenciar al menos dos situaciones de golpes al momento de saltar el cajón y en una ocasión una mujer sufrió una baja en su presión arterial. Todo ello, en el *box* de Fausto.

⁷⁹ Por tiempo: Forjando *Elite Fitness*.

⁸⁰ Schechner (2000, 2012) entiende que los creadores son agentes que escriben las acciones que se ejecutarán. Pueden ser autores, coreógrafos, dramaturgos, entre otros. Los productores son aquellos que ofician de guías para la conformación de las acciones, incluyéndose aquí a directores, técnicos, diseñadores, etc. (Schechner, 2000, 2012, p. 354).

ejemplo, en el caso del *Southfit* realizado en Mar del Plata en 2021, los parámetros se publicaron en su sitio de internet para que todos/as los y las *atletas* supiesen con qué exigencias se encontrarían. No solían ser documentaciones extensas, todo lo contrario, se caracterizaban por su grado de precisión en términos de qué podía y no hacer el o la participante⁸¹. Ni los/as competidores/as ni los/as *coaches* tenían la potestad de objetar los parámetros establecidos por el *staff* organizativo. En ocasiones excepcionales, estas reglamentaciones se presentaban con anterioridad, pero sólo para los y las *atletas* que competían en categorías como *scaled*. En el caso de los y las *advances* y *RX* se reservaba el factor sorpresivo: estos y estas intérpretes se anoticiaban de los *WODs* en el momento de la competición.

En la sala principal, Fabricio daba las indicaciones sobre cómo hacer los ejercicios, comentó que había diferencias para varones y mujeres respecto al peso y al salto al cajón. Por ejemplo, el peso que tendrían que levantar las competidoras sería de 10 kilogramos menos que el que levantarían los competidores. Lo mismo sucedería con los saltos, los cuales eran sobre un cajón de treinta centímetros para las mujeres y cuarenta y cinco para los hombres. Como gestor y responsable de la seguridad del evento, Fabricio instó a los y las futuros/as “ejecutantes” (Schechner, 2012, p. 354) a que cumplieran con las indicaciones de las autoridades y que se respetaran entre pares de competición: “*Pasemos bien, sino me dan una mano se va a complicar* [refiere a disfrutar el momento a fin de evitar conflictos]. *La idea es que me ayuden un poquito. Vamos a tomarlo con calma*”. Con esto indicaba que los y las practicantes *hicieran bien* los ejercicios y para evitar malos entendidos se tomaba el trabajo de explicarlos. “*Lo que más van a sentir son los RX*⁸². *Está durísimo*”. Fabricio refería al último *WOD*, que consistía en levantamiento de barras con abdominales.

En un momento de la exposición, el organizador consultó en forma general si alguien estaba en desacuerdo con el aumento de peso durante el *squat clean*⁸³. Ante el

⁸¹ En el evento mencionado se señalaba, por ejemplo, que el o la *atleta* no podía recibir ayuda para cargar los discos en la barra ni ningún otro tipo de asistencia al momento de hacer el *WOD*. También se mencionaba que el/la competidor o competidora podía usar sesenta segundos de descanso (entre el minuto 8 y 9).

⁸² Se recomienda ver glosario.

⁸³ Se recomienda ver glosario.

silencio de todos/as los y las presentes, un *atleta* del *box* de Fausto levantó su mano y dijo que no tenía inconvenientes con esta medida, argumentando en que estimaba que sus compañeros y compañeras del gimnasio tenían la fuerza y resistencia para hacerlo a pesar de la complejidad del ejercicio. Así lo hicieron, particularmente durante esta serie *RX*, los dos concursantes varones de esta categoría se estimularon y acompañaron mutuamente.

Calentamiento.

Como sostuve en el capítulo anterior, antes de iniciar el *WOD* principal, el o la *atleta* debía preparar el cuerpo elongando y estirando los músculos con el propósito de evitar lesiones y contracturas. En la *Regional Cross* esto se desarrolló al ritmo del reggaetón; algunos/as practicantes hacían saltos a la soga, sentadillas, se paraban de manos. En esta instancia, que podría ser entendida como la fase del “calentamiento” previo a la performance (Schechner, 2000, 2012, p.354), los y las concursantes practicaban cómo hacer los *WODs* que se les habían asignado según su categoría profesional. Bajo la supervisión de su *coach* corregían una y otra vez los movimientos corporales. Los modos de preparación iban desde masajes descontracturantes hasta subirse a una rueda de tractor y trotar mientras en ella se hacía movimientos de brazo propios del boxeo.

En un momento, Fausto reunió a *Los Locos* y dijo: “*La idea es que cuando duden de alguno [de los ejercicios] lo hagan despacio, ganen repeticiones. Vos [le habla a un competidor avanzado] hace veinte, quince, despacio y las últimas nueve dejá todo*”. El *dejá todo* significaba dar el máximo esfuerzo, más allá de los límites, para que el equipo ganase. La victoria por una parte era individual -obtener el trofeo y entrar en el podio de los y las mejores dentro de una determinada categoría- y por la otra significaba volver a competir y ganar cierto estatus dentro del grupo. También la victoria era grupal en tanto permitía al *box* sobresalir frente a los demás gimnasios y mostrar la formación del/la *coach* a través de los rendimientos de sus discípulos y discípulas. Aquí la figura de este agente resaltaba por su templanza al momento de contener emocionalmente a los y las *crossfitters* que demostraban estados de ansiedad, pero también por su capacidad de alentar a aquellos y aquellas que manifestaban dudas sobre su posible rendimiento físico. Esta instancia de generación de estrategias y

contención anímica podría enlazarse con la “instancia liminar” (Schechner, 2000, 2012, p. 379) donde, antes de cada performance, había un tiempo en el cual los y las intérpretes se preparaban para desplegar sus acciones en escena. Los y las *atletas* que participaban de estos eventos deportivos, destinaban unos momentos previos a preparar el cuerpo a partir de ciertas técnicas corporales reflexivas (Crossley, 2004 en Mora, 2008) destinadas a evitar lesiones durante el momento del ejercicio.

La instancia del calentamiento también era aprovechada para realizar sesiones de fotografías que luego se subían en el sitio web oficial de los *boxes*. *Atletas* y *crossfitters* solían realizar grabaciones en videos que marcaban los momentos previos a la ejecución de la performance, compartiendo sus ansiedades, miedos y expectativas.

PLATEA *¡Que no decaiga!*

Los alientos y cánticos cobraban vital importancia en este mundo social y cultural. Durante el torneo, se escuchaban frases como “*Metete pata, quemá todo, ¡esa es la tuya dale!, ¡Hace magia! ¡Que no decaiga!*” propiciadas de parte de los y las que no estaban participando hacia aquellos y aquellas que estaban levantando pesas. Cada *box* tenía su propio grupo que lo estimulaba a partir de gritos y cánticos, mientras los y las ejecutantes hacían sus performances deportivas. Los gritos como “*Dale, Dale; ¡Vos podés!*” formaban parte del aliento y estímulo para que los y las *atletas* pudiesen rendir corporalmente al máximo. La platea podría ser considerada como el sector “participante”⁸⁴ (Schechner, 2000, 2012, p. 354) que producía reacciones improvisadas según el grado de desempeño del/la concursante: si la platea observaba cansancio y desgano gritaban más fuerte; si por el contrario realizaba su performance con notable fuerza y rapidez, se ponían de pie y aplaudían, funcionando así como “gestores y gestoras de emociones” (Blázquez y Castro, 2015). En momentos donde el cansancio, la falta de sueño y la presión por ganar jugaban en contra, los gritos de aliento eran un elemento clave para seguir.

⁸⁴ Schechner (2000, 2012) menciona que los participantes pueden ser espectadores, aficionados o público en general.

MUNICIPALIDAD Y SPONSORS.

Como “creador” y “productor” de la competencia (Schechner, 2000, 2012), Fabricio se encargó de solicitar el permiso municipal necesario para la producción del evento deportivo. Su tarea también consistió en lograr que empresas de bebidas energizantes regalaran *packs* a cambio de promocionar el producto. Algunos negocios como perfumerías, locales de ropa y zapatillas deportivas también auspiciaron la *Regional Cross*, por medio de la donación de *outfits*, que luego fueron sorteados entre los y las participantes. Como afirma Becker (2008, p. 129) un “sistema de patrocinio” se caracteriza por una relación entre lo que el patrocinador quiere y lo que ofrece el agente auspiciado⁸⁵. En el caso de los y las *atletas* de *CrossFit*, el cuerpo era objeto de marketing, particularmente en relación a la industria del deporte y del *Fitness*⁸⁶. Otros servicios, como el del *DJ*, fueron costeados por medio de los aranceles abonados por los y las concursantes y en relación a la comida, cada *box* debía gestionar su almuerzo y colaciones.

En todas las competencias que observé, las gestiones de los espacios para los eventos eran llevadas a cabo por los *dueños-coaches*. Estos agentes se encargaban de hablar con autoridades de los municipios o instituciones públicas y negociar pedidos de espacio para la realización de los encuentros. Por ejemplo, en el *Team Sáenz Peña*, los *dueños-coaches* recurrían al personal de la Universidad Pública para la prestación de predios para el entrenamiento. En cambio, cuando los torneos se llevaban a cabo en otras localidades, la solicitud iba direccionada hacia el Estado Municipal: pedido de colectivos o buses para el traslado de los y las *atletas*. Como retribución, estos y estas *coaches* solían publicar en sus perfiles de *Instagram* y *Facebook* agradecimientos a los municipios o la universidad por la colaboración. Algunos/as interlocutores e interlocutoras me mencionaron que las autoridades locales siempre estaban abiertas a brindar estos servicios, pero que las posibilidades de conseguir mayores recursos dependían de la cercanía política que el o la solicitante tuviese con el gobernante de

⁸⁵ El autor habla particularmente del patrocinio a los artistas.

⁸⁶ Esto será trabajado en profundidad en el capítulo V.

turno. Otros refirieron que los pedidos se otorgaban según posibles beneficios económicos que el Estado consideraba, produciría el evento deportivo⁸⁷ para la ciudad.

En estos *boxes* la posibilidad de conseguir traslados gratuitos era importante ya que la mayoría de los y las clientes tenían dificultades económicas al momento de costearse este tipo de viajes. Además, la concreción de los eventos dependía de relaciones de reciprocidad que se establecían entre los *dueños-coaches* de las localidades cercanas⁸⁸: clientes/as y representantes de un *box* accedían a viajar y participar en otra ciudad a condición de que sus anfitriones y anfitrionas concurrieran a sus próximas competencias.

En relación a las exigencias y normativas de los eventos, los municipios solicitaban servicios básicos como presencia de seguridad y personal médico para asistir a participantes en caso de descompensación. Cuando los organizadores y organizadoras no podían pagarlo, la municipalidad brindaba estas atenciones. En muchos casos, los pedidos –de lugares, traslado, seguridad- se hacían de manera informal en conversaciones con allegados y allegadas a las autoridades y luego de la confirmación procedían a presentar formalmente las notas y solicitudes indicando la importancia que tendría el evento y los recursos que necesitarían. En situaciones donde partes de las competencias se realizaban puertas adentro del *box*, los *dueños-coaches* solicitaban al municipio pintura para el local a fin de cubrir partes de humedad o fallencias edilicias.

Cuando las inversiones a realizar eran superiores a sus cálculos iniciales o no conseguían una ayuda estatal suficiente para amortiguar las mismas, los *dueños-coaches* recurrían a rifas o ventas de comidas elaboradas que promocionaban en redes sociales y entre sus círculos más cercanos. En otras ocasiones, los *dueños-coaches* debían hacer aportes de sus propios recursos. Este fue el caso de Alexander Ocampo quien, en una competición, donó sus trofeos de takewondo ganados diez años antes para ser entregados a los primeros puestos de un torneo de *CrossFit* que él organizó.

⁸⁷ Particularmente el aumento del turismo producto de la llegada de decenas de personas.

⁸⁸ En el caso del *Team Sáenz Peña*, los/as competidores y competidoras venían de Resistencia y Corrientes mayormente. En los eventos realizados por Fausto en Santiago del Estero, los *boxes* se trasladaban desde Tucumán o ciudades cercanas como Termas de Río Hondo.

JUECES Y JUEZAS.

Las regulaciones que durante una competencia se ejercían sobre *crossfitters* y *atletas* eran diferentes de las que podían producirse en un día común y corriente en el *box*. Principalmente, por que se erigían como escenarios diferentes con lógicas de producción distintiva que pertenecían a cada uno de estos espacios. En su cotidianeidad deportiva, el o la *coach* controlaba y supervisaba que su practicante realizara los movimientos de manera correcta; sin embargo, existían ciertas permisividades que podían producirse dependiendo del nivel de cansancio o entusiasmo que tuviese el discípulo o discípula. En cambio, al momento de competir, su desempeño estaba supervisado por una figura de autoridad: el juez o la jueza.

El juez o la jueza se ocupaba de evaluar en qué medida el/la competidor/a se acercaba o se alejaba de una forma ideal de ejecución, en términos biomecánicos y técnicos, de los movimientos que él/la mismo/a debía realizar. De igual forma, controlaba que dicha ejecución se sostuviera durante el tiempo de duración de las series y que el o la concursante no *robara* en las mismas en pos de resistir el reto pautado por el reglamento de la competencia. Cada practicante tenía un juez o jueza que, de manera personalizada, supervisaba el desempeño. Al final de la práctica, decidía si el o la concursante había realizado su *WOD* correctamente y según los parámetros establecidos, como así también la cantidad de repeticiones. El oficio de un juez o jueza no consistía en apoyar o estimular a seguir a los y las concursantes, probablemente por la postura neutral que como reguladores y reguladoras se les exigía performar.

¿Qué sucedía si el juez o jueza determinaba que no se había producido satisfactoriamente el *WOD*? En este caso se invalidaba el movimiento indicando la *no rep* y se procedía a justificar esa decisión. El aviso de la falta se producía de manera inmediata dando al *atleta* la oportunidad de volver a hacer el ejercicio aplicando las correcciones que el juez o jueza había impartido. El o la concursante no tenía posibilidad de cuestionar esta resolución, hecho que solía generar desencuentros entre estos agentes a raíz de sensaciones de frustración y bronca que experimentaban los y las evaluados/as ante la repetición de los movimientos. Escuché comentarios de mucha disconformidad respecto al momento en que uno de los *crossfitters* hacía saltos a la soga, porque el coordinador no le contabilizaba de la manera en que él y sus

compañeros y compañeras consideraban *debía* ser. “*Yo contaba uno, dos tres, cuatro* [los dice en forma rápida] *y él decía ‘uuuno, dooooo, treees’*. Dos *advances* por su parte le comentaron a una competidora que, si al hacer la flexión de brazos no apoyaba las palmas de forma total contra el suelo, la iban a sancionar descontándole puntos: “*No te va a valer si no golpeas las manos contra el suelo. Si lo tocas apenas, no te va a valer*”. La estaban previniendo respecto a posibles sanciones (que desde su visión eran injusticias) dentro del cuadrilátero. Por estos motivos, durante este primer *WOD* se utilizó mayormente la frase “*me ha robado mucho*” haciendo alusión a no haber contado las repeticiones correctamente.

Jueces y juezas eran importantes en el mundo social y cultural del *CrossFit*, no sólo porque supervisaban que las técnicas corporales se cumplieran de manera estricta sino porque la obtención de tal puesto implicaba que habían realizado un trayecto suficiente para ser considerados/as expertos y expertas de la disciplina. Quienes ostentaban estos roles habían participado previamente en numerosas competiciones y habían logrado posiciones sobresalientes en las mismas. Productores y productoras de los eventos deportivos eran los/as encargados/as de seleccionar cuidadosamente a estos y estas agentes, quienes no recibían una retribución monetaria. A cambio de aceptar esta labor, jueces y juezas obtenían un capital simbólico, y prestigio, lo que los y las posicionaba como expertos y expertas evaluadores y evaluadoras de esta disciplina deportiva continuando con este papel en próximas competencias.

¡AHORA SÍ! ¡QUE EMPIECE LA COMPETENCIA!

Durante toda la jornada se realizaron diversas performances protagonizadas por las principales categorías de *atletas: scaled, advance* y *RX*⁸⁹. Considero importante ilustrar la última de ellas donde participaron dos miembros del *box* de Fausto, Lautaro y Lucas, quienes después de largas jornadas de entrenamiento lograron lucirse y ganar la medalla en el primer y segundo lugar. En términos de Schechner (2000, 2012) este espectáculo podría ser analizado como la fase “performance” (en este caso de tipo deportiva). En este *WOD*, el de los/as expertos y expertas, se pudo observar que las técnicas corporales que se desplegaban en las competencias eran realizadas una y otra

⁸⁹ En el apartado siguiente presentaré las diferencias entre estas categorías.

vez volviéndose parte de la rutina de un conjunto de agentes integrados diferencialmente (jueces y juezas, concursantes, *coaches*, plateas) en el mundo del *CrossFit*.

A diferencia de los juegos en el lenguaje y las bromas que podrían suceder en el cotidiano del *box*, aquí todo se ejecutaba y realizaba en un ambiente “serio” y de semblantes concentrados y enfocados. Lo que se jugaba en este evento para *atletas*, productores/as y jueces y juezas, inclusive para algunos/as de los y las participantes que formaban parte de la platea, era *importante*. En este tipo de eventos, se hacían y se afirmaban posiciones sociales, reproduciéndose y subvirtiéndose relaciones jerárquicas. Así, un equipo que ganó en todas las instancias, de pronto ante un mal desempeño, podía convertirse en un perdedor y su lugar, sería ocupado por otro *box*. La responsabilidad y entrega de mis interlocutores e interlocutoras hacia sus prácticas también se justificada en lo siguiente: *Los Locos* habían hecho un gran esfuerzo para ir, cada uno/a había ahorrado dinero, pedido permiso en su trabajo, dormido tres horas y sabían que era difícil que pudiesen volver a vivir una experiencia semejante. Al interior del *box* de Fausto cada participante construía relaciones de amistad, pero también de *responsabilidad* y *lealtad* para con sus pares, pues sus objetivos de rendimientos competitivos eran compartidos. Todos y todas debían dar lo mejor de sí en los torneos para lograr que el *box* obtuviese un prestigio frente al resto de los gimnasios de *CrossFit* (Kalin, 2019).

A las 17:00 y bajo las indicaciones de Fabricio comenzó el espectáculo de *RX*, donde dos de los cuatro competidores varones eran de *Hard Cross*. El clima que se vivía en la *Regional Cross* era el de una intensa competencia. En esta ocasión, la música que escogió el *DJ* fue de la película *Rocky*⁹⁰, cuyos ritmos producían un efecto de aceleramiento sobre las performances de los participantes. La platea alentaba y estimulaba a cada competidor a hacer su *WOD* de manera rápida y con fuerza. Similar a una carrera de autos donde desde las tribunas se levantan banderas cuando pasan los y las automovilistas, aquí se cambiaban y ajustaban los discos al igual que se ajustan las ruedas de los autos en la Fórmula Uno. La cinta del cuadrilátero dividía quién podía

⁹⁰ Película estadounidense cuyo protagonista es Sylvester Stallone. Narra la vida y carrera de un boxeador llamado Rocky Balboa.

pasar y hasta dónde. Debido a la euforia del público, Fabricio solicitó por micrófono cierta prudencia a la hora de alentar a los competidores. Señaló que, si bien entendía que todos y todas querían estimularlos, era necesario que los y las participantes se alejaran del cordón del *ring* porque dificultaba el levantamiento de pesas de los que allí estaban.

Lautaro y Lucas concursaron el levantamiento de discos con *peso muerto* y el *squat clean*⁹¹, mostrando al público y a jueces y juezas sus notorias aptitudes al momento de la ejecución. Ninguna autoridad les objetó los movimientos, a diferencia de uno de sus pares que en dos ocasiones debió repetir la rutina por realizar mal la técnica. Debido a que esta parte de la competencia se realizaba por turnos, el primero en pasar al cuadrilátero fue Lucas. Sus contrincantes fueron dos *atletas* de la provincia de San Juan.

El siguiente turno fue el de Lautaro a quien le tocó hacer el mismo *RX* que a su amigo. En medio de su levantamiento, sus compañeros y compañeras le gritaban lo mismo que a su antecesor: “*Vamos, pega el tirón, vamos con bronca, ¡de una! ¡Eso, con bronca!*” Luego le decían que hiciese de a poco, como había recomendado Fausto en el calentamiento: “*¡De a dos, de a dos!*”. Mientras realizaba su performance, Lautaro miraba siempre hacia el frente con el fin de no desconcentrarse. Era una mirada hacia delante y arriba ignorando parcialmente los gritos de aliento de sus amigos y amigas y su *coach*. Durante esta escenificación, el “intérprete” (Schechner, 2000, 2012, p. 354) se desconectaba de la realidad que lo rodeaba y se enfocaba sólo en ver a su oponente y al juez o jueza. Según Sarpong (2018) al momento de la competición deportiva los y las concursantes están atravesados/as por situaciones de euforia, pero también de miedo y ansiedad colectiva, influenciada en este caso por la responsabilidad de representar al *box*. Una de las características que tenía el ejercicio que realizó Lautaro era la de estrolar la barra contra el suelo cuando se terminaba la repetición. Esto hacía que los discos se aflojaran y por eso los jueces y juezas colaboraban ajustándolos.

El espectáculo captó la atención de todos y todas los y las presentes generando un sinfín de “repercusiones”⁹² (Schechner, 2000, 2012, p. 392). Los/as espectadores y

⁹¹ Se recomienda ver glosario.

⁹² “Las repercusiones son un registro de la forma en la que la gente reacciona ante una performance” (Schechner, 2000, 2012, p. 392). En este caso las repercusiones serían, en términos del autor referenciado, las publicaciones que *coaches* y *atletas* hacían en sus redes sociales respecto a sus desempeños en las

espectadoras externos/as eran alumnos/as que iban a practicar bailes como tango y danza árabe en la sala contigua pero que necesariamente tenían que pasar por ese lugar del patio interno. Algunos/as docentes se sentaron a ver, probablemente atraídos y atraídas por los gritos, y observaron con suma concentración el espectáculo del *WOD*. Policías y médicos/as también lo hicieron. Por su parte, Fabricio estimulaba y arengaba a la platea haciendo gestos con sus manos, provocando así euforia o “momentos calientes”⁹³ (Schechner, 2000, 2012, págs. 364-386), necesarios para que los competidores rindieran al máximo.

Finalmente, los dos *Locos* ganaron la competencia. Sudorosos, firmaron la ficha que la jueza les alcanzó, legitimando sus victorias y, por ende, el triunfo de su *box*. Mientras Lucas y Lautaro subían al podio de ganadores, el ánimo se encendía cada vez que los dos *atletas* levantaban sus medallas, generando así aplausos y algunos llantos. A la vez que ocurría esto el *DJ* subía el volumen de la música electrónica. Una vez que descendieron del escenario, corrieron a abrazarse con sus amigos y amigas del *box* y a recibir las felicitaciones de otros competidores y competidoras que, si bien no los conocían en persona, habían quedado sorprendidos y sorprendidas por sus rendimientos deportivos. Los y las *coaches* de otros gimnasios también felicitaron a Fausto por el nivel de preparación de sus concursantes.

Como mencioné en páginas anteriores, las condiciones de preparación que tuvieron *Los Locos* fueron desfavorables y ello implicó estar en desventaja con los y las concursantes de los *boxes* rivales. Por esta razón, la victoria de Lucas y Lautaro en el *WOD* los consagró como héroes -dadas esas circunstancias adversas- de la competencia frente a Fausto y al resto de sus amigos y amigas del *box*, quienes se convirtieron en “participantes” (Schechner, 2000, 2012) durante la exhibición de sus performances.

Fabricio se encargó de producir el cierre del espectáculo mientras el volumen de la música bajaba notablemente. Acto seguido el organizador agradeció la presencia de todos/as los y las presentes, especialmente de aquellos y aquellas que debieron

competencias y los comentarios, análisis y opiniones que éstos generaban en espacios digitales en una relación de continuidad con la esfera cotidiana de los y las participantes.

⁹³ El autor los entiende como momentos de euforia y clima festivo que se produce durante la performance. En la *Regional Cross*, esto estaba estimulado por el creador-productor y por la platea.

trasladarse desde otras provincias. Después de tantos momentos de exaltación y adrenalina era hora de “enfriar” (Schechner, 2000, 2012, p. 387) a los y las agentes del público, quienes, abrazados/as a sus amigos/as y compañeros/as de entreno, escucharon atentamente las palabras emotivas que Fabricio emitió. En el discurso del organizador aparecieron con cierto énfasis las palabras de *comunidad, amigos, hermanos* del *CrossFit* y luego exclamó: “¿Vieron que nos dicen que estamos un poco locos por hacer esto? Bueno, si lo estamos y a mucho orgullo”. A su intervención el público respondió con un aplauso y manifestó el deseo de repetir la performance de la competencia alguna otra vez en un futuro próximo.

CELEBRACIÓN POST-VICTORIA.

Era un hecho frecuente que, posterior a una competencia, las sensaciones de adrenalina y tensiones disminuyesen poco a poco dando lugar a la relajación y distensión de todo el equipo o como se mencionó párrafos antes, se produzca un “enfriamiento” (Schechner, 2000, 2012, p. 387). Durante los festejos era posible que *atletas y crossfitters* aprovecharan para consumir comidas y bebidas que, por motivo de preparación física, debieron restringir durante semanas. Así, *Los Locos* celebraron su victoria en un bar de la ciudad de La Rioja esa misma noche de finalización del evento. Durante la degustación de pizzas y cervezas compartieron comentarios, muchos coincidieron en los puntos de vista, de lo que observaron en la *Regional Cross*.

Fausto dijo que ellos y ellas no pasaron inadvertidos en relación a sus colegas que también entrenaron. Varios/as de *Los Locos* comentaron que escucharon a pares decir muy sorprendidos y sorprendidas: “¡Mirá los de Santiago del Estero!”. Otros/as les habían preguntado si era verdad que no habían dormido. Como *coach*, Fausto sintió que marcaron su presencia y que “dejaron bien parado al norte”. “Imagínense ustedes si hubiésemos ido bien dormidos” exclamó el *coach*. Quienes compitieron en categoría intermedia expusieron sus percepciones sobre el torneo. Los ganadores del *WOD RX* hicieron uso de la palabra de la siguiente manera: “Cada torneo te obliga a ver cómo estas vos [...] uno siempre vuelve con más pilas después de cada competencia [...] cuando uno compete, el otro (adversario) no es un amigo [...] yo siempre veo lo que está haciendo el otro, es inevitable no ver lo que hace el otro”.

Luego, reflexionaron sobre cómo la gente que no sabe lo que es el *CrossFit*, emitía opiniones (negativas y prejuiciosas) sobre la práctica. Una de las *crossfitters* contó que hablando con un conocido suyo éste le preguntó qué deporte hacía y ella le explicó en palabras sencillas de qué se trataba el *CrossFit*. Inmediatamente esta persona sin saber que ella iba al *box* de Fausto le dijo: “*ah pero no serás como los pelotudos esos que tiran la goma en la [calle] Dorrego*”, haciendo referencia al ejercicio que consistía en levantar una rueda de tractor y arrojarla al suelo. “*Vete y hacélo vos si crees que es una pelotudez*” le contestó ella, muy enojada con su comentario. Esta respuesta de defensa y promoción de la práctica del *CrossFit*, expresada por esta competidora, puede comprenderse si tenemos en cuenta que parte de ser un *Loco* consistía en desarrollar un lazo de fidelidad con el *coach* Fausto y, por ende, con su *box*⁹⁴. Según lo expresa Dawson (2015, p. 5) las crónicas de los/as ávidos y ávidas *crossfitters* están repletas de historias que revelan muchas características de culto identificadas por tales como la devoción al líder (entrenador), asunción de un estatus exaltado, censura de la disidencia, la gradual incapacidad para relacionarse con personas externas, disposición para hacer lo que sea necesario para lograr el objetivo y la propensión de reclutar más miembros.

Como sostiene Schechner (2000, 2012) durante la fase de “enfriamiento”, los y las intérpretes se relajan y reflexionan sobre su actuación, deliberando sobre aspectos positivos y negativos de su performance. Esto ocurrió en un momento de la noche cuando Fausto levantó su dedo y dijo: “*Lo que pasa es que nosotros a diferencia de los otros grupos, creamos estrategias*”. Con esto quería indicar que, a pesar de algunas condiciones adversas, fueron capaces de producir destrezas necesarias para sortear los obstáculos y de trabajar en equipo⁹⁵. La primera estrategia que creó Fausto consistió en no apresurarse y ganar número de repeticiones, la segunda fue en caso de no estar seguro o segura sobre cómo hacer el ejercicio, realizarlo de manera lenta.

Después de esta experiencia en La Rioja, el grupo comenzó a plantearse la necesidad de crear y anticipar nuevas estrategias para optimizar su rendimiento. Por

⁹⁴ Esto ha sido trabajado en profundidad en el capítulo I.

⁹⁵ También llegaron al Centro Cultural sin saber cómo iban a ser los *WODs* que debían hacer el día del torneo.

ejemplo, intercambiar parejas en los entrenamientos diarios. Uno de los *crossfitters* iniciados sugirió trabajar sobre las debilidades de cada uno/a y agregó en forma de reflexión “*Lo que quedó demostrado es que en el CrossFit no hay nadie completo* [haciendo referencia a que siempre hay un ejercicio que cuesta más que otro]. *Los jueves que tengo libre, yo voy a meterle a los saltos al cajón para fortalecer la parte de piernas*”.

Resumidamente, me interesa destacar algunos elementos que sobresalieron en la *Regional Cross*. En primera instancia, se pudo observar que, a través de la voluntad y esfuerzo puesto por *Los Locos*, se afianzó en el grupo un sentimiento de “comunidad” en tanto relaciones de pertenencia para con el grupo, la organización y la disciplina (Sarpong, 2018). Esto quedó evidenciado en la recaudación de fondos a través de la venta de comidas y en el surgimiento de un sentido de representación colectiva cuyo fin era posicionar al *box* de Fausto en la propia localidad y en la región donde se realizaron las competencias en las que participaron. Los *dueños-coaches* (en este caso Fabricio) no sólo eran gestores de las emociones sino también “creadores” y “productores” (Schechner, 2000, 2012, p. 354) de un espectáculo como era una competencia de *CrossFit* donde se exponía el cuerpo a través de lo escénico en tanto elemento más del entretenimiento que estos eventos ofrecían.

Los eventos organizados por *boxes* no oficiales eran considerados por mis interlocutores e interlocutoras como económicamente accesibles. Según me indicaron *atletas* del *Team Sáenz Peña* y del *box* de Fausto, en las competencias oficiales como el *Southfit* y *La Freedom Battle*⁹⁶ los aranceles que debían abonar los y las practicantes eran altamente costosos para la mayoría de ellos y ellas. El pago de la inscripción les incluía diversos productos tales como remeras con el logo del evento y prácticas de kinesiología para quienes tuviesen dolores por desgarros o lesiones. A diferencia de torneos como la *Regional Cross*, los eventos oficiales de *CrossFit* contaban con mayores convenios con los Estados Municipales y empresas, lo que habilitada la

⁹⁶ Mis interlocutores e interlocutoras la denominaban “*La Freedom*”. En adelante aparecerá con esta denominación.

presencia de puestos de comida (algunos de ellos vendían menús saludables⁹⁷ y otros de *fast food*) disponibles durante toda la jornada y estantes de reconocidas marcas de ropa y calzado deportivo⁹⁸. También las premiaciones incluían elevados montos de dinero para los tres primeros puestos de cada categoría⁹⁹. La mayoría de los y las *atletas* aprovechaban estas oportunidades para comprar indumentaria que significaban como “de calidad” y que no se comercializaba en Santiago del Estero ni en Sáenz Peña.

La significación que adquirieron las situaciones de competición en la vida de los y las *crossfitters* se asemejaron notoriamente a lo descrito por Álvaro e Hijós (2020) respecto a la maratón en los y las *runners*. En ambos mundos deportivos, esta experiencia ritualizada posicionaba al practicante de forma competitiva y ascendente frente a su grupo a la vez que reforzaba en él o ella sentidos de superioridad y fortaleza. Analizar estos eventos como “performances” (Schechner, 2000, 2012) implicó pensarlos como procesos que además de entretener, escenificar y ritualizar técnicas corporales, hacían los y las agentes de este mundo social y cultural. En las competencias de *CrossFit* se hacían *coaches*, se hacían *atletas*, se hacían jueces y juezas, se hacían líderes y se hacían héroes. Particularmente, se hacían profesionales de esta disciplina que entramaba mundos deportivos y comerciales.

Competir y devenir un/a profesional del *CrossFit*.

Toda práctica deportiva es productora de sociabilidades (González, 2007) y en el caso del *CrossFit*, sus *atletas* orientaban sus “carreras” (Becker, 2008; Rodríguez, 2016) hacia la obtención de resultados como medallas, certificaciones, dinero o bien prestigio. La acción de *entrar en el podio* simbolizaría los cambios que estos y estas agentes ocuparían a partir de ese momento en el *box*: demarcaba su paso de novatos y novatas a *atletas*. Siguiendo a Schechner (2000, 2012) las competencias de *CrossFit*

⁹⁷ Los popularmente denominados “carritos” o pequeños *Food Truck* promocionaban “platos proteicos” como sanguches de jamón, queso y huevo, fideos con atún y clara de huevo, ensaladas de frutas, snacks de frutos secos, licuados y batidos. También había puestos señalados como “de comida exótica” donde se vendían elaboraciones de origen árabe como tabulé, shawarma y keppe.

⁹⁸ Específicamente marca *Reebok* y *Nike*. Mis interlocutores e interlocutoras me referían que los costos eran accesibles y que no había posibilidad de especulación de precios por parte de los/as vendedores y vendedoras puesto que los mismos estaban disponibles en el perfil oficial de *Instagram* de los eventos.

⁹⁹ En el caso de “*La Freedom*” llevada a cabo en abril de 2022 los premios eran de 10.000 pesos argentinos.

podrían ser comprendidas como rituales liminares donde se les asignarían nuevas identidades y lugares a los y las ejecutantes produciendo transformaciones permanentes en sus subjetividades. En palabras de uno de mis interlocutores, después de una participación en una competencia “*todo atleta sueña con tener su propio box y ser coach*”. Esta enunciación me orientó a pensar que en estos mundos sociales y culturales existirían grados de profesionalismo que diferenciarían a competidores y competidoras a partir del establecimiento de jerarquías específicas. A continuación, presento las más comunes.

La categoría *scaled* implicaba que el entrenamiento era realizado por un o una principiante de manera adaptada (y *escalada*). En esta primera instancia, el o la agente lograba pulir y refinar las técnicas, aprendiendo de sus errores, y adquirir potencia muscular para incrementar la velocidad de sus movimientos y poder levantar más peso en los ejercicios de fuerza. Si bien eran adaptados, esto no implicaba que no fueran intensos; por el contrario, se buscaba que el o la practicante desarrollara aptitudes físicas necesarias para pasar a la siguiente categoría. Los y las *advanced* eran comúnmente denominados como intermedios/as y su entrenamiento era más exigente que el de los/as *scaled*. En esta etapa el cliente o clienta había aprendido a realizar correctamente los movimientos básicos de la disciplina así como podía dominar mayor cantidad de peso en los levantamientos. El paso a la siguiente categoría dependía de sus intenciones de progresar como *atleta* y de las virtudes corporales que su *coach* observaba. Así, el siguiente escalafón lo constituían los y las *atletas RX*, quienes debían realizar, con cierta maestría, ejercicios como los *muscle ups* o *handstand walk*, como así también levantar pesajes elevados en el *clean and jerk* o *snatch*. Finalmente, los y las *atletas de elite* eran agentes reconocidos y reconocidas a nivel internacional y obtenían ayuda económica de *sponsors* para viajes y pago de inscripciones a competencias. Éstos eran, en su mayoría, emprendimientos y empresas de indumentaria que publicitaban sus marcas a través de la figura de los y las *atletas* en las competencias. A diferencia de las otras categorías, estos y estas practicantes se dedicaban de forma exclusiva a entrenar para competir. Los/as mismos y mismas se preparaban para participar en pocas competencias en el año¹⁰⁰.

¹⁰⁰ Según me comentaron algunos interlocutores e interlocutoras, los y las *atletas* de categoría *elite* sólo competían en dos o tres eventos internacionales anuales. Al momento de la etnografía, en nuestro país

También se hace necesario destacar que las diferencias entre las jerarquías de *atletas* se producían en al menos dos términos: género y edad. Varones competían con otros varones sin mezclarse con participantes mujeres. Ello se hacía ostensible en la parte de levantamiento de pesas, por ejemplo. Los pesos que manejaban los varones eran mayores que aquellos que se les asignaban a las mujeres. Esta distribución de kilaje según el género respondía al supuesto que la mujer, dadas su condición orgánica y biológica, poseía en su naturaleza, menos posibilidades de desarrollo muscular -y por ende, de la capacidad condicional de la fuerza- que los hombres. En relación a las edades existían categorías como los y las *Máster*: mayores de treinta y cinco años (Máster +35), mayores de cuarenta y cinco (Máster +45) y en algunos sitios de *CrossFit* se señalaban casos de competidores y competidoras de sesenta años (Máster +60). Esto se correspondería con la idea de que el *CrossFit es para todos y todas* y que los entrenamientos “podían ser adaptados a personas de cualquier edad y nivel de condición física” (Bekenstein, 2019, p. 26).

Estaríamos en condiciones de afirmar que el grado de profesionalismo que impulsaba el *CrossFit* se correspondería con los criterios que hacen a las formas de producción del sistema neoliberal, los cuales se caracterizan por ofrecer servicios donde confluyen situaciones de ocio, hobbies, gustos culturales y mundos del trabajo (Landa, et al., 2019). Evidencia de ello era la organización de las rutinas en forma de circuito, donde cada “trabajador o trabajadora corporal” debía cumplir con su actividad, garantizando la finalidad de la jornada de entrenamiento. Así, se cultivaría en jóvenes emprendedores y emprendedoras, como Fausto o Alexander, la noción del “yo como empresa”, es decir, una máxima éticamente inclinada para la conducción e incitación a gestionar la vida como un proyecto empresarial (Kelly, 2013), donde el sujeto debe adquirir aptitudes y habilidades de desarrollo personal para la autoconstrucción del bienestar y rendimiento (Arizaga, 2017). Entonces, la *carrera* deportiva en *atletas* de *CrossFit* se hibridaría con su carrera laboral, observándose esto en la constitución de ellos y ellas mismos/as como profesionales auto-realizados/as y gestores/as de sus propios cuerpos, rendimientos, progresos físicos y económicos.

sobresalían algunas figuras como Melina Rodríguez, quien en algunos sitios ha sido definida como “La Messi del *CrossFit*” por sus participaciones en torneos internacionales. Se recomienda ingresar a: https://www.clarin.com/deportes/messi-crossfit-entrena-ganarles-prejuicios_0_MqAypD_do.html

Estos y estas *atletas* a través de sus logros en competencias, habilidades e imágenes corporales promocionaban sus servicios y emprendimientos. De esta manera sus carreras deportivas y laborales se entramarían bajo la forma de una profesionalización de ambas dimensiones. En el próximo capítulo describo cómo la práctica de tomar el entrenamiento del propio cuerpo como proyecto se relacionaría, a su vez, con la gestión y desarrollo de los emprendimientos de *CrossFit* observados, y con la producción de sujetos que se autoadscribirían como emprendedores y emprendedoras (de sí) de sus organizaciones.



(Fotografía de *box Fortáles*. Mayo 2022). En la imagen se lee: *“Es difícil si, pero por supuesto que vale la pena”*.

Capítulo V: Hay que saber vender el *CrossFit*.

A partir de las indagaciones en las historias personales de *coaches* y *atletas* avanzados/as es que comencé a interrogarme sobre posibles vinculaciones entre el mundo deportivo y el laboral. Particularmente si el entrenamiento *CrossFit* aparecía como un trabajo en el marco de sus carreras de ejercitación: ¿Acaso las horas dedicadas al entrenamiento dentro del *box* eran subjetivamente registradas como una ocupación laboral? ¿Se producían mixturas entre el entrenamiento propio y el servicio de entrenar a otros (clientes y clientas) en la organización diaria-semanal de estos y estas *atletas*? ¿Qué ganancias, además de las monetarias, tenían estos y estas profesionales a partir de sus entrenamientos y performances? ¿Cómo se promocionaban los servicios necesarios para mantener y aumentar la clientela? ¿Qué atributos corporales, aptitudinales y actitudinales debían incorporar los y las *coaches* para marketinizar su emprendimiento?

Para responder estas preguntas organizaré al capítulo en dos grandes apartados, indicando las estrategias de venta de servicios que estos emprendedores y emprendedoras han desplegado antes y durante la pandemia del COVID-19. El objetivo de este capítulo radica en mostrar cómo ambas carreras -deportiva y laboral- se inscribirían en el mundo del trabajo (y el consumo) adquiriendo contornos específicos y sentidos particulares: entramándose como proyectos de vida y teniendo una clara influencia la práctica *CrossFit* en sus elecciones y estrategias profesionales.

PRIMERA PARTE: PRÁCTICAS DE VENTA Y PROMOCIÓN DEL *CROSSFIT*.

Como vimos a lo largo del capítulo III, el o la *atleta* tomaría a su cuerpo como proyecto a fin de entrenarse a sí mismo/a y a otros/as. Para ello, realizaba una *carrera deportiva* cuyos ejes eran la incorporación de nuevas formas de entrenamiento y de un vocabulario específico, adopción de regímenes dietarios y participación en competencias. De modo similar a lo que plantea Landa (2011) sobre el *Fitness*, en el *CrossFit* el cuerpo del entrenado o entrenada se convertía en su indicador de rendimiento, autocontrol y adaptabilidad. Aquí también las lógicas de disciplinamiento de estas prácticas deportivas y organizacionales convocarían al sujeto a tomar su propia vida como un proyecto deportivo y productivo a gestionar en función de su adaptación a

los embates de las dinámicas cotidianas y laborales del nuevo capitalismo. Bajo la doble condición de *atleta* amateur y trabajadores/as independientes, estos emprendedores y emprendedoras debían desplegar estrategias de venta de sus servicios a partir de redes de relaciones, necesarias para la distribución de su trabajo y obtención de una reputación favorable (Becker, 2008).

Al mismo tiempo que el o la *atleta* realizaba su carrera deportiva (y con ellos su adaptación física a los nuevos entrenamientos) producía prácticas laborales que trascendían al *box* pero que referían al mundo *CrossFit*; esto es la promoción de su cuerpo y de sus entrenamientos en redes sociales. Con el propósito de publicitar sus servicios y atraer nuevos clientes y clientas, los y las *coaches* estimulaban a sus discípulos y discípulas avanzados/as a publicar diariamente videos y fotografías en sus perfiles personales y del emprendimiento mostrando las aptitudes adquiridas a partir de los programas de entrenamiento del *CrossFit*. Usualmente, en estas ilustraciones se hacía foco en la exhibición de corporalidades marcadas y esculpidas, acompañadas en ocasiones por frases motivacionales que buscaban inspirar a otros y a otras a sumarse al movimiento *crossfitero*: “*cuando sientas que vas a rendirte, recuerda por qué empezaste*”; “*el deseo es el factor más importante para el éxito de cualquier atleta*”, “*tu fuerza está en las ganas de lograrlo*”. También, era común ver en los perfiles publicaciones “del antes y el después”, cuyo objetivo era mostrar que con esfuerzo y disciplina las transformaciones físicas (y anímicas) se volvían posibles. Los y las *atletas* solían mostrar con orgullo sus logros corporales, tales como reducción de tallas y descenso de peso, enfatizando en el discurso de la autosuperación y del *vos también podés*. Estas textualizaciones estarían emparentadas con la propuesta motivacional del *coaching* ontológico que predica, entre otros aspectos, los resultados benéficos del esfuerzo personal y la actitud pro-activa y emprendedora (Álvaro e Hijós, 2020).

La publicación de eventos como las competencias en páginas de internet formaban parte del oficio del/la *coach*. Estos agentes se encargaban de promocionarlas mediante avisos y sitios especializados en *CrossFit* a nivel nacional indicando la fecha a realizar el encuentro. Como se mencionó en el capítulo IV, *coaches* y *dueños-coaches* eran los/as creadores/as y productores/as de estos espectáculos y en esta instancia de *vender el evento* se utilizaban expresiones que buscaban generar un impacto en el o la *atleta*: “*poné a prueba tus propios límites, conocé tus limitaciones para luego*

desafiarlas, borra de tu mente el no puedo”, entre otras. Así, las expectativas que el futuro competidor o competidora tuviera o bien las interpretaciones del encuentro (Becker, 2008) se vendían con meses de anticipación. En palabras de uno de mis interlocutores, las redes le servían para mostrar “*lo que se estaba haciendo [en términos de CrossFit] en el norte [Argentino]*”. Con esto mi entrevistado refería a la necesidad de descentralizar esta práctica deportiva de los contextos de Capital Federal y Gran Buenos Aires, demostrando que provincias como Chaco y Santiago del Estero eran productoras de *atletas crossfiteros y crossfiteras*.

Usualmente era el o la *coach* quien se encargaba de contratar fotógrafos profesionales para retratar gestualidades claves en los y las *atletas* al momento de su participación y luego etiquetarlos/as con sus nombres en redes como *Facebook* e *Instagram*. La mención del/la participante en el sitio oficial del *box* representaba un reconocimiento de éste o ésta como parte importante del emprendimiento y de los logros deportivos del gimnasio, a la vez que implicaba que conocidos suyos se anoticiaran de sus progresos corporales y de rendimiento deportivo. También, era utilizado este tipo de recursos para el intercambio de perspectivas con otros usuarios y usuarias que se interesaban en el mundo *CrossFit* y para mostrar los modos en que se gestionaban en estas instancias de *puesta a prueba* que eran las competencias. Esta reciprocidad de comentarios y opiniones en medio digitales era fundamental para el reconocimiento y publicidad del *box*.

Observamos entonces cómo *atletas* y *coaches* asumirían el papel de intermediarios e intermediarias especializados/as (Becker, 2008) en la distribución del producto-imagen, situación necesaria para crear condiciones estables en las cuales producir sus emprendimientos. Redes sociales como *Instagram*, *Tik-Tok* o *Facebook* eran utilizadas para mostrar los aspectos dinámicos del *CrossFit* a partir de una espectacularización (Debord, 2011 [1967]) del despliegue físico-motriz volviéndolo así un objeto de interés y atracción al público. En sitios portales de *CrossFit* era común ver videos de jóvenes *crossfitters* caminando con sus manos o trepándose a barras y haciendo movimientos corporales que, desde la mirada de un neófito, podrían asociarse a la acrobacia pero que en realidad se correspondían con la agilidad y coordinación ganada con los años de entrenamiento. Esto conllevaría a la circulación local y global de imágenes relativas al mundo *crossfitero*, correspondiéndose con un proceso de

“reterritorialización de los deportes” (Cachorro, 2015, p. 54). Al igual que en la investigación de Gil (2016) sobre el mundo de los *runners*, aquí se registraba con claridad un cuidadoso diseño de las biografías y perfiles personales en las redes sociales, que solían girar en torno a modos de vida estilizados, una sociabilidad y espiritualidad plenas, con personas radiantes que parecían haber encontrado las claves de la felicidad.

La publicidad de los logros corporales variaba según el género. Los competidores varones solían compartir fotos de ellos mismos sin remera después del entreno, realizando gestos con sus manos o mostrando los músculos de sus bíceps. Las mujeres, por el contrario, se enfocaban en la tonificación de las piernas y la reducción de la cintura y en ocasiones, también exhibían el trabajo de brazos. Las redes sociales entonces servirían para fines estéticos y de servicio, donde se vehiculizaban imágenes corporales y estilos de vida que, según el género, contribuían al *look crossfitero*. Al igual que el mundo *Fitness*, aquí el objetivo era vender una imagen, pero también una promesa de cuerpo a lograr (fuerte y vencedor) que podía ser adquirido por todos y todas si así lo deseaban (Carreirão Gonçalves, 2021).

En las ciudades de Sáenz Peña y Santiago del Estero, algunos *atletas* varones promocionaban servicios de depilación masculina y trabajaban como modelos de negocios de calzado y ropa (deportiva y urbana) de la localidad. Las mujeres también incursionaban como modelos de locales de indumentarias y algunas de ellas, revendían en los *boxes* estos productos. También promocionaban la comercialización de envases de proteína artificial y aminoácidos, sosteniendo que eran elementos vitales para sus logros deportivos. Como sostiene Cachorro (2015, p. 53) el deporte es un sitio de “operacionalización de las Industrias Culturales”, refiriendo con ello que estos accesorios no sólo se orientan a perfeccionar aspectos técnicos de los movimientos corporales, sino también funcionan como objeto de distinción e identidad a través de los multimedios. En el *CrossFit*, la profesionalización de los y las *atletas* devenía en la adquisición de competencias digitales y del seguimiento de las últimas tendencias de

moda, vitales para *la venta* del cuerpo y con ello, del servicio de entrenamiento de su *box*¹⁰¹.

En el mundo del *CrossFit*, las articulaciones entre carreras deportivas y laborales se producían en torno a valores y disposiciones a adquirir tales como la persistencia ante las adversidades, fuerza de voluntad, búsqueda de la eficiencia máxima en el rendimiento, metas en relación al propio cuerpo y al rendimiento deportivo, monitoreo de sí mismos, entre otros aspectos. En el proyecto de vida de estos y estas agentes–emprendedores/as el dispositivo del entrenamiento-rendimiento se hiperbolizaría tomando la vida misma del sujeto, disponiendo la totalidad de sus aptitudes y competencias al servicio de la empresa y la cultura organizacional (Marengo et al., 2013). Las técnicas del cuidado del cuerpo que promovía la marca *CrossFit* también se enmarcarían al interior de la llamada ética de la empreabilidad (Santos Ortega et al., 2021) destinada a maximizar las propias capacidades y experiencias (vinculadas al placer y bienestar) en contextos de creciente autorresponsabilización y del buen vivir (Arizaga, 2017). Asimismo, el auspicio de los torneos nacionales e internacionales de *CrossFit* por parte de reconocidas marcas deportivas se correspondería con lo que Santos Ortega (2021 et al.), denomina una “instrumentalización del deporte”, esto es la difusión de valores empresariales a través de las actividades corporales de competición.

Observamos entonces que las carreras deportivas y laborales de estos y estas agentes incluirían la digitalización de este mundo social y cultural, hecho que implicaba un nuevo modo de gestión que debía ser llevado a cabo principalmente por el o la *coach*. En Argentina, estas formas de *marketing* y venta del *CrossFit* a través de medios digitales se acentuaron durante la instancia del Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio, producto de la Pandemia por el COVID-19. Los y las *coaches* y *atletas* de los cuatro *boxes* analizados debieron reinventarse, estableciendo novedosas estrategias para garantizar la supervivencia de sus emprendimientos. Como mencioné en el primer capítulo, uno de los imperativos de la marca *CrossFit* radicaba en preparar y fortalecer el cuerpo para sortear cualquier obstáculo físico de la vida cotidiana. Esto implicaba

¹⁰¹ Podría asociarse esta figura a la de los y las *influencers*, sin embargo, en los tiempos de la etnografía esta denominación estaba aflorando de manera inicial.

desde saltar y trepar un árbol hasta situaciones más extremas como una guerra o un desastre ambiental. ¿Qué sucedía cuando una disciplina que preparaba para lo imprevisible se veía obligada a cerrar sus puertas por una pandemia? ¿Cómo se continuaba con la producción de un cuerpo *resistente y todo terreno* ante una cuarentena que obligaba a las personas a no salir de sus casas? ¿Cómo se garantizaba el progreso de un/a *atleta* sin la atenta mirada y contención de su *coach* ante el cierre de los *boxes*? ¿Cómo se promocionaba un servicio que debía ser realizado con herramientas específicas cuando el espacio de ocio se encontraba cerrado? ¿Cómo estos emprendedores y emprendedoras adaptaron las actividades deportivas en el marco de la pandemia y cuáles fueron los efectos que tuvo esto en sus trayectorias? A continuación, presentaré las prácticas de *marketing de sí* que desplegaron mis interlocutores e interlocutoras y las desigualdades que mostró la pandemia en términos de las carreras deportivas y laborales en el marco de este mundo social y cultural.

SEGUNDA PARTE: ENTRENAMIENTOS EN TIEMPO DE PANDEMIA.

Contextualización del aislamiento.

El 19 de marzo de 2020, el Presidente de la Nación Argentina, Alberto Fernández anunció la implementación del Decreto de Necesidad y Urgencia en donde se destacaba que, a partir de las 0.00 horas del 20 de marzo, todos y todas los/as ciudadanos y ciudadanas del país debían someterse al aislamiento social, preventivo y obligatorio hasta el día 31 del mismo mes, a raíz del avance del COVID-19 en la región. Esto iba en coordinación con otras medidas tomadas anteriormente por el poder ejecutivo que incluyeron la suspensión de las clases presenciales en todos los niveles y del funcionamiento de la administración pública. De hecho, cuatro días antes (15 de marzo) el presidente había dado un antecedente de la medida, solicitando que las personas permanecieran en sus hogares y evitaran salir de sus domicilios.

El día 18 de marzo el Gobernador de la provincia de Chaco, Jorge Capitanich estableció la cuarentena obligatoria en todas las localidades departamentales del territorio, lo cual implicó el cierre de fronteras del estado provincial y la restricción estricta de la circulación de personas en la vía pública. Dos días antes, el Intendente de Sáenz Peña, Bruno Cipolini, anunció un paquete de medidas tendientes a producir un aislamiento total en la ciudad. En la misma semana, el Gobernador de la provincia de

Santiago del Estero, Gerardo Zamora, tomó iguales medidas de cuarentena. Con estas normativas, todos los locales y negocios que no fueron considerados de primera necesidad¹⁰² debieron permanecer cerrados, entre ellos los gimnasios. Para emprendedores y emprendedoras de *CrossFit*, comenzaría una nueva etapa en su trabajo, marcada por la incertidumbre laboral y económica lo que impulsó la generación de estrategias de contención de sus clientes y clientas del *box*, los cuales, como muchas personas a nivel nacional y mundial, manifestaban malestar por el evento extraordinario que significó la pandemia COVID-19 en sus vidas:

“A partir del 16 de marzo el box permanecerá cerrado en cumplimiento con la medida de aislamiento social, preventivo y obligatorio instaurado por el ejecutivo” (Cartel pegado en *Cross Open*, abril de 2020).

“¡No abandones a tu gimnasio! Ellos no te abandonaron. ¡Consultas por las clases y formas de pago del mes de abril por inbox! ¡Así te sumamos al grupo de whassapp!”. “#Yomequedo en casa. Don’t stop! Si sos miembro activo del box, esto te va a interesar. Yo apoyo a mi box” (Publicación del sitio oficial de *Cross Open* en Instagram, 31 de marzo de 2020).

Esas fueron algunas de las frases más repetidas de los *boxes* de la ciudad de Sáenz Peña durante el primer mes del aislamiento y compartidas a través de la red social *Instagram*. En otras publicaciones, apelaban a términos como: *“familia crossfitera, cuidarnos entre nosotros, aportar nuestro granito de arena”*. La pandemia de coronavirus que azotó al mundo obligó a que todos los espacios de trabajo donde se aglomeraran personas debieran cerrarse. A pesar de ello, la predisposición de los y las *coaches* continuaba, asegurando que los entrenamientos serían por videollamadas o transmisiones en vivo y que el ejercicio era una buena forma de “fortalecer” el sistema inmune ante el avance del virus. Con este mensaje, estimulaban a continuar con la práctica deportiva desde el domicilio, enfatizando en que *“no estaban de vacaciones”*. Esto significaba que el trabajo corporal no debía parar; en todo caso readaptarse a las condiciones externas de carácter excepcional que se estaban imponiendo. Todas las

¹⁰² Según la normativa se consideraban como tal a supermercados, farmacias, entre otros.

publicaciones de los *boxes* analizados estaban orientadas a remarcar que las autoridades del gimnasio sentían una responsabilidad afectiva con sus clientes y clientas y ello los y las llevaba a pedirles que no salieran de sus domicilios a menos que sea por razones esenciales.

Estrategias de producción corporal ante el avance del aislamiento.

Las alternativas de marketing no sólo estaban vinculadas a la oferta de espacio del *box-producto* sino al sentido de pertenencia que impulsaba la práctica del *CrossFit*. En el contexto de pandemia la modalidad comunicacional se intensificó, en este sentido, apelando a la constante reafirmación de la idea de comunidad y apoyo económico a los emprendimientos en este rubro. Los mensajes emotivos publicados a diario en las redes sociales¹⁰³ formaban parte de los mecanismos productivos que estas pequeñas empresas debían desplegar ante la imposibilidad de trabajar de manera presencial. Las intenciones de estos/as jóvenes emprendedores y emprendedoras de Sáenz Peña y Santiago del Estero eran similares a las de otros dueños y dueñas de gimnasios, no sólo de la ciudad, sino de toda la Argentina y Sudamérica. Prueba de esto, eran las publicaciones en el grupo de *Facebook*, “Locos por el *CrossFit*”, donde abundaban mensajes como “*entrena desde casita*”, “*trabaja con lo que tengas*”, “*nunca te detengas, rutinas y ejercicios para hacer en casa*”. Estos tenían como objetivo estimular a los y las *crossfitters* y seguidores/as de la página, bajo el lema *entrenar sin excusas*. Finalmente, algunos usuarios y usuarias preferían escribir reflexiones personales sobre la situación de la pandemia y la necesidad de tolerar la cuarentena, a partir del sentimiento de unidad que emanaba del entrenamiento *CrossFit*:

“La palabra resiliencia designa la capacidad del acero para recuperar su forma inicial a pesar de los golpes que pueda recibir y a pesar de los esfuerzos que puedan hacerse para deformarlo. La palabra proviene del latín resalire, ‘saltar y volver a saltar’, ‘recomenzar’. Nos ha pegado mucho y a muchos está situación, pero volveremos con más ganas, empezaremos con toda la actitud, reiniciaremos con toda la fuerza,

¹⁰³ Refiero a los meses iniciales de la pandemia (marzo a mayo de 2020).

después de que todo esto pase, regresaremos aún mejores” (Publicación de la página oficial de un *box*, 1 de abril de 2020).

“Aguantamos los días y las semanas en casa, buscando entrenar con cualquier complemento que tengamos a mano... Paciencia estos días, y ánimo con los Gimnásticos en casa” (Usuario Manuel. Publicación en el grupo Locos por el *CrossFit*, 7 de abril de 2020).

“Ya queremos que todo esto termine para seguir al día, mientras entrenamos en casa con la creatividad para no perder la condición saludos amigos desde La Paz BCS, #enla40rentena. Que no todo sea malo en la #40rentena, ponte en forma con tu familia #quedateencasa”(David, Usuario de *Facebook*. 8 de abril de 2020).

Otro sitio de la red social *Facebook* que estuvo activo durante la pandemia, fue “Página que te avisa para ir a *CrossFit*” quien también emitió un comunicado el 28 de abril, alertando del impacto económico que produciría el aislamiento social, preventivo y obligatorio en los gimnasios de Latinoamérica. Bajo el lema “*Sostén a tu box*”, los miembros de la página invitaban a que clientes y clientas de *CrossFit* contribuyeran monetariamente con los emprendimientos de sus localidades, evitando que los negocios de esta disciplina se clausuren:

“EL COVID-19 CAMBIÓ EL CROSSFIT

*Estos días han sido fuertes para toda nuestra comunidad, se aproxima una nueva era de nuestro deporte, un nuevo modo de vida, personas que lo practican. Este grupo de personas tendrán un cambio significativo, La depresión, la alimentación, y la economía serán claves para decidir el futuro de ellos y de los boxes donde están afiliados, ya que este grupo de gente es el que mantiene vivo al *CrossFit* económicamente.*

Atletas (competición)

Si bien este grupo está dedicado y trabaja para entrenar, o vive del deporte, muchos no tendrán acceso a equipo, dando ventaja a los que sí pueden realizarlo o bien orillarlos a comprar equipo para entrenar en casa y a la vez rutinas diarias. También podremos ver que muchos que estaban en el camino de competir dejarán de practicarlo, para ahora

solo practicarlo por placer” (Publicación de “Página que te avisa para ir a *CrossFit*”, 28 de abril de 2020).

La idea de un cambio de época se vinculaba con la noción de readaptación a un mundo nuevo por parte de la sociedad y a la posibilidad de reinventarse empresarialmente en el ámbito del *CrossFit*, a partir del apoyo incondicional de los y las clientes/as de estos locales. La incertidumbre de los y las *coaches* no estaba relacionada sólo a pensar cómo generar estrategias de ventas de este producto, sino cómo afectaría el asilamiento a quienes estaban haciendo una “carrera” (Becker, 2009; Rodríguez, 2016) como *atletas*. En el marco de un contexto social y económico carente de certezas, la supervivencia de las empresas hacía que el abanico de opciones se ampliara hacia horizontes que antes no habían sido considerados, como, por ejemplo, posibilidad de dictar clases en forma “clandestina” a un número reducido de personas o el envío *online* de las rutinas. Todo era válido en pos de la continuidad de los emprendimientos y del entrenamiento físico:

COMPETENCIAS

Queremos invitarte a ti Crossfitero, Crossfitera que como comunidad apoyes a tu Box, a tu gente, y a este deporte que nos ha dado mucho, ya sea en lo social, espiritual y sobre todo en la salud. Te pedimos que no dejes de moverte, entrena, estira, practica, es el mejor deporte para ponernos a prueba ante esta situación. No dejemos morir a nuestro deporte. No dejemos morir a nuestro Box. Invita a tu familia a entrenar contigo (Publicación de “Página que te avisa para ir a *CrossFit*”, 28 de abril de 2020).

Las redes sociales se inundaron de mensajes de apoyo a los gimnasios bajo el lema “*Support your box*”¹⁰⁴, indicando que muchos de estos emprendimientos probablemente cerrarían sus puertas ante los problemas financieros que implicaba no poder trabajar. Algunos usuarios y usuarias propusieron el dictado de clases clandestinas, esto es, jornadas de entrenamiento sin autorización estatal. Otros/as, se

¹⁰⁴ Apoya a tu *box* en castellano.

mostraban preocupados por la suspensión de las competencias y torneos a los cuales se habían inscripto. Uno de ellos fue la *Freedom Battle*¹⁰⁵, evento que se realizaría en Santiago del Estero en abril de 2020 pero que debió postergarse por el avance del COVID-19 en nuestro país. Algunos miembros del *Team Sáenz Peña* habían abonado con anticipación los hospedajes, situación que aumentó su angustia ante el temor de perder ese dinero invertido. Desde la perspectiva de mis interlocutores e interlocutoras, la única forma de enfrentar la crisis económica y anímica que implicó el cierre del *box* fue reforzar la idea de “comunidad” (Sarpong, 2018, págs. 7-15) en tanto vínculos afectivos –amistades, compañerismos y camaradería- construidos y orientados por un fin: esperar hasta que las autoridades nacionales, provinciales y locales dispusiera la apertura de sus locales deportivos. Mientras tanto, los *dueños-coaches* desplegaron propuestas innovadoras para contener al grupo y conservar su clientela.

Primera estrategia: *HomeWods* o *Entrená con lo que tenés en casa*.

Los emprendedores y emprendedoras de *Cross Open* decidieron publicar sus rutinas de entrenamiento para que sus seguidores de *Instagram*, pudieran hacerlas en sus hogares. De esta forma, cualquier persona podía ver estos *WODs*, independientemente de que fuese alumno o alumna del *box*:

“Bienvenidos estamos una vez más en Cross, eh... una vez más le vamos a explicar lo que vamos a hacer hoy, día lunes, primer día de la segunda semana de entrenamiento en casa ¿si? Les voy a explicar, para arrancar tenemos dos puntos para entrar en calor: el primer punto es un trabajito de movilidad donde vamos a hacer tres entrenamientos. [...] Una vez que estoy en esta posición, voy a entrelazar los dedos y los voy a llevar bien alto hacia arriba ¿si? Me voy a mantener ahí durante veinte segundos. [...] Ese es el primer trabajito. El segundo trabajo vamos a hacer ocho repeticiones de cat camell ¿si? Me voy a poner en cuatro patas, brazos extendidos, rectos a los hombros, ambas rodillas apoyadas, rectas a la cadera y voy a curvar mi espalda cuando tomo aire y voy a extender para...cuando suelto el aire. ¿Si? Ese va a ser nuestro trabajito, lo

¹⁰⁵ Finalmente “*La Freedom*” se desarrolló con normalidad en abril de 2022 en la misma ciudad.

vamos a ir marcando con nuestra respiración. [Se pone de pie y se acerca a la cámara]” (Extracto de historia subida a *Instagram*. *Coach* Lezama, 30 de marzo de 2020).

En esta primera parte, que podría ser definida como una introducción al precalentamiento, Lezama explicaba de qué manera continuar corporalmente activo, sin necesidad de utilizar herramientas típicas de un gimnasio (pesas, barras, gomas). Él mismo hacía los ejercicios desde su casa mientras narraba la secuencia de las técnicas. También incorporó el concepto de “trabajo” para referir al conjunto de entrenamientos, lo cual se condice con el hecho de que en el *CrossFit* el *WOD* se organiza según una lógica instrumental y productiva. Es decir, cuando se entrenaba en el *box* se estaba produciendo, desde la perspectiva de la marca, un cuerpo ágil, fuerte, resistente y, ahora con mayor énfasis, resiliente. Hasta aquí, los movimientos que realizaba el *coach* eran relativamente sencillos de ser practicados, aun para aquellas personas que nunca habían incursionado en la disciplina. En la segunda parte, él incorporó cuestiones más complejas, limitando sus técnicas sólo a experimentados. También hacía énfasis en la utilización de herramientas que el cliente o clienta podría tener en su domicilio y que ayudarían al trabajo corporal.

La enseñanza a partir de grabaciones dependía del estilo de *coach* en la que cada entrenador o entrenadora se inscribía. En el caso de Lezama, por sus metodologías precisas y puntillosas, podría considerarse como un *coach técnico* que buscaba enfatizar en la corrección de posturas. Durante sus clases virtuales les solicitaba a sus clientes y clientas que en caso de duda se grabasen y luego le enviaran los videos para que él los corrigiera. Estas estrategias para la conservación de sus clientes y clientas por parte de los y las *coaches* de *CrossFit*, se volverían fuertes en el marco de una sociedad que glorifica una actitud proactiva en relación al cuidado y cultivo de la propia salud (Landa, 2017)¹⁰⁶.

En Santiago del Estero, Fausto tampoco era ajeno a esta situación y se vio obligado a generar estrategias de venta de su producto como forma de amortiguar el impacto económico y emocional que implicaba el cierre de su local. En sus redes

¹⁰⁶ La autora trabaja esta idea en relación al análisis del discurso de dos revistas *Women's* y *Men's Health*.

sociales promocionaba sus servicios motivando a entrenar desde el domicilio, pero siempre remarcando que como trabajadores y trabajadoras independientes necesitaban ayuda por parte del Estado y de los/as particulares. A diferencia del *Team Sáenz Peña*, Fausto no hizo un grupo de *WhatsApp*, sino que organizó rutinas personalizadas para las necesidades de cada cliente y clienta y con los recursos con los que contaba el mismo o misma. Una vez más, dinamismo y recreación de espacios se volvían la clave para vender el *CrossFit*, evidenciando una lógica de *marketing* asociada a la necesidad de soportar los pormenores de la cuarentena y garantizar las condiciones mínimas del emprendimiento:

“Se alargó la cuarentena, pero sigo trabajando desde mi casa como lo vengo haciendo desde que comenzó todo esto. Si estabas haciendo funcional, CrossFit, descenso de peso o personalizados, te voy a pasar por WhatsApp tu rutina del día con los materiales que tengas en tu casa” (Publicación de Fausto. 30 de marzo de 2020).

“Cuando tomen medidas [refiere a políticas de asistencia estatal], no se olviden de nosotros, los boxes y los gimnasios también queremos trabajar #yoapoyoamibox [...] Warm up: treinta minutos de lavado de manos (umbroken). Técnica del día: mantener al menos un metro de distancia. WOD: quédate en casa, cuidá a nuestros adultos mayores, aliméntate lo más sano posible, realizá cualquier tipo de actividad física. Penalidad del WOD: cada vez que estornudo, hacerlo con el pliegue del codo” (Publicaciones en el *Facebook* personal de Fausto, 1 de abril de 2020).

“¡Se hace eterno! ¡Cómo te extraño!” (Publicación de Fausto, 13 de abril de 2020).

Como vemos, Fausto, Lichu y Lezama tenían en común una misma necesidad y dos estrategias comerciales distintas. Uno recurría a la oferta de entrenamientos personalizados, adaptado a las posibilidades (físicas y materiales) de sus clientes y clientas; los otros fomentaban el trabajo en grupo, mantenimiento de los lazos comunitarios entre los y las *crossfitters* y la publicación diaria (de lunes a viernes) del *WOD* correspondiente. No obstante, los tres emprendedores apelaban a la continua

estimulación de sus usuarios y usuarias, remarcando su predisposición para consultas en cualquier momento del día o la publicación en sus perfiles de redes sociales de frases como “no dejes de entrenar” o “pacto de corazón: no abandonar la pelea”. Sucede que el *CrossFit* en tanto empresa pondría en circulación una ética de la autosuperación que procuraría generar identificaciones en el público, a partir de un efecto de empoderamiento en el espectador o espectadora, bajo el lema *si querés, podés* (Landa, 2017).

En una época de angustia e incertidumbre como fue la que caracterizó a los primeros meses de la pandemia del COVID-19 en Argentina, la mayoría de los/as emprendedores y emprendedoras de *CrossFit* asumieron la responsabilidad de *entretener a su comunidad* a partir de la publicación de rutinas, asociadas a discursos que invitaban a aprovechar la situación de aislamiento para comprometerse con la práctica deportiva. Estos mensajes públicos, tales como “*entrenemos en la cuarentena y aprovechemos el aislamiento para trabajar el cuerpo*”, tenían la función de contener espiritualmente a una población corporalmente activa; la misma que en el pasado reciente acostumbraba a concurrir a un espacio de sociabilidad como era el *box* y cuyo cierre produjo a muchos y muchas *atletas* un sentimiento de incertidumbre y angustia. Como respuesta a esto, los y las *coaches* utilizaban en las redes sociales el concepto de “*crisis en tanto oportunidad*”, afirmación que se vincularía con uno de los presupuestos del *coaching* ontológico. En tanto dispositivo normativo de control y disciplina, esta filosofía motivacional proponía la superación de obstáculos que impidieran al sujeto obtener los resultados esperados, deviniendo así en una superación de sí mismo/as y en la transformación de sí en una persona diferente (Álvaro e Hijós, 2020). El desafío para los y las *coaches* era claro: mantener y reforzar los lazos de la comunidad del gimnasio, para así garantizar su solvencia económica y porvenir del emprendimiento. Esta actitud se pudo ver en Lichu, quien el 24 de marzo de ese año, asumió la tarea de enseñar el *WOD* en las historias de *Instagram*. Desde su casa, y sin instrumentos como pesas o barras, el *coach* enseñaba las técnicas que podían desplegarse desde la comodidad del hogar:

“Hola chicos, es día martes, vamos a continuar con nuestra semana de home gym, HomeWOD. Vamos a hacer dos rondas para entrar en calor primero[...] Lo pueden trabajar con la plancha alta también [muestra

que en lugar de sostenerse con los antebrazos, hay que hacerlo con las muñecas]. *Treinta segundos. Una vez que terminamos los treinta segundos, vamos a hacer veinte cosas: sentadillas laterales. Puedo trabajar desde la postura de ancho de cadera, voy a separar [separa sus piernas y desciende haciendo una especie de sentadilla con una sola pierna] bajar un lateral, volver, bajar del otro lado, sin modificar la postura de mis pies*” (Coach Lichu. Marzo de 2020).

Realicé en mi domicilio este precalentamiento que Lichu mencionaba en *Instagram*. Fue la primera vez en tres años que practicaba *CrossFit* (o hacía el intento de ello). Los dolores musculares en la zona de cadera y rodilla hicieron que me detuviera. Entendí entonces que las rutinas que los y las *coaches* publicaban estaban destinadas a personas que ya entrenaban y, por ende, que tenían la facilidad de practicar las técnicas. Es decir, orientadas a clientes y clientas que tenían conocimientos sobre estas “convenciones” (Becker, 2008) que hacían posible la práctica en el hogar:

“Después tenemos estocadas alternadas, vamos a descender tratando de tocar suave mi rodilla contra el suelo y volver hacia atrás, ahora la otra. ¡Muy importante! Si pueden poner un almohadón o algo que amortigüe la rodilla, mejor para evitar golpearse. Después tenemos diez walkouts, caminatas con las manos [hace gestos con sus manos como si caminara]. Vamos a arrancar, de ancho de cadera, apoyo las manos en el piso, voy a avanzar hasta la postura de...alta y voy a volver [mientras habla apoya sus pies en el piso y con sus manos gatea hasta la altura de los hombros y luego retrocede]. Y para terminar la ronda vamos a hacer un minuto de sentadillas. Desciendo, rompo el paralelo y soporto un minuto más. Una vez que terminamos, pueden recuperar aire o arrancar la siguiente ronda que sigue ¿Bien?”

La siguiente ronda de entrenamiento se centraba en el trabajo del *core*, el cual se componía de un conjunto de músculos que tenían como finalidad mantener neutra a la espalda ante ejercicios de alta intensidad, evitando lesiones en la zona. La estabilidad que brindaba el *CrossFit* ayudaba a ganar fuerza y fortalecer el dorso, impidiendo sobrecargar otras partes del cuerpo como la cadera y hombros. Como mencioné anteriormente, estos ejercicios que Lichu detallaba estaban orientados a personas que ya

entrenaban. Es decir, si bien se publicaban de modo “abierto” a todo el público de *Instagram*, era evidente que quienes ya lo habían practicado tendrían un “capital corporal” (Wacquant, 2016, p. 119) ganado que les garantizaría no perder tiempo al momento de hacerlo, mientras que, aquellos y aquellas que nunca lo habíamos hecho, debíamos invertir minutos extra en ver varias veces el video.

Estoy seguro que en *Cross Open* hubiese hecho más rondas, ya sea por indicación de los y las *coaches* o por presión del grupo, pues los circuitos estaban siempre conectados y donde un cliente o clienta terminaba una técnica, otro/a la empezaba. En el *box*, los entrenamientos eran en pareja, obligando a mantener un ritmo a cada participante y a establecer un vínculo con la otra persona. Al interior del *box* la regulación era vivida de distintas maneras por cada uno/a de sus practicantes. No sólo el estímulo o el aliento venían de parte del entrenador o entrenadora, sino que la “presión” por finalizar las rutinas se originaban en los/as compañeros y compañeras del local. El *HomeWOD* no representó grandes problemas para aquellos/as que entrenaban cotidianamente en *Cross Open* pues la experiencia de ejercitarse con anterioridad les brindaba practicidad. En cambio, las personas que íbamos esporádicamente al *box* y que no teníamos dominio de las técnicas nos vimos en dificultades al no contar con la presencia física de un/a *coach* que nos corrigiese personalmente. Teníamos que dedicar más tiempo que los primeros, al tener que revisar una y otra vez los videos que enviaban Lichu y Lezama y hacer consultas en el grupo de *WhatsApp*. Algunos y algunas informaban en esta plataforma digital que no habían completado el *WOD* enviado o les había llevado más tiempo que el indicado. Definitivamente, yo estaba dentro de esta categoría de cliente.

La mayoría de los días que entrené en casa, lo hice adaptando el *WOD*, puesto que algunas técnicas eran muy complejas. Consideré oportuno organizar mi propia rutina, articulando con las directivas que pasaban los y las *coaches* en el grupo de *WhatsApp*. No todos los ejercicios de *CrossFit* fueron severos. Uno en particular me resultó placentero y fue el *yoga push up*, el cual consistía en hacer una flexión de brazos, levantar el cuerpo y elevar las caderas, permitiendo que la anatomía quedara en una posición de triángulo. Esta técnica presentaba como beneficio el trabajo de dos zonas corporales: los brazos y el relajamiento de la espalda. Cuando lo practicaba sentía cómo los músculos de mi columna se distendían gracias al ejercicio. Quizás cada cliente

y clienta hacía sus propias versiones de los *WODs*, aportando su propia impronta según sus limitaciones y comodidades con las técnicas. El hecho de que compartiéramos todos y todas un mismo *WOD* implicaba que había una homogeneización del entrenamiento, donde la totalidad de personas involucradas debían hacer los mismos ejercicios, independientemente de su trayectoria *crossfitera*. No obstante, esto también marcó una diferencia en el progreso del cliente o clienta: debido al dominio de las técnicas y la experiencia de entreno en el *box*, avanzaron más rápido en su “carrera” (Becker, 2009; Rodríguez, 2016) aquellos y aquellas que tenían una trayectoria deportiva mayor a los y las iniciados/as debido al conocimiento de las “convenciones” (Becker, 2008, p. 119) de este mundo social y cultural¹⁰⁷. Novatos y novatas, en su mayoría, detuvimos por meses nuestro entrenamiento, a causa de la dificultad que nos representaba hacer la práctica sin la regulación presencial del/la *coach*.

Segunda estrategia: Alquiler de herramientas de trabajo.

Legionados también adoptó medidas en torno a la continuidad de su emprendimiento. Sus *coaches* no crearon un grupo de *WhatsApp* como en *Cross Open*, ni tampoco ofrecieron entrenamientos personalizados como Fausto: decidieron alquilar las herramientas de trabajo para quienes desearan continuar el entrenamiento en su domicilio. Así, los *WODs* armados por los y las *coaches* eran presentados en las historias de la red social *Instagram*, de modo público y podían acceder todas las personas, independientemente de que fuesen clientes o clientas del *box*. Los ingresos económicos se aseguraban a partir del alquiler de las barras, sogas, pesas, discos y cajones, a *crossfitters* y *atletas* con mayor trayectoria:

“Teníamos grandes planes. La primera competencia que se nos pasó, para la cual habíamos hecho un Open clasificatorio en Santiago del Estero, ‘La Freedom’, que iba a hacerse en abril y bueno, por toda esta cuestión [de la pandemia] se tuvo que suspender. Y bueno, hay una incertidumbre total porque no se sabe qué pasará, cuándo lo van a

¹⁰⁷ Las convenciones también tenían que ver con capacidades físicas y habilidades coordinativas que el o la *atleta* había adquirido a través de la práctica sistemática de deportes realizados anteriormente a su ingreso al ámbito del *CrossFit*: fortaleza de piernas por hacer actividades físicas como fútbol, básquet o gimnasio de fierros.

hacer, pero pasa en todas las competencias número uno. Están todas [las autoridades de las competencias] entre qué hacemos y qué no hacemos ¿viste? Y obviamente los chicos ven perjudicada la línea de entrenamiento que vienen llevando y que, en la época de febrero-marzo veníamos a full full [...] Y se ve afectado todo por la falta de motivación, la falta de elementos, es como que todo se vino abajo” (Conversación con Elton, 25 de mayo de 2020).

La cuarentena impidió que los y las *crossfitters* de Sáenz Peña y Santiago del Estero pudiesen participar de un evento internacionalmente promocionado como fue el *Murph Challenge*, llevado a cabo el día 25 de mayo de 2020. *Murph* era un típico entrenamiento de *CrossFit* que formaba parte de los llamados *Hero WOD*¹⁰⁸, los cuales eran oficialmente publicados por *CrossFit HQ* a modo de homenaje a los hombres y mujeres que habían caído en combate¹⁰⁹. Este *WOD* estaba hecho en honor del teniente SEAL Michael Murphy, caído en Afganistán el 28 de junio de 2005. Según constaba en la información brindada por el sitio web llamado “Adentro del box”, esta rutina era la favorita del soldado y por ello, cada año miles de *atletas* le rendían homenaje en todo el mundo a *Murph*, haciendo este entrenamiento. En Sáenz Peña y Santiago del Estero este tipo de homenaje no se pudo realizar porque el mismo se componía de instancias de trote con chaleco (mil seiscientos metros) y esto se contradecía con las normativas de higiene impuestas durante el aislamiento preventivo, social y obligatorio. Según el *coach* de *Legionados*, la Municipalidad les prohibía correr o caminar por fuera del *box*, y si bien se podían reemplazar algunas técnicas, eso hacía que se perdiera *la magia del WOD*. Con ello hacía referencia a la imposibilidad de disfrutar del entrenamiento compartido con los y las demás *atletas* de su *box* y de los demás *boxes* de la ciudad y del mundo.

Para mis interlocutores e interlocutoras la misión más importante que tenía un *coach* era alimentar el espíritu competitivo, lo cual implicaba lo siguiente: la situación de aislamiento no era excusa para dejar de *trabajar las debilidades* de cada *atleta* y alentarlos/as a pensar que el día que la cuarentena fuese levantada y se normalizara la

¹⁰⁸ En el capítulo I se presentaron algunas categorías de *WODs* como “Los Héroes” y “Las Mujeres”.

¹⁰⁹ Se recomienda ingresar al siguiente sitio web: <https://anabelavila.com/crossfit/wod/la-historia-del-murph/>

actividad, los torneos se reanudarían. *Fortáles* también cerró temporalmente sus puertas a raíz de la pandemia: el 22 de marzo, lanzaron una campaña vía redes sociales, donde se buscaba generar conciencia y solidaridad con los *boxes* de *CrossFit*, apelando a la emotividad de sus clientes y clientas. En el mensaje se utilizaba la expresión “*buscar la vuelta*” para referir a la generación de estrategias tendientes a la continuidad de los locales: planificaciones, *HomeWODs*, videoconferencias, las cuales asumían un carácter creativo y estaban orientadas a “*entretener a la comunidad*”. La colaboración era vital para sostener el emprendimiento y todo lo que a ello rodeaba: fuentes de trabajo, pago de alquiler, pago de luz y agua corriente. El pedido no era específicamente para su *box*, sino para todos y todas los/as clientes y clientas de todos los gimnasios de la ciudad, especialmente aquellos y aquellas que contaban con un ingreso fijo y podían colaborar con los/as dueños y dueñas. A lo largo del mensaje, todo el tiempo se lo definía al virus COVID-19 “*como un enemigo contra el cual había que batallar juntos*”, independientemente de la afiliación a *Fortáles* o a cualquier otro gimnasio. No era casual que los dueños de estos *boxes* hubiesen recurrido a conceptos sensibilizadores como familia y comunidad, para referir a los vínculos que los mantenían unidos y unidas ante una supuesta “guerra” contra la pandemia. A la par que los y las *coaches* recordaban los horarios de transmisión en vivo de las rutinas, utilizaban expresiones como “*no nos sueltes la mano*”, claves para la gestión de las emociones:

“¿Te acordás de esa palmada que te faltaba para terminar el último burpees del WOD? ¿Te acordás de esa palabra de aliento que necesitabas para hacer ese último salto? ¿Te acordás de esas risas y charlar con tus compañeros? Si te acordás de estas cosas es porque, como muchos de nosotros, lo viviste en tu BOX junto a tu coach y compañeros que siempre estuvieron ahí para ayudarnos a sentirnos mejor y progresar. Nosotros en nuestro rol de socio y miembro de la comunidad de nuestro Box, nos preguntamos ¿cómo podemos ayudarlos?” (Publicación de la cuenta oficial de *Fortáles* en *Instagram*, 22 de marzo de 2020).

Alexander Ocampo, *dueño-coach* de *Fortáles*, decidió una estrategia intermedia entre la elegida por *Cross Open* y *Legionados*: brindaría sus *WODs* por las redes sociales a sus clientes y clientas y les alquilaría las herramientas de trabajo a los y

las *atletas* de su *box*. Armaron grupos privados en *Facebook*, exclusivos para usuarios y usuarias fijos/as que seguían aportando económicamente vía depósito bancario y allí transmitían en vivo y en directo las rutinas de ejercicios. También utilizaron las aplicaciones *Zoom*¹¹⁰ y *WhatsApp*, pues muchos y muchas *crossfitters* no estaban disponibles en el horario en que se realizaba la comunicación directa o porque querían hacer sus consultas mientras hacían el entrenamiento de modo virtual con el o la *coach*. Para Alexander la cuarentena fue un verdadero padecimiento porque no estaba habituado a la utilización de este tipo de herramientas tecnológicas, aunque también le sirvió para valorar los vínculos que en su *box* se habían generado. Durante el cierre de su lugar de trabajo, tomó conciencia de cuánto necesitaba a sus seguidores y seguidoras y al clima de camaradería que se producía en cada una de sus clases, caracterizados por *retos* o llamados de atención a sus clientes y clientas:

“¡Necesitaba verlos, compartir con ellos [refiere a sus alumnos]! Sentía mucho el vacío, como si fuese una piña que me daban [...] Tratamos de mantener el mismo formato pero no era lo mismo [...] ¿Si tuviéramos que volver a cerrar por la cuarentena? [sentiría] mucha decepción”
(Conversación con Alexander en *Fortáles*, 5 de junio de 2020).

Los *dueños-coaches* guardaban la esperanza de que quienes conformaban su clientela fija de los gimnasios contribuyeran incondicionalmente a los locales durante la época de cuarentena obligatoria. Consideré que yo no era ajeno a esta situación, pues los y las *coaches* de *Cross Open* me habían permitido en todo momento formar parte de su *box*, algo que había garantizado mis anotaciones de campo. Me habían confiado sus experiencias deportivas, algo fundamental para mi trabajo, a pesar de no ir a entrenar al gimnasio. En otras palabras, me habían permitido *estar allí*, las veces que quisiera, aún en los momentos donde el *box* organizaba eventos para recaudar fondos para los viajes a competencias. Definitivamente, yo estaba en deuda con *Cross Open* y por eso mismo, el día 2 de abril del 2020, me comuniqué vía mensaje privado al *Instagram* del *box*, para solicitarles que quería abonar la cuota del mes e incorporarme como cliente. Lezama me respondió en un audio diciendo que ellos me agregarían a un grupo de *WhatsApp* donde

¹¹⁰ Aplicación gratuita de internet para realizar video-llamadas. Se popularizó (al igual que el *Google Meet*) a partir de la pandemia donde las personas optaron por estos métodos para comunicarse y desempeñar actividades laborales.

estaban las demás personas que eran practicantes del local. Allí nos enviarían los *WODs* por videos, explicando en detalle cómo hacer los ejercicios. Aboné los quinientos pesos correspondientes al mes de abril, vía transferencia bancaria a la cuenta de Lezama y ese mismo día me incorporaron al grupo de *WhatsApp* del gimnasio. Jamás pensé que mi ingreso como practicante a *Cross Open* sería de esa manera y en ese contexto. Supuse que sería como en *Hard Cross* en el 2014, cuando Fausto me dio la bienvenida y me explicó punto por punto los ejercicios del circuito. Imaginaba que, el día que empezara mi entrenamiento en *Cross Open*, sentiría el mismo cansancio y la misma vergüenza por no saber hacer las técnicas, que padecí en el *box* de Fausto, seis años atrás. Nunca imaginé que mi casa se convertiría en mi *box*.

No todos los clientes y clientas pudieron adquirir las herramientas de trabajo corporal, en gran parte por la falta de solvencia económica a raíz de problemas financieros por el cierre de sus propios locales o bien por la informalidad de sus propios trabajos¹¹¹. Al igual que en la estrategia anterior, se generaron diferencias entre las “carreras” (Becker, 2008; Rodríguez, 2016) de los y las practicantes, donde aquellos y aquellas que tenían situaciones económicas favorables o capitales sociales (contactos con el dueño, cercanía o amistad con el o la *coach* del *box*) pudieron acceder a los equipos de entrenamiento. En contraposición, los y las agentes que no contaban con estas condiciones de posibilidad debieron improvisar sus ejercitaciones con materiales domésticos (botellas cargadas con arenas, sillas para hacer trabajo de tríceps, entre otros), ralentizando su progreso deportivo.

Tercera estrategia: Campaña “Apoyá a tu box”.

Además de garantizar la solvencia económica, los y las *coaches* debían estimular continuamente a los y las practicantes. Al igual que Lezama, Alexander y Elton, Lichu tenía la misión de contener a la comunidad *crossfitera* a partir de la reinención de un espacio tan cotidiano como el hogar. El *CrossFit*, ahora cobraba otro sentido: debía entretener a los clientes y clientas que estaban ociosos y ociosas en sus casas, y orientarlos/as a “mantener su estado físico” hasta que “todos y todas volvamos

¹¹¹ Como mencioné en el capítulo III, la mayoría de los y las clientes de los cuatro *boxes* analizados pertenecían a la clase media y se dedicaban al trabajo informal.

a vernos en el box”. Cuando Alexander manifestaba en sus redes sociales la frase “*Nosotros [los y las coaches] producimos salud*”, estaba refiriendo a que eran agentes generadores/as de cuerpos resistentes y en una época de pandemia, esta función del *CrossFit* era percibida por ellos y ellas como algo esencial. Sin embargo, para la Subsecretaría de Deportes de la ciudad de Sáenz Peña, los gimnasios eran calificados (normativamente) como actividades de recreación y ocio, ubicándolos en el mismo rubro que a las academias de baile.

Fausto, Lezama, Lichu, Elton y Alexander producirían en sus clientes y clientas un sentimiento de motivación y de utilidad, funcional al *ethos* empresarial. Esta figura del “empresario de sí”, se caracterizaba por ser un agente autoproducido, adaptativo, fuente de sus propios ingresos, creativo y afectivamente comprometido con su compañía -es decir consigo mismo-, capaz de afrontar las exigencias funcionales y económicas que se le presentasen (por ejemplo, la gestión del entrenamiento en época de aislamiento) (Landa y Marengo, 2016). Las estrategias comerciales de estos/as emprendedores y emprendedoras permitirían entender al *CrossFit* como una “institución reinventiva” (Dawson, 2015), al poner de manifiesto cuestiones vinculadas al voluntarismo y la capacidad productora ante situaciones complejas como el cierre de los locales. Esto podría observarse en dos puntos: la generación de innovadoras tácticas empresariales por parte de los emprendedores y emprendedoras y la conversión de espacios domésticos en lugares de entrenamiento por parte de clientes y clientas. Durante los dos primeros meses de la pandemia, el desafío que tenían los y *coaches* era convencer a sus practicantes (y a otras personas que no concurrían al *box*, pero que eran seguidores y seguidoras en sus redes sociales) de que el entreno podía hacerse desde la comodidad del hogar y con los elementos que había en casa. Ilustremos este punto con las siguientes anotaciones, las cuales se corresponden con escritos subidos en el perfil del *box*:

*“¿Qué significa una cuota para nosotros? **Gastos fijos:** Si este mes no contamos con tu cuota, Legionados, tu segunda casa, no podrá afrontar los gastos fijos que generan todas las actividades. **Sueldos:** nosotros, sus coaches que diseñamos su programación para estar cerca, para que sigan sus entrenamientos, necesitamos cobrar nuestro sueldo, en base a*

nuestro esfuerzo y tiempo dedicado a cada uno de ustedes” (Legionados, Publicación del 31 de marzo de 2020).

En la siguiente historia, continuaban las indicaciones, esta vez agregando una cuota de sensibilidad al tema, recurriendo a la noción de unión familiar y afectiva que la comunidad había logrado construir con los años:

“¿Cómo nos ayudarían a seguir con nuestros sueños? El ser responsables y cuidarnos a nosotros mismos y a todos los que conforman la familia de Legionados. Esto nos pone en un lugar muy vulnerable, porque lamentablemente vivimos de sus cuotas, de su buena fe, de sus ganas de entrenar y sentirse mejor. Muchos emprendedores comprenderán lo que les decimos y si tenés la suerte de que tus ingresos no se vean afectados, cumplí con el eslabón más débil de la cadena, el autónomo. Nosotros y todos los que estamos en la misma, sin saber cómo seguir, no nos olvidaremos nunca de la actitud que marcó la diferencia. Juntos salimos de esta. Legionados #GimnasiosunidosSP”.

Los locales *Cross Open* y *Legionados*, no fueron los únicos que tomaron esta medida. Todos los gimnasios de todas las disciplinas de la ciudad de Presidencia Roque Sáenz Peña se unieron para grabar un mensaje a sus clientes y clientas, haciendo saber de la situación económica que atravesaban y la necesidad de su contribución monetaria en un momento donde la actividad laboral estaba frenada. El mensaje era claro: quienes eran miembros frecuentes, debían continuar abonando la cuota vía depósito bancario y, a cambio, los y las *coaches*, instructores e instructoras y *personal trainers* les enviarían sus rutinas por mensajes de *WhatsApp*. Con la canción “Color esperanza”¹¹² de fondo, más de veinte dueños y dueñas de gimnasios de la localidad grabaron un mensaje diciendo una frase cada uno/a. Algunos de ellos y ellas lo hicieron en su lugar de trabajo, con su ropa de entrenamiento y el *logo* del local de fondo, otros desde su casa:

“Hola ¿cómo estás? Hoy por primera vez todos los gimnasios de Presidencia Roque Sáenz Peña, nos unimos para darte un mensaje. Para

¹¹² Canción compuesta por el cantautor Coti Sorokin e interpretada por Diego Torres. Su lanzamiento fue en el año 2001 en plena crisis económica de Argentina, llegando a tener enorme repercusión en la sociedad, formando parte de la llamada memoria emotiva.

vos, tus amigos, por tu familia, no salgas de tu casa. Respetá el aislamiento social, preventivo y obligatorio. Para así, cuando todo esto pase, podamos volver a reunirnos, en lo que vos considerarás tu segunda casa, tu gimnasio, mi hogar. Por eso, no nos olvides. En momentos de crisis, donde todos nos vemos afectados, no te olvides de nosotros que estamos siempre presentes a la hora de cuidar tu salud y escucharte, de compartir. Hoy te necesitamos, más que nunca. Ayúdanos a que no tengamos que cerrar nuestras puertas. Ayúdanos por vos, por nosotros, no nos abandones. Como nosotros no te abandonamos en todo el año. Entre todos sabemos que lo lograremos. Por una sociedad saludable, alegre, fuerte. Nuestra Argentina”(Extracto de historia de Instagram del box *Cross Open*, 31 de marzo de 2020).

El detalle de la sensibilidad al finalizar era clave al momento de incentivar con la continuidad de la actividad física, si tenemos en cuenta que los y las emprendedores/as de todas las disciplinas deportivas necesitaban insumos económicos para gestionar y administrar su continuidad laboral, más en un contexto de incertidumbre como era el de la pandemia de principios de 2020. En el caso de los *coaches* Lezama y Lichu, las estrategias de contención comunitaria tenían como propósito vincular la oportunidad de entrenar en casa, con el ocio y la reproducción dinámica de los *WODs*. Esta situación era similar a la descrita por Landa, en un artículo escrito en co-autoría con Blazquez y Castro (Landa, et al., 2019), en sus estudios sobre el *Fitness* en Córdoba, donde emprendedores de gimnasios de barrios y gerentes de las redes de clubes, desarrollaban estrategias para satisfacer a su clientela. En esta investigación se señala que la “actitud” de los profesores era fundamental para producir experiencias de bienestar en sus alumnos. Aquellos que tenían mayor poder adquisitivo, apostaban a diversificar su equipamiento y servicios, y a la flexibilización de los espacios y horarios de sus clientes. En cuanto a los emprendedores de menos recursos, brindaban un ambiente familiar y relajado, reconociendo las situaciones particulares de los alumnos. La situación de *Cross Open* y de *Legionados* era similar al segundo grupo estudiado por Landa, en el marco de dicho artículo (Landa et al., 2019), pues los *coaches* de estos dos *boxes* cumplían con los tres requisitos que hacían a la condición managerial: presencia de atributos en relación a sí mismos (capacidad de

liderazgo y motivacional para contener a la comunidad), atributos en relación al cliente o clienta (reafirmar su predisposición a atender cualquier consulta que los y las miembros del grupo de *WhatsApp* tuviesen en relación al *WOD*), atributos en relación a la organización (responsabilidad y compromiso con la empresa o *box*).

La “gestión de las emociones” (Blázquez y Castro, 2015) que los y las *coaches* realizaron durante la instancia del “entrenamiento en casa” estarían emparentadas con prácticas de gestión empresarial. La fase de aislamiento preventivo, social y obligatorio, habría fortalecido en estos emprendimientos deportivos nociones de la ética de la empreabilidad donde abundan los discursos de autoayuda sobre cómo afrontar riesgos, entrenar la competitividad, reducir el estrés y vencer los obstáculos (Santos Ortega et al., 2021).

Cuarta estrategia: El box protocolizado.

“Hola chicos ¿cómo están? La noticia del día de hoy es que vamos a poder abrir el box, podríamos abrir a partir de mañana, pero vamos a abrir a partir del lunes. Y bueno, la idea es que vamos a tener que respetar, bueno...un protocolo de bioseguridad, que bueno...una de las cuestiones que plantea es la reducción de la capacidad de integrantes de CrossFit. Vamos a bajar más o menos a un treinta por ciento de capacidad, osea que vamos a tener entre nueve y diez personas entrenando. Em... el tema es que, nosotros [refiere a los/as profesores/as] pensamos que, a la hora de recibir a los atletas que quieran ir a entrenar, le vamos a dar prioridad a ustedes, que son los que estuvieron cumpliendo y que son los que... eh...con los HomeWODs. Asi que si alguno quiere, van a tener prioridad ustedes, para ser los primeros en inscribirse, para que tengan su lugar para poder ir. Porque al ser menos, más de uno está por quedar afuera, sin poder entrenar” (Lezama, junio de 2020).

El día martes 19 de mayo de 2020, la Municipalidad de Presidencia Roque Sáenz Peña, emitió un comunicado anunciando que las actividades deportivas como golf, tenis, paddle y gimnasios, abrirían nuevamente sus puertas, bajo estrictos protocolos sanitarios. El requerimiento para abrir era presentar una carpeta con los datos

del local y firmar una resolución municipal, en donde asumirían la responsabilidad de respetar las medidas de cuidado que las autoridades indicaban. Los gimnasios de la ciudad habían formulado y propuesto un protocolo al Estado Municipal, quienes evaluaron y emitieron sugerencias, posterior a su aprobación¹¹³. El mismo constaba de una serie de pasos orientados a garantizar la bioseguridad del *box*: se redujo la cantidad de personas que debían ingresar por cada hora, clientes y clientas debían llevar su alcohol en gel y agua o bebida hidratante; antes de ingresar al local, se tenían que mojar las zapatillas en un fuentón con lavandina diluida y luego, secados sus calzados en un trapo, se ubicaban en un sector del *box* señalado por el o la *coach*. Posteriormente, firmaban una declaración jurada, comprometiéndose a cumplir con las normas estipuladas. Toda su rutina debía llevarse a cabo dentro de un radio de cuatro metros cuadrados, donde el o la cliente/a tenía su colchoneta desinfectada y los elementos necesarios para el entreno. Durante la hora que duraba cada clase, un o una agente sanitario municipal concurría a tomar una fotografía de cada documentación y se retiraba hasta la próxima hora, donde verificaba nuevamente el cumplimiento del protocolo:

“Hola chicos vamos a contarles cómo vamos a hacer el martes cuando empecemos. El protocolo es bastante estricto y nos permite sólo una hora por persona en el box. No más que eso, así que vamos a tener que ser rápidos y ágiles para entrenar lo mejor posible, porque una hora nos queda por ahí corto. Una idea que surgió es tratar de estirar en casa, para aprovechar más la infraestructura del box. Total estirar, pueden estirar en cualquier lugar, pero eso lo vamos a ver después” (Lezama, audio de *WhatsApp* en grupo del *box*, 19 de mayo de 2020).

Legionados también adoptó medidas preventivas durante la apertura, a tal punto que no permitían el ingreso de personas ajenas al *box*, con lo cual mi comunicación con Elton debió seguir siendo por *WhatsApp*. La vuelta a su trabajo fue el día jueves 21 de mayo desde las 14:00 a las 15:00, horario en que el personal de la Subsecretaría de Deportes, concurría a inspeccionar que el número de personas se

¹¹³ Fue el *coach* Alexander quien presentó a la municipalidad la carpeta con la propuesta de protocolos y cuidados higiénicos que tendrían los *boxes*. Luego, esta reglamentación fue implementada por los demás dueños y dueñas de los gimnasios. En las páginas siguientes se explicará este proceso.

correspondiese con la ordenanza. Los primeros dos días no hubo muchos/as concurrentes, aun así, el miedo y la ansiedad de Elton estaban presentes, no sólo por la clase sino por temor a que alguno/a de los y las practicantes no cumpliera con el protocolo. Determinados cambios en la organización fueron vividos de maneras más importantes que otros, por ejemplo, al momento de buscar las sogas debían ir de uno/a en uno/a, para evitar cercanía física, siendo que anteriormente a la cuarentena eso no sucedía.

Para el *coach* Elton la pandemia representó una *crisis existencial* que lo obligó a generar nuevas ideas, a *enfriar su cabeza*. La pandemia como evento no previsto generó en los emprendedores y emprendedoras de *CrossFit*, preocupaciones respecto a su futuro laboral, ante el cierre de los espacios de trabajo corporal. En el caso de este agente, uno de sus pensamientos recurrentes durante los primeros meses de aislamiento giraba en torno a cuánto se atrasarían sus discípulos y discípulas en el entrenamiento; se entristecía por la situación económica del dueño del *box* y los estados anímicos de los y las *Legionados*, quienes no podrían entrenar en un lugar acorde a las exigencias de su preparación física y atlética por un tiempo indefinido:

“Tenía que reinventar [las rutinas] para que no se aburran [los clientes y clientas] una etapa fea [refiere a la primera parte del ASPO] ahora está más relajado [...] Pensaba “si yo estoy así [triste] ¿cómo estarán ellos? [los/as usuarios y usuarias]”, me afligía, pero había que reponerse, pensar que todo iba a estar a bien. Rescaté algunas cosas del gimnasio [barras y pesas] Iban a entrenar clandestinamente a mi casa [los/as clientes y clientas], con eso pasamos los primeros tres meses. Cuando yo me infecté junto con ellos, pararon todos los que me rodean [familias, amigos/as y clientes/as]” (Fragmento de conversación con Elton, 8 de diciembre de 2020).

Del relato de Elton una de las cosas más importantes que sobresalía era la angustia por tener que parar la actividad física y productiva por una situación de enfermedad o el cierre del *box*. Al *coach* incluso le afligía programar vacaciones en enero, suponiendo que eso implicaría que sus clientes y clientas se atrasarían en su

entrenamiento, o que tal vez retrocederían en sus avances o que simplemente abandonarían la práctica deportiva.

Cuando el *box* abrió nuevamente sus puertas (esta vez con protocolos) las solicitudes aumentaron, a tal punto que tuvieron que incorporar nuevos horarios para respetar el cupo de quince personas por turno que estipulaba la reglamentación. La explicación de Elton sobre esto fue que mucha gente sintió *ansiedad, abstinencia* producto del encierro y si bien muchos y muchas practicaban ejercicios en sus hogares, la exigencia del *box* y el seguimiento de los y las *coaches* garantizaba que la rutina “*se cumpliera al pie de la letra*”. La ampliación de ofertas horarias para el entreno implicó un desgaste mental para los y las *coaches* que debieron reinventar las rutinas de forma creativa y poner el mismo entusiasmo una y otra vez en cada clase, para incentivar a clientes y clientas. Entonces, el trabajo se duplicó y con ello, la programación de *WODs* y el tiempo destinado a desinfección de elementos de trabajo y seguimientos personalizados.

Regulaciones estatales

La mayor presión que sentían los y las *coaches* de los *boxes* estaba relacionada al hecho de que las inspecciones municipales se producían de modo imprevisto y cualquier detalle, por más mínimo que fuese, pondría en riesgo la continuidad del emprendimiento. Para algunos/as de mis interlocutores e interlocutoras, las primeras clases fueron dinámicas en tanto que, todos/as los y las concurrentes fueron clientes y clientas que entrenaban con anterioridad, con lo cual no debían invertir tiempo en explicar los movimientos. Sumado a esto, la ansiedad y las ganas que estos y estas *atletas* tenían por volver a su ritmo de entrenamiento, hacía que cooperasen con el o la *coach* en relación al cumplimiento de las normas de seguridad. En paralelo, los y las *coaches* brindaban a sus clientes y clientas la información de los horarios y las nuevas formas de organización del *box*:

“CrossFit, CrossFit [repite y enfatiza] va a haber de lunes a viernes a las 14:00 y 15:00 horas, con la coach Lauri. Y 18:30, 19:30, conmigo, con Lezama. Esos son los horarios que van a tener. Los que estén interesados, pueden empezar a pedir su lugar y yo ya los voy anotando y me dicen “yo voy a ir”. El tema del protocolo es bastante estricto. Lo

vamos a explicar bien el día que creo que vamos a hacer el video, el día lunes, cuando el box ya esté totalmente para poder filmar y hacer unos videos para que ustedes tengan bien en claro qué pueden hacer. En realidad, es lo que no pueden hacer [enfatisa el no]. Solamente van a poder entrenar nueve atletas por hora. No más que eso” (Lezama, audio de WhatsApp en grupo del box, 19 de mayo de 2020).

La adopción de nuevos modos de trabajar y la adaptación de los/as clientes y clientas dispuestos/as a afrontar los desafíos de entrenar con medidas estrictas, iba acompañada de aumentos en la cuota mensual, necesarias para solventar los gastos que implicaba la reapertura del local. Así, el aumento del cobro se justificaba en que todos los días se debían imprimir declaraciones juradas donde los y las practicantes se comprometían a cumplir con la reglamentación del local y afirmaban que sus datos personales eran fidedignos. Además, se destinaba dinero para la compra de jabones, lavandina, alcohol en gel y servilletas de papel. Por eso mismo, cuando los dueños y dueñas de los todos gimnasios propusieron el protocolo a la Municipalidad de la ciudad, acordaron subir los precios de sus servicios. Una vez más, observamos aquí como el afianzamiento de la comunidad aparecía en tanto clave para el emprendedorismo del *CrossFit* en Sáenz Peña:

“La cuota, la cuota [repite y enfatiza]...vamos a tener dos grupos de trabajo. Uno que va a tener tres veces por semana y otro que va a ir dos veces por semana. Es decir va a haber clase para un grupo lunes, miércoles y viernes. Para otro grupo diferente, martes y jueves. Lunes, miércoles y viernes vamos a cobrar 900 pesos y martes y jueves, osea, dos días a la semana, van a ser 800 pesos. Esa es la organización que vamos a tener” (Lezama, 19 de mayo de 2020).

Bajo el lema *volvimos con todo*, *Cross Open* daba aviso de los nuevos turnos a partir del mes de junio, donde *calistenia*¹¹⁴ se llevaría a cabo los martes y jueves a las 17:00 hs, el entrenamiento funcional deportivo los mismos días pero a las 16:00 hs. En los contenidos de difusión de *Instagram* se avisaba que los cupos serían limitados y con

¹¹⁴ Se recomienda ver glosario.

turnos, adaptando así la lógica productiva de otras actividades empresariales (administración minuciosa y burocrática del tiempo, controles de ingreso y salida de personas). Las clases de *CrossFit*, por su parte, quedarían reservadas para el horario de las 8:00 am, y por la tarde desde las 15:00 hasta las 19:30 hs (sesenta minutos cada turno). *GAP*¹¹⁵ también continuaría pero en los horarios de las 15:00, las 16:30 y las 19:30 hs, todos los días, mientras que *kick boxing* se desarrollaría los martes y jueves a las 14:00 hs. Junto a la foto de los horarios, acompañaba una inscripción donde los emprendedores y emprendedoras advertían que, se tomarían todas las precauciones necesarias y las normas de bioseguridad necesarias. Los primeros días de mayo de 2020, fueron destinados enteramente a la refacción del *box* y a la limpieza y desinfección de los aparatos, más el alijado y pintado de paredes, debido a que, luego de dos meses cerrado, el local presentaba problemas de humedad.

Una de las encargadas de cuidar la higiene en la entrada era Sara, la secretaria. El día que comencé mi entrenamiento en *Cross Open* (1 de junio de 2020), preparó dos fuentones de plástico, donde vertió detergente y dos centímetros de agua en uno y lavandina en otro. Así, apenas llegué debí humedecer mis zapatillas en ambos para desinfectarme y luego secarme con un trapo de piso, para avanzar al mostrador donde debía firmar una planilla de asistentes al lugar. Antes de colocar mis datos, me pidió que acercara mi nariz a un frasco de café molido para comprobar que no padecía pérdida del olfato, uno de los síntomas del coronavirus. Posteriormente, roció mis manos con alcohol diluido en agua. Los y las practicantes debíamos llevar nuestro propio desinfectante y los líquidos que íbamos a beber durante el entreno, pues no se permitía compartir vasos. En la sala dos, cada uno/a de los/as entrenados y entrenadas teníamos un espacio personal de dos metros a la redonda, cuidadosamente marcado por cintas de seguridad, haciendo que entre cada cliente/a haya una separación de casi cuatro metros. Una vez que nos acomodábamos en nuestro sector señalado, podíamos quitarnos el barbijo o tapabocas. Cada vez que finalizábamos la clase, debíamos desinfectar las mancuernas y colchonetas que habíamos utilizado, usando nuestro alcohol y servilletas de papel. Lichu y algunos/as de los/as *atletas* más avanzados/as se encargaban de pasar el trapo con lavandina en los pisos acolchados, una vez finalizadas las clases.

¹¹⁵ Ver glosario.

En el caso de *Fortáles*, su *coach* Alexander junto a su novia Vanesa, elaboraron el protocolo y lo propusieron a los y las representantes de otros *boxes*, quienes lo aceptaron sin modificaciones, para luego enviarlo a las autoridades municipales. Debido a que Vanesa trabajaba en una empresa productora y exportadora de miel, tenía conocimientos sobre normativas de seguridad e higiene, con lo cual construyó el reglamento que luego fue utilizado por todos los gimnasios. La primera vez que fui a este *box* para entrevistarme personalmente con este emprendedor, debí cumplir con los requisitos que todos los y las ingresantes estaban obligados: pisar sobre un trapo mojado con detergente, luego sobre otro con lavandina, lavarme las manos con jabón blanco¹¹⁶ en una canilla, y acercarme al mostrador donde el *coach* me rociaba con alcohol reducido en agua. En este *box*, en particular, el registro de usuarios y usuarias era digitalizado; es decir, firmaban en una pantalla y el rostro de la persona aparecía en la computadora personal del *coach* con la información solicitada.

Legionados por su parte también abrió sus puertas de modo protocolar, con el requerimiento de rellenar con datos, habilitando clases de una hora por día, desde las 7:00 a las 19:00 hs. Hecho este paso, los y las emprendedores/as del *box* le enviaban la confirmación por mail. La información personal era fundamental, pues el nuevo código de bioseguridad impedía la entrada de menores de edad a los gimnasios. La distancia de entrenamiento entre clientes y clientas era de cuatro metros cuadrados y antes de ingresar al local debían higienizarse las manos con alcohol, dirigiéndose a su rectángulo, donde cada uno/a tenía su colchoneta para trabajar. Elton y los/as demás *coaches* del *box* utilizaban una aplicación digital a través de la cual los y las participantes les aseguraban que concurrirían. A partir de los turnos brindados, los y las administradores/as del local sabían qué número de personas irían ese día y eso les permitía con antelación programar los *WODs*, según se tratase de un/a experto/a o de un/a novato/a.

Según me explicó Elton, el hecho de que las actividades estuviesen cronometradas hacía que el tiempo se aprovechara al máximo, impidiendo que los y las practicantes se distrajeran conversando o chateando con sus celulares. Además, el proceso de higienización de zapatillas y manos, más la ubicación de las personas en una

¹¹⁶ En Argentina se denomina así a los jabones rectangulares utilizados para lavar ropa a mano.

determinada zona del *box*, y la firma de la declaración jurada, hacía que se perdieran diez minutos de la clase. Finalizada la higienización, el personal de la Municipalidad debía tomar una fotografía de cada documentación y se retiraba, hasta que comenzaba un nuevo turno de clases, donde el protocolo debía repetirse. Sumado a esto, el precalentamiento del cuerpo llevaba cinco minutos con lo cual el desarrollo del *WOD* se reducía en cuarenta y cinco minutos.

En épocas anteriores a la pandemia, clientes y clientas de *Legionados* solían charlar apenas llegaban al *box*, tratando temáticas referentes a situaciones vividas en su trabajo, en su familia o planificar salidas el fin de semana. Este tipo de actitudes a Elton le molestaban mucho, pues entendía que los y las *crossfitters* podían hacer esto mismo mientras entraban en calor y de ese modo, no perder tiempo. Durante la etapa protocolizada del *box*, no había lugar a la dispersión y los *WODs* que se generaban estaban orientados a garantizar la concentración del cliente o clienta en la actividad y que “*cumplieran mínimamente lo que el o la coach estipulaba*”. El principal obstáculo se les presentaba a los y las *atletas* que estaban acostumbrados a entrenar dos horas por día y, ante la nueva exigencia municipal de reducir el ingreso de cada persona a sesenta minutos, muchos/as de ellos y ellas se replanteaban cómo cumplirían el entreno. Desde la mirada de Elton, este proceso de límites de horarios y extremo respeto a las distancias sociales dentro del *box*, se podía sobrellevar siempre que los y las practicantes demostrasen una predisposición a la adaptación de esta nueva forma de entrenar. En el fondo, los y las entrenados/as sabían que reducir su rutina a cuarenta y cinco minutos, tres veces por semana, era preferible a no concurrir al local.

La lógica productiva de “no perder tiempo” se reforzaba a partir del *box* protocolizado, donde la adaptación a la nueva normalidad se producía en términos de una excesiva racionalidad orientada a garantizar el goce y el trabajo corporal del cliente o clienta. Como en el *HomeWOD*, la producción del cuerpo continuaba con jornadas laborales más cortas, pero sumamente intensas y vivenciadas por los y las trabajadores/as-*atletas* como positivas y cargadas de emociones.

El *box* protocolizado duró poco tiempo, menos de un mes de hecho. El día 16 de junio de 2020 el municipio de Sáenz Peña emitió un comunicado anunciando que,

ante la aparición de dos casos positivos de COVID-19, la ciudad debía retroceder a la fase tres¹¹⁷. Esto implicaba que los gimnasios al no ser considerados actividades comerciales de primera necesidad, debían volver a cerrar. Esta noticia fue recibida con tristeza por parte de los/as emprendedores y emprendedoras de los tres *boxes* quienes se consideraban así mismos como “*prestadores y prestadoras de un servicio esencial a la comunidad*”: la salud. Dos meses después se volvieron a abrir los gimnasios, bajo protocolos que eran supervisados por agentes municipales.

Las regulaciones estatales en estos espacios destinados a actividades del tiempo libre fueron rigurosas hasta el mes de septiembre de 2020 y, posteriormente a esa fecha, las autoridades dejaron de concurrir. Ante esta situación, los y las *coaches* continuaron implementando las medidas de higiene y desinfección, pero permitieron un mayor ingreso de *crossfitters* en determinados horarios. En diciembre de ese año, cuando realicé las entrevistas a Elton, observé que en *Legionados*, los y las *atletas* se juntaban en círculos una vez finalizadas sus rutinas de entrenamiento. Con esto quiero significar el no cumplimiento de las distancias sociales establecidas por el Estado en estos mundos sociales y culturales, algo que repercutió en la aparición de casos de COVID-19 en sus practicantes. De hecho Elton y Alexander se contagiaron en distintos momentos a partir de sus labores en el *box*. Resultaba muy difícil en estos espacios destinados a la práctica deportiva y manutención del rendimiento físico las distancias sociales entre practicantes debido a algunas condiciones y formas de organización del dictado de clases. Por ejemplo, los y las *coaches* solían colocar música con volúmenes muy altos para estimular a sus entrenados y entrenadas, algo que impedía apreciar lo que decían. Esto implicaba que debían quitarse el barbijo o tapabocas y acercarse sus ellos y ellas o muchas veces gritar las indicaciones de los *WODs*, situación que no estaba recomendada por organizaciones sanitarias nacionales e internacionales¹¹⁸.

¹¹⁷ Durante la etapa de Aislamiento Social, Preventivo y Obligatorio, Argentina estableció fases de apertura y cierre de espacios, dependiendo de su importancia o esencialidad para el bien público.

¹¹⁸ Una de las instituciones que más promovió el distanciamiento social fue la Organización Mundial de la Salud (OMS), estableciendo que acciones como gritar, cantar y reír producían mayor expulsión de saliva y con ello, de carga viral. Por esta razón, el Ministerio de Salud de la Nación Argentina incentivó el uso del tapabocas o barbijo en espacios públicos y de reuniones sociales, como también de una distancia de dos metros entre personas.

El *CrossFit* es salud: ¡Somos esenciales!

Como expliqué a lo largo de este capítulo, el funcionamiento de los *boxes* de *CrossFit* se vió modificado a raíz de la pandemia por COVID-19, debiendo adoptar estrictas y sistematizadas medidas sanitarias que se orientarían a una burocratización de estos espacios de entretenimiento y tiempo libre. De pronto, las firmas por declaraciones juradas, los datos de contacto a familiares del cliente o clienta, los protocolos, las distancias, la exigencia de puntualidad en las entradas y salidas del gimnasio, se volvieron moneda corriente y pasaron a formar parte de la normalidad de estos mundos sociales y culturales. Esta rigidez fue supervisada por los y las *coaches* quienes cumplieron el papel de agentes controladores/as de las normativas sanitarias, junto con la ayuda de algunos/as personales de limpieza como Sara en *Cross Open*.

Como vimos en el capítulo II, el trabajo de un/a *coach* al interior del *box* se centraba en controlar si su cliente o clienta se encontraba realizando de modo correcto la técnica, llegando incluso a poner su mano sobre la parte anatómica o acercándose para explicarle en un tono de voz más elevado ¿Cómo regular un cuerpo que no podía ser tocado por cuestiones normativas? ¿Cómo corregir posturas físicas ante la imposibilidad de acercarse e incluso sin estar presente en el mismo lugar como fue el caso de los *HomeWODs*? En estas situaciones, las reinventiones empresariales y pedagógicas se orientaron a la producción de nuevas formas de impartir la disciplina, en algunas instancias mediatizadas por la digitalización y en otras por un entreno presencial, pero con distancia de dos metros entre *coach* y cliente.

¿Cómo se vinculaban estos y estas agentes con las nuevas reglamentaciones municipales? La mayoría de los/as dueños/as, *coaches* y *atletas* recibieron con alegría la apertura de sus emprendimientos, aunque manifestaban su desacuerdo con las diferencias de regulaciones estatales entre sus gimnasios y otros locales. Muchos de ellos y ellas mostraron su disconformidad al observar que lugares como supermercados y farmacias no se respetaba el número máximo de personas y que esto no era sancionado por los agentes municipales. El enojo de muchos de mis interlocutores e interlocutoras se justificaba en que sentían que existía desde el Estado una supervisión mayor hacia ellos y ellas por ser considerados/as focos de contagio. Ante esto, los y las *coaches* y *atletas* manifestaban que se trataba de un prejuicio que las autoridades tenían

sobre su trabajo, producto de un desconocimiento sobre los beneficios que (desde su perspectiva) el *CrossFit* tenía en la salud (fortalecimiento del sistema inmune principalmente). Esto tendría una correlación con la investigación de Nicolás Sosa Chávez (2021) sobre el mundo de la Calistenia en San Salvador de Jujuy. Según el autor, los y las jóvenes practicantes justificaban su entrenamiento durante la pandemia con el objeto de mejorar su salud ante el avance del virus, pero también por un sentido de sociabilidad afectiva: “*obtener salud mental y espiritual a fin de evitar enfermarse y contagiar a sus personas de cercanías*” (Sosa Chávez, 2021, p. 5).

Las estrategias de reinención empresarial que adoptaron estos emprendedores y emprendedoras de *CrossFit* durante la pandemia cobrarían sentido si las analizamos en el marco de una sociedad del riesgo. Según lo demuestran Anthony Giddens y Ulrich Beck (Giddens, et al., 1996), el desarrollo industrial conduciría a esta forma de vida, donde el mayor conocimiento no necesariamente garantiza el control total de las consecuencias y peligros a los que estamos expuestos. La llamada modernidad reflexiva expresa la (auto)confrontación de los sujetos con los efectos (en su mayoría negativos) que genera este tipo de sociedad. En el caso de los y las *atletas* de *CrossFit*, la pandemia habría reafirmado sus concepciones sobre la salud, argumentando que esta actividad física generaba el fortalecimiento del sistema inmunológico. En una sociedad global donde el riesgo es latente y la incertidumbre está presente en cada ámbito de nuestras existencias (Giddens, 1996 en Alfie Cohen y Méndez, 2000), la situación de una pandemia contribuyó a reforzar nuestras inseguridades ontológicas; y, para algunos grupos sociales (los y las *atletas*) entrenar el cuerpo al máximo se habría convertido en una forma de adquirir certezas. En redes sociales, muchos y muchas *coaches* utilizaron el lema *El CrossFit es salud* contribuyendo a generar sensaciones de tranquilidad y autoconfianza en los y las *crossfitters*, quienes entendían que el cuerpo se encontraba mejor preparado para tolerar los avatares del COVID-19, siempre que estuviese entrenado de forma intensa y al límite de sus resistencias físicas.

En épocas de pandemia, el concepto funcionalidad corporal que hacía al mundo del *CrossFit* se re-significó y adoptó nuevos sentidos. En 2014, mis interlocutores e interlocutoras del *box* de Fausto referían a la producción de un cuerpo funcional, adaptado a los pormenores de la vida cotidiana, como, por ejemplo, trepar un muro o un árbol, correr largas distancias en pocos minutos, entre otros. La idea era lograr, por

medio del entrenamiento, un cuerpo ágil capaz de afrontar problemas inesperados de la cotidianeidad los cuales se asociaban a dinámicas existentes en el mundo natural: “*La idea es que puedas aplicarlo a cualquier situación, si tenés que subir una escalera, saltar. El otro día iba a la casa de Male y había un muro. O me volvía o saltaba. Tomé impulso y me trepé*” (Registro de entrevista a Fausto, 2016). Sus discursos diferenciaban entre lo que implicaba el “*CrossFit para la salud*” y el “*CrossFit para la competencia*”. La primera categoría abordaba ejercicios complejos pero adaptables a cada persona, con el propósito de producir mejoras en la calidad de vida del/la practicante (esta propuesta se acercaba a los programas de *Fitness* ofertados antes de la emergencia del *CrossFit* y actualmente), mientras que la segunda refería a una exigencia y compromiso diario dentro y fuera del *box* (alimentación estricta, regulaciones del sueño y la actividad sexual, entre otras). Como la mayoría de los deportes de competición, el (sobre)entrenamiento podía producir lesiones en las articulaciones de algunos y algunas *atletas* las cuales podían provocar una interrupción en el rendimiento de estos competidores y competidoras. La gravedad de las mismas dependía de factores como la cantidad de años de entrenamiento y el peso levantado en cada movimiento. Esta situación era utilizada como argumentación de opiniones negativas por parte de muchos detractores y detractoras del *CrossFit*, tales como algunos/as profesores y profesoras en Educación Física o el mismo Subsecretario de Deportes y Recreación de Sáenz Peña que sostenía que esta disciplina era lesiva y riesgosa.

Como mencioné en los párrafos anteriores, los y las *atletas* de los cuatro *boxes* construyeron nociones sobre la salud vinculadas al desarrollo de un cuerpo fuerte y una funcionalidad física que respondería a los requerimientos de una vida cotidiana cambiante e incierta: fuerza en los brazos para alzar un hijo, subir una escalera sin agitarse, levantar un objeto contundente del suelo sin lesionarse. Sin embargo, a partir de la llegada del COVID-19 esta concepción de salud cambió rotundamente, pues ahora se trataba de producir *cuerpos resistentes y resilientes*. Desde la mirada de Alexander Ocampo por ejemplo, emprendedores y emprendedoras de *CrossFit* brindaban salud a la comunidad, al producir ciudadanos y ciudadanas más fuertes y menos propensos/as a enfermarse.

En síntesis, las estrategias de venta del *CrossFit* en estos cuatro *boxes* se orientaron a la promoción -por medios digitales- de los servicios que cada local ofrecía, junto con los beneficios corporales y anímicos que la disciplina producía. Estas formas de publicidad se habrían afianzado durante el primer año de la pandemia (2020), produciendo una marketinización del deporte en estos contextos locales y con ello, el surgimiento de discursos de autosuperación y resiliencia, propios del coaching ontológico.



(Fotografía aportada por un interlocutor. *Atleta advance* del *Team Saénz Peña*. Marzo de 2022). En la imagen se observa un competidor elevándose por encima de la barra.

Consideraciones Finales.

A lo largo de este trabajo de tesis di cuenta de los elementos constitutivos de lo que denominé como “mundos sociales y culturales” del *CrossFit*. Para ello me nutrí de los aportes de Becker (2008) los cuales me permitieron observar las redes de agentes que involucraban y se movilizaban en torno a los *boxes* de las ciudades de Sáenz Peña y Santiago del Estero, al igual que las “convenciones” que se producían al interior y daban forma a estos emprendimientos. A partir de allí, me interesó comprender y abordar las “carreras” (Becker, 2009; Rodríguez, 2016) que las y los clientes/as, *atletas* y *coaches* hacían en su devenir deportivo-laboral y cómo formas de subjetificación contemporáneas motivaron en estos y estas jóvenes un espíritu emprendedor basado en la autorrealización y deseo de éxito económico (Landa, et al., 2019; Rose, 2003, p. 251). La persistencia ante la adversidad, calidad y eficiencia en la preparación física, planificación y seguimiento en los resultados, eran algunas de las premisas que hacían al oficio de estos emprendedores y emprendedoras.

Como mencioné en las primeras páginas de esta etnografía, mis indagaciones empíricas se realizaron en dos localidades del norte argentino: desde 2014 a 2017 en Santiago del Estero y desde 2018 a 2020 en Sáenz Peña, provincia de Chaco. En la primera ciudad trabajé con el grupo autonominado *Los Locos*, *atletas* de entre dieciocho a cuarenta y cinco años que hacían *CrossFit* en el *box* de Fausto con el fin de competir en torneos. Aquí me incorporé al gimnasio en calidad de novato y de investigador, compartiendo mis inquietudes, intereses y rutinas deportivas con los y las demás clientes y clientas. “Estar allí” me posibilitó reflexionar y analizar decires, expresiones y prácticas que hacían al cotidiano de estas personas. También me permitió viajar con ellos y ellas a competencias realizadas en La Rioja y Jujuy, y presenciar algunas desarrolladas en el mismo local. En relación al *Team Sáenz Peña*, mis incursiones en los *boxes* fueron al comienzo de modo presencial y luego, producto de la pandemia por COVID-19, opté por realizar conversaciones informales con mis interlocutores e interlocutoras vía *WhatsApp*. Cuando los gimnasios reabrieron sus puertas, pude entrevistarme personalmente con los y las *coaches* de *Legionados* y *Fortáles*, además de reunirme con el Subsecretario de Deportes y Recreación de la ciudad. También indagué en sitios y portales de internet referidos al mundo *crossfitter* para conocer la

terminología propia de la disciplina y en normativas y disposiciones municipales para observar las regulaciones estatales.

Mis ingresos como cliente fueron intermitentes debido a mi falta de compromiso y pasión por la práctica deportiva. En este punto mis experiencias se distanciaron notoriamente de las atravesadas por Sarpong (2020), Bekenstein (2019) Yaniga (2018) y Aguilera Matute (2022) quienes se convirtieron en *crossfitters* y desde allí construyeron sus análisis. En los casos mencionados los y las autores/as incorporaron reflexivamente a sus investigaciones los cambios físicos y subjetivos producidos a partir de este deporte: sensaciones de satisfacción, autosuperación y realización personal; valores y ambiciones de competición propios de la comunidad de entrenamiento. De todas formas, el hecho de no compartir este entusiasmo por el *CrossFit* no fue un impedimento para acercarme a los significantes construidos por las y los *atletas* ni para la indagación etnográfica de estos mundos sociales y culturales.

En el capítulo I describí analíticamente las características de esta disciplina deportiva y el contexto en el que surgió. Me interesé en mostrar cómo esta empresa mundialmente expandida se instaló y resignificó en nuestro país y particularmente en Santiago del Estero y Sáenz Peña. En estas localidades, el *CrossFit* comenzó a impartirse en 2014 en *boxes* no oficiales, es decir emprendimientos que no compraron una licencia al dueño de la marca. Poco a poco, estas pequeñas empresas ganaron terreno en los contextos urbanos de dichas ciudades, volviéndose parte de ellas y compitiendo con las ofertas laborales de otros gimnasios instalados con anterioridad. Mencioné que las condiciones geográficas y climatológicas del norte argentino contribuirían a reforzar en el y la *atleta* un *ethos* de combate, valentía, superación, resistencia y supervivencia coincidente con los valores que pregona la marca *CrossFit*. Sostuve que esto podría ser comprendido como parte de un proceso de glocalización (Rosas Mantecón, 1993; Homóbono Martínez, 2019) en donde las y los emprendedores y emprendedoras adaptaron los mandatos y estilos de entrenamiento (y de vida) de esta empresa, según sus fines deportivos-comerciales y las características naturales-culturales de la región. Esto habría devenido en la legitimación de un estilo propio de *hacer CrossFit* en donde la obtención de una licencia oficial no sería un requerimiento obligatorio para impartirlo.

De acuerdo a lo relevado en los días del trabajo de campo para estos/as emprendedores y emprendedoras, *el verdadero CrossFit* se validaría a partir de prácticas deportivas orientadas a un fin específico: la competición y, con ella, la producción de *atletas*. Considero que el análisis antropológico del *verdadero CrossFit* debería continuar en otras investigaciones abordando las experiencias y sentidos que sus protagonistas construyen en sus contextos locales. Esto posibilitaría la lectura, con mayor profundidad, de las tensiones y variaciones en las formas de interpretar esta práctica, evitando miradas esencialistas que encasillen y reduzcan al término.

En el capítulo II me concentré en dos agentes nodales en estos mundos sociales y culturales: *coaches* y *dueños-coaches*. Señalé que estos/as emprendedores y emprendedoras comenzaron sus trayectorias deportivas en otros ámbitos como el fisicoculturismo o los gimnasios de fierros (Rodríguez, 2016) y seducidos/as por la combinación de técnicas y ejercicios extenuantes que proponía el *CrossFit*, comenzaron sus “carreras” (Becker, 2008; Rodríguez, 2016) y posteriormente abrieron sus propios *boxes*. Sus iniciales clientes y clientas fueron allegados/as de su círculo íntimo como parejas, amigos/as y compañeros/as del trabajo que luego recomendaron la práctica a otros/as conocidos/as, generando así una red de consumidores y consumidoras del *CrossFit*. En su recorrido como maestros y maestras de esta práctica, desplegaron técnicas de instrucción que marcaron un sello distintivo en relación a la forma correcta de impartir la actividad, situación que me llevó a identificar tres tipos de *coaches*: *el o la técnico/a*, *el o la criterioso/a* y *el o la exigente*. Estas categorías me permitieron analizar la relación *coach*-cliente/a. Probablemente investigadores e investigadoras sociales de *CrossFit* que realicen sus trabajos de campo en otros contextos construyan tipologías diferentes a las presentadas aquí. No obstante, éstas operarán como antecedentes permitiendo identificar regularidades, diferencias, modulaciones y emergencias de otras categorías potencialmente reconocidas.

En el segundo capítulo también me interrogué acerca del rol que ocupaban las mujeres en estos mundos sociales y culturales y cuáles eran las nociones de belleza que construían a partir de sus prácticas. Señalé que la categoría *coach* constituía un techo de cristal en las “carreras” (Becker, 2009; Rodríguez, 2016) de estas emprendedoras, no habiendo registro de mujeres que legalmente desempeñaran el cargo de dueñas en la estructura piramidal de los *boxes* analizados. Consideré que se debía a construcciones

estereotipadas (y normalizadas) de género orientadas a concebir la tarea de la mujer al ámbito del cuidado y enseñanza, mientras que la labor del varón se vincularía a la toma de decisiones y administración del emprendimiento. Esto lo pude observar en Gabriela (esposa de Fausto) y Vanesa (novia de Alexander) quienes trabajaban como gestoras de la empresa, pero no figuraban en la documentación de alquiler ni en los permisos municipales. En cuanto a los ideales de cuerpo bello, sostuve que estas *atletas* contestaban discursos de femineidad vinculados a presupuestos de un dispositivo heteronormativo, donde anatomías musculosas y fornidas se corresponderían con la salud masculina, mientras que el cuerpo estilizado y delgado se vincularía con la salud y belleza de la mujer. En esta dirección mis hallazgos fueron similares a los de Landa (2017) y los de Michelle Carreirão Gonçalves y Amanda Torres Vieira da Costa (2021).

Si bien analicé discursividades en torno a lo bello y lo fuerte en estos mundos sociales y culturales, considero que la dimensión del género en el *CrossFit* representa un sendero sumamente fértil que requiere una continuidad de análisis ¿Se producen vínculos de sororidad entre las mujeres durante la fase de entrenamiento diario en el *box* y luego en las competencias? ¿Qué ideal de belleza construyen los varones a partir de su conversión como *atletas* y de qué forma lo reproducen en los canales digitales? ¿Qué prácticas de estética debieron adoptar ellos al momento de exponer su cuerpo entrenado? ¿Qué márgenes y condiciones de posibilidad hay en estos mundos para los vínculos sexoafectivos entre personas del mismo género?

En el capítulo III expuse los pasos que caracterizaban a la “carrera” (Becker, 2009; Rodríguez, 2016) de un/a *atleta*. Indiqué así el período de adaptación que atravesaba un/a neófito o neófita, compuesto por clases o encuentros donde aprendía el léxico de la disciplina y las técnicas corporales básicas. Durante esta instancia, quien iniciaba identificaba las zonas y elementos de trabajo que hacían a un *box*, estableciendo diferencias con el modo de entreno de un gimnasio convencional. Señalé además las fases que hacían al *WOD* en tanto performance (Schechner, 2000, 2012), permitiéndome comprender que dichas acciones restablecidas serían adaptables a la o el ejecutante, según sus fines y posibilidades físicas: algunos lo harían más o menos lento que el resto de sus compañeros y compañeras o trabajarían con mayor o menor peso. A medida que el cliente o clienta aprendía las “convenciones” (Becker, 2008) del *CrossFit*, avanzaba hacia la regulación de su alimentación, produciendo un modo ascético de cuidado

corporal y de sí (Rodríguez, 2016) que se intensificaba en vísperas a los torneos. En la carrera del entrenado/a de *CrossFit* era necesario aprender e internalizar la *jerga crossfitera* e incorporar las destrezas y técnicas corporales transmitidas por los y las *coaches* (Kalin, 2019). En la medida que se afianzaban estos significantes, símbolos y rutinas se marcaba el pasaje de un/a simple neófito o neófita hacia una categoría superior, que en este mundo era representado por la figura del/la *atleta* (Rodríguez; 2016).

En estos y estas agentes la vocación y pasión por entrenar se significarían como *locura por el CrossFit*, es decir como un sentimiento común por esta práctica que no era comprendida por personas ajenas a este mundo social y cultural. En estos y estas *atletas* emprendedores/as, la otredad implicaba autonominarse como *Locos por el CrossFit*, en relación a “otros” que también ejercitaban en el *box* de Fausto, pero que no compartían su pasión por el entrenamiento, contribuyendo esto a reforzar su subjetividad a partir de experiencias deportivas-competitivas. Cabe destacar que esta noción *Loco* era movilizaba por la propia marca a través de medios digitales, activando procesos de producción de fanáticos por la práctica y el ámbito del *CrossFit*. Como sostienen Federico Álvarez Gandolfi y Nemesia Hijós (2022) existen deportes (en su caso el fútbol) que tienen una lógica hipermercantilizada orientada a la creación de consumidores y consumidoras regulares de un espectáculo a partir de estrategias de fanificación, sentidos de pertenencia e identidades. Considero que los usos del fanatismo, las pasiones y el consumo en estos contextos del norte argentino son puntos que deben seguir problematizándose a la luz de los sentidos que atraviesan las experiencias de clientes y clientas, *atletas*, *coaches* y *dueños-coaches* de *CrossFit*.

En el capítulo IV abordé la *Regional Cross*, competencia llevada a cabo en La Rioja en septiembre de 2016. Durante el análisis di cuenta de las fases que organizaban esta performance colectiva y las acciones que emprendían sus creadores-productores, ejecutantes y participantes posibilitando el despliegue de este espectáculo de *CrossFit*. Gran parte de la concreción de estas instancias deportivas era posible gracias al “personal de apoyo” (Becker, 2008) es decir, técnicos y técnicas especializados/as en acompañar y asistir al *atleta*. Este grupo de personas lo conformaban nutricionistas, algunos/as maestros/as y practicantes de la disciplina. Las competencias implicaban que el o la *coach* gestionara recursos materiales (rifas de ropa, venta de comidas, selección

de choferes) necesarios para solventar el traslado. La “gestión de las emociones” (Blázquez y Castro, 2015) también era vital: en tanto autoridad del *box* y líder del grupo, debía contener y estimular al grupo de *atletas* que competían. La dimensión performativa de la *Regional Cross* me permitió ver que en estas performances colectivas (Schechner, 2000, 2012) se hacían *coaches*, *atletas*, jueces, juezas y líderes. También observé que los Estados Municipales actuaban en tanto agentes reguladores de estos eventos, a partir de requerimientos y normativas de seguridad, como también brindando recursos (espacios, traslados, entre otros). A su vez, la posibilidad de conseguir estos permisos aumentaría en caso de haber cierta afinidad política con las autoridades de los municipios. Si bien esto último fue mencionado por un solo entrevistado, considero que es un elemento clave para continuar indagando a la luz de posibles relaciones que se producirían entre entidades, agentes estatales y del mercado en el marco de estos mundos sociales y culturales.

La gestión de los recursos materiales y permisos municipales representaba tan sólo una parte del proceso de producción de las competencias. Las relaciones de reciprocidad establecidas entre *atletas* y *dueños-coaches* de localidades cercanas eran fundamentales para garantizar el despliegue del espectáculo deportivo. Los y las miembros del *Team Sáenz Peña* y del *box* de Fausto aceptaban participar en eventos desarrollados en otras ciudades, bajo la condición de que, en un futuro próximo, sus anfitriones y anfitrionas concurrieran a las competencias que ellos y ellas realizarían. Las redes de apoyo mutuo entre estos *boxes* no oficiales posibilitaban la promoción de los torneos, repercutiendo esto en una mayor inscripción de participantes y más fuentes de ingresos.

En las competencias de *CrossFit* también se (re)producían jerarquías en torno al género. Mis interlocutores me mencionaron que la diferencia entre la carga levantada por varones y mujeres de una misma categoría se fundamentaba en “*cualidades naturales diferentes*” que existían entre ellos y ellas. Desde sus perspectivas, las *atletas* desarrollaban mayor flexibilidad y coordinación gimnástica que sus compañeros, quienes progresaban a partir de la obtención de una “*fuerza física superior*” a la de ellas. ¿Acaso estas concepciones son aceptadas, normalizadas y compartidas por las mujeres profesionales? ¿Es el *CrossFit* un mundo que permite discrepancias en torno a estas normativas de género?

Estos eventos deportivos también se caracterizaban por fomentar un clima de aventura y *puesta a prueba* a partir de la invención de desafíos que los/as organizadores y organizadoras elaboraban según la geografía y naturaleza del lugar. En Santiago del Estero los ríos y costaneras eran aprovechados por los y las *atletas* para hacer sus entrenamientos y ensayar sus performances en los espacios de arena y cuando se trasladaban a ciudades ubicadas en zonas con sierras o montañas, realizaban trotes en las pequeñas elevaciones. En Chaco, algunas partes de las competencias se desplegaban en el horario de la siesta, cuando más altas eran las temperaturas. Con estas iniciativas, los *dueños-coaches* no solo buscaban generar adrenalina en los y las *atletas* sino reafirmar la ética de la supervivencia y *cuerpo todo terreno* que pregonaba la marca *CrossFit*. También acentuar el carácter sorpresivo e inesperado de los *WODs*, adaptados a las condiciones naturales de las zonas.

En el último capítulo mostré cómo las “carreras” deportivas y laborales se hibridarían ante la profesionalización que el o la *atleta* adquiriría a partir de su participación en la competencia. En la primera parte, señalé que estos emprendimientos producían estrategias de digitalización necesarias para la solvencia del *box*. *Coach* y *atletas* eran los y las encargados/as de distribuir vía redes sociales el material fabricado a fin de promocionar los servicios y productos: videos y fotografías de los cuerpos trabajados. La anatomía musculosa y tonificada de los y las *atletas* también se volvería un vehículo para la promoción y venta de productos relativos al cuidado estético y al entrenamiento *Fit*. Esto conduciría a una circulación a nivel local y global de sus corporalidades, generándose lo que Cachorro (2015) denomina una reterritorialización del deporte.

En la segunda parte de ese capítulo, mencioné que la mediatización de estas prácticas corporales por medio de redes sociales se profundizó durante el primer año de Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio. Identifiqué cuatro estrategias laborales que desplegaron estos emprendedores y emprendedoras: *HomeWOD*, alquiler de las herramientas de trabajo, la campaña “*Apoyá a tu box*” y el *box* protocolizado. Referí que el concepto institución reinventiva que propone Dawson (2015) se vincularía en estos casos a la generación de tácticas empresariales destinadas a la continuidad del negocio. Por ejemplo, la reinención de los y las *coaches* hizo que devinieran en *influencers* para promocionar su servicio ante el cierre de sus lugares de trabajo. Esto implicó la

adquisición de una serie de competencias y aptitudes que contribuyeron a su profesionalización tales como adaptarse a la cámara, utilizar plataformas como *Google Meet* o *Zoom*, entre otras. Considero que la digitalización en el mundo *CrossFit* es una línea de trabajo que podría profundizarse en futuras investigaciones.

Finalmente sostuve que la noción de *servicio esencial* que estos emprendedores y emprendedoras construyeron a raíz del avance de la pandemia podría ser analizada en el marco de una sociedad del riesgo (Giddens et al., 1996). Desde la perspectiva de *atletas y coaches* de *CrossFit*, el entrenamiento exhaustivo se habría vuelto una forma de adquirir certidumbre bajo la premisa de “*reforzar el sistema inmunológico*”. Esto me permitió observar cómo estos y estas jóvenes contestaban la nominación que los Estados Municipales hacían sobre su oficio: para ellos y ellas el *CrossFit* no se significaba meramente una actividad recreativa que podía practicarse en el tiempo libre, sino que constituía una forma de vida y medio de trabajo que contribuía a un bienestar general al producir ciudadanos y ciudadanas corporalmente más fuertes, activos, resistentes y resilientes. Durante la etapa del A.S.P.O los discursos del coaching ontológico se hibridaron con los de la autosuperación física propia de la marca, reforzándose ésto en la idea de un sujeto resiliente que interpretaría a las incertidumbres provocadas por la pandemia como una oportunidad para perfeccionar el entrenamiento y *superar las barreras* que un ambiente cambiante le presentaría.

Por último, analizar los mundos sociales y culturales del *CrossFit* en las localidades mencionadas me permitió vislumbrar aspectos del emprendedorismo desde los contextos de la *no oficialidad*. En este punto mi trabajo se distancia de los hallazgos de Sarpong (2018) quien sostiene que los locales oficiales reciben semanalmente (por parte de la marca) las instrucciones de qué *WODs* deben producirse sin posibilidad alguna de modificación. Esto no ocurría en los cuatro *boxes* que observé, debido a que eran los y las *coaches* quienes determinaban qué *WODs* se enseñarían en el día, dependiendo de factores tales como predisposición de los/as clientes y clientas y nivel de preparación física de los/as mismos/as. Podría pensarse que la *no oficialidad* de estos *boxes* permitiría a sus autoridades mayores grados de autonomía respecto a la instrucción de la disciplina, en relación a aquellos y aquellas que abonaban la licencia a la empresa. Este aspecto será trabajado en profundidad en una futura investigación

analizando las experiencias de otros/as emprendedores y emprendedoras y de nuevos *boxes* que surgieron al momento del cierre de mi trabajo de campo.

Las lógicas que hacían a estos mundos sociales y culturales -autosuperación, funcionalidad corporal, resistencia y resiliencia- habrían generado la instalación de emprendimientos de *CrossFit* en las provincias de Chaco y Santiago del Estero, de la mano de jóvenes de clase media que vislumbraron en esta disciplina una posible salida laboral. Este espíritu emprendedor basado en creencias como “*aún no conozco mis límites*”, “*si querés, podés*” iría en consonancia con las exigencias de una racionalidad neoliberal norteamericana que suscita en los sujetos la procura de mayor flexibilidad, creatividad, autonomía e independencia (Yaniga, 2018). Aquí la incorporación de una aptitud física óptima y destrezas deportivas particulares constituirían recursos para que los individuos surfeen un medio que podría traer nuevas amenazas (como la pandemia, o climáticas). Por ello habría que mantenerse activo, alerta y siempre preparado para sortear cualquier desafío que pudiera presentarse.



(Fotografía del perfil de *Instagram* de *atleta advance* del *Team Sáenz Peña*. Abril de 2022). En la imagen puede verse a un competidor haciendo levantamiento de pesas, mientras es observado por dos compañeros.

Referencias bibliográficas.

- Aguilera Matute, E. de J. (2022). *“Somos técnica, entrenamiento y salud” una etnografía de la poética y política de los cuerpos en el mundo del CrossFit* [Tesis de Licenciatura en Antropología. Inédita] Universidad Nacional de Córdoba.
- Alfie Cohen, A. y Méndez, B. (2000). La sociedad del riesgo. Amenaza y promesa. *Sociológica. Universidad Autónoma de México*. 15 (43), 173-201.
- Álvarez Gandolfi, F. e Hijós, N. (2022). Fútbol, fanatismo y gestión: el caso del Club Atlético Boca Juniors. En Álvarez Gandolfi, F. (Ed.) *Fanatismos: prácticas de consumo de la cultura de masas* (p.p. 89-110). Prometeo Libros.
- Álvaro, D. e Hijos, N. (2020). Rompe tus barreras: un análisis sobre el uso del coaching ontológico en la plataforma de entrenamiento Nike en Buenos Aires en *Dossier Management, Cuerpo y Subjetividad. Arxius de Sociología* (42), 103-117.7
- Arizaga, C. (2017). *Sociología de la felicidad. Autenticidad, bienestar y management del yo*. Editorial Biblos, Sociedad. Argentina.
- Augé, M. (2000). *Los no lugares. Espacios del anonimato. Una antropología de la sobremodernidad*. Gedisa Editorial. Barcelona.
- Barbieri, J. F., Correia, R. F., Arcila Castaño, L. A., Carvalho Brasil, D. V., Ribeiro, A. N. (2017). Comparative and correlational analysis of the performance from 2016 crossfit games high-level athletes. *Manual Therapy, Posturology & Rehabilitation Journal*, 1-4. <https://doi.org/10.17784/mtprehabjournal.2017.15.521>
- Becker, H. (2008). *Los Mundos Sociales del Arte. Sociología del Trabajo Artístico*. Universidad Nacional de Quilmes. Bernal, Buenos Aires. Argentina.
- Becker, H. (2009). *Outsiders. Hacia una sociología de la desviación*. Siglo Veintiuno Editores. México.
- Becker, H. (2014) [1998]. *Trucos del oficio. Cómo conducir su investigación en ciencias sociales*. Buenos Aires: Siglo Veintiuno Editores.

- Bekenstein, Y. (2019). *Train hard, dress fine. El CrossFit y la construcción de subjetividades*. [Tesina de Grado no publicada] Licenciatura en Comunicación Social. Facultad de Ciencias Sociales. Universidad de Buenos Aires.
- Binkley, S. (2014). *Happiness as Enterprise. An Essay on Neoliberal Life*. State University of the New York.
- Blázquez, G. y Castro, C. (2020). “En modo fiesta. El montaje de cuerpos extáticos entre jóvenes en la Córdoba contemporánea”. En *Juventudes y Corporalidades* Mariana Mármol y Luz Roa (comp.) Grupo Editor Universitario.
- Boltanski, L. y Chiapello, E. (2002). *El nuevo espíritu del capitalismo*. Madrid: Akal.
- Bröckling, U. (2015). *El Self emprendedor. Sociología de una forma de subjetivación*. Universidad Alberto Hurtado.
- Butler, J. (2012). *Cuerpos que importan. Sobre los límites materiales y discursivos del ‘sexo’*. Editorial Paidós.
- Cachorro, G. (2017). Deporte, espectáculo y mundialización de las culturas. En Ron, O., Fridman, J., Levoratti, A., De Marziani, F., Fotia, J., Maiori, M. y Kopelovich, P. (Coord.). *Actas del Primer Encuentro Deporte y Sociedad: Debates en tránsito en las Ciencias Sociales en la Argentina actual*. 52-61. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación.
- Carreirão Gonçalves, M. (2021). Empreendedoras da forma. Mulheres, fisiculturismo e mercado fitness. *Cuadernos del CLAEH*, (114) 101-116. <http://claeu.edu.uy/publicaciones/index.php/cclaeu/article/view/497/402>
- Carreirão Gonçalves, M. y Torres Vieira da Costa, A. (2021). Corpo laboratório: experimentos de mulheres fisiculturistas. *Revista Estudos Feministas, Florianópolis*. Doi, http: DOI: 10.1590/1806-9584-2021v29n279290.
- Castro, C. (2019). ¡Te vas a divertir a lo grande!: Cómo niños y niñas celebran sus cumpleaños en salones comerciales en la Córdoba contemporánea [Tesis Doctoral no publicada]. Doctorado en Ciencias Antropológicas. Universidad Nacional de Córdoba.

- Crespo, C. (2015). La cultura del cuerpo en tiempos de globalización. La cultura Fitness. *11° Congreso Argentino y 6° Latinoamericano de Educación Física y Ciencias*. http://congresoeducacionfisica.fahce.unlp.edu.ar/11o-congreso/publicaciones-11ocongreso/Mesa%2010_Crespo.pdf
- Crespo, C. (2015b). La (re)producción de subjetividades y cuerpos en la cultura de consumo actual. *Perspectivas en Educación Física: Documentos y notas de investigación, DyNT 01*. En *Memoria Académica*. http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.7304/pr.7304.pdf
- Crossley, N. (2005). In the gym: motives, meanings and moral careers. *Centre for Research on Socio-Cultural Change (CRESC), Working Paper Series.*, University of Manchester, United Kingdom. N°6.
- Dawson, W. (2015). CrossFit: Fitness Cult or Reinventive Institution? *International Review for the Sociology of Sport*. <http://www.researchgate.net/publication/283055867>.
- De Alba Teniente, E. (2017). Experiencia de empoderamiento de mujeres a través del deporte. Estudio de caso de maratonistas y ultramaratonistas. *Razón y Palabra*, 21 (96), 281-249. Universidad de los Hemisferios Quito, Ecuador.
- De Lauretis, T. (1989). *La tecnología del género*. Essays on Theory, Film and Fiction, London, Macmillan Press.
- De La Fabián Albagli, R. y Sepúlveda Galeas, M. (2018). Gubernamentabilidad neoliberal, postsecuritaria y resiliencia: una nueva metafísica de la identidad. *Athenea Digital* 18 (3), 1-25. <https://doi.org/10.5565/rev/athenea.2114>
- Debord, G. (2011) [1967]. *La sociedad del espectáculo*. Trad. revisada por Maldejojo para el Archivo Situacionista Hispano.
- Dominski, F., Casagrande, P. y Andrade, A. (2019). O fenómeno CrossFit[R]: Analise sobre o numero de boxes no Brasil e no mundo e modelo de treinamento e competicao. *Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício*. 13 (82).
- Felstead, A.; Fuller, A.; Jewson, N.; Unwin, L. (2009). "Exercising to music". En: *Improving Working as Learning*. Oxon: Routledge (pp. 87-109).

- Foucault, M. (2009). *El gobierno de sí y de los otros: Curso en el Collège de France: 1982-1983*, Buenos Aires, FCE.
- Foucault, M. (2007). *Nacimiento de La Biopolítica: Curso en el Collège de France: 1978-1979*, Buenos Aires, FCE.
- Foucault, M. (2003). *Disciplina en Vigilar y Castigar. Nacimiento de la prisión*. Siglo Veintiuno Editores. Libera Libros. Argentina. (pp. 124-211).
- Foucault, M (1996). *Tecnologías del Yo y otros textos afines*. Ediciones Paidós Ibérica, S.A.I.C.E. de la Universidad Autónoma de Barcelona. Barcelona - Buenos Aires – México.
- García Canclini, N. (2001). *Culturas híbridas. Estrategias para entrar y salir de la Modernidad*. DeBolsillo.
- García Fanlo, L. (2011). ¿Qué es un dispositivo? Foucault, Deleuze, Agamben. *A Parte Rei. Revista de Filosofía*.
- Garton, G. y Nemesia, H. (2018). La deportista moderna: género, clase y consumo en el fútbol, running y hockey argentinos. *Antípoda. Revista de Antropología y Arqueología* (30)23-42. Doi: <https://dx.doi.org/10.7440/antipoda30.2018.02>
- Geertz, C. (1994). *Conocimiento local. Ensayo sobre la interpretación de las culturas*. Ediciones Paidos. Buenos Aires. Argentina.
- Giddens, A., Bauman, Z., Luhmann, N. y Beck, U. (1996). *Las consecuencias perversas de la Modernidad. Modernidad, Contingencia y Riesgo*. Editorial Anthropos.
- Gil, G. (2018). Deporte y estilos de vida. El running en Argentina. *Antípoda. Revista de Antropología y Arqueología* (30) 43-63. Doi: <https://dx.doi.org/10.7440/antipoda30.2018.03>
- Goffman, E. (1959). *La presentación de la persona en la vida cotidiana*. Buenos Aires: Amorrortu.

- Gonzalez, F. (2007). Sociabilidades e práticas corporais: leitura de uma relação. En González, Stigger y Da Silveira (Ed.) *O Esporte na Cidade. Estudos etnográficos sobre Sociabilidades Esportivas em espaços urbanos*. UFRGS Editora.
- Guber, R. (2014). (comp.) *Prácticas Etnográficas. Ejercicios de reflexividad de antropólogas de campo*. Buenos Aires: Instituto de Desarrollo Económico y Social (Ides).
- Hang, J. (2016). “Sacrificio y deporte amateur. Una mirada socioantropológica a partir de un estudio con un grupo de nadadores adultos”. En *Revista Voces en el Fénix* (58), 56-63.
- Hang, J. (2011). “Sacrificio y sociabilidad en el entrenamiento de nadadores master”. En *Educación Física y Ciencia* (13). Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, Departamento de Educación Física, Argentina.
- Hijos, N. (2018). Fitters, paleo y veggies: nuevas formas de clasificar lo comestible. *Revista Educación Física y Ciencia*. Universidad Nacional de La Plata.
- Hombono Martínez, J. I. (2019). Glocalización: síntesis entre lo local y lo global. *Zainak. Cuadernos de Antropología-Etnografía* (37) 19-54. <http://www.eusko-ikaskuntza.eus/PDFAnlt/zainak/37/37019054.pdf>
- Kalin, F. (2013). “*Cuerpos que hablan: un abordaje etnográfico sobre el mundo del gimnasio. El fenómeno del culto al cuerpo en los jóvenes santiagueños*”. [Trabajo Final de grado no publicado]. Universidad Nacional de Santiago del Estero.
- Kalin, F. (2020). “*¿Cómo convertirse en un Loco? Una etnografía sobre la carrera de los atletas del Kratos Hard Cross en Santiago del Estero*”. [Tesis de Maestría no publicada]. Maestría en Antropología. Universidad Nacional de Córdoba.
- Kelly, P. (2013). *The Self as Enterprise. Foucault and the Spirit of 21st Century Capitalism*. Edge Hill University.
- Landa, M. I. (2009). Subjetividades y consumos corporales: un análisis de la práctica del Fitness en España y Argentina. *Razón y Palabra*, 69 (en línea). <http://www.razonypalabra.org.mx/SUBJETIVIDADES%20Y%20CONSUMOS%20CORPORALES%20UN%20ANALISIS%20DE%20LAS%20PRACTICAS%20DEL%20F>

[ITNESS%20EN%20ESPANA%20Y%20ARGENTINA%20.pdf](#), acceso 10 de junio de 2017.

- Landa, M. (2011). *Las tramas culturales del Fitness en Argentina: los cuerpos activos del ethos empresarial emergente* [Tesis doctoral no publicada] Universidad Autónoma de Barcelona.
- Landa, M. I. (2016a). Fitness-management: el conflictivo devenir de una cultura empresarial. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*. Brasil.38.
- Landa, M. I. (2016b). Del ethos del bienestar al de la autocompetencia: desplazamientos en la oferta del fitness. *IX Jornadas de Sociología de la UNLP, 5 al 7 de diciembre de 2016, Ensenada, Argentina*.
<http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/library?a=d&c=eventos&d=Jev9257>
- Landa, M.I. (2017). Emprendedores/emprendedoras: la vida activa y saludable en clave de género. En De Castro, A. y Landa, M. (org) *Corpos, Poderes y Subjetivación: Discursos y Prácticas en una Cultura Contemporánea*. Editorial Cultura Académica, 11-35.
- Landa, M. I. (2019). El cuerpo materno en la red: entre el orden de lo deseable y el de lo *real*, *Arxius*, Universidad de Valencia.
- Landa, M. I. y Kalin, F. (2021). El significante locura en el CrossFit y sus relaciones con el estilo de vida emprendedor. Ponencia presentada en 12º Congreso Argentino de Antropología Social (CAAS), en la Universidad Nacional de La Plata (UNLP), La Plata, Argentina. (Inédito).
- Landa, M. I. y Marengo, L. (2016). El sí mismo como empresa: sus operatorias y performances en el escenario managerial. En N. B. Rodríguez y H. Viafara Sandoval (comps.) *Michel Foucault, treinta años después. Aportes para pensar el problema del cuerpo y la educación*. Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación; Cali: Universidad de San Buenaventura Cali. (Coediciones; 4).
- Landa, M. I. y Rumi, J., (2016). CrossFit. Vomitar es un acto con sentido. *Revista Anfibia*.
<http://www.revistaanfibia.com/cronica/vomitar-es-un-acto-con-sentido/>.

- Landa, M. I., Blázquez, G. and Castro, C. (2019). “Emprender como estilo de vida. La actitud en las dinámicas laborales de trabajadores del fitness del entretenimiento infantil (Córdoba, Argentina)”, *Debats. Revista de cultura, poder i societat*, 133(1), 27–44. doi: 10.28939/iam.debats.133-1.3
- Laval, C. y Dardot, P. (2013). *La nueva razón del mundo. Ensayo sobre la sociedad neoliberal*. Barcelona: Editorial Gedisa.
- Marengo, L., Landa, M. I., Gonnet, J. y Del Bono, A. (2013). La sofisticación del discurso managerial: reflexiones sobre su actualización y notas sobre sus mutaciones. En Pujol, A. y Dall’Asta, C. (comp.) *Trabajo, actividad y subjetividad. Debates abiertos*. 145-171. Editorial Ebook.
- Martín-Barbero. J. (2009). Cuando la tecnología deja de ser una ayuda didáctica para convertirse en mediación cultural. *Teoría de la Educación. Educación y Cultura en la Sociedad de la Información*. 10 (1), 19-31. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=201018023002>
- Maqueira, E. y Landa. M. I. (2013). Forzudas. La belleza del cuerpo femenino. *Revista Anfibia*. <https://www.revistaanfibia.com/forzudas-la-belleza-del-cuerpo-femenino/>
- Merino, L. (2008). Manifestaciones de anatomopolítica en gimnasios de la ciudad de Córdoba. *Revista de Ciencia y Técnica de la Universidad Siglo XXI*. Argentina.
- Mora, A. (2008). Propuesta metodológicas en investigaciones socioantropológicas sobre el cuerpo. *Primer encuentro latinoamericano de Metodología de las Ciencias Sociales*. Universidad Nacional de la Plata. http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.9532/ev.9532.pdf
- Moreira, V., & Araoz Ortiz, L. (2016). Prensa deportiva en Argentina Construcciones identitarias y estilos discursivos del deporte en el diario Olé. *La Trama de la Comunicación*, 20(2), 111-124. [Fecha de Consulta 18 de Septiembre de 2020]. ISSN: 1668-5628. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3239/323946840006>
- Papalini, V. (2015). *Garantías de felicidad. Estudios sobre los libros de autoayuda*. Buenos Aires: Adriana Hidalgo editora.

- Pink, S., Horst, H., Postill, J., Hjorth, L., Lewis, T., Tacchi, J.(2016). *Etnografía digital. Principios y prácticas*. Ediciones Morata. Madrid, España.
- Rockwell; E. (1987). Reflexiones sobre el proceso etnográfico. <http://polsocytrabiigg.sociales.uba.ar/files/2014/03/Rockwell-El-proceso-etnografico.pdf>
- Rodríguez, A. (2013). *Haciendo fierros en el Boulevard: una aproximación etnográfica al interior de los gimnasios porteños*. [Tesis de Maestría Maestría en Ciencias Sociales Universidad Nacional de General Sarmiento]. https://www.ungs.edu.ar/wp-content/uploads/2015/03/Tesis_Rodr%C3%ADguez_Alejandro.pdf
- Rodríguez, A. (2016). “No sólo cambiás tu cuerpo, también te cambiás a vos mismo”. *Cuerpo y subjetividad entre un grupo de entrenados de los gimnasios porteños a principios de siglo XXI*. [Tesis de Doctorado inédita]. Universidad Nacional de General Sarmiento. Universidad de Buenos Aires. Argentina.
- Rodríguez, A. y Kalin, F. (2018). Hay que volver a lo natural. Un estudio sobre la construcción de subjetividades en el crossfit en perspectiva comparativa entre Buenos Aires y Santiago del Estero. *Universidad Nacional de San Martín. Instituto de Altos Estudios Sociales; Papeles de Trabajo*. 5 (9).
- Rojas Contreras, J. (2013). Los gimnasios contemporáneos como evidencia material del cambio en la disciplina corporal moderna a la posmoderna, su relación con la agencia y el contexto social. *Antípoda. Revista de Antropología y Arqueología*. Universidad de los Andes. Colombia.
- Rosaldo, R. (1991). *Cultura y Verdad*. La reconstrucción del análisis social. Ediciones Abya-Yala. Ecuador.
- Rosas Mantecón, A. (1993). Globalización cultural y antropología. *Alteridades*. 3. (5), 79-91.
- Rose, N. (2007). ¿La muerte de lo social? Reconfiguración del territorio de gobierno. *Revista Argentina de Sociología*, 5 (8), 111-150. <https://www.redalyc.org/pdf/269/26950807.pdf>
- Rose, N. (2003). Identidad, genealogía e historia. En S. Hall y P. du Gay (eds.), *Cuestiones de identidad cultural* (pp. 214- 250). Buenos Aires: Amorrortu.

- Rose, N. (1996). "Governing 'advanced' liberal democracies", en A. Barry, T. Osborne y N. Rose (Eds.), *Foucault and Political Reason*, London, University of Chicago Press (pp. 37-64).
- Ruiz Méndez, M. y Aguirre Aguilar, G. (2015). Etnografía virtual. Un acercamiento al método y a sus aplicaciones. *Estudio sobre las Culturas Contemporáneas*. 11 (41).
- Santos Ortega, A., Serrano Pascual, A. y Borges, E. (2021). El dispositivo emprendedor: Interpelación ética y producción de nuevos sujetos del trabajo. Interpelación ética y producción de nuevos sujetos del trabajo. *Revista Española De Sociología*, 30(3), a62. <https://doi.org/10.22325/fes/res.2021.62>
- Sarpong, K. A. (2018). *The Community of CrossFit: An Ethnographic Inquiry* [Tesis de Maestría Inédita. Universidad de Toronto].
- Schechner, R. (2000). *Performance. Teoría y Prácticas Interculturales*. Buenos Aires: Libros del Rojas-UBA.
- Schechner, R. (2012). *Estudios de la representación*. Fondo de cultura económica. México D.F.
- Stigger, M. (2007). Estudios etnográficos sobre esporte e lazer: pressupostos teórico-metodológicos e pesquisa de campo. En González, Stigger y Da Silveira *O Esporte na Cidade. Estudos etnográficos sobre Sociabilidades Esportivas em espaços urbanos*. UFRGS Editora.
- Torras, M. (2008). *El delito del cuerpo en Cuerpo e identidad I*. Barcelona: Edicions UAB.
- Tylor, D. y Fuentes, M (2011). *Estudios avanzados de performance*. Fondo de cultura económica. México D.F.
- Turner, V. (1988). *El proceso ritual. Estructura y antiestructura*. Taurus. Madrid. España.
- Vicente-Pedraz, M. y Brozas-Polo, M. (2017). Sexo y género en la contienda identitaria del deporte. Propuesta de un debate sobre la competición deportiva multigénero. *Cultura, Ciencia y Deporte*. 12 (35). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=163051769003>

- Vilanova, A. y Soler, S. (2008). Las mujeres, el deporte y los espacios públicos: ausencias y protagonismos. *Educación Física y Deportes*. Primer Trimestre. 91 (1): 29-34. <https://raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/300068>
- Wacquant, L. (2006). *Entre Las Cuerdas. Cuadernos De Un Aprendiz De Boxeador*. Siglo Veintiuno Editores. Buenos Aires. Argentina.
- Weber, M. (2006) [1922]. *Economía y Sociedad. Esbozo de una sociología comprensiva*. Fondo de cultura Económica.
- Yaniga, A. (2018). *Forging Elite Fitness: CrossFit and the Biopolitical Imperatives of Health, Becoming, and Female Muscularity* [Tesis de Doctorado en Filosofía en Cultura y Teoría. Universidad de California, Irvine] <https://escholarship.org/uc/item/44t3n3kq>
- Zamorano Farías, R. y Rogel- Salazar, R (2013). El dispositivo de poder como medio de comunicación: Foucault- Luhmann. *Revista Política y Sociedad*.

Artículos digitales y otros:

Videos de Youtube:

Anabel Ávila. (18 de septiembre de 2020) *Evento 1 Crossfit Games 2020 Melina Rodríguez* [Video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=Ib0raDBFsag>

Anabel Ávila (17 de enero de 2019) *Trabajo de squat clean en Crossfit Betulo (Halterofilia)* [Video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=wzfRyOOx5U0>

Box Tv - The Fittest people canal (13 de junio de 2017) *Técnica hang Power snatch- Hang Squat Snatch* [Video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=uuPkowr8avw>.

CrossFit Games. (24 de julio de 2015) *Men's Murph - 2015 Reebok CrossFit Games* [Video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=8i1ZC7TBa8Y>

DeportesUncomo (13 de mayo de 2017) *Técnicas Squat Clean y Power Clean – CROSSFIT.* [Video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=Blrj4PSY6GQ>

Fanatic Team. (7 de agosto de 2019) *Final Crossfit Games 2019. Battle of Fraser and Ohlsen* [Video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=PMSjZWB5p7M>

RXFiteers (21 de septiembre de 2018) *Técnica de SNATCH - Mejora tus levantamientos* [Video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=qlcWDRlCDi4>

SERFIT- Comunidad deportiva. (12 de junio de 2020) *Sé un mejor atleta y entrena tu mente* [Video]. Youtube. <https://www.youtube.com/watch?v=cJPKgBgws3s>

Tweet:

Glassman, G. [@crossfitceo] (2019) Usuario eliminado <https://twitter.com/crossfitceo>

Publicaciones de Facebook:

Grupo Locos por el CrossFit. Grupo público. (Consultado en octubre y noviembre de 2017). Facebook.

https://www.facebook.com/groups/711501458994845/search/?query=loco&epa=SEARCH_BOX

Black Out FC. (Consultado en agosto de 2020). Facebook.

https://www.facebook.com/BlackOutCF/?_tn_=_k*F&tn-str=k*F

Paleo Argentina. Grupo privado. (Consultado en agosto de 2020). Facebook.

<https://www.facebook.com/groups/GrupoPaleoArgentina/>

Páginas Webs:

ABC Bienestar (2022) Dominadas. Recuperado en abril de 2022.

https://www.abc.es/bienestar/fitness/abci-dominadas-201909280939_noticia.html

ABC Bienestar (2022) *Burpees*. Recuperado en abril de 2022.

https://www.abc.es/bienestar/fitness/abci-burpees-201909241622_noticia.html

Box Ortova (2022) *¿Cómo es una clase de CrossFit?* Recuperado en diciembre de 2021.

<https://www.crossfitorotava.com/que-es-crossfit/como-es-una-clase-de-crossfit/>

CrossFit (2022). *What is CrossFit?* Recuperado en marzo de 2019 de

<https://www.crossfit.com/what-is-crossfit/>

Dentro del box. CrossFit y Entrenamiento Funcional (18 de mayo de 2020). *Murph, el*

Hero WOD por excelencia. [https://dentrodelbox.wixsite.com/home/post/murph-](https://dentrodelbox.wixsite.com/home/post/murph-el-hero-wod-por-excelencia?fbclid=IwAR24ep2q4_tDvBtwp-S1D8vli9IYrvfCxJFNHpYqL11jUnoa-EndxKJQbSk)

[el-hero-wod-por-excelencia?fbclid=IwAR24ep2q4_tDvBtwp-](https://dentrodelbox.wixsite.com/home/post/murph-el-hero-wod-por-excelencia?fbclid=IwAR24ep2q4_tDvBtwp-S1D8vli9IYrvfCxJFNHpYqL11jUnoa-EndxKJQbSk)

[S1D8vli9IYrvfCxJFNHpYqL11jUnoa-EndxKJQbSk](https://dentrodelbox.wixsite.com/home/post/murph-el-hero-wod-por-excelencia?fbclid=IwAR24ep2q4_tDvBtwp-S1D8vli9IYrvfCxJFNHpYqL11jUnoa-EndxKJQbSk)

Entrenamiento funcional (2022). *¿Qué es el core?* Recuperado en mayo de 2020.

<https://www.entrenamientofuncional.info/blog/que-es-el-core/>

- Escuela Argentina de Coaches (2022). *Conocé a nuestros docentes*. Recuperado en marzo de 2021. <https://escuelaeac.com.ar/docentes/>
- Falcón, V. (25 de abril de 2021) *Todo lo que tienes que saber sobre el peso muerto sumo*. Vitónica. <https://www.vitonica.com/entrenamiento/todo-que-tienes-que-saber-peso-muerto-sumo-1>
- Fitness, L. (2022) *Assault air bike o bici de CrossFit: una de las formas más intensas de hacer cardio en el gimnasio*. Vitónica. <https://www.vitonica.com/entrenamiento/assault-air-bike-bici-crossfit-formas-intensas-hacer-cardio-gimnasio>
- Fisiosesto. (12 de marzo de 2016) *Rehabilitación de espalda*. <https://fisiosesto.com/rehabilitacion-de-espalda/>
- García, J. (24 de agosto de 2017). *Diccionario de CrossFit. Para que no te pierdas nada*. Recuperado en abril de 2021. Vitónica. <https://feelcrossfit.com/diccionario-crossfit/>
- Gardachal, A. (23 de diciembre de 2019). *Entrenamiento ENOM*. <https://www.vitonica.com/entrenamiento/que-entrenamiento-emom-crossfit-cinco-wods-que-siguen-este-tipo-trabajo>
- Jiménez, R. (6 de julio de 2020) *Air Bike. La bicicleta de CrossFit perfecta para entrenamientos HITT*. ABC Summun. https://www.abc.es/summun/living/salud-fitness/abci-bike-bicicleta-crossfit-perfecta-para-entrenamientos-hitt-201909261431_noticia.html
- Leslie, I. (7 de abril de 2016). *La conspiración del azúcar*. The Guardian. https://www.theguardian.com/society/2016/apr/07/the-sugar-conspiracy-robert-lustig-john-yudkin?CMP=share_btn_tw
- Marino, A. (29 de enero de 2018) *¿Qué es la Calistenia?* Calistenia.net. <https://www.calistenia.net/que-es/>
- Mercado Fitness (13 de enero de 2015). *CrossFit Tuluca abre la segunda sede de la Escuela Argentina de Coaches en Caballito*.

<https://mercadofitness.com/ar/crossfit-tuluka-abre-la-segunda-sede-de-la-escuela-argentina-de-coaches-en-caballito/>

Mercado Fitness (4 de octubre de 2019). *Se inauguró Salud Fitness Club en Chaco*.
<https://mercadofitness.com/ar/se-inauguro-salud-fitness-club-en-chaco/>

Municipalidad de Santiago del Estero (2006) Área de Deportes y Recreación Social.
Recuperado en febrero de 2021.
<http://www.santiagociudad.gov.ar/secciudad/turismo/deportes.php>

Municipalidad de Presidencia Roque Sáenz Peña Chaco (9 de abril de 2015) Ordenanza
Municipal 7891. Recuperado en febrero de 2021.
<https://www.concejosp.gob.ar/ordenanzas/170>

Osuna Risco, D. (8 de junio de 2021). *Bicicleta CrossFit o Air Bike: qué es y qué
beneficios tiene*. <https://mejorconsalud.as.com/bicicleta-crossfit-air-bike-beneficios/>

Pradas, R. (4 de septiembre de 2012) *Estiramiento de Espalda o Cat Camel*.
<https://www.foroatletismo.com/estiramientos/estiramiento-de-espalda-cat-camel/>

Reebok Sport Club (2022). *Aprendiendo el lenguaje CrossFit*. Recuperado en abril de
2019. <http://www.reebokclub.com/top/crossfit/diccionario-crossfit/>

Redacción Picsil Sport (7 de junio de 2021) *Peso muerto Sumo o Sumo deadlift.
Beneficios, ejecución y técnica*. Picsil Sport. <https://picsilsport.com/peso-muerto-sumo-deadlift/>

Titan Box Wear (5 de octubre de 2020) *On Ramp, la clase para iniciarse en CrossFit*.
<https://titanboxwear.com/on-ramp-crossfit>

University of Texas M. D. Anderson Cancer Center (4 de enero de 2016). *Sugars in
Western diets increase risk for breast cancer tumors and metástasis*. Science
Daily. <https://www.sciencedaily.com/releases/2016/01/160104080034.htm>

White Peak CrossFit (2020) *¿Qué es Endurance?* Recuperado en abril de 2022.
<https://whitepeakcrossfit.com/endurance-mejorar-resistencia>

Wikipedia (4 de abril de 2022). CrossFit Games. Recuperado en abril de 2022.

https://es.wikipedia.org/wiki/CrossFit_Games

Documentaciones y ordenanzas consultadas:

Ordenanza Municipal N° 7.891 de 2015. [Municipalidad de Presidencia Roque Sáenz Peña] Por la cual se establece registro de establecimientos con título habilitante para el desarrollo de actividades físicas. Promulgada en 2015. <https://saenzpena.gob.ar/wp-content/uploads/2020/06/RESOLUCION-N%C2%BA-310-A%C3%91O-2020-DANZAS.pdf>

Resolución Municipal N° 282 de 2020. [Municipalidad de Presidencia Roque Sáenz Peña] Habilitación de funcionamiento de gimnasios a partir del 21 de mayo del 2020, con supervisión estatal local. Promulgada el 19 de mayo de 2020. <http://www.msaludsgo.gov.ar/web2/?cargar=articulo&id=1959>



(Fotografía publicada por *atleta* del *Team Sáenz Peña* en su perfil de red social *Instagram*. Marzo de 2022). En la imagen puede observarse un competidor haciendo saltos al cajón.

Glosario:

Ab Swing: similar a los abdominales. El o la practicante debía trabajar la región del abdomen, contrayendo las piernas hacia la altura del pecho. En *boxes* oficiales se solían utilizar máquinas que permitían aumentar peso al movimiento pero en los locales observados en esta etnografía, los mismos se realizaban en el suelo sin ningún aparato específico. El ejercicio contemplaba cierto balanceo corporal y era una forma –novedosa y variada- de entrenar la zona abdominal en relación a otras posturas clásicamente utilizadas (en posición horizontal con talones pegados a los glúteos y donde el o la ejecutante debía subir el tronco superior).

Advanced: Avanzado/a en castellano. Categoría de *atleta* que superó la instancia “escalado/a” y era anterior a *RX*. Usualmente los y las practicantes que llevaban al menos dos años de entrenamiento podían ostentar competir aquí. A partir de los torneos, clientes y clientas observaban si la jerarquía en la que se desempeñaban era la correcta o bien debían participar en una más avanzada. Los y las *advances* poseían un conocimiento mayor en relación a terminologías y formas de hacer los *WODs*. También levantaban más kilogramos en sus entrenamientos que los y las *scaled*.

Air bike: bicicleta para entrenamiento de *CrossFit*. A diferencia de la convencional, permitía trabajar la zona de brazos también. Poseía un gran ventilador en la parte delantera y un manillar con corte elíptico. En algunas redes sociales informativas sobre la disciplina se la promocionaba como una combinación de cintas de correr y bicicleta, mientras que en otros se mencionaba el trabajo de brazos que produciría el ejercicio similar al remo. A la par que el o la ejecutante aumentaba su velocidad, se incrementaban las revoluciones, generando más resistencia e intensidad. Al mismo tiempo que el o la practicante pedaleaba, movía los agarres superiores con sus manos; es decir era un trabajo paralelo de piernas y brazos. Al momento de la escritura de la tesis, su precio rondaba en los 150.000 pesos argentinos.

Andy: en este *WOD* se necesitaba de un disco de 20 libras (9 kilogramos) o bien una barra para hacer el trabajo de fuerza. Se comenzaba con veinticinco *thrusters*, los cuales podían traducirse como sentadillas con peso. El o la practicante debía pararse y abrir los pies a la altura de sus hombros, arquear ligeramente la espalda y mantenerla

firme. Era importante doblar un poco las manos al momento de tomar la barra, para que todo el peso no recayera sobre las muñecas. La barra o el disco debía llegar a la altura de los hombros. Era momento entonces de comenzar. La cabeza se mantenía firme y el pecho en alto. Posteriormente las caderas se posicionaban hacia atrás y se realizaba una pequeña cuclilla. Se debía volver a subir de la manera más “*explosiva*” posible, elevando la barra o el disco por encima de la cabeza. En caso de querer ganar masa muscular, se recomendaba aumentar la cantidad de peso y realizar menos repeticiones. En mi experiencia, aprendí que era sumamente importante doblar las muñecas para que el peso de la barra se distribuyera. Así las manos sostenían la barra, doblándose hacia atrás.

Box: nombre que recibían los gimnasios de *CrossFit*. En Argentina, la mayoría de ellos se instalaban en espacios como galpones y garajes, otorgando un elemento de rusticidad al entrenamiento. Estos espacios solían presentar pinturas de arte urbano como forma de decoración-identificación del espacio. Por ejemplo, grafitis, animales, personajes de ciencia ficción, frases alusivas al esfuerzo que requiere el entrenamiento. Como se mencionó en la tesis, los *boxes* (a diferencia de los gimnasios convencionales) no poseían espejos y dependiendo de su oficialidad o no, recibían los *WODs* por mail.

Burpee: ejercicio que constaba de hacer flexiones en el suelo, incorporarse y luego saltar chocando las manos. Servía para trabajar las piernas y brazos, fortaleciendo la coordinación del cuerpo. Permitía al *atleta* medir su fuerza anaeróbica a partir de una serie de pasos. En la primera parte, el o la ejecutante desplazaba las piernas hacia atrás y, acostado/a, realizaba una flexión de codos, manteniendo la espalda recta y haciendo que su pecho tocara el suelo (quedando tendido o tendida sobre el piso). De manera coordinada, se volvía a recoger las piernas a la postura inicial, levantando el cuerpo con un salto. Finalizaba el recorrido con palmadas sobre su cabeza. En este ejercicio el mayor riesgo era el golpe contra el suelo, producto de una gran velocidad en la práctica. En los *boxes* observados, el *burpee* se utilizaba como medida de castigo ante el incumplimiento de alguna normativa por parte de los y las clientes/as (sacar fotos al pizarrón, conversar o mirar el celular durante mucho tiempo). También se estilaba como “prenda” en los cumpleaños de los y las practicantes y cada *burpee* representaba un año vivido; por ejemplo, si el/la cliente o clienta cumplía 29 años, debía realizar 29 *burpees* frente a sus compañeros y compañeras.

Cat Camel: técnica que consistía en colocarse en cuatro patas, realizando una “curva” con la espalda. Probablemente su nombre se debía a que asemejaba a la postura de los gatos cuando se estiraban. Según me comentaron algunos y algunas *atletas*, no solo se extendía la zona de la columna y cervicales sino también el recto abdominal. En los *boxes* analizados utilizaban al *Cat Camel* como método de relajación post-entreno, aprovechando los beneficios que producía en las articulaciones intervertebrales. En algunos sitios de internet, se destacaba a esta técnica como favorable para la rehabilitación en pacientes que sufrían dolores y contracturas en la espalda, siendo utilizado por profesionales de la kinesiología.

Calistenia: sistema de entrenamiento (similar al *CrossFit*) donde se utilizaba el propio peso del cuerpo para el trabajo. No se hacía hincapié en la potencia y esfuerzo, sino en el desarrollo de agilidad, fuerza muscular y flexibilidad. Una de sus propuestas era lograr la belleza y armonía en cada uno de los movimientos del cuerpo a partir de la precisión del/la ejecutante. En algunas páginas *webs* se mencionaba que existían diversas formas de ejercicios, según se tratase de un iniciado/a o un experto o experta: básicos (dominadas, sentadillas y flexiones), estáticos (se buscaba mantener una posición por un tiempo determinado con la mejor forma posible) y dinámicos (enfocados en desarrollar agilidad y reflejos).

Clean and jerk: constaba de dos pasos. Primero el o la *atleta* tomaba la barra con los discos cargados y hacía la sentadilla (*clean*). El o la practicante debía realizar una leve cuclilla para tomar la barra del suelo, manteniendo la espalda recta (sin encorvar), estirar las piernas y llevar la barra a la altura de los hombros, elevando sus codos. Luego subía la herramienta por encima de su cabeza haciendo un “envión” de fuerza (*jerk*). Algunos y algunas *coaches* me mencionaron que se denominaba “dos tiempos” y era un ejercicio básico de la llamada halterofilia. Al incluir sentadillas, elevación de hombros, levantamiento de peso por encima de la cabeza, trabajaba una gran cantidad de músculos: cuádriceps, tríceps, bíceps, antebrazos, abdominales, pantorrillas, pectorales. En el caso de clientes y clientas iniciados/as, los y las *coaches* de los cuatro *boxes* indicaban la realización del *clean and jerk* con mancuernas de 5 kilogramos, con el propósito de corregir la técnica y evitar lesiones.

CrossFit Games: evento internacional creado por *CrossFit Inc.* Por su trascendencia, podría asemejarse a los mundiales de fútbol. Competían *atletas*

internacionales que desplegaban una gran cantidad de ejercicios y *WODs* que les eran comunicados horas antes. Como se mencionó en el capítulo I, el lema era buscar al hombre, mujer o grupo físicamente más apto del planeta. A partir del 2010 se incorporó la instancia *Open*, entendida como la clasificación por países donde *atletas* y futuros competidores y competidoras debían enviar sus resultados por medio de videos subidos a internet o bien a través de la verificación de un entrenador o entrenadora con licencia de la marca.

Dominadas: ejercicio donde el o la practicante tomaba con sus manos la barra y se “colgaba” extendiendo sus brazos. Debía subir y bajar, alcanzando con el mentón la parte de metal de la jaula. No era un ejercicio exclusivo del *CrossFit*, aunque sí muy popular en los *boxes* y su característica principal era la utilización del peso corporal como carga o autocarga. En el momento en que el o la *atleta* tomaba las barras y permanecía colgado/a de la misma, sus brazos quedaban extendidos y procedía a realizar una flexión hasta alcanzar el mentón o barbilla a la altura del instrumento del cual se sostenía. Era clave la separación de las manos para garantizar un buen “agarre” y con ello el impulso. Los músculos que más se trabajaban con este ejercicio eran bíceps, pectorales, tríceps, romboides, entre otros. Esto permitía fortalecer muñecas y brazos a la vez que trabajar la coordinación.

Elite: categoría de competición de *CrossFit*. Los y las *atletas* más avanzados/as y experimentados/as ingresaban en este tipo de clasificación. Su importancia era similar a la de los *RX*. Como se especificó en la tesis, este tipo de agentes tenía un reconocimiento nacional y a veces internacional, caracterizándose por la posesión de auspiciantes como marcas de ropa y calzado deportivo.

Endurance: entrenamiento funcional de alta intensidad donde se daba prioridad a la velocidad y resistencia. Se utilizaba para perfeccionar las técnicas en *runners* o ciclistas y mejorar la capacidad cardiopulmonar. Algunas etapas o series que conformaban este entrenamiento eran el *core* (ejercicios para activar y fortalecer zonas medias), técnicas de carreras (corregir posturas y lograr una posición óptima para correr), cambios de ritmo, entrenamientos continuos y extensivos orientados a corridas con obstáculos.

Fierros: denominación que recibían comúnmente los gimnasios tradicionales. Los y las fisicoculturistas utilizaban estos espacios de musculación basados en levantamiento de pesas, más que en trabajo aeróbico como correr y hacer bicicleta fija. Como se hizo mención en la introducción de la tesis, Alejandro Rodríguez (2013, 2016) abordó los espacios de musculación y trabajo de fierros en clientes y clientas de los gimnasios porteños.

Freedom Battle: evento deportivo de *CrossFit*, a nivel nacional e internacional. “*La Freedom*” (así la referían mis interlocutores e interlocutoras) fue programada para realizarse en el año 2020 en la localidad de Santiago del Estero, pero producto de la pandemia por COVID-19 debió suspenderse. Finalmente, en abril de 2022 se desarrolló en esta ciudad utilizando espacios edilicios reconocidos localmente como el Estadio “Diego Armando Maradona”, el Natatorio Olímpico “Madre de Ciudades” y el Nodo Tecnológico. También se aprovecharon espacios naturales como la costanera para la parte de troles y carreras de a pie. La competencia duró tres días y los aranceles que debieron abonar los y las *atletas* para la inscripción fueron de 10.000 pesos argentinos. A cambio recibían una pulsera de plástico color celeste que los y las identificaba como *atletas* y les permitía entrar y salir de los edificios. Observadores y observadoras en platea debimos abonar 750 pesos argentinos por día y se nos brindó una tarjeta con el nombre del evento, la cual teníamos que mostrar a los y las agentes de seguridad en la entrada cada vez que nos disponíamos a ingresar o salir de los recintos. Los premios que obtuvieron ganadores y ganadoras de cada categoría fueron medallas y dinero (entre 5.000 y 10.000 pesos argentinos).

Funcional: entrenamiento que variaba entre ejercicios aeróbicos y pesas. En los *boxes* trabajados se lo definía como “personalizado”, al adaptarse a las necesidades de cada persona y mejorar la calidad del ejercicio en quien lo practicaba. Desde la mirada de muchos y muchas *atletas* de *CrossFit*, *el funcional* era menos exigente y utilizado mayormente por agentes que querían bajar de peso, más que competir en torneos. Desde la perspectiva de mis entrevistados y entrevistadas, existían sutiles diferencias entre el entrenamiento funcional y el *CrossFit*. Por ejemplo, este último se enfocaba en estimular la competición y superación de pruebas u obstáculos, es decir “*romper límites*”. En cambio, el funcional estaba orientado a la recuperación de posturas físicas que se habían perdido con el sedentarismo y mejorar la condición

corporal para la realización de actividades cotidianas como levantar una caja o mover objetos pesados.

Fit: relativo a cuerpo entrenado. En términos de marketing y comercialización, el mundo *Fit* proponía una variedad de artículos e indumentarias que hacían al cuidado de la corporalidad y la estética. Al momento de la investigación los productos más consumidos por los usuarios y usuarias de los *boxes* eran calzados, remeras, *shorts*, medias, calzas, gorras, relojes medidores de distancias y *shaker* (vaso de plástico donde se vertía la proteína en polvo y se mezclaba con agua, usualmente posterior al entrenamiento).

GAP: rutina de ejercicios que proponía trabajar tres partes del cuerpo: glúteos, abdominales y piernas (de ahí su sigla G.A.P.). Usualmente destinado a eliminar la grasa que se acumulaba en estos puntos del cuerpo y fortalecer estas zonas musculares. Casi siempre se dictaba bajo el formato de clase grupal y con una estructura que constaba de 10 minutos de calentamiento; 20 o 30 minutos de trabajos como sentadillas, planchas, ejercicios con mancuernas; 20 minutos de actividad aeróbica (para quemar grasas) y finalmente 5 o 10 minutos para enlargar y estirar músculos. Además del fortalecimiento de glúteos, abdominales y piernas, el GAP mejoraba la postura corporal al trabajar la parte abdominal. En algunas páginas de internet referidas a esta actividad se señalaba que uno de los principales beneficios era la eliminación de las celulitis, considerándose ésto como una de las posibles causas de popularidad en mujeres. Según me indicaron los y las *coaches*, en las clases de GAP de sus *boxes*, la mayoría de quienes concurrían pertenecían al género femenino e indicaban la reducción de la talla corporal y el descenso de peso como dos motivos principales para practicar este entrenamiento.

Hand stand walk: caminar con las manos. El/la entrenado/a colocaba sus manos en el suelo y las utilizaba para caminar como si fueran sus pies. Esto ayudaba a la coordinación y fortalecimiento de brazos. Debido a que era un ejercicio sumamente complejo y difícil de realizar, los y las *coaches* solían indicar a los y las practicantes que comenzaran tumbándose en el suelo, permaneciendo boca abajo, para luego colocar los pies en la pared. El o la cliente debía mantener la coordinación y con ello, acostumbrarse a la sensación y la postura (se estimaba como tiempo ideal aguantar 10

segundos) a fin de mejorar la verticalidad. Algunos y algunas *atletas* me indicaban que la sensación era “*como si empujaran el suelo*” y que resultaba clave en los primeros intentos que algunos/as compañeros y compañeras les sostuvieran sus pies para no caer de frente hacia el suelo. El siguiente paso consistía en que el o la practicante se “*despegara de la pared*”, separando las piernas y poco a poco sentir que las mismas se balanceaban hacia delante de él/ella mismo/a. Después de muchos intentos, los y las más avanzados/as no sólo lograban caminar con sus manos sino que, en ocasiones, se mantenían firmes y equilibrados con una de ellas. En los cuatro *boxes* observados, se utilizaba esta técnica como una “pirueta” que realizaban los y las ávidos/as *atletas* en las veredas del local e iban de una esquina hacia otra, captando las miradas de los y las transeúntes. También se implementaba para demostrar el grado de avance que los/las clientes y clientas lograban en estos emprendimientos, a partir de la grabación de estas posturas y su posterior digitalización en redes sociales como *Instagram* y *Facebook*.

Handstand push-ups: flexiones verticales invertidas donde se trabajaba más fuertemente los hombros y brazos. También conocidas como flexiones cabeza abajo. En esta técnica las zonas que más se fortalecían eran los tríceps y las muñecas (estas últimas porque era donde recaía todo el peso del cuerpo). Se solía practicar de espaldas a una pared, con el dorso extendido. Era importante haber desarrollado dominio del ejercicio anterior (*Hand stand walk*) para una correcta ejecución de este *WOD*. A medida que el o la *atleta* progresaba, el ejercicio se complejizaba más hasta hacer las flexiones con herramientas circulares denominadas “paralelas”, a las cuales tomaba con sus manos para hacer el movimiento (en vez de trabajar con el suelo). También se podía aumentar la dificultad de la técnica utilizando chalecos lastrados, es decir chalecos con pesos (usualmente son de 6 kg para las mujeres y 10 para varones) o anillas, donde el sujeto colocaba sus manos en circunferencias de plástico que colgaban en el aire. La variabilidad de esta técnica dependía del grado de avance que tenía el o la *crossfitter* y de los recursos materiales con que contaba el *box*.

HomeWODs: traducido como “entrenamiento en casa”. Estrategia comercial utilizada por muchos gimnasios de distintas disciplinas deportivas durante la pandemia del COVID-19. Los y las *coaches* enviaban sus rutinas deportivas por redes sociales a sus clientes y clientas, quienes las realizaban en sus propias casas, al verse impedidos/as de concurrir al *box* por el aislamiento social, preventivo y obligatorio. En el marco de

mi investigación, los *HomeWODs* cobraban importancia al ser entendidos como parte de una reinención empresarial que debieron hacer emprendedores y emprendedoras de *CrossFit* durante la etapa del A.S.P.O. en 2020.

Jump: ejercicio que implicaba saltar, con los pies juntos, sobre un cajón de madera que podía tener diferentes alturas (por debajo o por encima de las rodillas). El o la ejecutante aterrizaba sobre el objeto con las rodillas flexionadas y una vez afirmado/a, estiraba las piernas hasta quedar totalmente de pie. Saltaba nuevamente hacia el suelo para repetir una y otra vez la actividad. Los/as novatos y novatas iniciaban en esta técnica con saltos sobre gavetas de pequeñas alturas (cuarenta o cincuenta centímetros) hasta perfeccionarla. Algunos de los miedos que enfrentaban quienes realizaban por primera vez el *jump* eran la caída y el golpe frontal producto de un mal aterrizaje o de un impulso corporal insuficiente. El resultado de un mal movimiento podía provocar la pérdida del equilibrio o torcedura de tobillos. Una vez que el o la *atleta* tenía dominio de esta técnica comenzaba a incorporar altura al cajón, llegando a saltar hasta la línea de sus hombros.

Jumping jacks: rutina de saltos. El o la practicante saltaba, abriendo y cerrando las piernas. Al mismo tiempo levantaba sus brazos y realizaba una palmada con las dos manos arriba de su cabeza. Este tipo de ejercicios se solía usar para calentar músculos, ayudando a quemar grasas por su intensidad aeróbica. Se intentaba coordinar piernas y brazos a partir de saltos, mientras que se mantenía la cabeza en alto y la mirada al frente. Se trabajaba especialmente la zona de los gemelos (pies). En el *box* de Fausto se utilizaba música con ritmo electrónico para estimular a los y las practicantes con este tipo de ejercitación.

J.T.: Sigla que refería a Jeffrey Taylor, oficial de marina caído en la Guerra de Afganistán. Constaba de veinticinco *Handstand push-ups*, quince *Ring Dips* y nueve *Push-ups*. Se debían repetir las series. El primero era un ejercicio donde el o la practicante apoyaba sus manos en una colchoneta y colocaba su cabeza entre medio. Luego debía alcanzar el equilibrio parándose “de cabeza”. Una vez que el o la entrenado/a lograba controlar su cuerpo hacía flexiones de brazos sobre su propio eje.

Karen: *WOD* que pertenecía a la categoría de “las mujeres”. Se debían realizar 150 movimientos de cuclillas con una pelota de 9 kilogramos (para varones) o de 6

kilogramos (para mujeres). Al mismo tiempo que el o la practicante se incorporaba, extendía sus brazos y arrojaba el balón hacia la pared, a una altura superior a la línea de su cabeza. A esto se denominaba *Wallball Shots*. Existían ciertas leyendas o mitos en relación al origen de *Karen*. En 2015 Fausto me contó que ésta era una enfermera que había perdido sus piernas en la guerra de Afganistán, sin embargo en la página oficial de *CrossFit*, la información no hacía referencia a ello sino a una mera descripción de las técnicas y beneficios que ocasionaba. Según la perspectiva del *coach* este *WOD* implicaba una gran cantidad trabajo de piernas pues eran las extremidades del cuerpo que *Karen* habría perdido producto de amputaciones. Esta versión nunca la pude comprobar. Como antropólogo no me interesaba corroborar si la historia que me narró Fausto era real o no, sino significar la manera en que ésta cobraba vida en sus interpretaciones en tanto miembro de este mundo social y cultural: el propósito era sentir en cada *WOD* lo que los soldados o enfermeras habrían vivido en el campo de batalla.

***Kettlebell* o pesa rusa:** elemento para realizar trabajo de brazos. A diferencia de las pesas tradicionales, la *Kettlebell* tenía una parte inferior cilíndrica y una superior “con agarre” para tomarla con las manos. Los pesos variaban según la intensidad que se quería lograr con la práctica. Era usual que se la utilizara para realizar ejercicios de fortalecimiento de tren superior e inferior a partir de “péndulos” donde el o la practicante tomaba el instrumento y, en posición vertical, flexionaba las caderas para subir y bajar la *kettlebell*. La altura hasta donde podía subir la pesa rusa se modificaba según las aptitudes del/la *atleta*: podía ir hasta la línea del mentón o por encima de la frente. En cualquiera de los casos era importante mantener la rectitud de los brazos.

***Kick boxing*:** deporte de combate donde se combinaban técnicas de boxeo con patadas propias de algunas artes marciales. En sitios de internet como *Top Healt Salud y Deporte* se lo definía como la combinación de dos disciplinas: karate japonés y boxeo occidental. En otros espacios digitales se lo presentaba como un deporte de contacto que mezclaba fuerza, resistencia, y ejercicio aeróbico. Dentro de la gama de beneficios que producía esta disciplina se destacaba el mejoramiento de los reflejos (esto era la capacidad de advertir movimientos de ataque y anticiparse a ellos). También era importante la resistencia cardiovascular que se desarrollaba junto con la fortaleza muscular.

Muscle up: consistía en colgarse de una barra y hacer una tracción para jalar el cuerpo hacia arriba a partir de un pequeño balanceo. Para dominar esta técnica era fundamental realizar dos pasos previos. El primero de ellos consistía en producir dominadas hasta lograr que el mentón llegara a la barra (aproximadamente 10 o 15 veces). Una vez que el o la *atleta* lograba este objetivo, procedía a aumentar la complejidad del mismo acercándose a la barra e intentando subir su cuerpo aún más, hasta que la zona del pecho pasara la línea del barrote. Después de una serie de sesiones de este tipo, el o la practicante estaba en condiciones de realizar el *muscle up*, que consistía en una tracción que permitía elevar el cuerpo a través de un sistema de balanceo que en el mundo *crossfitero* se denominaba *kiping*. El propósito radicaba en que el o la cliente elevara el tren superior por encima de la barra, razón por la cual el fortalecimiento de bíceps y tríceps era fundamental para mantener el equilibrio durante al menos tres segundos. Cuando los y las *coaches* observaban que algún/a cliente o clienta presentaba dificultades en este ejercicio les acercaban un banco para que la distancia entre su cuerpo y la barra fuese menor y así favorecer el impulso.

Oly-lift: conjunto de movimientos complejos y denominados “explosivos”, que requerían gran coordinación y fuerza. Sólo aquellos/as competidores y competidoras de amplia trayectoria lo podían hacer. Según la información que figuraba en algunos sitios relativos al mundo *Fit*, este ejercicio se trataba de un levantamiento de pesas con estilo olímpico y movimientos de halterofilia.

Paleo: refería a paleolítico. Este tipo de dieta hacía hincapié en consumir alimentos de proteína animal como carne, pollo, carne, huevo y pescado. Se complementaba con verduras, frutas y legumbres. No se ingerían lácteos ni harinas al considerarlas perjudiciales a la salud. Aguilera Matute (2022) investigó esta noción junto con estilos de alimentación propios del mundo *CrossFit*, refiriendo que la figura del hombre paleolítico o prehistórico circulaba en estos ambientes como un recordatorio del pasado evolutivo de nuestros cuerpos. Según el autor, algunos y algunas *crossfitters* tomaban esta alimentación y hábitos de movilidad como un ejemplo a seguir, fundamentando que el desarrollo del sedentarismo propio de las sociedades posmodernas occidentales fue el inicio del deterioro de la anatomía humana. Coincidió con Bekenstein (2020) en que actualmente en el ámbito *crossfitero*, esta dieta paleo es

una opción más entre otras y que la mayoría de los y las *atletas* reciben un asesoramiento de parte de profesionales como licenciados y licenciadas en nutrición.

Peso muerto: consistía en levantar una barra desde el suelo hasta la cintura. Para lograr una correcta ejecución el o la practicante debía flexionar levemente las rodillas (a fin de no lesionar la columna) y tomar la herramienta con ambas manos, sin bajar la vista. Era un aspecto clave mantener la mirada hacia el frente para no encorvar la espalda. También se podía realizar con una *kettlebell*.

Push up: flexiones de brazos o también llamadas lagartijas. No era un estilo propio del *CrossFit* aunque sí muy utilizado para el calentamiento del cuerpo. Colocado en posición horizontal boca abajo, el o la practicante debía juntar sus piernas asentando las puntas de los pies en el suelo. Las manos debían colarse a una altura similar a la de los hombros y los dedos separados. Toda la anatomía permanecía recta desde la punta de los pies hasta la cabeza, manteniéndose así en el movimiento de bajada y posterior subida del cuerpo. Los errores más comunes en este tipo de actividades eran la apertura excesiva de los codos (girados hacia afuera), dejar caer el cuerpo en algunas zonas como la cintura o la pelvis en lugar de mantener la rectitud. Una buena opción para los/as novatos y novatas era descender el cuerpo hasta que el pecho tocara el suelo, y luego volver a subir, cuidando la extensión de los brazos.

Ring Dips: se trabajaban los brazos con dos anillos que colgaban de sogas (aproximadamente hasta la altura del ombligo). El o la *atleta* los tomaba con las manos para colgarse y, suspendido/a de forma vertical, subía y descendía. Era importante que mantuviera sus piernas unidas. En conversaciones informales, los y las practicantes me comentaron que el principal desafío que debían enfrentar en esta técnica era al momento de mantener el equilibrio corporal estirando y manteniendo rectos sus brazos, a la vez que sus caderas quedaban cerca de las anillas. En ese momento de suspensión o de “cuelgue”, experimentaban situaciones de adrenalina, particularmente por la cuestión del descenso. Si se lo realizaba de manera brusca, podía producirse un impacto en las rodillas, por eso la mejor opción era caer flexionando las piernas. Para mis entrevistados y entrevistadas, el *Ring Dips* era vivido como una forma de acrobacia donde se ponía a prueba la fuerza de brazos y abdomen (este último debía estar contraído).

Runner: *atleta* que basaba su entrenamiento en la actividad de correr. Se caracterizaba por participar en maratones y en realizar su ejercitación en todo tipo de contextos geográficos, desde llanuras hasta montañas. Su vinculación con el mundo *CrossFit* radicaba en la generación de fuerza muscular y resistencia aeróbica requerida para las carreras que debían hacer los y las *atletas* en algunas competencias. Por ejemplo, en “*La Freedom*” los y las participantes tuvieron que trotar en grupos de cuatro personas durante cuatro kilómetros por la costanera de Santiago del Estero hasta llegar a la meta. El desarrollo de una aptitud física para correr a grandes velocidades y la adopción de correctas posturas (pie, empeine y espalda) para evitar lesiones se correspondería con una idea *atleta* completo/a que estimularía el *CrossFit*. Bajo esta concepción, no sólo el trabajo al interior del *box* era importante para la producción de un cuerpo competidor sino la realización de actividades físicas externas como el trote. Durante mi trabajo de campo en Santiago del Estero he conocido experiencias de *runners* que comenzaron en a entrenar en el *box* de Fausto para optimizar su rendimiento deportivo y trabajar zonas de brazos y hombros.

RX: según constaba en la página oficial “Diccionario de *CrossFit*”, refería a ejercicios para *crossfitters* de competición. Durante mi experiencia de campo pude observar que estos *WODs* sólo los hacían aquellos y aquellas practicantes avanzados/as. Una característica que presentaba esta categoría de profesional era que, a diferencia de los y las *advances* e intermedios/as, poseía un conocimiento y dominio de todas las técnicas corporales y terminologías de la disciplina. Esto hacía que por ejemplo, en instancias de competición estos y estas *atletas* se anoticiaran de sus *WODs* con pocas horas de anticipación.

Scaled: Escalado/a en castellano. Los beneficios que presentaba este tipo de categoría inicial era que los ejercicios eran adaptables a las capacidades físicas de quien lo practicaba. Los y las *coaches* producían estrategias tales como ejercitar con un bastón de madera los movimientos o comenzar con pequeños kilogramos en las barras para garantizar que el/la cliente o clienta desplegara con confianza y seguridad la técnica. Para estar en esta instancia, el o la practicante debía haber atravesado al menos seis meses de entrenamiento constante y disciplinado, requerido para tener dominio de un vocabulario básico del deporte. En la categoría *scaled*, el o la practicante solía ser

considerado/a un/a principiante o un/a intermedio/a en el mundo de la competición y por eso los *WODs* se adecuaban a su resistencia muscular y aeróbica.

Sentadilla: Ejercicio que se realizaba cuando la persona estaba de pie. El o la ejecutante flexionaba las piernas, como si fuera a sentarse, bajando la cadera y manteniendo la espalda recta, rompiendo el paralelo (descendiendo hasta una altura por debajo de la cintura). Fortalecía la zona de glúteos y brindaba resistencia en las piernas. No era propio ni original del mundo *CrossFit* pero sí muy utilizado en este ámbito. Al igual que en los gimnasios de fierros o en el *Fitness*, en los *boxes* trabajados se estilaba incorporar barras y/o discos con pesos para incrementar la dificultad al momento del ascenso corporal y con ello, tonificar más rápidamente. En caso de utilizar una barra, esta se colocaba sobre la parte trasera del cuello y se la tomaba con las manos con una apertura de aproximadamente 10 centímetros separados de la altura del hombro. En cambio, si el o la practicante escogía discos, podía tomarlo y mantener los brazos estirados hacia el frente mientras bajaba su cuerpo.

Snatch: también se lo conocía como *power snatch* o arrancadas en potencia. Proviene de la halterofilia. En algunos sitios de internet se lo definía como un “movimiento explosivo”. Se tomaba una barra que estaba en frente al *atleta*, agarrando los extremos de la misma con ambas palmas de las manos. Era necesario que el o la practicante se colocara en posición de cuclillas a fin de evitar lesiones en el momento del levantamiento. Se subía la barra por encima de la cabeza y posteriormente se incorporaba el cuerpo poniéndose de pie. En ocasiones, cuando el peso era demasiado para el o la *atleta*, este/a soltaba el instrumento hacia delante o hacia atrás, por lo que era importante estar a una distancia prudente del mismo.

En esta técnica era importante la extensión de las manos al momento de tomar la barra: si era demasiado estrecha, cuando hiciera la extensión el o la practicante podía golpearse la entepierna; por el contrario si era demasiado amplia, el dedo meñique podía salir. La distancia óptima era aquella que permitiera que la barra estuviera a la altura del pubis. Inicialmente la posición era con las barras pegadas a las espinillas y el sujeto mirando hacia delante, a la vez que la espalda permanece recta. Los hombros no debían estar por delante de la vertical de la barra. Se recomendaba que la velocidad con la que se levantaba la barra fuese de menor a mayor, pues si en el primer movimiento se realizaba un levantamiento muy rápido podría provocar lesiones. En el *box* de Fausto, él

y sus discípulos/as me explicaban que el “centro de gravedad” estaba en la parte vertical de los talones y que el instrumento debía acercarse lo más posible a él. Contrariamente, cuanto más se alejaba la barra, menor estabilidad tendría el o la practicante. También me recomendaban retraer las rodillas hacia atrás para que el cuerpo no se desplazara hacia delante. Cuando la herramienta sobrepasaba la altura de las rodillas se la llevaba hacia los cuádriceps, lo más cerca posible del cuerpo, permitiendo un “empuje” de la misma hacia arriba con la fuerza de las piernas.

Squat clean: el o la practicante hacía una sentadilla y tomaba la barra con discos pesados. Rápidamente ponía la barra a la altura de los hombros (prestando mucho cuidado a la posición de las muñecas para no lastimarse) y ponerse de pie. Luego descendía y dejaba la barra en el piso. Se debía repetir varias veces.

Desde una explicación más precisa, con el movimiento corporal de las espinillas se levantaba el instrumento de entreno hasta las rodillas, a una velocidad media. Luego se producía el “salto” donde el o la practicante subía la barra, colocándose en cuclillas y doblando sus manos hacia atrás, poniéndose de pie. También se denominaba a esta instancia como “*el primer pull*” y constaba de tres etapas marcando una intensidad que iba de menor a mayor: desde los pies hasta por debajo de la rodilla, posteriormente se inclinaba levemente la parte superior del cuerpo hacia delante y la cadera hacia atrás. Luego se volvía hacia atrás la zona de los hombros y con las piernas en semicucillas, se procedía a impulsar para llevar la barra hacia la zona del pubis.

En este momento, era importante que el/la cliente o clienta realizara una rotación rápida de los codos, lo cual permitía una rectitud de la espalda (si los codos quedaban en una posición “baja” la espalda se encorvaba, produciendo lesiones). En este trabajo corporal, la postura era similar a la de una paloma: el sujeto quedaba en posición de cuclillas con los brazos extendidos hacia abajo, sosteniendo su instrumento con los hombros a la altura del mismo. Resultaba fundamental extender el pecho hacia el frente para no esforzar la espalda a la vez que se mantenía la mirada orientada hacia delante.

En el segundo *pull*, el propósito del/la practicante era subir la barra hacia la altura del ombligo, buscando una contracción fuerte de glúteos e isquiotibiales. La zona de los trapecios y los codos se encontraban en una posición óptima para garantizar la

fuerza del empuje. Hasta esta instancia, la técnica era muy similar al *power clean*. En esta última el tirón o *pull* de la barra era más arriba del pecho, casi llegando al cuello. En ambos casos el peso de la misma recaía (al momento del recibimiento) sobre los hombros y no sobre las manos.

Squat snatch: se colocaba la barra delante de los pies y se la recogía con un agarre ancho y con las palmas de las manos mirando hacia el cuerpo. La espalda debía de estar recta y se recomendaba mantener la vista al frente. Con las piernas separadas por la anchura de las caderas y los pies hacia afuera, se iniciaba el levantamiento de la barra. Se tomaba impulso con la cadera para levantar el objeto por encima de la cabeza. Finalizaba el ejercicio bajando la herramienta al suelo por delante del cuerpo, de manera controlada.

Uno de los errores más comunes se producía en el instante del impulso: con la cadera al momento de levantar la barra, se alejaba a la misma del centro o eje corporal, haciendo que el movimiento fuese más dificultoso (tenía que ser paralelo al cuerpo del/la ejecutante). Para evitar esto, se levantaban los hombros y expandía el pecho.

Southfit: El nombre completo era “*Southfit CrossFit Challenge*”. Experiencia deportiva de *CrossFit* llevada a cabo en Pilar, provincia de Buenos Aires durante 2019. En el sitio oficial, sus organizadores y organizadoras la definían como la experiencia de *CrossFit* más importante en Latinoamérica. También se realizó en Mar del Plata en 2021, donde participaron miembros del *Team Sáenz Peña*. Este evento competitivo atraía la atención de *atletas* de la Argentina y de países limítrofes como Paraguay, Bolivia, Perú, Uruguay y Chile.

Sumo DeadLift: El o la ejecutante se colocaba frente a la barra, teniendo el cuidado de separar sus pies a la altura de sus hombros, formando un ángulo de 45 grados. Esto permitía que la rodilla y el talón estén en una misma línea vertical. Se procedía a inclinar el cuerpo y tomar la barra con ambas manos, provocando que los brazos quedaran estirados; a la vez que la espalda conservaba su rectitud y la cadera permanecía ligeramente bajada. Era menester que el o la practicante respirara profundamente antes de levantar (lentamente) el instrumento hasta la altura de la cadera. Durante la instancia del impulso, las piernas hacían un empuje hacia el suelo,

manteniendo los brazos y espaldas rectas. Finalizaba el ejercicio descendiendo la barra hasta reposarla.

En diversos espacios digitales se expresaba que, para evitar lesiones, era preferente no realizar movimientos bruscos o rápidos y priorizar la respiración y la contracción abdominal. En estos mismos sitios, se presentaba al *Sumo DeadLife* como uno de los ejercicios más completos de la disciplina, produciendo el fortalecimiento muscular de trapecios, glúteos, cuádriceps, femorales, lumbares, abdomen, dorsales, romboides, entre otros. Presentaba similitudes con el levantamiento de peso “convencional”, al ser una variante del mismo.

WallBall Shots: Se tomaba un balón medicinal de gran tamaño, similar a las piñatas utilizadas en celebraciones como cumpleaños. El material era de plástico y su relleno hacía que el instrumento pesara entre 1 a 10 kilogramos. De frente a una pared, la persona hacía una sentadilla y luego, al momento de incorporarse arrojaba la pelota hacia arriba, logrando golpear una cierta altura de la pared. Este ejercicio ayudaba a fortalecer piernas, glúteos, caderas y brazos.

WOD: Sigla de “entrenamiento del día”. Algunos/as interlocutores e interlocutoras también lo referían como “trabajo del día”. En la mayoría de los *boxes* de *CrossFit* (independientemente de su oficialidad) se los presentaba escritos en pizarras blancas. El o la *coach* anotaba los pasos y series que componía el *WOD* y los procedía a explicar, mostrando cómo eran las posturas. Como referí en el capítulo I, estos sistemas de ejercitación -cuyo propósito era trabajar diversas partes del cuerpo al mismo tiempo- fueron creados por Greg Glassman y expandidos mundialmente por redes sociales digitales. Las dos grandes categorías que ordenaban a los *WODs* eran “las mujeres” y “los héroes”, razón por la cual algunos conjuntos de técnicas recibían nombres de soldados de guerra (en calidad de homenaje) y otros tenían denominaciones correspondientes al género femenino.

Unders (puede ser *single unders* o *doble unders*): salto a la soga. Este tipo de ejercicios era fundamental para desarrollar coordinación a partir de la reiteración del movimiento. Si bien no podía considerarse como original o exclusivo del ambiente *CrossFit* sí era muy utilizado en la fase de *Warming Up* (calentamiento). En el caso de novatos y novatas, los y las *coaches* nos indicaban realizar solamente los saltos y

después de numerosas sesiones, procedíamos a incorporar la soga. Este instrumento realizaba un recorrido por encima de la cabeza, pasando por debajo de los pies (al momento del salto). Era muy común recibir “auto-latigazos” como consecuencia de movimientos erróneamente hechos. Los y las más experimentados/as practicaban el *doble under* donde la soga pasaba dos veces por encima de la cabeza y pies del/la ejecutante antes del salto. En ese momento, la velocidad del instrumento ocasionada un sonido similar a un breve rugido.

Walk out: el o la practicante colocaba sus piernas separadas y los pies mirando hacia afuera. Sin levantarlos, se inclinaba hacia el piso hasta apoyar sus manos en el suelo. “Caminaba” con sus manos hacia delante sin despegar los pies, hasta donde la extensión de sus brazos le permitía. Luego, volvía con sus manos “caminando” hacia atrás y se incorporaba verticalmente.

Warm up o warming up: en algunos sitios de internet se lo presentaba como la fase del calentamiento previo al *WOD*. Los y las profesores/as en Educación Física que oficiaban de *coaches* en *Legionados* y *Fortáles* me indicaron que en esta instancia de buscaba preparar al cuerpo para que el rendimiento físico sea el más óptimo posible, evitando posibles lesiones o lastimaduras. También se buscaba incrementar la elasticidad y la coordinación de movimientos.

Weightlifting: levantamiento de pesas en castellano, perteneciente a la halterofilia. Se caracterizaba por dos grandes movimientos: el inicial denominado “arrancada” partía de tomar la barra del suelo y levantarla por encima de la cabeza. Aquí era necesario realizar tres movimientos: extender brazos, sentadilla y ponerse de pie. El objetivo era levantar la mayor cantidad de peso posible. Se centraba en la coordinación, musculación y aumento de la fuerza explosiva (se denominaba así a la instancia de la subida rápida de la barra).

Zumba: a diferencia de la calistenia y el *CrossFit*, esta tendencia del *Fitness* buscaba combinar el entrenamiento con movimientos de baile. En estas clases, se solía utilizar música de bachata y reggaetón al compás de las técnicas corporales. En portales webs se mencionaba que este estilo de entrenamiento había sido creado por el coreógrafo y bailarín colombiano Beto Pérez, quien buscó combinar pasos de danzas latinas con técnicas deportivas. En estas clases se estilaba escuchar música como

reggaetón y trap para estimular la ejercitación de los y las clientes y clientas. Es destacable que en los *boxes* trabajados, la mayoría de quienes concurrían a estos espacios eran mujeres y según me informó uno de los *dueños-coaches*, el motivo radicaba en las supuestas ventajas físicas (rápido descenso de peso) y la sociabilidad que se lograba en los encuentros.



Universidad Nacional de Córdoba
2022 - Las Malvinas son argentinas

**Hoja Adicional de Firmas
Informe Gráfico**

Número:

Referencia: Tesis justificada - Kalin, Fernando

El documento fue importado por el sistema GEDO con un total de 204 pagina/s.