CLUB ATLÉTICO MONTEMAR

Revista Oficial nº 4 · Junio 2014

"Nueva entrada... al verano"

CLUB ATLÉTICO MONTEMAR

Edita

Club Atlético Montemar

Coordinador

Joaquín López

Colaboradores

Pasqui Carrillo

Dr. César Cobián

Juan Antonio Montesinos

Alex Grafiada

Alonso Ramos

Asun Herrero

Laura González

Virtu Reche

JuanMa Niñoles

Dani Ruiz de Almirón

Vicente Manzanaro

Sonia Eguía

Carmen Masiá

Jesús Monzó

Diseño y maquetación

Magdalena Rueda

Imprime

Quinta Impresión

Síguenos en:

sumario

noticias 4

breves 6

deporte y salud 8

reportajes 10

nuevas escuelas 12

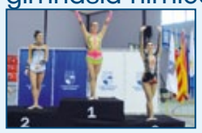
tenis 14

baloncesto 16

baile 18

fútbol 20

gimnasia rítmica 22



judo 24

karate 26

pádel 28

patinaje 30

Encantado de ponerme de nuevo en contacto con vosotros. Tengo la sensación de que el tiempo pasa volando, pero a la vez creo que tardo en hacerlo, en contaros lo que estamos haciendo, nuestras alegrías y nuestras dificultades para hacer grande Montemar.

Contentos y orgullosos por el resultado de la obra de acceso al club, así como su fachada. Nos veíamos en la obligación de ordenar el acceso de coches, así como el paseo peatonal, y evitar o intentar minimizar cualquier peligro que pudiera ocasionar a nuestros menores. Aprovecho también la oportunidad para agradeceros vuestra colaboración al aparcar dentro del espacio destinado a cada plaza, así como respetar las plazas de discapacitados. Gracias, muchas gracias por ayudar y apoyarnos en cuantas cosas estamos haciendo por el Club.

Os voy a pedir una pequeña colaboración, pero que para mi Junta Directiva es crucial, ya que nos permite afrontar los proyectos que nos solicitan nuestros socios. En breve recibiréis por correo electrónico el cuestionario de satisfacción que anualmente os remitimos. Cuantas más ideas, comentarios o sugerencias aportéis mayor enriquecimiento para Montemar. Intentamos satisfacer vuestras solicitudes al cien por cien, y nos las tomamos muy en serio. **Todos los socios del Club somos Montemar,** y todos debemos tener el derecho de crear un Club que se adapte al máximo a nuestros gustos y necesidades.

En cada número me permito un agradecimiento especial, y en este quiero darlo a nuestros mayores, nuestros socios que pasan horas y horas en el club, día tras día y nos dan ese ejemplo diario de lo que es amar un club y vivirlo con intensidad. Vaya por ellos este número.

Al resto de socios, prometeros trabajo y dedicación al club.

Un saludo de vuestro Presidente.

Jose Pedro García Fernández
Presidente del Club Atlético Montemar

Las escuelas de verano del Club ya están listas

El plazo exclusivo de inscripción para socios se abrió el pasado 5 de Mayo

El Club ya tiene preparada su oferta deportiva para este verano 2014. Hasta el 18 de mayo solo los socios podían inscribirse en cualquiera de las escuelas organizadas, y el 19 de mayo se abrió el plazo para los alumnos no socios. La oferta es muy variada, y está dirigida tanto a niños como adultos.

Le exponemos a continuación un resumen de las diferentes escuelas programadas.Para más información no dude en dirigirse a las oficinas del Club o contactar con nosotros en el teléfono 965 159 426. Encontrará todos los detalles de cada escuela en la página web del Club **www.camontemar.com** dentro del apartado "Escuelas".

- Campus Multi-actividad
(toda la mañana. Opcional fin de campus a las 17 horas)

- Stage de Mini-tenis
(toda la mañana. Opcional fin del Stage a las 17 horas)

- Stage de Tenis nivel Perfeccionamiento
(toda la mañana)

- Stage de Tenis nivel Competición
(toda la mañana)

- Cursos de Tenis iniciación y perfeccionamiento
(por las tardes).

- Cursos de Pádel iniciación y perfeccionamiento.

- Campus de Fútbol
(por las tardes)

- **Cursos quincenales de Natación niños y Aquagym adultos**
(por las tardes)

- Psicomotricidad en inglés
(por las tardes)

- Zumba.

- Baile: Ritmos Latinos.

- Multiactividad

- Pilates reformer con torre

- Gimnasia Rítmica
(Instalaciones de Padre Esplá)

- Patinaje Artístico
(Instalaciones de Padre Esplá)

- Baloncesto
(Instalaciones de Padre Esplá)

Montemar ayuda a los mayores del Pla-Carolinas y Garbinet

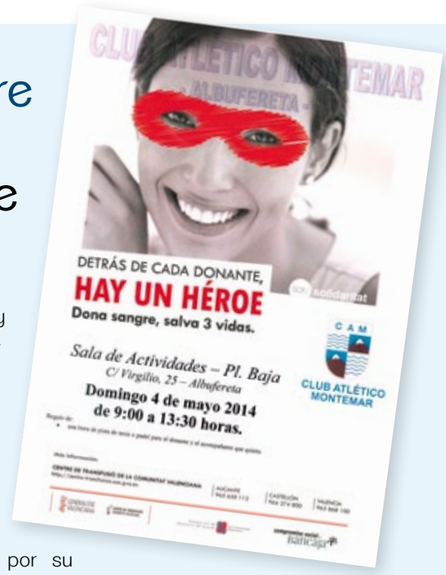
El Club Atlético Montemar y la concejalía de Acción Social del Ayuntamiento de Alicante firmaron el pasado mes de Febrero un convenio de colaboración mediante el cual nuestro club cede de forma gratuita el uso de dos salas de la planta baja de nuestra sede de **Padre Esplá**, para la realización de clases por parte de las Asociaciones de **Mayores Pla-Carolinas y Garbinet**.

Entre otras actividades, se están desarrollando las de pilates, gimnasia de mantenimiento, yoga, etc. admitiendo cualquier otra actividad o iniciativa que pueda surgir en el futuro, que mejore la calidad del servicio prestado a nuestros **Mayores**.

El pasado 20 de Febrero nuestro presidente, *José Pedro García* y el concejal de Acción Social, *Antonio Ardid*, procedieron a la firma del convenio en presencia de los presidentes de ambas asociaciones de Mayores. Un convenio que fue muy bien recibido por los alumnos, los cuales agradecieron a Montemar y a la concejalía de acción social su esfuerzo y dedicación para que esta mejora para los Mayores se hiciera realidad.

Con este acuerdo, el Club Atlético Montemar da una muestra de sensibilidad con nuestros mayores de la zona del barrio donde está ubicada nuestra sede de Padre Esplá, contribuyendo a una mejora en la prestación de estos servicios por parte del Ayuntamiento.

Montemar colaboró con el Centre de Transfusió de la Comunitat Valenciana en sus campañas de donación de sangre



Un importante número de socios y amigos donaron sangre el pasado domingo 4 de Mayo en las instalaciones del Club en la Albufereta.

El Club volvió a celebrar su jornada anual de donación de sangre en sus instalaciones de la Albufereta. Montemar sigue siendo fiel a esta iniciativa y por cuarto año consecutivo colaboró con el **Centre de Transfusió de la Comunitat Valenciana.**

La fecha elegida para realizar la jornada de donación fue el domingo 4 de Mayo de 9:00 a 13:30 horas, y tuvo lugar en la sala de actividades sita en la planta baja del edificio del **Club**.

Sabemos que la respuesta de los socios del Club siempre ha sido ejemplar, y el domingo 4 de mayo no fue menor. Los socios y amigos aprovecharon esta oportunidad para ayudar, ser solidarios y colaborar a través de esta acción individual que permite salvar vidas y mejorar la calidad de vida de muchas personas.

Todos los donantes recibieron un obsequio por su gesto solidario, como es una hora de pista de tenis o padel por gentileza del Club Atlético Montemar.

Desde estas líneas queremos agradecer de corazón a los socios del Club y sus amigos por haber colaborado con esta causa.

Les estamos muy agradecidos.

El equipo alevín femenino de tenis del club clasificado para el campeonato de España

El equipo Alevín femenino del Club Atlético Montemar, compuesto por **Judith Perelló** y **Lucía Llinares**, derrotaron al Sport Club de Alicante el pasado 23 de febrero, proclamándose campeonas de la Comunidad Valenciana 2014. Una prueba del gran juego y excelente estado de forma de nuestras jugadoras, que dominaron el campeonato desde la primera a la última ronda, con autoridad y con unos resultados muy cómodos, como la victoria de 2-0 ante el CT Valencia.

Gracias a este triunfo, el equipo femenino alevín de Montemar consiguió una plaza para participar en el campeonato de España por equipos alevines. Una cita importantísima, que se celebrará a finales de agosto, y donde nuestras jugadoras se codearán con los mejores equipos de España. Aun así, estamos seguros de que **Judith** y **Lucía** tiene mucho que decir y su actuación será extraordinaria. **¡¡Enhorabuena chicas!!**

Una nueva cita con el Circuito del Mediterráneo de tenis

El pasado mes de febrero finalizó la **1ª Fase del IV Circuito del Mediterráneo** de tenis. En nuestras pistas y durante cuatro fines de semana se disputaron las pruebas benjamín y junior de la provincia de Alicante.

Alcanzamos los 150 participantes en dichas categorías, 400 en todo el circuito. Tras finalizar las primeras fases de las categorías infantil y alevín, el circuito se trasladó a la Vega Baja, siendo sedes de las categorías Torrevieja, Almoradí y Orihuela.

Estos fueron los resultados de las pruebas disputadas en nuestro club:

Consolación benjamín femenino:
Sofía Cano venció a Ángela Monllor (53 41)

Consolación benjamín masculino:
Antonio Antón venció a Ricardo Cano (41 41)

Campeona benjamín femenino:
Paula Amor venció a Mila Burek (42 42)

Campeón benjamín masculino:
Alberto García venció a Iker Sevilla (54 41)

Campeona junior femenino:
Lucía Cortez venció a Jessica Castelló (64 61)

Campeón junior masculino:
David Caprotta venció a Georgio Papageorgio (64 61)

Montemar estrena su nueva web

El pasado mes de Abril Montemar presentó su nueva web. Un portal que cuenta con muchas novedades, sobre todo dentro del apartado estético y funcional. La web se caracteriza por su diseño limpio, claro y fácil para cualquier socio.

Se le ha prestado mucha importancia a las imágenes, a la vistosidad y atractivo de las mismas, sin perder de vista la calidad de la información y la actualización continua de noticias. El diseño es importante, y se ha mejorado ostensiblemente, pero la variedad de información está pensada para todos los públicos y el deporte para toda la familia.

Los veteranos del club celebran su clásico partido de fútbol amistoso

Los socios veteranos del Club Atlético Montemar celebraron el 26 de marzo su clásico partido de fútbol amistoso. Una cita ineludible, muy esperada por todos, que supone un momento de confraternización, disfrute, diversión, buen juego y recordar viejos tiempos. Todo ello, enclavado en un marco incomparable como es el campo de fútbol de Montemar.

La sorpresa especial de la velada nos la dio **Asensi**, que no se quiso perder este encuentro y disfrutar de las instalaciones de Montemar. El grandísimo ex-jugador de fútbol del FC Barcelona durante once temporadas, desde 1970 y 1981. Una leyenda del fútbol que pasó a la historia del FC Barcelona como el decimotercer jugador que ha jugado más partidos oficiales de la historia del club, con 396 partidos.

Más de 30 socios se dieron cita en este partido amistoso, donde se vieron grandes lances, excelente técnica y el dicho de "quien tuvo retuvo". La edad no fue ningún problema y todos los jugadores dieron el 100%. Después del partido, la jornada continuó con un aperitivo y comida que se alargó hasta bien entrada la tarde.

Éxito de participación en la masterclass zumba montemar

La escuela de Zumba Montemar, y su profesor **Andrés Braganza,** impartió el sábado 15 de febrero una clase abierta y gratuita para todos los socios y amigos interesados.

La clase tuvo lugar a las 11:00 horas en la sala 1 de las instalaciones de la Albufereta y tuvimos que colgar el cartel de "sala completa". Éxito absoluto, una clase en la que no cabía un alfiler y con la novedad que supuso la presencia de **Guille Ferra**, profesor de zumba, que junto con **Andrés** impartieron la clase a dúo, dando un plus de diversión, energía, tonificación, mucha alegría y muy buen rollo.

El lunes 17 de febrero se abrió definitivamente el grupo de las mañanas. Todos los lunes y miércoles a las 9:30 horas. Más oferta y más posibilidades; un nuevo horario por la mañana que completa y complementa a las clases de la tarde los martes a las 19:00 horas y viernes a las 18:00 horas.

Futuros profesionales del deporte visitan Montemar como ejemplo de buena gestión

El 10 de Abril un total de 30 alumnos de la licenciatura de Ciencias de la Actividad Física y el deporte de la Universidad de Alicante, realizaron una visita a las instalaciones del Club Atlético Montemar. Dentro de la asignatura de "Dirección técnica de Instalaciones y equipamientos deportivos", la Universidad de Alicante eligió a Montemar para esta visita como ejemplo de buena gestión, innovación y cómo invertir sin descanso en tiempos de crisis.

La visita de los alumnos se inició con un recorrido completo y guiado por todas las instalaciones del Club, en su sede de la Albufereta. A continuación los alumnos disfrutaron de la

proyección de dos videos del Club, uno de historia de Montemar, y en segundo lugar el video que se presentó en la última Asamblea de socios, con todas las mejoras e inversiones realizadas en el último año.

Por último, los alumnos disfrutaron de un turno de preguntas, donde pudieron aclarar sus dudas y conocer más en profundidad distintos aspectos de la gestión del Club.

Lumbalgia y pádel. 7 consejos para evitarlo

En el pádel la zona lumbar tiene un papel muy importante. Se trata de una actividad muy intensa a nivel muscular y articular, ya sea para mantener una posición estática o para movernos dentro de la pista. Nuestra columna no deja de trabajar, y por lo tanto puede sufrir estrés articular, sobrecargas y lesiones, las cuales pueden darse en todas sus estructuras (músculos, tendones, ligamentos, discos intervertebrales, articulaciones, etc.).

Para prevenir lesiones y dolores en la zona lumbar es necesario tener en cuenta una serie de recomendaciones:

1. Has de mantener un **gran tono muscular** y reforzar toda la faja lumbo-abdominal. Recto anterior del abdomen, oblicuos y transversos del abdomen y la musculatura lumbar, que son el centro donde se origina el movimiento. Vital tenerlos tonificados.

2. Conseguir **buenos hábitos posturales** dentro de la pista, como mantener una posición lordótica que nos ayudará a eliminar tensión en la zona lumbar.

3. En tus **estiramientos** no te olvides de la musculatura isquiotibial y de la musculatura flexora de cadera. Tienen un papel importante a la hora de provocar lumbalgias.

4. **Pequeños gestos** como agacharte a por una pelota sin flexionar las piernas provocan tensión en la zona lumbar. Mejora tu higiene postural dentro de la pista cambiando pequeños detalles.

5. Evita **movimientos repetitivos** donde se realice una hiperextensión de tronco con una rotación.

6. Evita jugar **tres días seguidos** si tienes molestias o dolor en la zona lumbar.

7. **Revisa tu técnica** y tus desplazamientos en la pista, tal vez estés haciendo gestos o movimientos innecesarios de una manera tensa y brusca que estén perjudicando tu espalda. En el club tenemos una de las mejores escuelas de pádel y los entrenadores te pueden corregir y aconsejar de una manera muy eficaz.

En el próximo número mostraremos un programa de ejercicios para la zona lumbo-abdominal y ejercicios de flexibilidad.

Pasqui Carrillo
Fisioterapeuta del Club Atlético Montemar

El servicio de medicina deportiva del club prepara la nueva temporada

El mes de Junio del pasado año, el equipo de **Traumavist** -Traumatología Vistahermosa- y **Montemar** pusieron en marcha una unidad de medicina del deporte en las instalaciones del Club, dirigida por el doctor César Cobián

El **Club** tenía como objetivo desde hace tiempo implantar un servicio de medicina deportiva dirigida a niños, jóvenes y adultos que practican deporte, tanto de forma recreativa como de competición, con el fin de evaluar y mejorar la condición física, evitar riesgos o daños por falta o exceso de ejercicio físico, y asesorar sobre el deporte más adecuado para cada caso.

La unidad de **medicina deportiva Traumavist-Montemar** es una realidad desde el mes de junio del pasado año. Muchos deportistas ya han podido realizar reconocimientos médico-deportivos, con el lema *"Prepárate para un deporte seguro"*.

Los reconocimientos médico-deportivos suponen una oportunidad excepcional para valorar el estado de salud del deportista, prevenir lesiones, mejorar el rendimiento físico deportivo o resolver sobrecargas musculares y lesiones tendinosas entre otros.

Los cuatro servicios principales que el centro de medicina deportiva Traumavist Montemar está realizando son:

1. **Reconocimiento básico de aptitud deportiva:** Tras una exploración general y del aparato locomotor, se realiza un electrocardiograma en reposo, auscultaciones cardíaca y respiratoria y antropometría básica (peso, talla, porcentaje graso,….etc.). Se entrega un informe médico con los resultados.

2. **Reconocimiento avanzado de aptitud deportiva**: Este reconocimiento incluye todas las pruebas contenidas en el reconocimiento básico, más un test de esfuerzo con análisis de gases, una espirometría y una analítica sanguínea. Todo ello con el preceptivo informe médico posterior con los resultados obtenidos.

3. **Test de esfuerzo** con análisis de gases.

4. **Estudio de la marcha.**

El equipo de **Traumavist-Montemar** no quiere que nadie se pierda la oportunidad de disponer de los resultados de estos valiosos reconocimientos. Sabemos de la importancia crucial de estos tests y la información clave que va a proporcionar a los deportistas. Por ello, a partir del mes de junio y hasta principios de la próxima temporada, los alumnos de todas las escuelas deportivas del Club disfrutarán de unos precios inmejorables: **10 el reconocimiento básico y solo 25 el reconocimiento avanzado.**

No dude en solicitar más información en las oficinas del Club o directamente en la propia unidad de medicina deportiva sita en la primera planta del Club.

¿Quieres estudiar en una universidad americana?

El Club Atlético Montemar, con el afán de mejorar y seguir ofreciendo servicios de calidad a todos sus socios, ha establecido un acuerdo de colaboración con la empresa **Deaquiparafuera S.L**, la cual posee uno de los programas más amplios del mundo en la obtención de becas académicas y deportivas en los EE.UU. Desde 2001 han asesorado a más de 1.500 jóvenes, que tienen como objetivo estudiar en universidades americanas, totalizando ya aproximadamente 80 millones de dólares en becas obtenidas. A su vez **deaquiparafuera** promocionará al C.A. Montemar y su academia de tenis en países como EE.UU, Brasil y Colombia, ofreciendo programas de entrenamiento y estudio tanto para tenistas profesionales como amateurs, y así poder con ello contribuir a la internacionalización del Club.

Gracias a esta colaboración, nuestros socios además de poder realizar reuniones personales en el club, recibirán un 10% de descuento en los programas ofertados por Deaquiparafuera:

Becas deportivas:

Programa de becas para deportistas de nivel medio-alto, que tienen como objetivo conseguir una beca de estudios para graduarse y representar a la universidad en las competiciones universitarias nacionales en los EE.UU. Los principales deportes son: tenis, voley, fútbol, natación, baloncesto, golf, atletismo y tenis de mesa. Las becas deportivas varían entre un 40% y un 100% del coste anual del estudiante en los EE.UU, incluyendo matrícula, vivienda, alimentación en la universidad y todos los gastos de material deportivo.

Becas académicas:

Programa para estudiantes que tienen como objetivo graduarse o post-graduarse en universidades americanas con becas de estudios académicas, que son obtenidas de acuerdo con las credenciales académicas del candidato. Las becas pueden llegar hasta un 70% del coste en los EE.UU, incluyendo matricula, vivienda y alimentación en la universidad.

College Tours:

Este programa tiene como objetivo principal posibilitar a estudiantes de bachiller español a que visiten las mejores universidades de EE.UU para conocer las instituciones, participar en sesiones de información, conocer a alumnos y profesores para que se familiaricen con la idea de hacer una carrera en una universidad americana.

Más información:
www.deaquiparafuera.com
Tel: 966377960/ 636778850

Montemar recibe 13 trofeos en la gala del tenis de la Comunidad Valenciana

El 7 de Marzo se celebró la **Gala del Tenis de la Comunidad Valenciana 2013**, un acto en el que la Federación de Tenis de la Comunidad Valenciana entrega los trofeos y reconocimientos a los campeones y subcampeones de los campeonatos oficiales de la Comunidad Valenciana, así como otras distinciones especiales.

La Gala tuvo lugar en Valencia y se dieron cita los mejores jugadores y equipos de tenis de nuestra Comunidad. Montemar regresó a Alicante cargado de trofeos y galardones; nada más y nada menos que 13 trofeos le esperaban al Club, tanto en el apartado individual como por equipos; el fruto del gran trabajo realizado en el 2013.

En el apartado de equipos recibimos trofeos por los siguientes logros del 2013: Campeón 2ª división alevín femenino, Subcampeón 2ª división infantil masculino, Subcampeón 3ª división cadete masculino, Campeón 3ª división junior masculino, Campeón 2ª división veteranos +35, Campeón 2ª división veteranos +50, Subcampeón 1ª división veteranos +55, Subcampeón 1ª división veteranos +60, Campeón 1ª división veteranas +30, Campeón 1ª división veteranas +40 y Subcampeón 3ª división Absoluto masculino.

En la faceta individual recibieron su trofeo Sergio Barrera, campeón veteranos +55 individual de la Comunidad Valenciana, y Ángel Gonzalo, campeón veteranos +60 individual de nuestra Comunidad.

Hasta Valencia se desplazaron representando al Club **Iván Navarro**, uno de nuestros coaches de la escuela de alta

competición, y **Sergio Barrera,** capitán de nuestro equipo de veteranos +55.

Dentro del apartado de galardones especiales, la **FTCV** no quiso olvidarse de nuestro **Iván Navarro,** que recibió un merecidísimo reconocimiento por su larga y exitosa carrera tenística, que tuvo su punto culminante a principios de 2009, momento en el que Iván alcanzó su mejor ranking, el puesto 67 del mundo.

Montemar premiado por el Ayuntamiento de Alicante y la Asociación de la Prensa Deportiva

El 28 de febrero se celebró la **25ª Gala del Deporte Alicantino**, organizada por la Concejalía de deportes del Ayuntamiento de Alicante y la Asociación de la Prensa deportiva de Alicante. Una gala donde se nombró al mejor deportista de Alicante en el pasado año 2013, pero que también reserva un apartado muy especial para las Instituciones que han contribuido de manera decisiva en el deporte alicantino, mediante algún logro importante o significativo para nuestra ciudad.

El Ayuntamiento de Alicante, a través de su Concejalía de deportes, y la asociación de la prensa deportiva de Alicante, concedió al Club Atlético Montemar un reconocimiento especial con motivo de la exitosa organización de la FED CUP de tenis en febrero de 2013; un evento deportivo de repercusión mundial, con una asistencia al Club de 2.000 espectadores, la primera vez en la historia que era organizada por un club de Alicante o su provincia y retransmitido por Teledeporte en directo y varias veces en diferido.

Asistió a la Gala y recogió el reconocimiento **Jose Pedro García,** presidente del CA Montemar. Le hizo entrega del galardón **José García Carratalá,** vicepresidente de la asociación de la prensa deportiva de Alicante.

Montemar pone en marcha un Runner´s Club de la mano del ex-atleta olímpico José Manuel Albentosa

Nuestros socios no dejaban de solicitarnos este servicio y ya es una realidad. El pasado 3 de Abril pusimos en marcha la comunidad de corredores **URBAN RUNNER'S CLUB**. Se trata de una iniciativa que se lleva a cabo en las instalaciones del Club Atlético Montemar, dirigida a cualquier persona que le guste correr, sea cual sea su nivel.

El **URBAN RUNNER'S CLUB** ofrece a todos los corredores asesoramiento y orientación en entrenamientos de carrera continua, por parte de nuestros entrenadores-asesores. El grupo está abierto a todas las personas interesadas, siendo el coste muy reducido, solo un único pago de 60 para socios al año. Todos los corredores reciben una equipación técnica exclusiva Adidas, inscripción gratuita a una media maratón o 10K, y muchas otras ventajas.

Disfruta de una o dos sesiones de entrenamiento semanales guiadas: los jueves a las 20 horas y/o los sábados a las

10 horas, en las instalaciones del Club Atlético Montemar (punto de encuentro junto a la piscina).

Toda esta comunidad de corredores URBAN RUNNER'S CLUB está dirigida y coordinada por el equipo de trabajo del ex-atleta olímpico alicantino José Manuel Albentosa, que a buen seguro harán del *RUNNING* una forma de vida en tu día a día.

¡Te esperamos! ¡Ven a correr a Montemar todos los jueves a las 20 horas y sábados a las 10 horas! Ya somos más de 30 corredores, de todos los niveles, todos tienen su sitio en el Urban Runner´s Club.

Montemar y Tennis Makers organizaron con éxito el I Torneo de veteranos con premios en metálico

Montemar y Tennis Makers organizaron el **I Torneo Open Tennis Makers C.A. Montemar**, un torneo de tenis muy singular y que despertó un interés inusitado, no solo entre los socios de Montemar sino a lo largo y ancho de la Comunidad Valenciana.

El torneo se celebró los fines de semana 28-30 de Marzo y 4-6 de Abril, y las categorías disputadas finalmente fueron veteranos +35 y +45. El atractivo principal es que se trataba de un torneo con premios en metálico. Un aliciente extraordinario y nada habitual para un torneo dirigido a categorías de veteranos, que animó en gran medida el espíritu competitivo y la participación de grandes raquetas.

Los campeones de cada categoría recibieron un premio de 400€ en metálico, los subcampeones 200€, los semifinalistas 100€ y los cuartofinalistas 50€ pero en material deportivo.

Manuel Sala se impuso en la final de +35 a **Fernando Fernández,** y **Jorge Tagliaferro** hizo lo propio con **Luis Vargas** en la de +45. Paralelamente, se disputo la prueba de dobles en la que venció la pareja **Manuel Sala** / **Fernando Fernández** a **Javier García** / **Jorge Aguilar**. A los perdedores en primera ronda que estuvieron dispuestos, se les preparó un cuadro de consolación del que resultó vencedor **Álvaro Sánchez** que se impuso a **Roque Valero**.

El torneo contó con el patrocinio especial de **Tressis**, empresa de gestión de patrimonios, que hizo posible ofrecer los excelentes premios en metálico, ganando el torneo en prestigio y repercusión.

El equipo de tenis +35 mantiene la 2ª categoría a nivel nacional

El equipo de tenistas de Montemar logró el domingo 13 de Abril mantener la **2ª categoría nacional en el Campeonato de España por equipos de tenis**.

Nuestro equipo +35, capitaneado por **Miguel Sánchez Venta**, se enfrentaba en esta dura y decisiva eliminatoria de promoción al Club de tenis Turó de Barcelona. La eliminatoria tocó por sorteo celebrarse en las pistas del club catalán, un hecho a priori negativo en una eliminatoria de estas características. Pero ya lo hemos dicho en varias ocasiones, tenemos un equipo +35 muy sólido, serio y prometedor. Se impusieron al Turó por 5-0, un resultado abultado aunque todos los partidos fueron muy disputados.

¡¡Enhorabuena a este gran equipo!! Felicidades a todos componentes del equipo, que durante varias semanas y duras eliminatorias han defendido los colores del Club por toda España: **Jorge Aguilar, Jorge Tagliaferro, Javier García Lázaro, Gonzalo Sandoval, Rafa Reig, Miguel Sánchez Venta, Carlos Rogel, Alejandro Donate y Miguel Miralles**.

El equipo de tenis +50 subcampeón de la Comunidad Valenciana

Teníamos mucha confianza en el equipo de tenis veteranos +50 y se han cumplido las expectativas. Nuestro equipo +50 se ha proclamado **subcampeón de la Comunidad Valenciana de tenis 2014.**

El inicio del campeonato ya lo hacía presagiar. Dos eliminatorias previas resueltas por nuestro equipo de manera magistral: 5-0 contra el CT Buenavista de Benissa y 3-2 contra el CS Orcelis de Orihuela. La Final se celebró el domingo 30 de marzo contra el CT Valencia, un equipo muy competitivo que para esta final sacó a sus mejores raquetas: **Víctor Bacete, Enrique Almudéver** y **Juan Carlos Alvariño,** entre otros. El resultado fue de 3-0 para los valencianos, aunque tuvieron que luchar lo suyo para alzarse con el triunfo final.

Enhorabuena a nuestros jugadores por este Subcampeonato +50!! Sois un equipazo. ¡¡Felicidades a **Carlos Aracil, Juan Carlos Llorca, Eduardo Griñán, Pedro Bellón, Alfonso Coloma, Vicente Boluda, Juan Carlos Muñoz, Eduardo Sirvent y Jose Pedro García!!** El 2º mejor equipo de la Comunidad Valenciana +50.

El equipo de tenis +55 se proclama 3º de la Comunidad Valenciana

El 26 de enero nuestro equipo de **veteranos +55** consiguió el 3º puesto en el **campeonato de la Comunidad Valenciana por equipos +55 de 1ª división**. Tras una primera ronda brillante contra el CS Orcelis de Orihuela y perder en semifinales contra el CT Castellón, el equipo de Montemar derrotó en la eliminatoria de 3º y 4º puesto al Club de tenis Gandía por un contundente 5-0.

El equipo estuvo muy arropado por una gran cantidad de socios y amantes del tenis, que no dejaron de animar a nuestro equipo en ningún momento. ¡Todo un éxito! **¡El tercer mejor equipo de la Comunidad Valenciana +55!** Enhorabuena a todos los componentes del equipo, en particular a los que nos han dado la satisfacción de la victoria en esa decisiva eliminatoria: **Sergio Barrera, Luis Fuentes, Sebastián González** y **Eduardo Severá**.

Las veteranas de tenis +40 del club se proclaman campeonas de la comunidad valenciana

El sábado 1 de Marzo nuestras veteranas de tenis +40 se proclamaron **campeonas de la Comunidad Valenciana** por equipos +40. La eliminatoria se disputó en las pistas del Club Atlético Montemar y la expectación era máxima ya que estaba en juego revalidar la victoria del pasado año.

El equipo contrario para esta Final era el Círculo Agrícola Mercantil de Villena. Entraron en las pistas de Montemar con mucha ilusión y a por todas, pero nuestras jugadoras se mostraron muy sólidas, muy seguras desde el primer minuto, aprovechando el factor de jugar en casa, y la confianza de ser las campeonas del pasado año. Entregaron las medallas a ambos equipos Ramón Casaubón, directivo de la FTCV, y **Jose Pedro García**, presidente del CA Montemar.

¡¡Enhorabuena!! Estamos muy orgullosos de vosotras. Felicidades a todas nuestras jugadoras por este gran triunfo:

El equipo +60 de tenis campeón de la Comunidad Valenciana 2014

El tenis no deja de darnos alegrías semana tras semana. El 16 de Marzo se celebró en Torrente la Final del Campeonato de la Comunidad Valenciana por equipos veteranos +60. Los finalistas eran CA Montemar y CT Torrent, los dos equipos que habían demostrado ser los mejores, tras varias semanas de intensa competición.

Nuestro equipo no lo tenía fácil; nunca lo es cuando juegas fuera de casa. Pero la motivación de los Montemarinos era máxima, dispuestos a darlo todo. El pasado año el equipo +60 perdió en la Final y este año teníamos que ir más allá, superarnos, alcanzar por fin la victoria.

Y así ocurrió….. **¡¡Montemar, campeón de la Comunidad Valenciana por equipos +60!!** por un ajustado 3-2 tras una eliminatoria igualada, pero en la que siempre nuestros jugadores marcaron el ritmo y dominaron de principio a fin. ¡Muchas felicidades a todo el equipo de veteranos +60! Estamos muy orgullosos de todos vosotros, sois los mejores! Enhorabuena a todos los jugadores que componen el equipo: **Toni Ferrández, Ángel Gonzalo, Manolo Martín, Pepe Castillo, José Luis Cabrera** y **Felo Bernabéu.**

Raquel Castelló, Mónica Díaz, Beatriz Gonzalo, Alicia Ferrer, Chelo Pérez, Rosario Pérez-Seoane, Inma Palau y **Claudia Serna**. ¡Campeonas de la Comunidad Valenciana por equipos 2014!

Jaume Tormo mostró cómo atacar a partir del desajuste

El entrenador del C.B. Alginet de Liga EBA, **Jaume Tormo**, expuso el pasado mes de Febrero en un Clínic celebrado en el pabellón del Club, cómo atacar a partir del desajuste defensivo, creado a través del 1x1 y el uso del Pick&Roll.

Ayudado por un gran grupo de jugadores/as del Club Atlético Montemar, **Jaume Tormo** protagonizó una actividad muy dinámica ante casi un centenar de técnicos.

Entre muchos otros conceptos, el entrenador dio las pautas de cómo se va generando el trabajo del 1x1 desde los detalles técnicos, remarcando la importancia de que el entrenador fomente la iniciativa del jugador en la lectura del juego, asumiendo los posibles fallos como parte de su aprendizaje.

El Clínic se celebró en las instalaciones del C.A. Montemar de Padre Esplá y clausura la programación de actividades de Enero-Febrero del **Plan de Formación Continua para entrenadores de la FBCV**. Desde la Federación se está trabajando ya en la programación de los próximos meses.

Ambiente en el Campus de Semana Santa

Un año más se organizó el tradicional **campus de Semana Santa de baloncesto**. Durante la semana, las niñas y niños que acudieron al mismo trabajaron, en dos sesiones diarias, para mejorar conceptos deportivos como pase, bote, tiro, ocupación de espacios y finalizaciones.

Todo ello bajo un mismo concepto básico: divertirse cada segundo con el baloncesto.

Ya estamos organizando el **Campus de Verano**, del que se informará próximamente. **¡Os esperamos!**

II Cuadrangular Femenino

El sábado 26 de abril se disputó en el Pabellón de Padre Esplá el **segundo cuadrangular femenino** con la participación, además de nuestras jugadoras cadetes, de los equipos de C.B. Benidorm, Denia Basquet y C.B. Villena 74.

Tras una emocionante jornada, con partidos muy competidos, resultó vencedor del torneo el equipo de Benidorm, ocupando nuestras jugadoras la segunda plaza, tras vencer en un emocionante partido al equipo de Villena.

Destacar el gran ambiente que reinó durante toda el día, tanto en la pista como en la grada.

El futuro ya esta aquí ...

Ese es el lema de nuestro **Torneo Pre-infantil Montemar** y, después de la celebración del mismo, podemos decir que es una autentica realidad. El torneo se celebró el pasado 3 de mayo, y fue todo un éxito deportivo y de asistencia de público.

Durante todo el torneo los asistentes al mismo, jugadores, entrenadores, familiares etc. pudieron comprobar como día a día se esta avanzando en la formación de los jugadores de baloncesto.

Desde el punto de vista competitivo, el Nou Basquet Xátiva resultó el vencedor, tras la disputa de este cuadrangular contra los equipos de Montemar, UCAM Universidad y C.B. Horta Godella.

A destacar la inesperada presencia de **Salvador Fabregat,** Presidente de la Federación de Baloncesto de la Comunidad Valenciana, y de **Luis Guil,** Seleccionador Nacional U19, quienes destacaron la importancia de iniciativas como la nuestra y el gran ambiente y organización del torneo.

"El soldado de la triste figura" llega al Teatro Principal el 14 de junio

Este año ha sido un año de celebraciones para la Escuela de Baile del C.A Montemar en sus instalaciones de Padre Esplá. No solo por las numerosas actuaciones que han tenido a lo largo de este curso por distintas ciudades de la comunidad Valenciana y Murciana, sino por la preparación del esperado musical **"El Soldado de la Triste Figura".** La representación tendrá lugar el sábado 14 de Junio, en dos pases distintos, a las 19:00 y 22:00 horas.

Un Musical cargado de una profunda emoción. Una bella historia de amor donde la generosidad, el amor y la heroicidad de un soldado de la segunda guerra mundial, llamado Alexander Kessler, nos mantendrán expectantes en un final inesperado. Un Musical en el que la figura del ingenioso hidalgo **Don Quijote de la Mancha** estará presente en esta bonita historia de amor y superación.

Después de diez años cosechando éxitos en los numerosos Musicales representados en el Teatro Principal de Alicante, este año el aclamado y esperado Musical **"El soldado de la Triste Figura"** se convierte en el espectáculo musical número 10 de la escuela de Baile en las instalaciones de Padre Esplá.

Los siempre motivados y emocionados alumnos/as de la escuela, de la mano de sus directores artísticos **Alonso Ramos** y **Asun Herrero** y la estrecha colaboración de la empresa Bravo Studios S.L. producciones cinematográficas, han preparado una obra diferente, utilizando las nuevas tecnologías audiovisuales **2D** y **3D**. En esta obra se fusiona el cine y el teatro en una puesta en escena con más de **190** bailarines. Cabe destacar la gran voz que narra la historia de este musical. Se trata del actor de doblaje **Sergio Zamora** que pone su voz a grandes actores del cine americano como por ejemplo **Keanu Reeves** (Matrix), **Matthew McConaughey,** galardonado como mejor actor en los **Oscar 2014,** así como el actor **Hugh Grant** (4 bodas y un funeral).

La escuela de baile clásico y español ultima detalles de su representación en el Teatro Principal

Un año más vuelve a acercarse el final de nuestro curso académico y este año, a diferencia del pasado, nuestras pequeñas Pavlovas comienzan con sus pruebas de vestuario y a desempolvar sus cajitas de maquillaje. Ya están listas para trasladar todo lo aprendido al **Teatro Principal de Alicante**. Todavía no se creen que vayan a bailar sobre el mismo escenario que meses atrás pisaron bailarines del gran libreto de "**El lago de los cisnes**" o el mismísimo **Ballet Imperial Ruso.**

Nerviosas, tanto las que viven por primera vez esta experiencia como las que ya la conocen, estas niñas trabajan duro por esforzarse y dejar constancia de su amor por la danza. Un amor que todo familiar y amigo próximo a ellas debería presenciar el próximo día **15 de junio a las 17:30h** en el Teatro Principal de Alicante.

Será un espectáculo tierno y muy divertido, ya que todo ello estará envuelto entre las sonrisas de **30 maravillosas niñas** icon muchísimas ganas de bailar!

"En busca del tesoro" se presenta en el Teatro Principal de Alicante el 15 de junio

2014 está siendo un año muy especial para la Escuela de Baile Moderno en las instalaciones de la Albufereta. **Cumplimos nuestro 10º aniversario**; diez años ininterrumpidos de bailarinas, de diversión y de grandes momentos.

Estamos muy contentos un año más de poder hacer lo que más nos gusta y qué mejor manera de celebrarlo que creando un **Musical muy especial**. Una representación que cuenta con una novedad importante: varios de nuestros alumnos van a cantar, algo que nunca ha ocurrido en diez años. No solo estos pequeños grandes artistas tienen un ritmo excepcional, sino que además, dentro del grupo completo de **140 bailarines**, nos encontramos con voces que nos han sorprendido gratamente como son las de **Millán Torres**, **Sofia Gohlke** y **Mariola Moya.** Por supuesto sus voces estarán acompañadas por el coro que formarán el resto de alumnos. Este año nuestras pequeñas artistas están más involucradas que nunca, en un musical, **"EN BUSCA DEL TESORO"**, que no te dejará indiferente.

Nuestro musical cuenta la historia de una joven llamada Julia (interpretada por **Julia Mainar**), que al terminar su curso disfruta de su emocionante y merecido viaje de fin de curso en un Crucero. En una de sus excursiones será secuestrada por unos malévolos piratas.

Una apasionante historia donde el mensaje que queremos transmitir es la importancia de " **LA AMISTAD**".

No se pierdan la gran cita del año: Domingo 15 de junio a las 19.00 horas en el Teatro Principal de Alicante.

Los alumnos de ritmos latinos tampoco se perderán la gran cita en el Principal

¡Ya estamos en el mes de Junio! La escuela de Ritmos Latinos está a un mes de cerrar otro año más la temporada regular. Este año ha sido fantástico, y como prueba de ello todos los grupos pondrán su granito de arena en el Musical que protagoniza el Club el domingo **15 de Junio**.

Tendremos como cada año dos actuaciones, una de los veteranos, los que llevan más tiempo con nosotros. Nos deleitarán con buen ritmo y mucho sabor, en una actuación especialmente dedicada a todos aquellos que piensen que ellos no pueden, que eso no es para gente de su edad. Aquí tendrán una prueba más de que el baile es para todas las edades.

Respecto a la segunda representación, contaremos con los avanzados, ellos serán quienes os enseñen hasta dónde se puede llegar.

Y si aún no has podido iniciarte en los ritmos latinos no te preocupes, en verano, **durante los meses de Julio y Agosto**, comenzaremos un grupo nuevo. Así que no esperes más, que ya nos ha llegado el buen tiempo y la salsa está de moda.

La escuela de Fútbol no descansa

La competición oficial ha finalizado, en total 11 equipos han estado compitiendo en sus respectivas categorías, sin olvidarnos que tenemos a más de **40 alumnos**, niños de 3 a 6 años, que por su edad no han participado en competiciones y que poco a poco se irán incorporando a la categoría de Prebenjamín e iniciarán su andadura en la competición.

Ha habido suerte dispar, pero teniendo en cuenta que somos **Escuela**, que el Fútbol es más que un deporte y que los valores en los cuales está basada nuestra Escuela son la amistad, solidaridad, atención, tolerancia, disciplina, modales y sobretodo ayuda al crecimiento emocional y la formación de un niño como persona, los resultados que hemos obtenido son satisfactorios y claro está siempre superables, pero sin olvidarnos de los valores mencionados anteriormente dejando a un lado los resultados.

Hemos conseguido un campeonato en la categoría Infantil, nuestro equipo **Infantil A se ha proclamado campeón en el grupo IV** consiguiendo el ascenso a 1ª Regional Infantil, pero por otro lado nuestro equipo **Juvenil** ha descendido a 3ª regional. Pasando por el tercer puesto conseguido por el **Benjamín A** el cuarto puesto del **Benjamín B** y el 5º puesto del **Infantil B**. El resto de nuestros equipos han competido con más o menos suerte dentro de lo complicados que eran sus grupos, sobre todo los del **Prebenjamín** y **Alevín A**, que le ha tocado "bailar" con los equipos "A" de los Clubs más fuertes de la capital y provincia.

Aún nos queda todo Junio, para seguir entrenando y compitiendo pues algunos de nuestros equipos están invitados a diversos Torneos y amistosos.

Competiciones

Nuestro Benjamín A asistió a 2 competiciones en esta temporada - **II Torneo de Primavera de la SCD San Blas** en el que caímos derrotados en la semifinal ante el equipo que a posteriori fue el campeón del Torneo.

- **Fase de clasificación** para la final de la IV Copa Federación que organiza la FFCV, que se celebró en La Nucía y en la que no conseguimos el acceso a la fase final a celebrar en Valencia este mes, por un solo gol de diferencia con el equipo anfitrión.

Visita de jugadores

Los componentes de nuestro equipo Prebenjamín recibieron el pasado mes de Mayo la visita de **Nacho** exjugador del Hércules CF y de **Toño** portero del Elche CF.

Campus de Semana Santa

En el mes de Abril aprovechando el parón por las vacaciones de Semana Santa, realizamos un **Campus** de 4 días. En los meses de Julio y Agosto realizaremos nuestros campus de verano en horario de tarde.

Nueva temporada

Estamos preparando ya la nueva temporada, tenemos abierta la inscripción para todos aquellos que quieran entrar en nuestra Escuela y durante este mes están nuestras puertas abiertas para todos aquellos que quieran conocernos.

Excelentes resultados de nuestras gimnastas

Carmen Ruano, Campeona Provincial

Carmen Ruano y Marta Muñoz

Competición Nacional Base con sus entrenadoras

El día 8 de Marzo, nuestro Pabellón se vistió de Gala para albergar la **Fase Provincial del Campeonato Nacional Base Individual de Gimnasia Rítmica**. Un año más colaboramos con la Federación de Gimnasia de la Comunidad Valenciana en la organización de dicho evento.

Un total de 83 gimnastas acudieron a esta cita ineludible. Nuestro **Club** participó con seis de sus gimnastas pertenecientes al equipo de competición:

Carmen Ruano y **Marta Muñoz** en categoría juvenil, levantaron al público de sus asientos con sus espectaculares ejercicios, lo que les valió no sólo la clasificación para el Autonómico, sino que las elevó a lo más alto del pódium, proclamándose Carmen **CAMPEONA PROVINCIAL** y consiguiendo Marta la **MEDALLA DE BRONCE.**

En categoría cadete, **Mónica de Andrés** hizo de su cinta su mejor aliada y **Lidia Soriano** realizó su ejercicio con la belleza que le caracteriza.

Por último, **Ana Fraile** y **Estela Monzó** representaron a Montemar en categoría infantil. Ana consiguió la clasificación para el Autonómico, quedando Estela a tan solo cinco centésimas de su pase a la siguiente fase. Ambas regalaron al público allí presente su gracia y su dulzura, además de momentos inolvidables a pesar de ser debutantes en este campeonato.

Marta Muñoz, Subcampeona de España

Del 24 al 27 de Abril nos desplazamos a Guadalajara, donde un total de 800 gimnastas se dieron cita para participar en la **fase Nacional del Campeonato Base.**

Marta Muñoz emocionó a la grada con su elegancia, y tras un brillante ejercicio de mazas al son de una "nana" de la compositora rusa *Evanthia Reboutsika*, se alzó con la medalla de PLATA, convirtiéndose así en **SUBCAMPEONA DE ESPAÑA** en categoría juvenil.

El resto de gimnastas que representaban a Montemar también obtuvo excelentes resultados: **Carmen Ruano** en la misma categoría, al ritmo de un animado rock and roll y también con mazas, finalizó en 7ª posición; **Lidia Soriano** deleitó al público con un ejercicio de cinta acompañada de "El Vuelo del Moscardón" de Rimsky Korsakov, consiguiendo la 21° posición en categoría cadete, y **Ana Fraile**, con un ejercicio de mazas en categoría infantil, acompañada por la fuerza de la música de "El gato con botas", se clasificó en un puesto 96°.

Participación en torneos temporada individual

Durante el primer semestre del año, las gimnastas del equipo de competición de nuestra sección están participando en diversos Torneos y Campeonatos de la temporada individual, obteniendo hasta el momento muy buenos resultados en las diferentes categorías:

Alcoy : Mónica de Andrés medalla de Bronce; **Calpe** : Marta Muñoz Plata, Carmen Ruano Bronce; **Ibi**: Carmen Ruano Plata, María Adán y Manuela Lourido Bronce; **Xàbia** : María Adán Bronce; **Almoradí**: Mónica de Andrés Bronce; **Alfàs del Pí:** Lidia Soriano Plata; **Villena**: Mónica de Andrés Oro, Estela Monzó Plata y Ana Fraile, Bronce; **Les Marines de Calpe**: Paula Barril, Oro

María Adán y Manuela Lourido

Paula Barril

Lidia Soriano

Mónica de Andrés, Estela Monzó y Ana Fraile

Nuestro equipo de pre-competición participa en la Liga Interclub

En la Liga interclub, que se celebra en diferentes clubs de la provincia entre gimnastas pertenecientes a la cantera, nuestra sección participa este año con tres conjuntos y varias niñas en la modalidad de individual:

En las 3 fases celebradas hasta la fecha, **Lucía Martínez** ha conseguido 2 medallas de plata, **Triana Sujún Baeza** 1 de bronce y **Mireia Hernández** 1 bronce en sus respectivas categorías. En la modalidad de equipos **Raquel Cerdá** y **Noa Beteille** han conseguido 2 bronces.

En la modalidad de conjuntos:
Pre- benjamín: Regina, Mavi, María, Irene y Violeta lograron la medalla de Bronce en las tres fases celebradas hasta la fecha.
Alevín, cuyas integrantes son: Marta, Alejandra, María, Nicoleta, Altea y Mireia han conseguido 1 oro y 2 platas.
Infantil compuesto por: Victoria, Diana, Lucía, Mireia y María 1 plata y 2 bronces.

Restan dos fases para acabar la Liga 2014.
¡Mucha suerte!

Conjunto alevín interclub

Conjunto infantil interclub

Conjunto pre-benjamín interclub

Lucía Martínez y Triana Sujún Baeza

Raquel Cerdá y Noa Beteille

Mireia Hernández

La escuela de judo sigue con su apretada agenda de actividades

Judo y familia

Nuestro festival más divertido

El sábado 25 de enero celebramos una divertida y educativa actividad deportiva en el **Centro de Tecnificación de Alicante**.

Los alumnos de judo realizaron una clase en compañía de sus padres. Durante la exhibición, los judokas enseñaron los distintos juegos y ejercicios que aprenden y practican en clase. Una actividad que sirvió para involucrar más si cabe a sus padres y mostrarles los progresos más significativos de sus hijos.

Campeonato municipal benjamín

Héctor Rodríguez medalla de Plata

Nuestra escuela de judo sigue cosechando éxitos y prueba de ello es la medalla de plata que se colgó **Héctor Rodríguez** (de blanco) y el meritorio 5° puesto que consiguió **Antonio Martínez** (de azul), en el campeonato municipal benjamín celebrado el pasado domingo 9 de marzo en el Centro de Tecnificación de Alicante.

La cantera viene con fuerza y cada vez son más los alumnos que van consiguiendo subirse al podio en los distintos campeonatos que participan. **¡Enhorabuena a los dos!**

Festival de judo educativo

Isabel Fernández reparte ilusión

El sábado 22 de marzo la escuela de judo **Isabel Fernández** realizó en el Centro de Tecnificación un festival de judo educativo para alumnos de 4 a 7 años.

Más de 350 judokitas, entre los que se encontraban los alumnos de Montemar, hicieron las delicias de sus padres. Realizaron un calentamiento japonés, demostraron sus avances, y recibieron de manos de nuestra campeona olímpica su medalla, su zumo y su bollo, como colofón de una jornada inolvidable para los pequeños.

Festival de judo deportivo

Competición y diversión

Una semana más tarde, concretamente el 30 de Marzo, le tocó el turno a los judokas de 8 a 11 años de nuestra escuela.

A diferencia de los más pequeños, la dirección de la escuela enfocó este festival hacia **la competición**: hubo una variada exhibición de divertidos ejercicios y combates adaptados a su edad, donde se premió ante todo el esfuerzo. Supuso además una ocasión excepcional de apreciar los progresos y valorar las posibilidades de cada judoka en las próximas competiciones.

Más que judo

Excursión en el Clot de Galvany

Nuestros alumnos de la escuela de judo, junto con sus padres, disfrutaron el pasado 13 de Abril de un maravilloso día de excursión en el paraje llamado **"El Clot de Galvany".**

Este lugar es un paraje natural protegido, precioso, situado a orillas del mar, bajo el faro de Santa Pola. La escuela de judo organizó todo para que mayores y pequeños lo pasaran en grande en una jornada titulada **"Más que judo"** y que aglutinó a más de 700 participantes. Mientras se realizaban pruebas deportivas se escuchaban las lecciones sobre medioambiente que daban los profesores.

Luego tuvo lugar la comida de convivencia y, posteriormente, los niños jugaron a juegos populares como la comba, globoflexia, indiakas, etc. ¡Se lo pasaron pipa!

Importantes progresos del karate-do en Montemar

Desde el comienzo de la temporada 2013/2014, la sección de karate del Club Atlético Montemar ha participado y colaborado en diferentes actividades organizadas por la Federación de Karate. Estas son algunas de ellas celebradas hasta la fecha.

PRÓXIMAS ACTIVIDADES

Exámenes pase de cinturón (kyus)

En el mes de junio se realizarán los exámenes de pase de grado de los alumnos de la escuela, junto con la entrega de diplomas y cinturones. La jornada incluirá una demostración de los conocimientos y progresos realizados durante la presente temporada ante los familiares de los alumnos, como cierre de la temporada.

Examen de cinturón negro

En la presente temporada, varios alumnos de la escuela se preparan para presentarse al examen de cinturón negro de karate 1er y 2° DAN. El mismo se realizará en las instalaciones del Club ante un Tribunal de Grados. Suerte a todos.

Vicente Manzanaro (seleccionador en Alicante de la FKCV) con el equipo de la Comunidad Valenciana en el campeonato de España benjamín, alevín, infantil y juvenil, realizado en Oviedo durante los días 12 y 13 de abril de 2014.

Formación (FKCV)

Durante el próximo mes de julio, las instalaciones de Padre Esplá del Club Atlético Montemar acogerán el **Curso de Entrenadores de Karate nivel 1,** organizado por la Federación de Kárate de la Comunidad Valenciana y Disciplinas Asociadas.

Un curso coordinado por **Vicente Manzanaro,** profesor y Director de Formación en Alicante, y profesor de Karate del Club Atlético Montemar.

El color de los cinturones de karate-do

Al igual que en otras artes marciales, el karate consta de una serie de niveles que se diferencian a simple vista por el color de los cinturones que llevan los practicantes. El cinturón (*Obi* en Japonés) de karate simboliza el ciclo de aprendizaje de una persona en las distintas etapas de su práctica del karate-do. La finalidad práctica del cinturón es sujetar el traje para evitar su holgura excesiva y permitir una mejor realización. El color del cinturón va oscureciéndose con los años de dedicación y de práctica, hasta llegar al Cinturón Negro y sus posteriores Danes.

Originalmente sólo se empleaban el color blanco y negro, utilizando el blanco los alumnos y el negro los profesores. Posteriormente se establecieron los *kyus* o cinturones de nivel inferior, que comienzan con el blanco para los principiantes y con el aprendizaje progresivo de las técnicas se va subiendo de nivel, cambiando el color del cinturón. Al blanco le siguen (por orden de menor a mayor), el amarillo, el naranja, el verde, el azul, el marrón, y por último el negro, aunque con puntos intermedios entre una mezcla del anterior con el posterior (blanco-amarillo, amarillo-naranja, etc). No obstante, los cinturones de colores también pueden variar según las escuelas, ya que en algunas existe también el cinturón morado; alteran el orden de los colores o quitan alguno de los colores antes nombrados. La existencia de cinturones varía de unos estilos a otros, pero por lo general suelen ser reconocidos los llamados *kyus* o cinturones de nivel inferior y los *danes* o cinturones superiores.

Los diferentes colores simbolizan:

- **Cinturón Blanco**: la nada, la ingenuidad, la limpieza, la pureza y originalidad.

- **Cinturón Amarillo**: el realismo y descubrimiento del estudiante de karate.

- **Cinturón Naranja**: la ilusión y el despertar.

- **Cinturón Verde**: la esperanza, la fe, el crecimiento hacia lo natural y espontáneo.

- **Cinturón Azul**: el idealismo y apertura hacia nuevos horizontes, al ver su progreso maduro en la práctica.

- **Cinturón Marrón**: la iniciación al conocimiento, consolidación de las raíces y fundamentos.

- **Cinturón Negro**: acumulación de conocimientos y comienzo de una nueva visión del karate-do.

Más de 40 parejas se inscribieron en el torneo de pádel benéfico a favor de APCA en Montemar

El domingo 23 de febrero fue la gran cita en las pistas de pádel del Club Atlético Montemar. El **I Torneo de pádel benéfico a favor de APCA** (Asociación de paralíticos cerebrales de Alicante) inundó las pistas de Montemar. Más de 40 parejas inscritas no quisieron perderse este gran acontecimiento solidario, que pretendía recaudar fondos para APCA en su objetivo de hacer realidad sus futuros proyectos, como la construcción de una nueva Residencia donde ofrecer la mejor atención a los chicos y chicas.

Salió un día excepcional, lo que hizo todavía más atractiva esta fiesta del pádel solidario. Un sol radiante y una temperatura primaveral que contribuyó a que el torneo fuera una jornada inolvidable.

Múltiples empresas quisieron estar presentes ese día, apoyando a APCA en esta iniciativa y formando parte de esta bonita causa.

¡Muchísimas gracias a todos los que participasteis! Jugadores y jugadoras, patrocinadores, colaboradores, y público en general. **Os lo agradecemos de corazón.**

I Torneo de Pádel benéfico Rotary-Montemar

Montemar sigue trabajando sin descanso organizando y/o promoviendo la actividad solidaria del pádel. No dudó ni un solo segundo en colaborar con el **Rotary Club Alicante Costa Blanca** en uno de sus proyectos más bonitos: el **I Torneo de Pádel benéfico Rotary Club Alicante Costa Blanca, a favor de los "Súper Niños".**

El torneo se celebró los fines de semana 23-25 de mayo y 30, 31 de mayo y 1 de junio en las pistas del Club Atlético Montemar. Se organizó contemplando una amplísima selección de categorías de juego para adaptarnos a todos los niveles, desde 1ª a 4ª tanto masculina como femenina, y categoría Mixta. Tras el cierre del plazo de inscripción, que coincidió con el cierre de este número de la revista, **más de 60 parejas quisieron formar parte de este torneo**.

Los ingresos del torneo fueron destinados al proyecto **"Los Súper Niños"**, una iniciativa con la que el RCACB persigue dotar de medios a los niños y adolescentes que asisten a centros de oncología con el fin de asistirles, ya sea mejorando el espacio e instalaciones hospitalarias donde son tratados, o mejorando su calidad de vida y facilitar los recursos necesarios para que puedan desarrollar sus actividades académicas y de ocio durante el tiempo que permanezcan para el tratamiento de su enfermedad.

Este proyecto fue acogido con gran entusiasmo, en especial por los niños y jóvenes enfermos al que está destinado, quienes con enorme ilusión eligieron el nombre de este proyecto, **"Los Súper Niños"**.

También diversas empresas y entidades de todo tipo se volcaron en el proyecto con aportaciones y patrocinios importantes.

Un nuevo éxito deportivo, pero sobre todo social, de ayuda a los demás con vocación de servicio y solidaridad.

Montemar y los participantes donan 2.500€ a la Asociación de Alzheimer de Alicante

El domingo 13 de Abril concluyó la **4ª edición del Torneo de Pádel benéfico** organizado por el Club con una participación cercana a las **80 parejas**

El torneo de pádel solidario más importante del año llegó a su fin el pasado 13 de Abril. Ya se ha convertido en un clásico del pádel alicantino, y con mucha ilusión clausuramos la 4ª edición del **TORNEO DE PADEL BENÉFICO A FAVOR DE AFA**, la asociación de familiares y amigos de enfermos de Alzheimer de Alicante, 4 años ininterrumpidos de colaboración y solidaridad.

El objetivo principal del torneo era que todos pudieran participar, sin distinción de edad o nivel de juego, y aportaran su granito de arena a esta bonita causa. Y los socios del Club no han decepcionado; 150 personas formaron parte del torneo y se hizo posible el sueño de ayudar a AFA. Todas las inscripciones aportadas por los participantes fueron donadas a la asociación.

Como ya sucedió en ediciones precedentes, las pistas del Club Atlético Montemar se llenaron de vida y animación, de disfrute y emoción, de compañerismo y deporte, todo ello bajo el aura de la solidaridad y la ayuda a los más necesitados. El ambiente en las pistas ha sido espectacular a lo largo de los dos fines de semana del torneo, con un Montemar abarrotado y siguiendo muy de cerca las emocionantes finales.

Por parte de la asociación de familiares y amigos de enfermos de Alzheimer, nos acompañaron **Mª Luz Rodríguez** y **Pablo López**, presidenta y gerente respectivamente de la asociación, así como varios miembros de la Junta Directiva de AFA. **Dña. Mª Luz**, en su discurso de clausura, agradeció a todos los jugadores/as su participación y ensalzó la gran labor que el Club Atlético Montemar desarrolla, colaborando en causas sociales e involucrando a sus socios de manera activa.

Representando al Club Atlético Montemar estuvo presente **Jose Pedro García**, presidente del mismo, que hizo entrega de los diferentes premios y trofeos, junto con la presidenta de AFA.

El momento más entrañable y emotivo se produjo cuando **Jose Pedro García** hizo entrega de un talón de 2.500 € a **Mª Luz Rodríguez**, a modo de donación en nombre del Club Atlético Montemar y todos los participantes del torneo.

Especial agradecimiento merecen los patrocinadores del Torneo: **TENNISMAKERS**, **Óptica O'Donell**, **la farmacia del Barrio del Plá**, **Enebe Pádel** y **Aquarius**.

Los vencedores de las distintas categorías principales fueron:

Categoría Infantil

Campeones: Fernando Llopis y David Nogueras
Subcampeones: Paula Ten y Armando Sala

Categoría Mixta:

Campeones: Lucía Martínez y Pedro Gómez
Subcampeones: Juan Carlos Bartual y Fátima Zarandona

4ª categoría masculina:

Campeones: Juan M. Sánchez y Miguel A. Ruiz
Subcampeones: Óscar Pastor y Guillermo Garrigós

4ª categoría femenina:

Campeonas: Mar Sánchez y Patricia Carrión
Subcampeonas: Raquel Sánchez y Mar Bautista

3ª categoría masculina:

Campeones: Carlos Arechavala y Santiago Barrenechea
Subcampeones: Carlos Torregrosa y Manuel Trenado

3ª categoría femenina:

Campeonas: Verónica Muñoz y Begoña Redondo
Subcampeonas: Eva Lorente y Cristina Alenda

2ª categoría masculina:

Campeones: Edy Cascales y Terre Sirvent
Subcampeones: Luis Morales y Vicente Frigenti

Nuestros Grupos Show se hacen fuertes en Vigo

El fin de semana 22 y 23 de marzo nuestros grupos show marcharon a Vigo para participar en el **Campeonato de España de Grupos Show Juvenil** y la **Copa de España de Grupos Show Pequeño**.

Nuestro grupo juvenil participó con "**Little Miss America**" consiguiendo un meritorio 9° puesto de España.

Nuestro grupo pequeño puso en escena "**Manipulados**" al día siguiente y les faltó un pasito para conseguir la medalla de bronce.

El **4° puesto en la Copa de España** supo a gloria tanto a patinadores como a las entrenadoras.

Nuestros dos grupos demostraron su progreso y su fuerza tanto dentro como fuera de la pista.

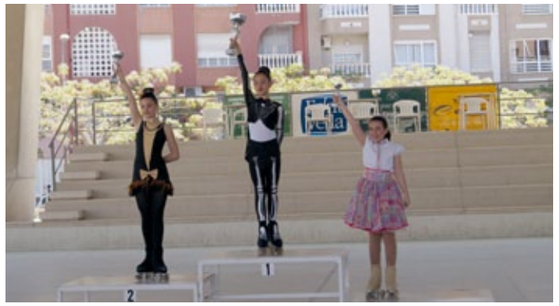
Enhorabuena también a sus entrenadoras **Arancha Aliaga** y **Sonia Eguía** por el trabajo realizado y a la directora de la escuela **Margarita María** que siempre está al pie del cañón.

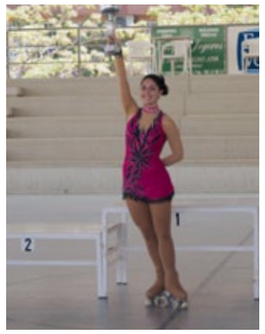
Fin de semana intensivo para nuestros patinadores

El sábado, 5 de Abril, se celebró el **Campeonato Provincial de Patinaje Artístico** en Alcoy. En la categoría cadete, **Kilian Gomis** consiguió la puntuación más alta en el programa largo del campeonato y consiguió la medalla de oro.

En cadete femenino hubo un nivel muy alto y nuestra patinadora **Carolina Marchante**, que realizó un buen programa corto, consiguió la sexta plaza. **Sandra Giménez** demostró estar subiendo su nivel y consiguió un meritorio quinto puesto. La categoría infantil estuvo muy reñida entre las tres primeras quedando campeona **Helena Ruiz**, subcampeona **Paula Gallego** y **Leire Martínez-Demera** ya está empezando a cosechar los frutos de su trabajo con un gran cuarto puesto. Con estos resultados, todos nuestros patinadores han conseguido clasificarse para el Campeonato Autonómico a celebrar en Castellón.

El domingo, 6 de Abril, fue en nuestro club donde se celebró el **Primer Autonómico** en la novedosa modalidad de **Solo Danza**. Fue un pequeño gran campeonato tanto para jueces, patinadores, entrenadores y miembros de la Federación Valenciana. A pesar de participar sólo dos clubes, fue realmente emocionante por el nivel que ya se empezó a ver. Nuestras patinadoras, **Bárbara Sánchez**, **Carolina Marchante**, **Leire Fernández-Demera** y **Paula Soto** realizaron unas buenas actuaciones demostrando sus progresos en esta modalidad y todas consiguieron colgarse medallas. En categoría cadete masculina, **Javier Soler**, logró la medalla de plata. Nuestras mejores patinadoras en esta modalidad, **Arancha Aliaga** y **Aixa Rodas** no participaron pero están clasificadas para el Campeonato de España por ser internacionales.





CLUB ATLÉTICO MONTEMAR

© Club Atlético Montemar

Virgilio 965 159 426 · Padre Esplá 965 202 570

www.camontemar.com