

[Acceso al
texto
completo](#)

Cristóbal Méndez. Ideas y expresiones.

Este onubense nacido en Lepe es el primero en escribir una obra dedicada de forma expresa al ejercicio físico. “El libro del ejercicio corporal y sus provechos” nos ofrece, además del primer intento de ordenación de los ejercicios, una clarificadora visión de los juegos y los deportes que se practicaban en Andalucía a lo largo del siglo XVI.

Méndez, desde nuestra particular visión técnica, es una figura tan importante como poco estudiada, pudiendo considerársele como uno de los vértices del gran triángulo renacentista de la actividad física que une a nuestro país con Italia y el mundo sajón.