TODO EN PLANTA
Decora tu espacio
interior-exterior con
nuevos estilos.
Y ahora también
complemento animal,
iluminación y mobiliario
LA MEJOR CALIDAD

arvena

DE LUNES A SÁBADO de 8:00 a 20:00
DOMINGOS Y FESTIVOS de 10:00 a 14:00

Carretera Irún. Km 2,7 • 31600 BURLADA (Navarra)
Teléfono 948 131 359 - Fax 948 123 412
www.arvena.es

ANUARIO 2013

CLUB NATACIÓN PAMPLONA

HORARIOS

Temporada de invierno
(hasta el 13 junio y desde el 15 de septiembre)

INSTALACIONES
De lunes a domingo: 8:00-22:00

PISCINA CUBIERTA
De lunes a viernes: 8:15-21:30
Sábados: 8:15-21:00. Domingos: 9:00-14:00

SALÓN SOCIAL, SALA LECTURA, ASADORES Y TERRAZA
De domingo a jueves: 9:30-10:00
Viernes, sábados y vispera festivos: 9:30-1:00

Temporada de verano
(14 junio - 14 septiembre)

INSTALACIONES
De lunes a domingo: 8:00-22:00

PISCINAS AL AIRE LIBRE*
Todos los días: 10:00-21:00

PISCINA CUBIERTA
De lunes a sábado: 8:15-21:00
Domingos de 9 a 14 h.

SALÓN SOCIAL, SALA LECTURA, ASADORES Y TERRAZA
De domingo a jueves: 9:30-23:00
Viernes, sábados y vispera festivos: 9:30-1:00

(*) Las piscinas olímpica e infantil se abrirán del 31 de mayo al 14 de septiembre.

PRECIOS DE ACCESO
(En vigor a partir del 1/04/2014)

Entrada diaria

MAYORES DE 16 AÑOS	
Laborables	17,30 €
Sábados, domingos y festivos	19,45 €

MENORES DE 16 Y MAYORES DE 65 AÑOS	
Laborables	8,65 €
Sábados, domingos y festivos	9,70 €

Pases de verano

MAYORES DE 16 AÑOS	
1 mes	272,90 €
1/2 mes	162,70 €

MENORES DE 16 Y MAYORES DE 65 AÑOS	
1 mes	136,40 €
1/2 mes	81,35 €

Pases de novios

1 mes	178,45 €
2 meses	283,40 €
3 meses	314,85 €

Sólo en temporada de verano y salvo para los pases de novios, para personas que acrediten residencia a más de 20 km de Pamplona.
Advertencia: Los pases y entradas diarias podrán restringirse en función de la ocupación de las instalaciones.

TARIFAS DE APARCAMIENTO
Plaza de Toros, C.N.P.
A partir del 1/04/2014

1,0 h.	1,15 €
1,5 h.	1,60 €
2,0 h.	2,05 €
2,5 h.	2,25 €
3,0 h.	2,60 €
3,5 h.	2,90 €
4,0 h.	3,20 €
4,5 h.	3,55 €
5,0 h.	3,85 €
5,5 h.	4,15 €
6,0 h.	4,50 €
6,5 h.	4,85 €
7,0 h.	5,15 €
7,5 h.	5,40 €
8,0 h.	5,75 €
8,5 h.	6,10 €
9,0 h.	6,45 €
9,5 h.	6,75 €
10,0 h.	7,10 €

Estimados socios:
En las páginas de este anuario queremos reflejar todo lo que hemos vivido en este 2013 en nuestro Club. Ha sido sin duda un año intenso, con momentos agradables, divertidos, importantes y otros también, por qué no decirlo, menos gratos.
Comenzamos el año padeciendo una riada en nuestras instalaciones, hecho que se repitió con mucha más gravedad en el mes de junio. Fueron días intensos en los que se puso a prueba la capacidad de reacción del Club y de sus socios, a los que aprovechamos para agradecerles su ayuda, ante la inundación más grave que se recuerda en Pamplona. Hoy, echando la vista atrás, podemos decir que supimos salir adelante, luchando por poner nuestras instalaciones a punto lo antes posible, y recalcando sobre todo la comprensión y el apoyo de nuestros socios ante estos hechos.
Superada la riada, y después de un verano lleno de diversión y buenos momentos, afrontamos un otoño importante, en el que el Club redefinió su rumbo en cuanto a los proyectos de futuro de nuestras instalaciones. Tras tener que desistir de la ampliación de terrenos en la parcela de Goñi, se está trabajando en un nuevo proyecto global de obras e inversiones en nuestro Club. De ello se está encargando el grupo de trabajo de obras, integrado por socios interesados en el tema, que están preparando un proyecto muy ilusionados. Del mismo modo, otro grupo de socios está trabajando en la redacción de unos nuevos Estatutos para el Club, acordes con el siglo XXI en el que vivimos. Estas dos iniciativas serán posteriormente sometidas al criterio de la Asamblea General de Socios.
Las inquietudes de los socios y sus ganas de seguir mejorando nuestro Club son sin duda nuestra mejor garantía de futuro. Ello, unido al importante reto del mantenimiento de la masa social es lo que nos ayudará a que el Club siga vivo, activo y participativo. Algo que todos deseamos.
Un fuerte abrazo de vuestra presidenta.

MARÍA JOSÉ LERGA
PRESIDENTA CLUB NATACIÓN PAMPLONA

Bazkide agurgarriak:
Urtekari honetako orrialdeetan islatu nahi izan dugu gure Klubean 2013. urtean bizi izan dugun guztia. Urte bizia izan da, zalantzarik gabe; une atsegin, dibertigarri, garrantzizkoak izan ditugu, eta beste batzuk, zergatik ez erran, ez horren atsegingarriak.
Urtea hasi genuen gure instalazioetan uholde bat pairatuz, askoz ere larritasun handiagoarekin ekainean errepikatu zena. Egun indartsuak izan ziren Klubaren eta bazkideen erreakzio ahalmena proban jarri zutena. Honako hau aprobetxatzen dugu gure bazkideei beren laguntza eskertzeko Iruñean gogoratzen den uholderik larrienean. Gaur egun, atzera begiraturik, erran dezakegu aitzina ateratzen jakin genuela, gure instalazioak ahalik eta lasterren martxan jartzeko borrokan, eta azpimarratu nahi ditugu egoera horren aurrean gure bazkideek agerturiko ulertzea eta sostengua.
Uholdea gainditurik, eta jolas eta une onez beteriko udaren ondoren, udazken garrantzizkoari ekin genion, orduan Klubak bere norabidea birdefinitu baitzuen gure instalazioen etorkizuneko proiektuei dagokienez. Goñiren lurzatian gure lurrak zabaltzeaz eutsi eta gero, gure Klubeko lan eta inbertsioen proiektu orokor berri bat lantzen ari da. Horren ardura gaian interesa duten bazkide batzuek osaturiko obren lan taldeak hartu du bere gain eta oso ilusionaturik dabiltza proiektuaren prestaketan. Modu berean, beste bazkide talde bat ari da Kluberako Estatutu berriak prestatzen, bizi garen XXI. mendera egokitu beharrekoak. Bi ekimen horiek Bazkideen Batzar Nagusiaren irizpidearen mende jarriko dira.
Gure bazkideen kezkak eta gure Kluba hobetzen jarraitzeko erakusten duten gogoak dira, zalantzarik gabe, etorkizunerako dugun bermerik hoberena. Horrek eta gizarte masa mantentzeko erronka inportanteak lagunduko digute Klubak bizirik, aktibo eta parte-hartzailea izaten jarrai dezan. Denok desiratzen duguna.
Besarkada handi bat zuen presidentearen partez.

MARÍA JOSÉ LERGA
IRUÑEKO CLUB NATACIONEKO PRESIDENTEA

CLUB NATACIÓN PAMPLONA
ANUARIO 2013

Foto portada: Tomás Arroyo, extractada de su libro *'Iruña se retrata en el Arga'*.

EDITA
Club Natación Pamplona
Playa de Caparroso, s/n
Teléfono: 948 22 37 06
Fax: 948 22 19 62
31014 Pamplona
info@clubnatacionpamplona.com
www.clubnatacionpamplona.com

REALIZACIÓN
AZ2 Comunicación
Pol. Ind. Mutilva Baja, C/E-9, 2º C
Teléfono 948 23 28 85
Fax 948 85 31 71
31192 Mutilva Baja

D.L.: NA 795/2011

Grupos de trabajo elaboran nuevas propuestas de modernización del club

La falta de acuerdo con los propietarios para llevar a cabo la ampliación del club en los terrenos de Goñi nos obliga a retomar los proyectos de mejora en el club desde otra perspectiva

Después de 4 años de trabajo se ha conseguido la consolidación de todos los terrenos del Club Natación y la ordenación urbanística de toda el área aprobado por Ayuntamiento de Pamplona y Gobierno de Navarra. Ya nos podemos plantear la actualización y modernización del club tanto en terrenos colindantes cómo también en los nuestros, por fin, ya que han quedado consolidados. El proyecto de ampliación en los terrenos de Goñi no ha podido seguir adelante por no haber llegado a un acuerdo satisfactorio con su propietario.

Por ello, hemos tenido que dar un giro completo y retomar la actualización y modernización del club desde otro punto de vista. Debemos centrarnos en los terrenos que tenemos, e intentar repartir el espacio que tenemos entre todos intentando satisfacer a la mayoría de socios, los cuales mostrarán su decisión mediante su voto en la Asamblea que se celebre al respecto.

Los grupos de trabajo presentarán propuestas para afrontar las obras más demandadas en el club y una proposición nueva de estatutos más actuales.

Dado que es un tema muy importante para el club, se ha invitado a los socios que estuviesen interesados a colaborar y entre todos elaborar un proyecto que luego se expondrá en la Asamblea. Un proyecto que no será creado sólo por la junta, sino por varios socios del club.

En los grupos de trabajo participan socios interesados en colaborar, para elaborar un proyecto que luego se expondrá en la Asamblea para su aprobación.

Para poder realizar el trabajo de manera eficiente, nos hemos dividido en varios grupos, con el fin de que cada uno aborde y se centre en un tema. Así que por un lado, hay un grupo que se esta dedicando a la elaboración de nuevos estatutos, más actuales y sencillos. Y por otro lado, otro grupo para acometer las obras de mejora en el club. Este, a su vez, se ha separado en tres grupos para estudiar las obras necesarias y más demandadas en el club, según lo captado día a día y de acuerdo con diversos escritos que nos han llegado a la junta. Estas serían agrandar el gimnasio ya que es utilizado por gran número de socios. Reparar y actualizar las piscinas, tanto cubierta como exteriores, como el fin de adaptarlas a las nuevas normativas y actualizarlas. Y por ultimo, intentar ubicar pistas de pádel demandadas en el club desde hace muchos años por muchos socios del club. Confiamos que entre todos, y con buena voluntad por todas las partes, consigamos llegar a un consenso y poder dar un aire nuevo al Club Natación Pamplona.

Roberto Flores con algunas de sus creaciones.

Un ilustrador que colabora para atraer nuevos socios

En los próximas semanas, el Club Natación contará con unos nuevos 'embajadores'. Aunque todavía no tienen nombre, del pincel del conocido artista y socio del club Roberto Flores, saldrá una simpática familia de personajes cuyo objetivo será atraer a nuevos socios. La campaña, según su creador, está dirigida al público infantil, de ahí que su protagonista sea una familia: *"a la hora de planificarla pensamos que tenía que tener elementos que llamaran la atención de los niños, porque ellos, a través de las actividades deportivas y cursos, son los principales usuarios potenciales del club. En definitiva, los que conseguirán que sus padres tomen la decisión de hacerse socios. De ahí que en seguida pensáramos en el dibujo como forma de llegar a ellos"*, explicaba el dibujante pamplonés. Así, los nuevos personajes 'invadirán' anuncios de prensa, marquesinas, paneles publicitarios, etc. con el objetivo de atraer a nuevos usuarios.

USUARIO HABITUAL DEL CLUB

Socio del club desde su infancia, Roberto Flores ha impartido varios cursos de dibujo y pintura para niños. Pero también es un usuario habitual de sus instalaciones: *"soy un fijo del gimnasio. Para mí, que la mayor parte del tiempo trabajo sólo, ir al gimnasio y tomarme algo en el bar es una estupenda manera de socializarme"*, explicaba y además apuntaba que *"las historias del club son una fuente inagotable y me sirven de inspiración para muchos de mis dibujos"*.

¿Qué mejor publicidad para el club que un profesional que predica con el ejemplo?

ROBERTO FLORES, ILUSTRADOR Y "PANCARTISTA"

Las creaciones de Roberto Flores son "viejas conocidas" para los pamploneses. No en vano, este licenciado en Bellas Artes por la UPV es uno de los "pancartistas" habituales de peñas como Anaitasuna, Sanduzelai o Los del Bronce. Pero como no sólo de Sanfermines vive el hombre, este polifacético artista realiza caricaturas, murales, cómics, cuadros y regalos personalizados: "últimamente es lo que más estoy haciendo: detalles para cumpleaños, celebraciones como jubilaciones, bodas, desde tazas hasta camisetas, pasando por cojines, etcétera. En esto del arte hay que reinventarse o morir", confesaba. A lo largo de su extensa carrera, Roberto ha trabajado en numerosas campañas para entidades públicas y privadas: Gobierno de Navarra, La Sexta, Fundación Eroski, Kutxa Espacio etc. Sus dibujos se han publicado en revistas y periódicos tanto a nivel de Navarra, como en otras partes del mundo (Francia, EEUU) y sus trabajos han sido seleccionados en distintos eventos de dibujo y cómic, sobre todo en el País Vasco y Navarra.

Nuevo sistema de reserva de pistas on-line

A través de la web se pueden reservar las pistas de tenis, padel y frontón

Desde el pasado 17 de febrero ya está disponible un nuevo servicio a través de la página web del Club. Se trata de un sistema de reserva de pistas on-line con el que se pretende facilitar a los socios la reserva de las pistas de tenis, padel y frontón de nuestro Club de la forma más rápida y cómoda posible. Para poder utilizar este sistema, basta con acceder con el número de socio y contraseña al "Área del socio" de www.clubnatacionpamplona.com. Una vez autentificado,en la esquina superior derecha de la pantalla se elige la opción "reserva de pistas" y seguidamente, se especifica la fecha y la pista que se quiere utilizar. Instantes después de darle al botón de enviar, el socio recibirá un e-mail de confirmación de que la reserva se ha realizado correctamente.

Quienes todavía no tengan su contraseña, pueden obtenerla de dos formas: los que ya hayan facilitado su dirección mail al Club, pueden obtenerla de forma automática en la opción "recordar contraseña" en el margen superior derecho de la página web. Quienes todavía no hayan facilitado su dirección mail a la administración del club, deben hacerlo, simplemente enviando un correo a la dirección info@clubnatacionpamplona.com, indicando nombre, dos apellidos y número de socio. La contraseña les llegará a la dirección de correo facilitada.

CAMBIO EN HORARIOS Y PRIORIDAD DE RESERVAS

A pesar de la puesta en marcha de este sistema, también se podrá reservar pistas, como se ha venido haciendo hasta ahora, tanto presencialmente en la recepción del Club como por teléfono a través del 948 223706. No obstante, siguiendo las normas de uso, las reservas presenciales tendrán prioridad sobre las reservas telemáticas (ya sea por teléfono o por internet) Para ejercer esta prioridad, se dejará un margen de 10 minutos.

La reserva de pista se podrá hacer en portería con una antelación máxima de 23 horas y 50 minutos y por una sola hora, por cualquier socio a partir de la edad de 14 años. La antelación máxima para las reservas telefónicas o a través de internet será de 23 horas y 40 minutos. Como ejemplo, si queremos reservar una pista para mañana a las 18:00 esto se podrá hacer presencialmente a las 18:10 y por teléfono o internet a las 18:20.

NUEVO PROTOCOLO PARA ILUMINACIÓN DE PISTAS

Recientemente se ha puesto en marcha un sistema de apagado automático de las luces de las pistas. Para que se enciendan, los usuarios tienen que solicitar en portería una ficha que deben introducir en un cajetín en la propia pista.

Trabajamos
para conseguir una comunicación eficaz
• Gestión editorial
• Contenidos web
• Diseño gráfico
• Publicidad
comunicación diseño y publicidad
Pol. Ind. Mutilva Baja, C/E-9, 2º C
31192 MUTILVA BAJA · Tel. 948 23 28 85

Tintorerías ecológicas
avalado por GREENPEACE
Electrolux
Ahora en Pamplona muy cerca de ti
Con precios especiales presentando el carnet de socio del CNP
Conde de Rodezno, 7 • 31004 Pamplona • Tel. 948 10 12 99

SPINNING

Sara Lacasta

Buscaba una actividad que me resultara entretenida y que no me costara demasiado esfuerzo seguir. Así que el spinning resultó ser perfecto para mi. Me ayuda a evadirme del estrés del dia a dia. Gracias a la música y a las instrucciones del profesor es muy motivador y muy satisfactorio cuando logras cumplir los objetivos que te marca. Además, las bicis te permiten adaptar el nivel de resistencia a tu capacidad. Es perfecto si lo que te gusta es hacer deporte en grupo.

INSTALACIONES

Familia González-Morcillo

Estamos encantados con las posibilidades que ofrece el club si tienes niños. Todas las celebraciones familiares las hacemos aquí, porque además nos gusta la comida y el precio es bueno. Tenemos mucho espacio para nosotros y también para los niños. No hay muchos restaurantes que te ofrezcan un sitio donde puedan estar los más pequeños, así que para nosotros y nuestros amigos es una gran ventaja. Además, está en el centro y luego puedes aprovechar para dar una vuelta. En verano sí que pasamos el dia entero aquí. Se lo recomendamos a todos nuestros amigos.

GIMNASIA MANTENIMIENTO

Elvira Milagro

Empecé hace casi 20 años con la gimnasia de mantenimiento. Siempre he sido muy constante y desde el principio me pareció una actividad muy divertida, amena y variada. Y en eso influye la capacidad de la profesora que tenemos en el club… En cuanto a las beneficios físicos que me aporta, tengo muy claro que me hace estar en forma, ganar en resistencia y mejorar mi tonificación. Además practico piragüismo y me ayuda a prevenir lesiones. Es una actividad motivadora en la que, si eres constante, enseguida puedes comprobar los progresos.

SALA DE LECTURA

Laura Liberal

Poder compaginar los estudios con los entrenamientos es muy importante para mi. Por eso, la sala de lectura del Club me ayuda mucho… Suelo entrenar cuatro dias a la semana, y los dias que lo hago, prefiero venir un rato antes y hacer la tarea aquí. Es un sitio muy tranquilo, con Wifi y mesas donde puedo consultar libros y me puedo concentrar si tengo que estudiar. Me gusta hacerlo así, porque puedo apurar el tiempo al máximo y sólo tardo 5 minutos en llegar al entrenamiento de gimnasia ritmica. Suelo venir con mi hermana de 8 años, a la que también le gusta utilizar la sala. Además, si no tengo deberes que hacer, también puedo estar en Internet o leer".

Nuestros socios nos recomiendan

Ellos tienen claros los argumentos por los que recomiendan el Club Natación Pamplona a sus amigos o conocidos. Son usuarios de las instalaciones del club, asiduos practicantes de sus actividades y deportistas pertenecientes a distintas secciones. A través de sus palabras y de su experiencia conocemos un poco mejor nuestro club. Es el Club Natación Pamplona contado por sus protagonistas…

PIRAGÜISMO

Aritz Martiartu

El piragüismo es un deporte muy completo, en el que se combinan estrategia, táctica y resistencia. No se trata tanto de fuerza física como de psicología. Y por eso me gusta tanto. En mi caso compito en maratón 30 kilómetros y esto te permite conocer a mucha gente de distintos lugares de Euskadi y España. Es un deporte en el que estás en permanente contacto con la naturaleza, ya que se practica en un entorno natural. Aquí en el club tenemos la suerte de tener el río dentro de las instalaciones, y eso es algo muy importante. Aunque practicarlo requiere un gran nivel de esfuerzo y sacrificio, dedicarle muchas horas y ser constante… a cambio ofrece otras muchas satisfacciones".

PILATES

Lourdes Liroz y su amiga Mercedes

Llevo ya unos cuantos años practicando Pilates. Antes hacía gimnasia de mantenimiento, y aunque me gustaba, no terminaba de engancharme. Sin embargo desde que probé el Pilates ya no lo he dejado. Para mi es adictivo y no me pierdo ninguna clase. Vengo desde San Juan todos los dias andando o en villavesa y lo combino con el yoga. Lo que más me gusta es la sensación de bienestar que te produce, la firmeza y el tono muscular que consigues. A mi me ayuda a estar más ágil y en forma y eso me encanta.

NATACIÓN

Irati Lacasta

Empecé en este deporte siguiendo los pasos de mi hermana Uhaina. Desde pequeña me gustaba mucho nadar, y seguí entrenando en este deporte hasta empezar a competir en crol. Sin embargo el año pasado comenzó a llamarme la atención la natación sincronizada y ahora es lo que más me gusta. Además de hacer deporte, puedes hacer muchas amistades, pero es necesario entrenar duro en unas instalaciones adecuadas. Y aquí en el club tenemos unas de las mejores en las que me ha tocado estar.

TENIS

Julen de Miguel

Elegí el tenis siguiendo los pasos de mi hermano Xabi, aunque enseguida me di cuenta de que era lo mío. Se trata de un deporte individual y por ello eres tu mismo el único responsable de tus éxitos y tus fracasos. Este año he empezado a competir en categoria absoluta y, aunque se nota bastante la diferencia de nivel, eso supone un reto bonito para mi. Suelo entrenar una media de 4 o 5 dias a la semana (cuando los estudios me lo permiten) y alrededor de 1,5 horas cada dia. Es un deporte que requiere de poca infraestructura y por lo tanto es bastante accesible. Quizás por eso cada vez más niños se están animando a practicarlo.

Zumba, ¡que empiece la fiesta!

'Join de party' es el eslogan de una actividad que está arrasando en medio mundo y que en el Club imparte Lucía Berrio

Un deporte disfrazado de fiesta. La zumba es la nueva actividad que está revolucionando los gimnasios e instalaciones deportivas de medio mundo. Su éxito radica en que se trata de una disciplina basada en la música el baile y la diversión. De ahí que mujeres (y también hombres) de todas las edades se hayan dejado cautivar por ella. Desde hace algún tiempo nuestro club también ha incorporado esta disciplina del fitness, que combina la actividad aeróbica con ritmos latinos como la salsa, el merengue, la cumbia o el regueton. De la mano de Lucía Berrio, en las clases de Zumba, de una hora de duración, el lema es *"pasarlo bien, divertirse y desestresarse"*. Pero además son muchos los beneficios físicos que proporciona el programa Zumba: se trata de un sistema de entrenamiento del centro del cuerpo, en el que se logra un torso más firme y unos abdominales más definidos. Como ejercicio aeróbico que es, consigue elevados niveles de intensidad que se alternan con otros más suaves, lo que deriva en una notable quema de calorías (pueden llegar hasta las 800 por clase). Todo ello mediante coreografías variadas, alternando pasos sencillos que se van repitiendo, de manera que las clases son muy fáciles de seguir: *"lo más importante de Zumba es que ayuda a sentirse bien a todo el mundo que lo practica, mayores y jóvenes. La música tiene un importante papel motivador y hace que las sesiones sean una fiesta. Ayuda a evadirse del estrés del trabajo y el día a día"*, aseguraba Lucía, una experta en el fitness que además apuntaba que *"es un ejercicio que engancha en el que las alumnas pasan del 'tengo que hacer' al 'quiero hacer'"*. Así pues, el programa Zumba presenta resultados físicos evidentes cuando se realiza de manera continuada, que van desde la pérdida de peso a la reducción de la grasa, pasando por la tonificación muscular. Pero también psicológicos: *"como se trata de coreografías fáciles de seguir, en las que se va variando la intensidad, las alumnas perciben principalmente esa sensación de bienestar. Están haciendo lo que denominamos un 'ejercicio encubierto', y aunque no se dan cuenta, terminan la clase empapadas en sudor"*, confesaba la instructora.

La diversión está asegurada los lunes y miércoles a las 20:30 y los viernes a las 20:00. ¿Te animas a probarlas?

Actividades deportivas para niños, jóvenes y adultos

La amplia oferta de actividades deportivas del club responde a las demandas de los socios de todas las edades

La Zumba es una de las múltiples opciones de actividades que te ofrece el Club Natación. Si quieres practicar deporte en grupo, puedes optar además por una gran variedad de cursos, algunos que ya son grandes clásicos como el spinning o la gimnasia masculina y otros que van adaptándose a las nuevas modas, como el abdominal express o el aerobic-dance. Pilates, Yoguilates, Body-tonic, Bailes latinos-aeromerengue o gimnasia de mantenimiento completan el programa de actividades que se ofrecen este curso. Pero además, puedes utilizar la sala de musculación, realizando previamente un curso, o, si eres mayor de 60 años, apuntarte al programa de deporte para veteranos.

Si lo que te interesa es un deporte federado, puedes apuntarte a cualquiera de los cursos de iniciación que ofrecen las secciones de natación, pádel, tenis, judo, karate o triatlón. En el resto de las secciones (piragüismo de travesía, montaña o bochas) siempre tienen hueco para aquellos interesados en practicar estos deportes.

Los cursos para adultos se completan con cursos culturales que tienen ya una larga trayectoria en nuestro club como son los cursos de pintura o de encaje de bolillos.

Para los niños, un amplio abanico deportivo a su alcance con cursos de enseñanza de natación o, recientemente incorporada, natación sincronizada o los cursillos de iniciación que ofrecen también el resto de secciones deportivas: piragüismo, pádel, tenis, tenis de mesa, fútbol sala, judo, karate o gimnasia rítmica.

Gimnasia de mantenimiento, un clásico que nunca falla.

El spinning cuenta con fieles seguidores en el club.

La sala de musculación, para quienes no se sujetan a un horario fijo.

Niñas en clase de gimnasia rítmica.

Las históricas inundaciones de 2013 en el club

La riada provocó cuantiosos daños, sobre todo en las piscinas de verano, a los que hubo que sumar los ocasionados por la crecida del mes de enero

El año 2013 será recordado por las "históricas" inundaciones que, el pasado 9 de junio, anegaron varias zonas de Pamplona, entre otros los barrios de la Rochapea, Landaben, Ermitagaña, Mendebaldea o Barañáin. Como en otras ocasiones, nuestras instalaciones se vieron enormemente afectadas, con el agravante de la época del año en la que se produjeron, recién estrenada la temporada de piscinas de verano.

La crecida del río Arga obligó a cerrar varias de las dotaciones del club durante semanas. La piscina cubierta sufrió daños en su maquinaria de filtrado y climatización, que quedaron inservibles. En lo que respecta a las piscinas exteriores (olímpica, infantil y trampolines), fue necesario achicar el agua de los sótanos, donde se encontraba la maquinaria, retirar el lodo de las playas y vaciar y limpiar los vasos para volverlos a llenar. Asimismo, resultaron dañadas la pista de pádel y el pabellón de futbito, y en ambos casos se hizo necesaria la sustitución del suelo.

A todos estos trabajos hubo que sumar la limpieza de las pistas de tenis, frontón, pabellón de baloncesto, edificio de vestuarios de verano, caminos y zonas verdes, que hicieron necesario el cierre de esas instalaciones durante tres días. Los daños económicos y materiales del mes de junio se sumaron a los ocasionados por la crecida sufrida en el mes de enero. Y es que a principios de año, también se vieron afectadas, aunque en menor medida, prácticamente las mismas infraestructuras.

SOLIDARIDAD DE OTROS CLUBES

Ante los importantes daños sufridos, otros clubes privados de la ciudad miembros de Aedona ofrecieron generosamente el acceso gratuito a sus instalaciones, de manera excepcional a los socios del Club Natación Pamplona y la C.D. Amaya. El acuerdo permitía el uso de las piscinas y zonas verdes entre los días 12 y 21 de junio en los siguientes clubes: Agrupación Deportiva San Juan; Campo de Deportes Larraina; Institución Oberena; S.C.D.R. Anaitasuna; S.D.C. Echavacoiz; U.C.C Rochapea y U.D.C. Txantrea K.K.E. El club quiere agradecer el apoyo, comprensión y colaboración que se recibió por parte de los socios ante esta situación.

Los niños del Club Natación muestran su creatividad en los talleres de animación.

Ocio y diversión van de la mano

Nuestro club cuenta con una intensa oferta de actividades sociales dirigidas a todos los públicos y los niños son uno de los grupos que más movimiento concentran. Ahora, además, los más pequeños cuentan con más propuestas durante todos los domingos del año. La actividad no cesa y nuestro club se constituye como una de las mejores opciones de ocio para toda la familia.

Año tras año se van consolidando las actividades infantiles en nuestro Club. Durante el invierno, todos los domingos hubo oferta gratuita de actividades para niños en el Salón Runa. Las proyecciones de películas, tanto en castellano como en euskera se fueron alternando con los talleres de animación infantil. En este caso, la programación se ajustó a los deseos o inquietudes de los niños, centrando las actividades realizadas por los monitores de Ilunabarra XXI en lo que los propios usuarios proponían. Además, a partir de octubre se incorporaron los cuentacuentos como nueva actividad dominical, ofreciendo, una vez al mes, divertidas actuaciones dirigidas a nuestros pequeños. Todo un éxito. También, como novedad, desde octubre se permitió el acceso a niños no socios a estas actividades, siempre acompañados de socios y abonando en recepción una entrada reducida de tres euros.

En la época de verano la oferta de actividades para niños se multiplicó. Los talleres de animación se organizaron todas las tardes de lunes a jueves en la plaza durante la segunda quincena de julio y en el mes de agosto, y a ello se sumo una amplia oferta de campamentos urbanos por las mañanas, así como cursos deportivos infantiles tan variados como piraguismo, tenis, padel o natación.

EL INICIO DEL VERANO TRANSFORMÓ EL CLUB. El Salón Runa acogió un año más, en el mes de junio, la exposición de los alumnos de pintura y encaje de bolillos del Club. En esta ocasión, pudimos contemplar obras de gran formato, entre las que predominaban paisajes urbanos, naturaleza, bodegones y representaciones del cuerpo humano. Tras cinco años de trabajo, guiados por el profesor Daniel Sánchez, los alumnos demostraron una calidad pictórica innegable.

El mismo salón acogió el 23 de junio la eucaristía social por los socios fallecidos en el último año. El oficio religioso, como es costumbre, contó con la participación de la Pía Unión de Auroros Santa María.

Este año, además, el Club quiso hacer un homenaje especial a Felipe Rojo, impulsor del deporte de la pelota durante años y antiguo delegado de la sección, que falleció el 27 de mayo. Su viuda, sus hijas y familia recogieron el trofeo conmemorativo del que les hicieron entrega los miembros de la Junta Directiva Julio Arciniega y Gabriel

LA FOTO DEL VERANO

1º ***Arcoiris.*** Rafael Rivas Morcillo [ADULTOS]

2º ***Locura y calor.*** Iraia González Muñoz [ADULTOS]

Salta y diviértete. Andrés Rubio Gómez [ADULTOS]
Premio especial Facebook (26 me gustas)

1º ***Diversión en el agua.*** David Huarriz Gurpide [INF.]

2º ***Piragüeando.*** Oscar Adrian Muro [INF.]

Hinchado. Xabier Urtasun Ochoa [INF.]
Premio especial Facebook (8 me gustas)

Malón. El día elegido para el homenaje fue el 21 de junio, coincidiendo con la final del Campeonato Social de Paletagoma en el que la pareja Oyanarte-Jara se hizo con el trofeo de campeones al derrotar por 35 a 23 a Rekalde-Flores.

Las actividades sociales y culturales se multiplicaron con la llegada de los meses de verano. Un año más, la verbena de San Pedro marcó el inicio de la temporada. Con una temperatura agradable y muy buen ambiente el 29 de junio miles de Pamploneses de todas las edades se acercaron a nuestras instalaciones para participar en esta popular fiesta. La Orquesta Nueva Etapa ofreció todo un despliegue de luz y sonido en una noche inolvidable. Nueva Etapa también fue la encargada de animar la verbena de San Fermín, que se celebró el 13 de julio.

LA FOTO DEL VERANO. El verano fue una época llena de vivencias que los socios supieron plasmar en imágenes a través del Concurso "La Foto del Verano" En 2013 la participación en este concurso aumentó notablemente, quizá debido a que se permitió la presentación de fotografías en formato digital y a través de internet. De las 115 fotografías presentadas, el jurado concedió seis premios, que son las que se muestran en elrecuadro.

ACTIVIDADES SOCIALES VERANIEGAS, PARA TODOS LOS PÚBLICOS Y EDADES. El mes de agosto estuvo plagado de citas sociales y culturales. Este año, como novedad, se organizó un campeonato relámpago de seismus el 9 de agosto. Alberto Ciáurriz, Ramón del Río y Gabriel Malón consiguieron llevarse los jamones. Los ganadores se impusieron en una emocionante final al trío formado por Juan Luis Gastaminza, Facundo Larumbe y Patxi Martínez.

Otra importante novedad fue el concurso de saltos de trampolín "CNP Splash" en el que participaron 63 socios. La prueba se celebró, con gran expectación en cuatro fases entre los meses de julio y agosto. Los concursantes pudieron disfrutar, previamente a cada jornada de competición, de una sesión técnica de una hora con la monitora de saltos del Club, Niuvys Guevara, para después saltar sin miedo y con técnica y estilo libres. La emocionante final tuvo lugar el 14 de agosto, en la que se proclamaron los siguientes ganadores:

Categoría Master:
Francisco Javier Ciriaco
Categoría Juvenil:
Mikel Aranguren (1er clasificado)
Mikel Lakunza (2º clasificado)
Iker Eguaras (3º clasificado)
Categoría Infantil:
Andoni Sánchez (1er clasificado)
Ione Lanaspa (2º clasificado)
Marta Pacífico (3º clasificado)

Multitudinaria verbena de San Fermín,, exposición en el Salón Runa y homenaje a Felipe Rojo, impulsor de la pelota en el Club, ganadores del Campeonato Social Paleta Goma y ganadores del Campeonato Seis Mus de agosto.

Verano en el Club Natación y diversión a raudales.

Pero la tarde dio mucho más de sí. La animación y el espectáculo corrieron a cargo de las chicas de Mariburruntzi Sincro Taldea, que realizaron una vistosa exhibición de natación sincronizada con dos coreografías con las que compitieron en el Campeonato Master de Europa. La jornada terminó con una animada clase de aquaerobic abierta a todos los socios.

UNA SEMANA DEL SOCIO INOLVIDABLE. Los niños del Club tuvieron su día el lunes 19 de agosto, con la celebración del Día del Socio Infantil En esa jornada la piscina de trampolines se llenó de divertidos hinchables en sesiones de mañana y tarde. La jornada terminó con una chocolatada en la plaza y con una divertida verbena infantil a cargo del grupo "Plastilina".

El Día del Socio Juvenil estuvo en realidad dividido en dos jornadas. El inicio fue el martes 20 de agosto, día en el que se organizaron talleres de DJ, grafitti y percusión en la plaza. Al día siguiente llegó una de las atracciones más esperadas, la tirolina acuática desde el trampolín. El buen tiempo favoreció el éxito de la actividad, que terminó con la divertidísima fiesta de la espuma en la plaza.

Los jubilados del Club disfrutaron de su fiesta el jueves 22 de agosto. En el Día del Socio Jubilado no pudo faltar una comida a base de ensalada, jarrete de cordero, flan y helado. El pabellón acogió un año más esta exitosa cele-

Imágenes de la Semana del Socio con actividades para todos los públicos.

bración, que terminó con una sesión de bailables a cargo de "La Orquestina".

Pero el plato fuerte de la semana del socio fue la "Fiesta Far-West" que se organizó el viernes 23 de agosto, día del socio senior. Esa tarde, la plaza se transformó en un pueblo del salvaje oeste. Cada participante recibió una pistola de agua para librar una guerra acuática organizada por los integrantes del equipo de piragüismo del Club, mientras todo el que quiso pudo montarse en el toro mecánico. Después, el resto de voluntarios, incluyendo a chicos y chicas de nuestras secciones de gimnasia rítmica y natación, se enfrascaron en la barbacoa, en la que se sirvieron a los socios casi 1.000 bocadillos de salchicha y sus correspondientes bebidas. La jornada terminó con la esperada discoteca acuática en la piscina de trampolines, que se prolongó hasta la madrugada.

La semana del socio se despidió el sábado 24 de agosto con la divertida Verbena de Fin de Temporada. Ese mismo día, por la mañana, se celebró el III Concurso de Calderetes, en el que el equipo de Luis Ceras resultó el vencedor, desbancando al de Patxi Martínez, que ganó las dos primeras ediciones del concurso. El segundo premio correspondió al grupo de Carlos Lafuente, mientras que la cuadrilla de Marta Larrayoz quedó como tercera clasificada, después de que el jurado tuviese que resolver un empate. En total de presentaron diez

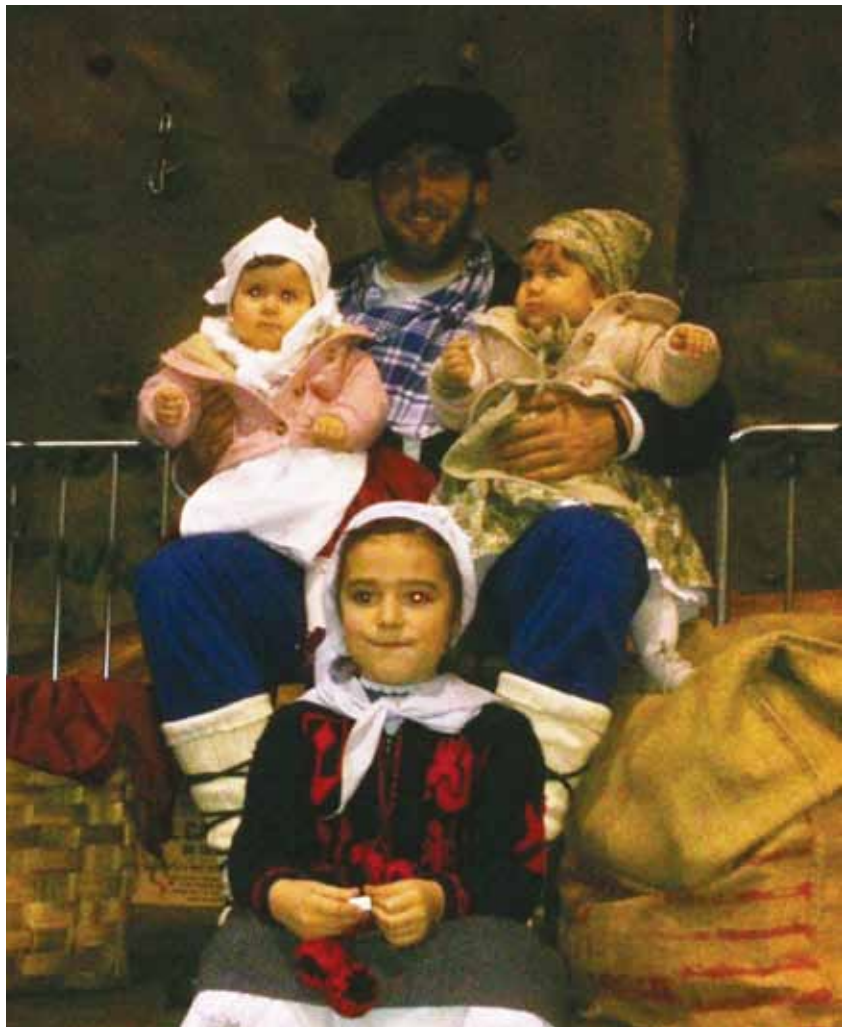
Participantes y ganadores del III Concurso de Calderetes. Arriba, a la derecha, el jurado.

equipos al concurso, en el que en todo momento reinó el buen ambiente y la cordialidad.

DIVERTIDAS NAVIDADES EN EL CLUB. Olentzero fue un año más el pregonero de las actividades navideñas en el Club Natación. El 23 de diciembre, él fue el protagonista del primero de los actos festivos. Puntalmente a las 18,30 apareció por la puerta de Goñi y acompañado por el grupo de Dantzas y la Fanfarre de Muthiko Alaiak, protagonizó una kalejira hasta el pabellón de baloncesto, donde recibió a los niños del Club.

Tardes de cine y cuenta-cuentos completaron las actividades navideñas infantiles, entre las que tampoco faltó el cotillón infantil. Trogloditas, zombies, orugas, brujas, princesas… un sinfín de personajes acudieron el 27 de diciembre al esta fiesta. Cerca de 100 niños acudieron al evento en el que hubo merienda, animación infantil y baile en el que participaron tanto pequeños como mayores.

Además se celebró una nueva edición del concurso de disfraces con cuatro categorías muy disputadas. Los premiados, que consiguieron cada uno un vale de 20 euros en material deportivo entregados por el "Hada Lourdes" fueron: Oiartz Bueno, premio al disfraz más original; Raquel Erroz, premio al disfraz más divertido; Iker San Roque, premio al disfraz más terrorífico y Claudia Vigor, premio al disfraz más *fashion*.



Varias imágenes de las navidades en el Club con Olentzero, los dantzaris de Muthiko Alaiak y el tradicional cotillón infantil. Sobre estas líneas los niños premiados en el concurso de disfraces.

Los Reyes Magos no faltaron a su cita con los más pequeños.

Pero en Navidad también se organizaron actividades para los adultos. Una de las más concurridas fue el bingo navideño, que tuvo lugar en el salón social el 3 de enero. Ese mismo lugar acogió los campeonatos relámpago 'del jamón'. Josi Oroz consiguió hacerse con el primer premio en el Campeonato Relámpago de chinchón, celebrado el 27 de diciembre en el salón social. El segundo premio fue para Carmen del Río, mientras que Joaquín López fue el tercer clasificado.

En el caso del campeonato de mus, que tuvo lugar el 4 de enero, la veteranía se impuso a la juventud. La pareja formada por Jaime Barea e Ignacio Ayerra ganó el campeonato, llevándose a casa el jamón. Los subcampeones fueron Gorka Markalain e Ibai Goñi, quienes llegaron a la final después de cinco horas de intensas y emocionantes partidas.

Sin embargo, el día grande de las fiestas navideñas en el Club Natación fue el 5 de enero, con la Visita de Sus Majestades los Reyes Magos de Oriente. Puntuales a su cita, a las 17,00 aparecieron en el pabellón Melchor, Gaspar y Baltasar acompañados de sus pajes en un emocionante desfile con música y confeti. Después, durante más de una hora estuvieron repartiendo regalos a los niños del Club por medio de un sorteo que terminó con una divertida lluvia de globos.

En esa misma jornada se dieron a conocer los ganadores del XV Concurso de Dibujos Navideños, cuyos dibujos se muestran en la página siguiente.

Arriba, ganadores del Campeonato de Mus. Abajo, los del Campeonato de Chinchón.

PREMIOS DEL XIV CONCURSO DE DIBUJOS NAVIDEÑOS

1 Paula Viscarret
1er premio categ. 3-6 años
2 Irune Juangarcía
2º premio categ. 3-6 años
3 Xabier Ferrer
1er premio categ. 7-10 años
4 Mateo Goñi
2º premio categ. 7-10 años
5 Silvia Viscarret
1er premio categ. 11-14 años
6 Ur Zubiri
2º premio categ. 11-14 años

DE MIGUEL
PRODUCCIONES ARTÍSTICAS
Orquestas, artistas, espectáculos infantiles... todo para sus fiestas
Vuelta del Castillo, 7 - 1º B. 31007 PAMPLONA (Navarra)
Tfno 948 26 99 07 · fax 948 19 77 09 · e-mail: demiguelproduccion@telefonica.net

Normativa para el uso de las instalaciones

ACCESO ORDINARIO A LAS INSTALACIONES

· Todos los socios tienen la obligación de presentar su carnet de socio para acceder a las instalaciones o cuando les sea requerido por el personal del Club o por miembros de la Junta Directiva
· Los socios de otros clubes con los que el Club Natación Pamplona tenga algún convenio de colaboración o intercambio, deberán presentar en la entrada el carnet de su club de procedencia.

ENTRADAS, PASES E INVITACIONES PARA NO SOCIOS

· Para adquirir una entrada de día, la persona interesada debe acudir a las instalaciones acompañada de un socio, que se responsabilizará en todo momento de la conducta del no socio. Los precios de la entrada diaria se fijan anualmente y se publican en el anuario.
· Durante la temporada de verano se podrán sacar pases de acceso especiales únicamente en los tres supuestos que se detallan a continuación. Estos accesos podrán restringirse en función de la ocupación de las instalaciones:

· **Pases de novios.** Los pueden solicitar los socios únicamente para sus parejas, siempre y cuando los interesados no sean matrimonio ni pareja de hecho. Pueden ser de uno, dos o tres meses. Sus precios se fijan cada año y son publicados en el anuario.
· **Pases de verano.** Sólo pueden adquirirlos aquellas personas que acrediten que residen a más de 20 kilómetros de Pamplona y que sean avalados por un socio. Pueden ser de 15 días de duración o de un mes. Sus precios se fijan anualmente y son publicados en el anuario.
· **Invitaciones personales.** Cada socio dispone de dos invitaciones que se pueden usar durante todo el año. Únicamente se podrán beneficiar de estas invitaciones aquellas personas no socias que residan a más de 20 kilómetros de Pamplona. Dichos pases han de solicitarse con anterioridad en oficinas. En el momento de acceder al Club, el invitado, que ha de entrar acompañado del socio, ha de acreditar su identidad y lugar de residencia por medio de un documento oficial (DNI, pasaporte, carnet de conducir...etc).

CURSILLISTAS Y DEPORTISTAS NO SOCIOS

· Los cursillistas no socios únicamente podrán acceder al Club en los horarios en los que se imparta el curso en el que están matriculados, y lo harán presentando su carnet de cursillista.
· Los deportistas que accedan al Club de manera esporádica para participar en competiciones o entrenamientos lo harán con la autorización expresa del delegado de la sección deportiva correspondiente y del coordinador deportivo. Para ello, el delegado solicitará el permiso al coordinador indicando las personas, instalaciones y horarios de uso de las mismas. Este permiso constará en recepción en el momento en el que accedan las personas autorizadas.

ACOMPAÑANTES DE PERSONAS DEPENDIENTES O MENORES DE 12 AÑOS

· **En temporada de verano** todos los socios que necesiten de asistentes o cuidadores, previa solicitud en oficinas, podrán acceder a una subvención de 135 euros en el coste del pase mensual y de cinco euros en la entrada diaria para sus asistentes y cuidadores no socios. Estos cuidadores tendrán acceso a las instalaciones en horarios restringidos y siempre acompañados del socio o socios a su cargo.
· **En temporada de invierno.** Aquellos socios o cursillistas menores de 12 años o discapacitados que necesiten de la asistencia de un cuidador que no sea socio podrán solicitar en oficinas un pase para el mismo. El pase no será nominal, sino que estará vinculado al menor o discapacitado que lo solicite, pudiendo utilizarlo cuidadores diferentes cada vez.
Este pase, que servirá para toda la temporada deportiva, dará acceso al cuidador únicamente en los horarios del cursillo al que esté inscrito el menor o discapacitado a su cargo para hacer funciones de acompañante o asistente. En ningún caso servirá para que haga uso de las instalaciones deportivas. El pase tendrá un coste de 5 euros a los que se añadirán otros cinco euros en concepto de fianza, que se reintegrarán en el mes de junio si la tarjeta se devuelve en oficinas.
En caso de que el menor o discapacitado acceda con más de un cuidador o acompañante simultáneamente, se deberá abonar en portería un euro por cada persona extra que acceda cada vez.

ALTAS, BAJAS DEFINITIVAS Y BAJAS TEMPORALES

· Aquella persona que desee hacerse socia del Club Natación Pamplona y no tenga cónyuge o familiar de primer grado que sea socio, ha de presentar las firmas de dos socios que le avalen. Además ha de hacer efectivo el entrático vigente para la categoría "cabeza de familia".
· En caso de ser menor de edad, podrá acogerse a los que especifica el artículo 42, apartado G de los Estatutos sobre la forma de pago.
· La junta directiva podrá admitir o rechazar el ingreso de un nuevo socio a su libre criterio.
· Aquellas personas que deseen hacerse socias y tengan cónyuge o familiares de primer grado que ya sean socios no tendrán que presentar firmas que les avalen. Además podrán acogerse a los descuentos en el entrático que estén vigentes para el cónyuge o los hijos.
· Cuando el hijo de un socio o socia cumple el segundo año de edad, es obligatorio hacerle socio para que pueda acceder a las instalaciones.
· La solicitud de baja definitiva ha de presentarse por escrito y firmada por el/los socios interesados. Además se ha de entregar en oficinas el carnet de socio. Esta baja supone la pérdida de todos los derechos y obligaciones con el Club.
· La baja temporal se puede conceder a los socios que vivan fuera de la Comarca de Pamplona (a más de 20 kilómetros aproximadamente), lo que les imposibilite hacer uso de las instalaciones. Esta situación ha de acreditarse mediante un certificado de empadronamiento u otro documento que demuestre fehacientemente la residencia fuera de la Comarca de Pamplona. Las solicitudes de baja temporal por otros motivos diferentes serán estudiadas caso a caso por parte de la Junta Directiva.
· La baja temporal exonera al socio de pagar las cuotas, pero no de pagar las derramas. Los socios que estén de baja temporal no podrán acceder a las instalaciones a no ser que hagan efectivo el pago de al menos la cuota de un mes, dándose así de nuevo de alta durante al menos ese mes. Esta operación sólo se podrá realizar una vez al año.

ACCESOS EN EL INTERIOR DE LAS INSTALACIONES

· **Zonas de acceso libre.** Son aquellas de las que todos los socios pueden hacer uso libremente, independientemente de su edad o condición. (Salón social, bar, restaurante, terrazas y piscinas, zonas verdes, parque infantil, vestuarios, canchas de baloncesto y sala de uso libre de bicicletas estáticas.
· **Zonas de acceso bajo reserva.** Frontón, pistas de tenis, pistas de padel, pabellón de futbito, pista de Botxak, terrazas cubiertas en temporada de invierno y asadores en temporada de verano. Consulte las normas de reserva de pistas, uso de los asadores y celebración de cenas, comidas, cumpleaños y similares
· **Zonas de acceso restringido.** Se trata de instalaciones a las que sólo pueden acceder los mayores de edad (zona de saunas, jacuzzi, relajación y sala de musculación) cuya entrada se efectúa pasando el carnet de socio por un lector electrónico. En el caso de la sala de musculación, la entrada únicamente se permite a los mayores de edad que hayan superado un curso de formación impartido por el monitor, tal y como marca el Acuerdo sobre Condiciones de Acceso a la Sala de Musculación de la Asamblea Extraordinaria de Socios de diciembre de 2004. Únicamente podrán acceder menores de edad pertenecientes a las secciones deportivas del Club y siempre lo harán bajo la vigilancia del monitor.
Por otra parte, hay zonas a las que sólo pueden acceder los mayores de edad, pero que carecen de lectores electrónicos, por lo que se deberá solicitar una llave en portería dejando a cambio el carnet de socio. El socio que tenga la llave es el responsable de que la instalación quede en un estado óptimo. Es el caso del pabellón azul y las cocinas de uso público y saunas de la piscina cubierta. En el caso del rocódromo y de los almacenes de piraguas, además, se solicitará en portería el carnet de federado correspondiente.
· **Zonas de acceso guiado.** Se trata de instalaciones a las que sólo podrán acceder los socios acompañados de un monitor o entrenador acreditado. Se trata principalmente de salas en las que se imparten cursos o actividades (salas para cursos deportivos, sala de manualidades, sala tatami etc. Sólo se facilitará las llaves de las salas a los monitores correspondientes o a otras personas autorizadas expresamente por el Club.
· **Zonas de acceso prohibido.** Se trata de lugares a los que únicamente puede acceder el personal cualificado (cocinas y almacenes del bar y restaurante, archivos, determinadas zonas de oficinas y portería, así como los almacenes, salas de máquinas y casetas).

CELEBRACION DE CENAS, COMIDAS, CUMPLEAÑOS Y SIMILARES

· Las personas no socias que accedan al Club Natación Pamplona para participar en cenas, comidas, meriendas de cumpleaños etc. o simplemente para ir al salón social, deberán abonar un euro en recepción en el momento de acceder y siempre irán acompañadas de al menos un socio.
· A aquellos no socios que vayan a comer o a cenar al restaurante y consuman el menú en vigor (no platos combinados, bocadillos, raciones, bebidas etc) se les descontará en la factura el euro que han abonado en portería. Para obtener ese descuento deberán en-

tregar al camarero el ticket que hayan recibido en portería después de acceder al Club.
· Las personas no socias únicamente podrán acceder a las zonas gastronómicas (bar, restaurante, terrazas o asadores). En ningún caso podrán cruzar el puente al otro lado del río ni hacer uso de ninguna instalación deportiva.
· Las celebraciones deberán autorizarse previamente en oficinas (de lunes a viernes de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00) ya sea de forma presencial o telefónica. Los viernes a la noche, sábados domingos y festivos se podrán autorizar celebraciones desde portería, pero únicamente se podrá reservar para ese día y siempre y cuando haya sitio disponible para ello.
· En temporada de verano estas celebraciones con personas no socias no se podrán realizar hasta las 21:00, salvo que las personas no socias abonen la entrada diaria a las instalaciones. Tampoco estarán permitidos los cumpleaños infantiles con no socios sin abonar la entrada diaria a las instalaciones en el periodo navideño los días que haya programadas actividades infantiles.
· Las celebraciones se ceñirán a los siguientes horarios: almuerzos de 9:00 a 12:00; comidas de 12:30 a 17:00; meriendas de 17:15 a 20:15 y cenas de 20:30 hasta el cierre.
· El socio que solicite el permiso es el responsable de los no socios que acudan a las instalaciones y deberá velar por su buen comportamiento. Además deberá hacerse cargo de los desperfectos que puedan ser causados.
· En el caso de los menores de edad, el socio mayor de edad que solicite la reserva será el responsable de los menores que acudan a la celebración y deberá velar por su buen comportamiento. Recuerde que hay más socios haciendo uso de la instalación.
· En el caso de los cumpleaños infantiles, éstos se celebrarán en las terrazas del edificio social. En el salón social se celebrarán únicamente los cumpleaños cuyo catering haya sido contratado con el servicio de bar-restaurante.
· Los cumpleaños infantiles a celebrar serán únicamente de personas socias. En el caso de los menores de edad, el solicitante será el padre, madre o tutor legal.
· Las reservas en las terrazas se adjudicarán por orden de llegada. Aquellas celebraciones que se soliciten para una fecha en la que el aforo esté ya completo, no serán autorizadas. El aforo máximo de personas por celebración (socias y no socias) es de 30.
· Las reservas se admitirán, como máximo, con un mes de antelación a la fecha prevista para la celebración.
· Las celebraciones de este tipo en las que todas las personas sean socias no requerirán de autorización previa. No obstante, deben avisar de su celebración en oficinas para evitar la saturación de las terrazas, salón social, restaurante o asadores.
· La autorización no implica una reserva de mesas y sillas. Es simplemente una autorización de acceso para los no socios al Club en las condiciones aquí explicadas. Si al acudir a las instalaciones éstas están ocupadas por socios del Club, éstos tendrán preferencia en su uso
· Si las celebraciones se realizan en las terrazas del edificio social o los asadores, los socios podrán llevar su propia comida y bebida. Si lo desean además, previo acuerdo con el arrendatario del Bar, éste podrá disponer el catering. Si la celebración es en el salón social, los socios podrán llevar su propia comida, pero las bebidas deberán ser adquiridas en la barra del salón social
· Los socios podrán solicitar en la barra manteles de papel, vasos, platos y cubiertos de plástico, materiales que deberán abonar.
· Después de la celebración, la instalación debe quedar recogida, deshaciéndose de los envoltorios, platos y vasos de plástico etc. Si no lo hicieran el socio solicitante deberá abonar 100 euros como pago del servicio de limpieza.
· El incumplimiento de cualquiera de estas normas puede acarrear sanciones.

PISCINA CUBIERTA

· Las chancletas son el calzado obligatorio.
· Es obligatorio ducharse antes del baño.
· Es obligatorio el uso de gorro.
· Está prohibido peinarse dentro del recinto.
· No se permite saltar de "chapuzón" excepto en cursillos que así lo necesiten para su preparación.
· No se permiten juegos en el agua, así como flotadores, gafas de tubo, aletas…
· Deberá respetarse la zona de corcheras para cursillos y entrenamientos. En las puertas de acceso desde los vestuarios podrá consultar un cuadrante en el que se indica cuáles son las calles que están libres para el uso por parte de los socios.
· Durante las clases de natación los padres permanecerán fuera del recinto.
· Hay que salir del recinto totalmente seco para no mojar los pasillos exteriores.
· Sólo se podrá acceder al recinto con bañador y toalla.

PISCINAS DE VERANO

· Es obligatoria la ducha y el uso chancletas para acceder a la playa de las piscinas.
· Está prohibido comer y el uso de utensilios de vidrio en las zonas de baño y playas de las piscinas.
· Los platos y duchas de las piscinas están destinados única y exclusivamente a la ducha previa al baño. Está prohibido el uso de cualquier tipo de jabón.
· Se recuerda que el uso de la piscina climatizada está orientado única y exclusivamente a la práctica disciplinada de la natación y el waterpolo, por lo que queda restringido el uso de pelotas y elementos ajenos a estos deportes; así como juegos y prácticas que pueden alterar la disposición de las calles y la práctica de la natación de forma ordenada.
· Se recuerda la peligrosidad de los trampolines de la piscina de saltos, así como el respeto debido a la persona responsable de dicha piscina quien velará en todo momento por la seguridad de los usuarios y estará obligado a regular el uso de los trampolines, primando en todo momento la seguridad de los bañistas.
· Según la ordenanza municipal vigente, Las piscinas de chapoteo serán de uso exclusivo para menores de 6 años, y siempre deberán estar acompañados de una persona mayor de edad responsable.

ZONAS VERDES

· Está prohibido comer y usar objetos de vidrio en las zonas de césped y jugar al balón en el césped y zonas peatonales. La práctica deportiva queda restringida a las zonas destinadas a tal fin.
· Las hamacas particulares deberán recogerse diariamente en los hamaqueros situados en distintos puntos del Club. Al final de la temporada de verano deberán ser retiradas por sus propietarios. El personal del Club tirará las hamacas que continúen en las instalaciones una vez entrado el mes de octubre.
· Es obligatorio el uso de los vestuarios para cambiarse de ropa y está prohibido acceder al césped con calzado de calle.
· Está expresamente prohibida la reserva de hamaqueros vacíos con candados o cadenas. Al retirar la hamaca, el hamaquero deberá quedar libre. En caso contrario el Club procederá a cortar las cadenas que estén ocupando los hamaqueros vacíos.

GIMNASIOS Y SALAS DE ACTIVIDADES

· Para acceder a los gimnasios es obligatorio usar ropa y calzado deportivo. Este último será distinto al que se usa en la calle.
· Para las prácticas de baile de salón es obligatorio calzado alternativo al de calle, quedando terminantemente prohibido el uso de tacón.
· Sólo se facilitará las llaves de las salas a los monitores correspondientes o a otras personas autorizadas expresamente por el Club.
· Después de cada clase, las máquinas y materiales deberán quedar debidamente ordenadas. Si detecta cualquier avería o desperfecto comuníquelo a su monitor para que de parte en recepción.

SALA DE MUSCULACIÓN

· Para acceder a la sala hay que tener activado el acceso. Esto se consigue tras matricularse en el curso con el monitor o presentando un certificado de otro centro deportivo que acredite que el socio conoce el manejo de los aparatos de musculación.
· Un socio que esté en el gimnasio nunca debe abrir la puerta a alguien que se lo solicite desde el exterior, ya que estaría ayudando a vulnerar la norma de acceso aprobada por la Asamblea General.
· Los menores de edad tienen prohibido el acceso salvo que estén en algún programa de entrenamiento de las secciones deportivas del Club. Estos menores siempre accederán supervisados por el monitor o por su entrenador deportivo.
· Es obligatorio acceder con ropa y calzado deportivo diferente al de calle.
· Por higiene es obligatorio utilizar una toalla que colocaremos entre nuestro cuerpo y los bancos, colchonetas y asientos de las máquinas.
· Está prohibido acceder con mochilas y bolsos a la sala. Utilicen las taquillas de los vestuarios del primer piso.
· Después de utilizar una barra, se han de retirar los pesos y dejar discos y mancuernas ordenados.
· El tiempo máximo de utilización de las máquinas de trabajo aeróbico es de 40 minutos seguidos por socio y máquina.
· Recuerden que esta sala dispone de control de accesos y sistema de videovigilancia y que la vulneración de estas normas puede acarrear sanciones.

VESTUARIOS

· Queda terminantemente prohibido afeitarse, cortarse las uñas y utilizar cualquier sistema depilatorio.

· Por seguridad, se recomienda el uso de las taquillas. Procure no dejar nada fuera de ellas. El Club Natación Pamplona no se responsabiliza de ningún objeto extraviado.
· Las cabinas están destinadas únicamente al cambio de ropa, no a su almacenamiento, y deberán quedar libres después de ser utilizadas.
· Los vestuarios para minusválidos serán utilizados sólo por personas a las que su incapacidad física les impida el uso de los vestuarios comunes.
· Se recuerda a los socios que la zona de taquillas está vigilada con cámaras de circuito cerrado.
· Los usuarios mayores de ocho años no pueden cambiarse en los vestuarios del sexo contrario.

SAUNAS Y JACUZZI

· Queda prohibida la utilización del jacuzzi a menores de 18 años.
· Es obligatorio entrar bien duchado y sin restos de jabón.
· En el jacuzzi es obligatorio el uso del gorro y traje de baño.
· Está terminantemente prohibido echar cualquier tipo de producto al agua del jacuzzi.
· No está permitido el uso del jacuzzi a mujeres en estado de gestación.
· El tiempo máximo aconsejable de utilización del jacuzzi es de 10 minutos.
· Se recuerda que esta instalación también está vigilada por cámaras de circuito cerrado.
· Se trata de una zona de relax y descanso. Procure no elevar la voz ni molestar al resto de usuarios
· Queda prohibido acceder a la zona de saunas y jacuzzi con ropa y calzado de calle.
· Queda prohibido utilizar geles y jabones en las duchas de chorros.
· Las puertas de las saunas deberán permanecer cerradas.
· Queda prohibido afeitarse, depilarse, cortarse las uñas, hacerse la pedicura y procedimientos similares.

BAR, SALÓN SOCIAL Y RESTAURANTE

· Para acceder al local se deberá ir calzado y con el torso cubierto.
· Se debe utilizar correctamente el mobiliario y hacer uso de las papeleras y los percheros.
· Según la Ley vigente, está prohibido fumar en el Salón Social, incluso en la que hasta hace poco era la sala de fumadores.
· Los socios podrán traer comida del exterior, pero la bebida se consumirá de la barra del Club.
· Los programas o retransmisiones que hayan sido adquiridas por el Club se deberán ver obligatoriamente en las dos salas con televisión. En el resto de casos, el socio que llegue antes a la sala, tendrá prioridad a la hora de elegir un programa.

SALA DE LECTURA Y ESTUDIO

· Queda prohibido el acceso a la sala de los menores de 12 años si no lo hacen acompañados de un padre o tutor mayor de edad.
· Los padres y/o tutores son los responsables de los menores de edad que estén en la sala.
· Esta sala está destinada exclusivamente a la lectura y el estudio. Queda prohibido realizar otras actividades como juegos etc.
· Se ruega que guarden silencio.
· Queda prohibido comer, beber y fumar en el interior de la sala
· Los libros y revistas han de dejarse ordenados y colocados en su sitio correspondiente.
· Queda prohibido sacar libros y revistas fuera de esta sala.
· Si es usted el último en salir de la sala, por favor, apague la luz.
· Se recuerda que en esta sala hay cámaras de videovigilancia, y que el incumplimiento de estas normas puede acarrear sanciones.

SALAS DE TELEVISIÓN

· Los programas o retransmisiones que hayan sido adquiridas por el Club se deberán ver obligatoriamente en las dos salas con televisión.
· Cuando no haya programación comprada por el Club, el socio que llegue antes a la sala, tendrá prioridad a la hora de elegir un programa.
· Queda prohibido manipular el aparato de televisión y el decodificador de TDT. Para cambiar los canales se ha de pedir el mando a distancia en la barra.
· Los padres y/o tutores son los responsables de los menores de edad que estén en la sala.
· Se ruega que guarden silencio.
· La sala está destinada exclusivamente a ver la televisión. Queda prohibido realizar otras actividades como juegos etc.

SALAS CUBIERTAS DE LAS TERRAZAS DEL EDIFICIO SOCIAL EN TEMPORADA DE INVIERNO

· Estas salas tienen como fin acoger actividades como comidas, cenas, almuerzos, cumpleaños y demás celebraciones gastronómicas. No se trata de simples extensiones del salón social, por lo que no se pueden reservar para otras actividades (juegos infantiles, partidas de cartas etc).
· Las salas únicamente se podrán utilizar previa reserva. Consulte la normativa específica recogida en el capítulo "normas de acceso"
· El aforo máximo de las salas es de 65 personas en la sala grande y 20 en la sala pequeña) Por este motivo las plazas son limitadas, y las reservas se concederán por orden de llegada.
· Una vez llegado el momento de uso, el socio que haya hecho la reserva tiene que pedir la llave en portería dejando a cambio su carnet de socio. Recuperará el carnet una vez que devuelva la llave.
· Después de su uso, la sala debe quedar limpia y recogida y las luces apagadas. Además, las puertas deben permanecer siempre cerradas, ya que se trata de salas climatizadas.
· Queda prohibido el acceso a las salas de los menores de 12 años si no lo hacen acompañados del padre o tutor mayor de edad que haya hecho la reserva.
· Según la legislación vigente, está prohibido fumar en estas salas, al igual que en el resto de espacios cubiertos del Club.

USO Y RESERVA DE LOS ASADORES

· En favor de una mejor distribución del uso de los asadores en la temporada de deberán reservarse previamente en recepción por parte de los socios.
· Estas reservas sólo se podrán hacer en el día de uso, eligiendo una de las dos tandas especificadas para comidas o cenas (13:00 y 14:30 al mediodía y 20:00 y 21:30) por parte de cada grupo de socios.
· Salvo en el caso de que el grupo de socios que reserve un asador traiga su propia leña o carbón, la reserva del asador llevará aparejada la compra de un único cubo de leña en recepción.
· Sólo podrán formalizar reservas los socios mayores de edad.
· Las reservas serán intransferibles.
· Reservar un asador y no utilizarlo sin anular la reserva previamente podrá conllevar sanción.
· El Club tendrá prioridad en la reserva de los asadores, ya sea para su mantenimiento o para la celebración de las actividades que se consideren oportunas.
· Las reservas se anotarán a partir de las 8:00, ya sea de forma presencial o por teléfono. Si coinciden dos o más socios reservando al mismo tiempo el socio que esté presencialmente tendrá prioridad sobre el que llame por teléfono, y si se solicita la misma reserva simultáneamente y de forma presencial por más de un socio, ésta se adjudicará mediante sorteo.
· Los lugares habilitados para cocinar son los asadores y las cocinas de gas. Queda prohibido cocinar en cualquier otro lugar del Club.

NORMATIVA GENERAL PARA TODAS LAS INSTALACIONES

· El uso de cualquier instalación por parte de los socios no será posible en caso de que en ésta se estén celebrando partidos, torneos o competiciones federativas oficiales.
· Según marca la Ley, el Club es un espacio sin humo. Sólo está permitido fumar al aire libre.
· Las personas que trabajan en el Club (mantenimiento y limpieza, vigilantes, socorristas, monitores, portería, administración…) podrán en todo momento llamar al orden y requerir a los usuarios su carnet de socio y/o ticket de entrada, estando obligado el usuario a colaborar y facilitar su labor. La falta de respeto debido y/o la no colaboración podrá ser sancionada por los Órganos Directivos del Club.
· Si encuentra alguna deficiencia en las instalaciones o zonas verdes, comuníquela al personal de mantenimiento para su reparación. Sigan las instrucciones de nuestros empleados. Ellos están para ayudarles.
· Se recuerda que la conducta y seguridad de los menores es responsabilidad de sus padres o los adultos que accedan con ellos a las instalaciones, por lo que se ruega vigilen su comportamiento.
· Se recuerda que el incumplimiento de estas normas puede acarrear sanciones.
· Queda expresamente prohibido colocar decoración de ningún tipo en las instalaciones a título particular por parte de los socios (carteles, globos, banderines, etc)
· El Club cuenta con sistemas de vigilancia y control de las instalaciones con los que se pretende velar por la seguridad, la salud y el bienestar de los usuarios.

NORMAS DE RESERVA DE PISTAS

· La reserva de pista se podrá hacer en portería con una antelación máxima de 23 horas y 50 y por una sola hora, por cualquier socio a partir de la edad de 14 años. La antelación máxima para las reservas telefónicas o a través de internet será de 23 horas y 40 minutos. Como ejemplo, si queremos reservar una pista para mañana a las 18:00 esto se podrá hacer presencialmente a partir de las 18:10 y por teléfono o internet a partir de las 18:20.
· En el caso del pabellón de futbito, el acceso será libre en los horarios en los que no haya programados partidos ni entrenamientos. No obstante, siempre deberá haber un adulto responsable si se está haciendo uso de la misma. Para solicitar el encendido de la iluminación, se deberán presentar ocho carnets de socios que estén utilizando la pista.
· La reserva será válida únicamente para el titular de la misma y no será transferible.
· El socio que reserve la pista, no podrá volver a reservar otra pista en el plazo de 24 horas.
· El jugador que tuviera una pista reservada y no pudiera acudir a jugar, deberá anularla al menos dos horas antes de la señalada en la reserva.
· El reservar pista y no ocuparla, aparte de la falta de consideración que supone hacia los demás socios, podrá conllevar sanción.
· Si concurren a reservar pista presencialmente más socios que pistas disponibles, se sorteará entre ellos el derecho de uso. Así mismo, tiene preferencia el socio presente sobre el ausente o el que llame por teléfono o solicite la reserva a través de internet, motivo por el que se deja un margen de 10 minutos más para las reservas telefónicas o por internet.
· Si transcurridos diez minutos de la hora de la reserva, una pista no ha sido ocupada por el titular de la misma, se perderá su derecho de uso, siempre que la pista se encuentre ocupada por otros socios. Estos tendrán la prioridad.
· Para poder hacer uso de la pista, será obligatorio disponer del material adecuado y del calzado pertinente para la práctica del deporte en cuestión.
· El disfrute de la pista, deberá ser de al menos 4 socios en el caso de Padel y Frontón, de 2 en el caso de Tenis.
· No se permite el uso de la pista para actividades diferentes a las que está destinada.
· En caso de que sea necesario el uso de iluminación artificial, el socio deberá solicitar en portería una ficha que deberá introducir en un cajetín ubicado en la pista a tal efecto. Esta moneda permite la iluminación por una hora, finalizada la cual, previo aviso con señal acústica, la luz se apagará automáticamente.
· La secciones deportivas correspondientes, así como la administración del Club Natación Pamplona tendrán la opción de reservar las pistas con mayor antelación, para la celebración

de actividades promovidas por las secciones o por el Club, siendo de su responsabilidad el así hacerlo.
· Si por error u omisión una sección deportiva o la administración del Club no reserva la pista para actividades internas (escuela, entrenamiento, campeonato social...) y ésta se encuentre ya reservada por un socio, la prioridad es de quien tenga la reserva anotada.
· Si por error u omisión una sección deportiva o la administración del Club no reserva la pista para actividades externas (campeonatos oficiales y campeonatos organizados por el club con deportistas externos...) y ésta se encuentre ya reservada por un socio la prioridad será de la sección o del Club, ofreciéndole a los socios que tengan la reserva anotada pista para el día y hora que dispongan en el plazo de una semana, siempre que ese día y hora no interfiera con actividades programadas.
· Discrepancias que puedan surgir entre socios por la reserva, se mirará la ficha de reserva teniendo prioridad quien esté anotado.
· Otras situaciones de conflicto a la hora del disfrute de la pista deberán someterse a lo que dictamine la administración del Club.
· Si por cualquier circunstancia el servicio de mantenimiento lo estimase necesario, el jugador estará obligado a despejar la pista para su acondicionamiento y se perderá el tiempo que en ello se hubiese empleado.

INSCRIPCIÓN A CURSOS

FORMALIZACIÓN

· Las preinscripciones de formalizarán en los plazos marcados en cada temporada de forma presencial en oficinas o rellenando un formulario "on line" en el "Área del socio" de www.clubnatacionpamplona.com Para los socios que todavía no la tengan la clave de acceso, ésta se puede obtener facilitando su dirección de correo electrónico en oficinas.
· En el momento de hacer la preinscripción no se hará ningún pago. El importe de la matrícula de cobrará directamente en el número de cuenta del socio una vez le sea adjudicada la plaza.
· Un socio únicamente podrá preinscribirse a sí mismo y a los menores que compongan su unidad familiar. La preinscripción se limitará como máximo a dos actividades por socio y a un grupo por actividad.
· Finalizado el plazo de preinscripción, si hay actividades en las que la demanda supera la oferta, se llevará a cabo un sorteo público para la adjudicación de las plazas y la elaboración de listas de espera. Posteriormente se expondrán en el tablón de anuncios y en www.clubnatacionpamplona.com las listas provisionales de adjudicatarios y las listas de espera, en caso de haberlas.
· Se dejará un plazo para posibles reclamaciones y las listas definitivas se expondrán posteriormente por los mismos medios. Una vez expuestas las listas definitivas las preinscripciones pasarán automáticamente a ser inscripciones firmes y generarán los recibos correspondientes sin derecho a devolución.
· Una vez finalizado este proceso, en los grupos en los que haya más oferta que demanda, el resto de socios podrán inscribirse directamente en oficinas y a lo largo de todo el curso. A partir de este momento también podrán inscribirse personas no socias (únicamente en la temporada de invierno)
· Los socios que no vayan a hacer uso de alguna de las actividades que les hayan sido adjudicadas tendrán que comunicarlo en oficinas antes del plazo marcado. En caso contrario se generarán los recibos bancarios correspondientes al curso sin derecho a devolución.

FORMA DE PAGO

· En temporada de invierno se ofrece la posibilidad de obtener un descuento en el coste del curso para los socios, pagándolo todo de una vez. Los socios que elijan esta modalidad no tendrán la opción de recibir reintegro alguno en el caso de que se diesen de baja antes de terminar el curso. En los casos en los que se elija el pago fraccionado, sólo se puede eludir el segundo o tercer pago dándose de baja antes de cada vencimiento (diciembre y marzo).

MODIFICACIONES EN LA OFERTA

· La oferta que figura en los boletines de programación puede sufrir cambios (horarios, distribución de grupos, salas e incluso cuotas) en función de la demanda existente o de las necesidades de organización.
· No saldrá adelante ninguna actividad ni grupo que no alcance el mínimo de alumnos previsto.

DURACIÓN DE LOS CURSOS

· En temporada de invierno, aunque el pago de las inscripciones pueda ser fraccionado, la duración de todos los cursos es de toda la temporada deportiva (de octubre a junio)

BAJAS DURANTE EL CURSO

· Las bajas han de comunicarse personalmente en oficinas, donde el cursillista deberá hacerlo constar por escrito. No son válidas las bajas notificadas telefónicamente o verbalmente a los monitores. La no asistencia al curso no implica que el cursillista pueda ser dado de baja.

EQUIPOS DE COMPETICIÓN

· Estas actividades están sujetas al criterio de los entrenadores, por lo que la preinscripción no garantiza la obtención de plaza. Ésta además no es obligatoria.
· Las cuotas se cobrarán directamente en el número de cuenta de cada socio según los listados que faciliten los entrenadores

Exhibición en el club el 22 de junio.

[NATACIÓN SINCRONIZADA]

Arte en el agua

Con apenas un año de vida, la actividad de natación sincronizada está asentando sus bases de forma sólida.

La ilusión con la que todos los implicados –cuerpo directivo y socios– comenzaron esta actividad se está notando en su desarrollo y se augura un gran futuro para esta nueva disciplina. *"Comenzamos con la natación sincronizada el pasado año. Esta práctica era totalmente novedosa en el Club y ha tenido una inmejorable acogida"*, explica la monitora Yanelis Guevara. Esta gran acogida inicial se ha visto refrendada el presente año con la continuidad de más del 75% de las niñas que comenzaron la práctica de este deporte el pasado año.

Durante su primer año de andadura, las más de treinta niñas que apostaron por esta disciplina han centrado sus esfuerzos en aprender las postras básicas necesarias. *"Estoy tremendamente satisfecha con las peques. Todas se han esforzado un montón durante este primer año. Una vez aprendidas las posturas básicas, ahora comenzaremos a profundizar un poco más y el próximo mes de junio prepararemos el Primer Campeonato de Figuras del Club"*, adelanta. La cita se tratará de un torneo amistoso que sirva para dar a conocer y difundir la natación sincronizada.

EXHIBICIONES. El pasado 22 de junio tuvo lugar la primera exhibición de natación sincronizada en el Club. *"Fue una experiencia increíble. Participaron no solo las alumnas del Natación, sino también nadadoras de otros clubes y algunas nadadoras adultas a las que también doy clase"*, recuerda Yanelis. El apoyo del Club con el que ha contado la sección desde el primer momento ha resultado clave para esta buena puesta en marcha. *"Estamos muy contentas con todo el apoyo recibido. Las cosas están saliendo a pedir de boca y ya estamos preparando una nueva exhibición para este año. Ahora toca seguir trabajando y conseguir que cada vez esta práctica esté más extendida dentro del Club"*, concluye Yanelis.

La sección al completo

[NATACIÓN]

Un dulce momento

La sección de natación goza actualmente de muy buena salud. Muestra de ello es el 4º puesto de la clasificación general de clubes con el que cerró la pasada campaña y que dicta la Federación Navarra de Natación.

El 4º puesto en la clasificación, el mejor de los obtenidos en los últimos años, da fe del buen momento que vive la natación en el club que le da nombre. La novedad más destacable de la temporada ha sido la incorporación de algunos nadadores en categoría absoluta. Esta savia nueva supone un refuerzo importante que ya está dando sus frutos. El pasado mes de enero el Club Natación logró el tercer puesto en las categorías absoluta y conjunta absoluta de los últimos Campeonatos Navarros de Invierno, celebrados en la piscina de Guelbenzu.

COMPETICIÓN. Los logros deportivos conseguidos por la sección han sido notables. En este sentido cabe destacar los obtenidos en los Campeonatos Navarros Absolutos de Verano, cita en la que Idoia Romero (infantil) se impuso en los 100 y 200 metros braza, así como en los 400 estilos. Por su parte, Gorka Zabalo (absoluto-senior) fue primero en 50 metros espalda y plata en la distancia de 100 metros. También fue reseñable la labor realizada por Pablo Horcada (absoluto-senior) que logró el primer puesto en 200 metros estilos, la segunda plaza en 400 estilos y 200 espalda y fue tercero en 200 metros mariposa.

También dejó muy buen sabor de boca el reciente Campeonato Navarro de Invierno 2014 celebrado en la pileta del C.D. Amaya, donde a pesar de disputarse en piscina olímpica, varios de los nadadores del Club batieron sus marcas personales. Además, varios de ellos se proclamaron campeones navarros absolutos: una velocísima Idoia Romero Goñi ganó las pruebas de 100 y 200 metros braza, así como la de 200 mariposa. Gorka Zabalo fue campeón en 50 metros espalda, y los fondistas Anne Tous y Pablo Horcada se proclamaron campeones de las pruebas largas: 800 y 1500 metros, respectivamente.

En la clasificación final, el Club Natación quedó 3º en categoría masculina y 3º en femenina. También fue 3º en la conjunta detrás del equipo Amaya y del Anaitasuna. Asimismo, cabe destacar que Idoia Romero consiguió las marcas mínimas para acudir al Campeonato de España Infantil de Invierno que se celebrará en Pontevedra.

La Copa Navarra de Clubes contó con una gran labor por parte de las nadadoras del Club, que alcanzaron el 2º puesto que da derecho a participar en la próxima edición (diciembre de 2014). En Categoría Masculina, pese a que se participó fuera de concurso al no tener plaza entre los cinco primeros clubes, el Natación demostró, con sus buenos resultados, que también es merecedor de estar presente en la próxima edición.

FICHA

DELEGADA
Ana Otano Sevilla

LABORES DE APOYO
Vicente Fernández Intxusta

ENTRENADOR
José Ángel Torres

SUSTITUCIONES:
Saioa Martínez Castellano

MONITOR DE APOYO
Pablo Horcada Iriarte

PARTICIPANTES
66 nadadores

EQUIPOS
4 benjamín-alevín-infantil y junior/absoluto

ENTRENAMIENTOS
5 días, de lunes a viernes

Idoia Romero y Aritz Fernández, nadadores de sobresaliente.

NADADORES DE SOBRESALIENTE. El esfuerzo y mérito conjunto de la sección de natación es un hecho, pero hay dos nombres que conviene reseñar de manera especial. Se trata de Idoia Romero y Aritz Fernández, cuya progresión y logros deportivos están dejando muy alto el pabellón del Club Natación.

Idoia, que está teniendo una progresión meteórica, ya participó en 2012 con la Selección Navarra en el Campeonato de España Alevín. La temporada pasada se consolidó como una firme promesa al codearse con las mejores nadadoras de Navarra en la pruebas de braza y estilos individual. Sus grandes mejoras le llevaron a hacer marcas mínimas para participar en los Campeonatos de España Infantil de verano (Pontevedra 22-26 Julio 2013). En la temporada actual, cabe destacar su lanzamiento como Campeona Navarra Absoluta en 100 y 200 metros braza, 400 metros estilos individual y 200 metros mariposa, haciendo marcas mínimas de participación en los Campeonatos de España en Infantil y Junior de Invierno a celebrar en Pontevedra. También ha participado en Madrid con la Selección Navarra, en el Campeonato de España por Comunidades Autónomas ratificando su mejor momento. Además de mejorar sus propias marcas en 100 mariposa y 100 metros braza, el pasado 27 de diciembre, en el Trofeo Anaitasuna, Idoia logró la mejor marca Navarra de 13 años en 50 metros braza con un tiempo de 37"38.

La sección vive uno de los momentos más dulces de su historia, al haber aumentado en participación y logrado un salto cualitativo en resultados.

Por su lado, Aritz se está consolidando como uno de los mejores nadadores en la Categoría Infantil de Navarra donde la competencia es muy fuerte. En la temporada actual, ha mejorado todas sus marcas y tiene como objetivo lograr las marcas mínimas que le darán el pase para poder participar en los Campeonatos de España Infantil de Verano a celebrar en Barcelona en el próximo mes de julio.

Al inicio de la temporada -octubre de 2013-, por iniciativa de varios nadadores del equipo de natación, el apoyo de la Junta Directiva, la colaboración de padres y madres, y el esfuerzo de los entrenadores del equipo, se consiguió que los lunes, miércoles y viernes, se realizase doble sesión, pasando de este modo, de cinco sesiones a un máximo de ocho semanales. Todo este esfuerzo y dedicación se ha traducido en los logros comentados anteriormente y son reflejo de una sección que goza de una gran estado de forma y disfruta de un ambiente inmejorable.

Mayo 2012: Artaza-Dulanz-Venta Zumbelz.

[MONTAÑA]

Relevo en el cuerpo técnico

Con cambios en la cabeza de la sección, el grupo de montaña pretende dar un nuevo impulso aportando algunas novedades

La sección de montaña vivió el pasado año un cambio en su cuerpo técnico. El cese, por motivos personales, de Pedro Mari Díez como delegado de sección llevó al cargo a Asier Huarte. *"El Club solicitó voluntarios a los socios y tanto Asier Huarte como Asier de la Hera se presentaron para tomar el relevo",* explican desde la sección. Gracias al trabajo conjunto la sección pudo contar con un nuevo calendario de excursiones, así como un nuevo logotipo y unas nuevas ideas que pretendían darle un impulso a la sección. En el libro de ruta: hacer uso del rocódromo, organizar cursillos o preparar excursiones con bicicleta. *"De momento no se han realizado estas actividades porque conjugarlas con la salidas habituales es algo complejo ya que se tendrían que programar en horas que no resten tiempo al compromiso de las salidas tradicionales , pero con calma y organización, todo es posible",* nos comentan desde la sección. *"Ahora es posible que toque un nuevo relevo. Seguramente tengamos que elegir otra vez delegado, será entonces cuando se valoren de nuevo todas las propuestas realizadas"* añaden.

Abril: Selva de Irati.

El mal tiempo marcó gran parte de la temporada pasada. Esta circunstancia, unida a la falta de excursionistas en algunos casos, propició que cerca del 40 por ciento de las salidas programadas en el calendario no pudiesen celebrarse. Pese a estas circunstancias la sección continúa gracias a la colaboración de muchas personas que desinteresadamente organizan las excursiones. *"El club Oberena no tiene sección de montaña y estamos organizando salidas conjuntas para garantizar un mínimo de excursionistas. La idea que tenemos es la de seguir realizando excurisones de dificultad media tanto en salidas mañaneras como de todo el día",* concluyen.

Para mantener la cohesión de la sección sus responsables han establecido un plan de comunicación constante con sus excursionistas a los que mantienen informados mediante correos electrónicos de las próximas salidas, así como comentando las excursiones realizadas y aportando material fotográfico.

Noviembre 2013: Sierra de Leire.

Una de las salidas más atractivas de cuantas se han realizado ha sido la excursión por el circo de Zurian, en la zona del pantano de Eugi. *"La jornada salió lluviosa, pero la gente quedó muy satisfecha. Es una zona poco conocida y tuvimos la oportunida d de disfrutar del entorno con los colores propios del otoño. Zurian es un circo glaciar que tiene una zona de hayedos muy frondosos. Fue, sin duda, una jornada para recordar",* explica Juan Baranguán.

Otra de las travesías reseñables fue la realizada por el collado Burdin Kurutzeta . *"Partimos desde el collado francés para después subir al Okabe y bajar al barrio de Larraun. Es una salida especial ya que en el Okabe se encuentra el cromlech de Illarrita, uno de los monumentos megalíticos de mayor relevancia. Además, según la mitología vasca allí mora la diosa Mari, lo que otorga al lugar de cierto toque mágico",* aseguran desde la sección.

FICHA

DELEGADO
Asier Huarte

SUBDELEGADO
Asier de la Hera

COORDINADORES Y COLABORADORES
Pedro Mari Díaz, Josu Tximeno, Carlos Mendia, Virgilio de Miguel, Carlos Mendia, Virgilio de Miguel, Juan Baranguán, Iñaki Baztán y Julen San Martín

Navegando entre las consecuencias de las riadas en el Cares.

[PIRAGÜISMO DE TRAVESÍA]

Al mal tiempo, buena cara

EL piragüismo de travesía es una actividad muy consolidada dentro del Club Natación. Su estabilidad es un hecho y la sección apenas ha visto variado el número de socios practicantes.

"Contamos con una sección muy viva en el sentido de que tiene mucha rotación. Hay mucha gente que hace los cursillos para poder utilizar posteriormente el material en el club; otros se han enganchado seriamente a las salidas y por el contrario, hay otros que por diferentes causas personales y familiares lo han tenido que dejar, pero lo cierto es que se mantiene un nivel muy estable", explica Juan Manuel Lorrio

La temporada pasada resultó algo complicada para la sección. El mal tiempo y las riadas que se sucedieron una tras otra pusieron muchas trabas para la práctica de esta disciplina. *"Las piraguas de travesía o piraguas que utilizamos para mar, pantano, etc. las guardamos debajo de las gradas y éstas se vieron afectadas tanto en la riada de enero como la de junio. Dado su material plástico no sufrieron daños considerables, pero sí hubo que desmontarlas, limpiarlas, quitar todo el barro, etc.",* se lamenta Juan Manuel Lorrio.

FICHA

DELEGADO:
Juan Manuel Lorrio

MONITORES:
Roberto Suárez

SOCIOS:
53

Con este panorama, la sección comenzó la temporada en el mes de febrero con alguno de sus miembros más experimentados y realizando salidas a ríos más técnicos como el Río Errobi o el Cinqueta. Conforme se calmaban las aguas, el resto de socios comenzó a tomar parte en las diferentes salidas programadas. La temporada concluyó, como ya viene siendo costumbre entre los piragüistas del Club, con su particular San Silvestre tomando una copa de cava en medio del río.

SALIDAS NUEVAS. Una de las novedades incorporadas a la sección fue la salida realizada a la cola del pantano de Yesa. *"Era la primera salida a un pantano que realizábamos y la verdad es que resultó muy curiosa en cuanto a problemas entre árboles y la vegetación de final de cola del pantano",* narra Juan Manuel. Asimismo, la sección también ha continuado, en la medida de los posible, con las salidas a mar; una novedad que gustó en su introducción y que ha encontrado asiduidad en las filas de la sección.

La sección de piragüismo atraviesa tan buenos momentos que incluso otros clubes solicitan la colaboración al Natación. *"El pasado 8 de febrero acudimos con las piraguas a la Sociedad Deportiva de Echavacoiz y pasamos una mañana de sábado con las piraguas en la piscina. Allí estuvimos practicando con socios desde entre 6 y 75 años. Fue una experiencia muy entretenida y muy divertida",* recuerda Juan Manuel.

Columna izquierda, de arriba a abajo: *Hay relevo generacional. Bajadas populares en el Aragón. San Silvestre en el río.* ***Columna derecha, de arriba a abajo:*** *Colaboración con la SDC Echavacoiz. Parte del grupo en Lumbier. Cangas de Onís, porque no todo es remar y también hay tiempo para las visitas culturales.*

El equipo del Club, con los trofeos tras la regata.

[PIRAGÜISMO DE COMPETICIÓN]

¡Las chicas son guerreras!

Con el deseo de seguir creciendo, y plenamente entregados al objetivo de asentar las diferentes categorías, la sección de piragüismo atraviesa un gran momento

"El ambiente dentro del equipo es muy bueno, los chavales son estupendos y los entrenadores están realizando una gran labor. Todos están mostrando muchas ganas de trabajar, por lo que tenemos que agradecer toda esta dedicación que están brindando al equipo", comenta su delegado Fernando Pajares. Desde hace años la sección está haciendo un gran esfuerzo para promocionar el piragüismo de competición. *"Se están implicando entrenadores, palistas y también los hermanos Martínez (Alberto y Patxi), que nos ayudan desinteresadamente. 2013 fue un año un poco complicado y debido a las constantes crecidas tuvimos muchas dificultades para poder entrenar en el agua durante el invierno y la primavera. Aún así estuvimos presentes en todas las competiciones que habíamos programado cumpliendo los objetivos propuestos al inicio de temporada",* comenta Fernando.

La sección ha visto incrementado el número de palistas en categorías infantiles, lo que augura un futuro prometedor. *"Los palistas más jóvenes están demostrando muchas ganas y buen hacer durante toda la temporada, sobre todo en los momentos más difíciles, así que hay que felicitarles",* añade Fernando.

Erika Pajares, tercer puesto en el descenso del Sella.

A nivel competitivo, el Club participó en la Copa de España Maratón celebrada en abril en As Pontes (Coruña). La cita estuvo marcada por las malas condiciones meteorológicas; el fuerte viento propició que se suspendieran casi toda las mangas previstas, pudiendo disputarse únicamente las carreras correspondientes a las categorías de veteranos donde Alberto, en un campo de regatas muy complicado debido a las olas, logró la 9º posición.

Ya en agosto se celebró el Campeonato de España en la localidad gerundense de Banyolas, en cuyo lago se disputo el nacional de maratón. El club participó con una reducida representación en las categorías: dama cadete k-2 (María Arreche/Erika Pajares) hombre juvenil k-1 (Aritz Martiartu); hombre cadete k-1 (Ánder Hernández); y hombre senior K-2 (Xabier Barbero/Iñigo Olóriz). A excepción del K-2 senior, todos los demás palistas consiguieron llegar a meta dentro de control, obteniendo así puntos en la clasificación general por equipos, en la que el Club quedo en posición 51ª frente al 32º puesto del 2012. *"La falta de preparación se notó, pero seguro que este año, con mejor preparación durante la temporada, se mejorarán tanto este resultado como el del año precedente",* matiza Fernando.

Tampoco faltó la ya tradicional participación en el descenso internacional del Sella, que celebró su LXXVIII edición. Esta conocidísima prueba trajo para el Club la enorme satisfacción del tercer puesto obtenido por Erika Pajares en categoría dama cadete k-1.

Como cada año, la sección ha continuado con los cursillos de primavera y verano, gracias a los cuales se da a conocer la práctica de este deporte y merced a los cuales siempre se registran nuevas incorporaciones. *"Si alguno de los cursillistas quiere seguir conociendo este deporte después de los cursos, le damos la oportunidad de que pueda continuar remando y si les gusta y quieren, se pueden incorporar al equipo de competición",* comenta Fernando.

La nota amarga de la temporada llegó con Trofeo de Piragüismo Club Natación Pamplona Memorial Alfredo Aguirre, que tuvo que ser suspendido debido a la gran riada acontecida. *"Fue una lástima porque había sido un éxito de convocatoria. Iban a competir más de 300 palistas que venían de distintas provincias como Asturias, Cantabria, Euskadi, Castilla y León, Aragón y Navarra",* se lamenta Fernando. Así las cosas, la sección decidió posponer la Regata de nuestro club al mes de septiembre. También en esta ocasión la convocatoria fue todo un éxito y a pesar de la tormenta que hizo acto de presencia, la prueba se desarrolló dejando lo siguientes logros para el Natación: 3er puesto de Alberto Martínez (hombre veterano k-1); 2º puesto de Aritz Martiartu (hombre juvenil k-1); 2º puesto de María Arreche (dama cadete k-1); 3er puesto Aratz Iturgaiz / Mikel Artazcoz (hombre cadete k-2); 2º puesto Erika Pajares / Ainitz Otaegui (dama cadete k-2); 1er puesto Javier Reina (hombre alevín k-1); 2º puesto de Silvia Viscarret (dama alevín k-1); 3er puesto Ibai Matínez (hombre benjamín k-1; 2º puesto Ane Arreche (dama benjamín k-1). Gracias a estos buenos resultados y los del resto de palistas que también puntuaron en sus respectivas categorías, el club obtuvo la segunda posición en la clasificación general por equipos.

María Arreche y Ainitz Otaegi.

FICHA

DELEGADO
Fernando Pajares

ENTRENADORES
Iñigo Olóriz y Xabier Barbero

MONITORES DE CURSILLOS
Xabier Cia
Aritz Martiartu
Alejandro Reina
Garazi Otxoa
Amaia Artázcoz

SOCIOS
34 licencias nacionales
60 licencias autonómicas

DÍAS DE PRÁCTICA
Lunes, miércoles, viernes y sábado

Maider Razquin, en lo alto del pido, en su primer año de competición.

El equipo, a la carrera.

Triatlón olímpico en el Club Natación.

Las benjaminas de la sección.

[TRIATLÓN]

Crecen los objetivos

La sección de triatlón está creciendo poco a poco; tanto en número de miembros, como en los objetivos marcados a medio y largo plazo

"Creo que este año va a ser un año de transición para algunos de nosotros. Es el paso natural. A medida que vas cumpliendo años, sumando horas de entrenamiento, perdiendo velocidad y ganando resistencia vas planteándote subir un escalón aumentando la distancia", explica su delegado Raúl Elizalde. *"Algunos van a probar por primera vez la media distancia y, como les guste la experiencia... ya los estoy viendo cruzando meta de un ironman para 2015 o 2016",* añade.

Todos los años, conforme avanza la temporada, se van uniendo nuevos chavales al equipo. *"El año pasado por estas fechas éramos 34 en el equipo y al final acabamos siendo 41",* comenta Raúl. La sección nació con el espíritu de dar una alternativa deportiva a los socios y sus responsables no quieren alejarse de esa idea, por lo que estudian con mucho cuidado las incorporaciones al equipo de los socios deportistas. *"Tenemos alguna solicitud sobre la mesa, pero la tendremos que valorar cuidadosamente",* explican.

Durante el año, la competición de la sección de triatlón se hace extensible no solamente al triatlón (nadar, bici y correr), sino que también se afrontan disciplinas como el triatlón de invierno (correr, bici y esquí de fondo), duatlón (correr, bici y correr), cuatriatlón (nadar, piragua, bici y correr), acuatlón (correr, nadar, correr), cross, etcétera; por lo que el calendario ocupa todos los meses del año. La pasada temporada comenzó el 19 de enero con el Campeonato de España de Triatlón Blanco, en Reinosa y concluyó con la participación en diferentes San Silvestres de fin de año.

Como de costumbre, han sido las chicas del equipo quienes han conseguido los mejores resultados y las únicas victorias de la temporada. Ana Monreal estrenó medallero en la primera prueba del Circuito Navarro de Triatlón. Le tomó el relevo Aiuri Elizalde, quien logró vencer en el Triatlón de Urdiain, el 20 de julio. Por último, en la última prueba del Circuito Navarro, Maider Razquin consiguió imponerse en el Duatlón de Valtierra celebrado el 28 de septiembre.

Uno de los valores más seguros con los que cuenta la sección es Sabin Arruti. La temporada pasada tuvo la mala suerte de sufrir una grave caída en la primera prueba del circuito (Duatlón del Valle de Aranguren) cuando iba en el grupo cabecero. Sabin tuvo que ser intervenido quirúrgicamente, pero ya está casi recuperado, entrenando con ganas y dispuesto a dar guerra. *"Sabin ha sido todo un ejemplo para nosotros. La manera como ha afrontado su lesión ha sido una clara lección de lo que es ser un gran deportista",* añade Raúl Elizalde.

Otro nombre que seguro que va a dar muchas alegrías durante esta temporada es Maider Razquin. Maider lleva tan solo un año practicando duatlón y su progresión en estos últimos doce meses ha sido realmente espectacular. Empezó la temporada a un buen nivel (5ª en el Duatlón del Valle de Aranguren), pero seis meses después fue capaz de imponerse en Valtierra controlando la carrera de principio a fin. *"Maider está entrenando muy bien y le sobra motivación, así que me figuro que los resultados no tardarán en acompañarle",* explica Raúl Elizalde.

En categorías inferiores, la mayor baza con la que cuenta el Natación es Aiuri Elizalde. El año pasado fue capaz de imponerse en un triatlón a pesar de correr con niñas un año mayores que ella. A pesar de su edad, Aiuri también se clasificó segunda en el Circuito de Duatlón y tercera en el de Triatlón. También hay que destacar en esta categoría a Irene Martínez que, aunque el año pasado no anduvo entre las primeras, está entrenando muy bien y seguro que la próxima temporada recogerá los frutos de tanto esfuerzo.

FICHA

DELEGADO Y ENTRENADOR
Raúl Elizalde

LABORES DE APOYO
Laura Ansorena

NÚMERO DE TRIATLETAS
41 triatletas: 22 adultos y 19 niños.

PRUEBA POPULAR. Este año el triatlón del Club Natación Pamplona ha batido todos los récords. La sección consiguió no solo atraer a los mejores triatletas navarros en categoría élite para la disputa del Campeonato Absoluto de Triatlón, sino que también consiguió que acudiesen a correr casi cien triatletas en categoría open. A estos hay que sumar los más de ciento veinte participantes en categoría popular y, por si esto fuera poco, la sección introdujo una nueva categoría (relevos) que también tuvo una muy buena aceptación. En total fueron 316 los triatletas que cursaron inscripción para participar en nuestro Triatlón. *"Creo que hemos tocado techo y que el año que viene tendremos que poner un tope para poder seguir atendiendo a los participantes como se merecen",* comenta con orgullo Raúl.

Los responsables de la sección quieren agradecer a todos los voluntarios que hacen posible que el triatlón del mes de agosto sea lo que es, uno de los mejores triatlones de la temporada. *"Año tras año vamos mejorando en todos los aspectos técnicos de la prueba y esto es debido a la labor que realizan todos y cada uno de ellos. Tal es así que, en apenas seis años, hemos pasado de tener 150 participantes a tener más de 300. Así que desde esta líneas quiero darles las gracias a toda esa gente que ayudan a hacer del primer domingo de agosto una fiesta del triatlón. ¡Muchas gracias amigos!"*

Las veteranas, en el ejercicio de cintas.

[GIMNASIA RÍTMICA]

Construyendo una gran sección

Cada vez son más las chicas que se animan a practicar gimnasia rítmica bajo el amparo del Club Natación y las ganas e ilusión con la que estas nuevas gimnastas emprenden la actividad se está traduciendo en una mejora paulatina, pero palpable, de los resultados.

El trabajo que realiza la sección con la cantera está dando sus frutos y tras algunos años de preparación, para la presente temporada ya hay niñas de categoría alevín trabajando en el área de competición, con la intención de, a corto plazo, dotar a la sección de un nuevo equipo de niñas pequeñas que de continuidad a los dos equipos de competición nacional que existen actualmente en las categorías junior y senior.

La sección está dividida en tres áreas: iniciación, pre-competición y competición. Las dos primeras enfocadas en la competición a nivel autonómico, con participación en los Juegos Deportivos de Navarra. Las más pequeñas (iniciación) compitieron en los Campeonatos Escolares. Para muchas de ellas fue una gran experiencia actuar por primera vez en un pabellón repleto de público, como el polideportivo de Mendillorri.

En pre-competición, el segundo nivel, el Club presentó a los Juegos Deportivos de Navarra Promoción, conjuntos en las categorías pre-benjamín B, benjamín B, infantil B, junior B y sénior A, obteniendo la segunda plaza en la clasificación los equipos pre-benjamín y sénior. A nivel individual, fue muy destacable el papel de Andrea Azparren, que quedó subcampeona en la categoría Junior A. También participaron Nahia Vital e Itziar González en categoría Sénior A.

Equipo junior.

El equipo de veteranas se retira de la competición tras diez años peleando a nivel nacional.

En el área de competición, 2013 fue un año muy intenso, ya que todas las gimnastas compitieron a nivel individual entre enero y junio; y en conjuntos entre agosto y diciembre.

En la competición autonómica individual por equipos, el Club Natación obtuvo el bronce en las dos categorías presentadas: infantil, con Andrea Herrero, Alba Jiménez y Laura Liberal; y junior, con Edurne Eslava, Carmen Fernández y Leyre Huarte. El pódium estuvo muy reñido, especialmente en el caso de las infantiles, que bien merecieron haber subido al menos un escalón más en la clasificación. Este equipo representó al Club en el Campeonato de España Individual celebrado en Valladolid del 20 al 25 de junio. Las pequeñas de competición, por su parte, participaron a nivel individual en los preautonómicos base, en los que, en categoría infantil, Lucía Fernández fue subcampeona, seguida de Julia Mozaz, Aitana Díaz de Cerio y Nerea Herrero.

***Arriba:** Las gimnastas que compitieron en Individual en categoría infantil. **Abajo:** El equipo de precompetición-1 en clase de ballet. **Derecha:** Las benjaminas de la sección en su entrenamiento.*

COMPETICIÓN DE CONJUNTOS. Llegado el verano se conformaron los tres conjuntos, uno en categoría infantil base, otro en categoría junior y el de nuestras veteranas en categoría sénior. Las dieciocho gimnastas afrontaron una dura temporada de torneos. Como suele ocurrir, las puntuaciones en los campeonatos navarros no nos favorecieron, pero una vez iniciado el circuito de torneos nuestras gimnastas fueron escalando posiciones y obteniendo mejores puntuaciones. El conjunto infantil culminó la temporada en el Campeonato de España Base celebrado en Guadalajara realizando una brillante representación. Los equipos junior y sénior, por su parte, acudieron al Campeonato de España de Conjuntos que tuvo lugar del 12 al 15 de diciembre en Granada. Allí nuestras gimnastas junior tuvieron un primer pase espectacular que les lanzó a los primeros puestos de la tabla y, aunque en la clasificación general bajaron algunos peldaños, su representación fue mucho más que satisfactoria. Similar papel hicieron nuestras veteranas en el año de su retirada. Tras 10 años peleando a nivel nacional, el equipo de veteranas de la sección dice adiós a la competición. Sus integrantes quieren aprovechar estas líneas para despedirse y agradecer a todos los que las han acompañado en esta aventura y han formado parte, en cualquier manera, de este equipo. Un equipo que nació con el objetivo de ser una opción de práctica deportiva para gimnastas en edades avanzadas para la competición de este deporte y terminó siendo una familia dentro de la gimnasia navarra. Siempre A-BUE-LAS!!!

FICHA

DELEGADO
Rubén Berrio

ENTRENADORAS
Silvia Sáez, Cristina Ramirez, Katia Azkona y Maitane Neri

AYUDANTES
Rebeca Iglesias, Nerea Remiro, Cristina Pérez, Marina Martínez, Maite Santamaria y Sara Ariño

PREPARADOR FÍSICO
Eneko Zudaire

PROFESORAS DE BALLET
Ana Zozaya y Garazi Ostiz

EQUIPOS
60 socios
2 en iniciación, 6 en pre-competición y 3 en competición

Equipo txiki 6 años.

Equipo Benjamín B 8 años.

Equipo txiki 7 años.

[FÚTBOL]

Buscando nuevos objetivos

El club se ha decantado por el fútbol sala con el objetivo de dar continuidad a una sección que actualmente cuenta con 4 equipos en competición. El de 9 años consiguió disputar la fase de campeones y terminó finalmente en el segundo puesto.

El fútbol está en un momento de cambio en el Club Natación. Las dificultades para desarrollar la actividad en campo han llevado al club a apostar por el fútbol-sala.

El problema que atraviesa la sección no es otro que el de la constante fuga de jugadores a otros equipos más fuertes. *"Este es un problema que estamos teniendo desde hace ya unos años. En el momento en el que un jugador comienza a destacar, enseguida llegan ofertas de otros clubes y se marchan. Hasta ese punto es algo comprensible porque todos queremos tener en nuestras filas a los mejores. El problema es que en muchas ocasiones ni siquiera se avisa con tiempo al Club y eso acarrea dificultades para reestructurar y confeccionar los equipos. A este respecto, Osasuna es el único club que comunica su interés por uno u otro jugador con la debida antelación"*, añade Julio.

Para entender la situación basta con analizar el resultado del torneo de fútbol 8 del pasado año; un campeonato que se adjudicó Txantrea frente a Osasuna con 7 ex-jugadores del Natación en sus filas. Así las cosas, los responsables de la sección dan al menos por cumplido el objetivo marcado para la temporada. *"El deseo era el de mantener viva la sección y lo hemos logrado, pero viendo la situación hemos hecho un replanteamiento serio de nuestro funcionamiento"*, asevera Julio. *"La idea inicial con la que partimos es la de abandonar el fútbol y el fútbol 8 y centrarnos en el fútbol sala. Por otro lado, también carecemos de campos de fútbol y nos hemos visto obligados a alquilarlas"*, se lamenta Julio. Tras la ruptura por parte de Osasuna del convenio firmado gracias al cual el Natación podía utilizar las instalaciones de Osasuna para la práctica del fútbol *"ahora tendríamos que pagar alquiler como sí jugásemos en cualquier otro lugar"*, explica Julio Arciniega. *"Por ese motivo, para la presente temporada sólo tenemos equipos de fútbol sala"*.

> *"Queríamos mantener viva la sección y lo hemos logrado aunque hemos tenido que replantear su funcionamiento"*

En lo que a competiciones de refiere, el Club Natación ha tomado parte en Fútbol 8, Benjamines Federados, y Futbito Txiki, aunque lo más destacable fue la labor realizada por el equipo de 9 años al disputar la fase de campeones quedando finalmente segundos; como destacable es también la trayectoria del jovencísimo Andoni Sánchez, cuyo buen hacer ha propiciado su fichaje por Osasuna.

FICHA

DELEGADO:
José Antonio Fernández

JUNTA DE SECCIÓN:
Manuel Martínez
José Antonio Fernández
Julio Arciniega

ENTRENADORES:
8

EQUIPOS:
4 en total

Equipo Benjamín 8 años.

Ascensores y escaleras mecánicas
Schindler

Siempre a su servicio en Navarra

Oficinas Centrales
Avda. Europa, 22. PE La Moraleja
28108 Alcobendas MADRID
Tel. 91 657 60 00

Dirección Pamplona
Polígono Ind. Los Agustinos
Calle K | E-31013 Pamplona
Tel. 948 24 51 51

Schindler

MultiSport
TROFEOS NAVARRA

TROFEOS NAVARRA
C/ Amaya, 5 • 31002 Pamplona
T 948 22 83 71 • F 948 21 01 01
info@trofeosnavarra.com

Equipo masculino en el Campeonato Navarro Absoluto por Equipos.

Chicos y chicas en el Campeonato Navarro de Menores por Equipos.

Equipo femenino en el Campeonato Navarro Absoluto por Equipos.

[PADEL]

Un año de trabajo y esfuerzo

Cerca de 200 socios participaron en las distintas actividades organizadas por la sección

El año comenzó con la disputa del Campeonato Navarro Absoluto por Equipos, y no pudo hacerlo de mejor forma, ya que el equipo masculino, a pesar de perder una apretadísima final contra Entrena Pádel en el último partido de la eliminatoria, se alzó con el subcampeonato de segunda consiguiendo así un extraordinario ascenso a primera categoría. El próximo mes de mayo nuestros jugadores intentarán hacer un buen papel entre los 8 mejores equipos de Navarra. El equipo femenino también tuvo una destacada actuación disputando eliminatorias muy igualadas contra el Club de Tenis, Tajonar y San Juan. En 2014 el equipo femenino ha aumentado su plantilla de jugadoras posibilitando sacar dos equipos que competirán en segunda y tercera categoría respectivamente en este Campeonato Navarro Absoluto por Equipos.

En abril, en las instalaciones del Club de Tenis, y dentro del programa de Juegos Deportivos de Navarra, se celebró el campeonato navarro por equipos en la categoría de menores. Como no podía ser menos, el Club Natación participó con un equipo formado por un total de 30 chicos y chicas de las categorías benjamín, alevín e infantil. Realizaron un gran papel en el torneo, disputado entre un increíble ambiente de deportividad y competencia entre todos los clubes participantes.

El Campeonato Navarro por Equipos de Veteranos se disputó en septiembre. Se participó con un equipo en la categoría femenina, que realizó una buena actuación en el torneo, disputado en las instalaciones de Navarra Pádel.

Durante todo el año se disputó la Copa Reyno, la Liga Navarra por Equipos. El Club Natación participó con seis equipos, tres de chicos y otros tres de chicas. Las actuaciones más destacadas corresponden al equipo A de chicos, que logró la permanencia en primera categoría después de enfrentarse a los mejores equipos de Navarra en disputadísimas eliminatorias a lo largo de todo el año, el equipo B de chicos que certificó en la última jornada su ascenso a segunda categoría después de alzarse con el subcampeonato en tercera, y los equipos A y B de chicas que lograron la permanencia en sus respectivas categorías (segunda y tercera) tras realizar un extraordinario final de temporada.

La actividad social fue también incesante durante todo el año. El ranking social, en el que participaron algo más de 80 jugadores, finalizó en junio con la disputa del master final. En categoría masculina Fede Pognante e Iñigo de la Parra se impusieron en una brillante final a Jesús Aspurz y Luis Ceras. En categoría femenina, Idoya Esain y Esther Gómez hicieron lo propio con Laura Anaut y Eva Jiménez.

A finales de julio se disputó el campeonato social de menores, con una nutrida representación de chicos y chicas en todas las categorías En agosto tuvo lugar el campeonato social de pádel. Se proclamaron campeones José Miguel Casimiro y Javier Moriones venciendo en una agónica y extraordinaria final a Lucho Pognante y David Ocaña. En categoría femenina, el triunfo correspondió a Maite Marañón y Cristina Zaratiegui quienes se impusieron a Marimar Lanaspa y Carmen Muñoz en la gran final.

El campeonato social de parejas mixtas se celebró a finales de agosto. Óscar Erroz y Marta Osés se impusieron en la final a José Luis Uralde e Idoya Esáin.

El año terminó con una jornada pre navideña en la que, en las instalaciones de Entrena Pádel, la sección organizó un torneo en formato pozo dirigido a los integrantes de los equipos del club.

La sección cuenta asimismo con una escuela de pádel, en la que nuestros tres monitores dan clases durante todo el año a doce niños y niñas y 24 adultos.

En 2014 la sección seguirá trabajando para mantener y mejorar la actividad padelera del Club Natación, dando así respuesta a la creciente demanda que el pádel experimenta año tras año.

FICHA

DELEGADO:
Luis Ceras

JUNTA DE SECCIÓN:
Enric Paris
Laura Anaut
Luis Ceras
Lucho Pognante
Benjamín Iturbe
Begoña Larraz

MONITORES:
Luis Ceras
Igor Clavijo
Guillermo Moreno

SOCIOS:
250 participantes de pádel en distintas actividades

EQUIPOS:
3 masculinos
3 femeninos

Entrenamiento equipo menores.

Arriba, campeones y subcampeones Campeonato Social Mixto Verano. Abajo, final de consolación Campeonato Social Mixto Verano.

Eneko Erviti en competición.

[TENIS DE MESA]

Haciendo cantera

La sección de tenis de mesa está realizando un esfuerzo muy concienzudo en el trabajo de base. Sus responsables son conscientes de que una buena cantera es el mejor de los seguros a futuro.

Para fomentar la cantera, la sección ha hecho extensible los cursillos de iniciación que venía desarrollando a todos los días de la semana. "Ahora cualquier socio que desee probar el tenis de mesa lo tiene más fácil que nunca", aseguran.

En esta misma línea, la sección de tenis de mesa continúa trabajando estrechamente con la Escuela Deportiva en Iturrama. "El Ayuntamiento de Pamplona subvenciona a grupos de colegios y clubes pagando a los monitores que den cursillos. Estamos allí todos los lunes y jueves dando cursillos. Queremos dar a conocer esta práctica para asegurar el buen futuro de este deporte", explica Ignacio. "Todos estos chavales que acuden a los cursillos están jugando actualmente bajo el nombre del Natación en los Juegos Deportivos de Navarra y si mejoran les llamaremos para que pasen a formar parte del grueso de nuestros equipos", añade.

FICHA

DELEGADO:
Ignacio Juan Guelbenzu

ENTRENADOR:
Javier Macaya Molinero

LABORES DE APOYO:
Jorge Bedoya
Eneko Erviti
Ixak Durán

SOCIOS:
20

OBJETIVOS. Uno de los principales objetivos que se marca la sección es acudir al Campeonato de España Sub 23. "Este año contamos con varios jugadores jóvenes que están disputando el Nacional y tenemos mucha confianza puesta en ellos. Nuestro objetivo es que estos jugadores puedan clasificarse para el Campeonato de España Sub23", confía Iñaki Guelbenzu.

Otro de los deseos del Club es intentar jugar la fase ascenso a Primera. "Por fortuna tenemos un equipo muy sólido que está jugando muy bien. Todos los jugadores tienen una gran calidad y eso es un buen seguro porque si fallase un titular, en cualquier caso contamos con un buen respaldo".

A nivel competitivo, la sección quizá no haya obtenido los mismos resultados que en otras ocasiones, pero el balance es muy positivo. El Campeonato Navarro Absoluto comenzó dejando como semifinalistas a las parejas conformadas por Eneko Erviti/Iñaki Guelbenzu y Jorge Bedoya/Ixak Durán. Ya en Liga Individual, Jorge Bedoya consiguió subir a lo más alto del podio, lugar en el que le acompañó Eneko Erviti que se hizo con la tercera posición.

Cursillo en las instalaciones del club.

De azul el equipo de Segunda División Nacional.

En liga individual absoluta, el Natación copó dos de las tres plazas del podio gracias al primer puesto obtenido en individuales por Jorge Bedoya y la tercera posición de Eneko Erviti.

En categoría juvenil, el Club hizo también un buen papel consiguiendo la segunda posición por equipos y logrando la primera y segunda plaza en individuales a cargo de Pablo Asiain e Ixak Durán, respectivamente. La pareja formada por Ixak Durán y Aritz Lacasa lograron también alcanzar las semifinales en dobles.

En infantil el Club repitió plata con los primeros puestos de Martín Zozaya y Agusto Cajamarca en dobles y el del mismo Martín en individual masculino.

La Sub-23 otorgó la tercera medalla de plata al Natación merced al tercer puesto de Ixak Durán en individual masculino; y el segundo en dobles del propio Ixak Durán y Kevin Rodríguez.

Los veteranos no fueron menos que sus compañeros y también lograron el segundo puesto por equipos gracias al triunfo en dobles de Iñigo Iriso e Iñaki Guelbenzu y el primer y tercer puesto logrados en individuales también por Iñigo Iriso e Iñaki Guelbenzu, respectivamente.

Combate en el Campeonato Senior Navarro

[KARATE]

En la senda del trabajo bien hecho

Los componentes de la sección de karate son fieles al plan de trabajo establecido por los responsables de la disciplina y eso se hace notar en la buena senda tomada por el karate dentro del Club.

Como recuerda su delegado, Roberto Sanz, *"El karate no es un curso anual, sino un camino de toda la vida"*. Por esta razón, la sección se muestra firme en sus convicciones y no ha variado una fórmula que, sin duda, resulta efectiva. *"A nivel de sección no podemos contar grandes cambios ni novedades importantes, seguimos igual que siempre, trabajando duro y haciendo de este grupo una familia bien avenida"*, cuentan sus responsables.

Así las cosas, y como viene siendo habitual, la sección ha participado activamente en todos los actos programados por las federaciones navarra y española de karate. *"Procuramos implicarnos siempre al máximo participando con todos los medios de los que disponemos: técnicos, competidores, colaboradores y nuestros propios árbitros"*, añaden desde la sección.

FICHA

DELEGADO
Roberto Sanz

ENTRENADORES
Iñigo Alvero

ENTRENADOR DE APOYO
Mikel Alvero

LABORES DE APOYO
Saray Berrio, Ander Goñi y Maria Bravo

DÍAS DE PRÁCTICA
Martes, jueves y sábados perfeccionamiento

AÑO DE CREACIÓN
2000

JUEGOS DEPORTIVOS. Una de las citas más esperadas son los Juegos Deportivos, que en la pasada campaña celebraron su XXVII edición en Villafranca. Esta competición deparó grandes momentos para el Club Natación. Uno de los logros más reseñables fue el conseguido en la modalidad de kata en cadete femenino, donde tres karatecas del Club coparon todas las alturas del podio. Beatriz Legarra Burguete fue primera; Nerea Larrañeta, segunda; y Olatz Ruiz de Galarreta completó el podio al lograr la medalla de bronce; a la postre, Olatz también repitió metal en la modalidad de kumite. En kata Junior masculino faltó el bronce al que-

dar, en primera posición, Ander Goñi Medrano y ser segundo Fermín Martínez Rueda; estos karatecas también lograron el oro y bronce, respectivamente en la modalidad de kumite junior.

CAMPEONATO NAVARRO. El Campeonato Navarro Sub-21, que también acogió la localidad de Villafranca el pasado mes de octubre, dejó tras de sí el oro y la plata para María Bravo y Saray Berrio en la modalidad de Kumite femenino. En la modalidad de kata estos dos nombres también sonaron con fuerza al compartir la tercera posición del podio.

Lodosa fue la anfitriona de la Copa Navarra Cadete que se saldó con cuatro medallas de oro y un bronce para los competidores del Club Natación. Lograron el oro Nerea Larrañeta Alonso (kata cadete), Ander Goñi Medrano (kata y kumité junior) y Beatriz Legarra Burguete (kata junior). Por su lado, Adrián San Pedro de Carlos obtuvo la medalla de bronce en la modalidad de kumite, en categoría cadete.

El turno de las categorías alevín, infantil y juvenil en Copa llegó en Mutilva en el mes de marzo, cita en la que el Natación consiguió dos bronces a cargo de Haira Ariztegui Unzueta y Pablo Trobajo Legarda en la modalidad de kumite y en las categorías de +50 Kg. y -45 Kg., respectivamente.

El Club Natación logró también otras dos medallas, esta vez de plata, en el Campeonato Navarro Juvenil de Kumite celebrado en Barañain. Los protagonistas fueron Ion París Osés (kumite - 50 Kg.) y Haira Ariztegui Unzueta (kumite + 50 Kg.).

TROFEO KIOKAY. La última de las competiciones reseñables fue el I Trofeo Kiokay Barañáin, cita en la que participaron aproximadamente 185 karatecas y entre los que destacaron varios nombres de nuestro Club: Amaya Ramos (bronce en categoría Alevín); Amaya Las Heras (oro en categoría infantil); Marcos Iturgaiz (bronce en categoría infantil); Haira Ariztegui y Sonia Vigor (oro y plata, respectivamente en categoría juvenil 1); Nerea Larrañeta (oro en categoría juvenil 2); y Asier Alonso, Sergio Bretos, David Huarriz y Eneko Valencia (oro-plata-bronce-bronce, respectivamente en categoría juvenil masculino 1). Asimismo también tuvieron un papel muy destacado en su disputa por los metales Mario Santafé, Jaime Horcada, Andrea Vigor, Hegoi Nieto y Xabier Echeverría.

Muchos y buenos momentos que la sección de karate ha completado con sus habituales salidas al Pirineo para fraguar esa gran familia en la que se ha convertido el karate dentro del Club.

II Stage Nacional celebrado en agosto.

[JUDO]

El judo se consolida

2013 ha supuesto, para la sección de judo, la consolidación del equipo de competición de alto nivel.

Tanto en logros deportivos como de participación, la sección ha conseguido mantener la estela dejada por los veteranos del Club, consolidando resultados y fomentando la escuela con los más pequeños. Y es que la apuesta por la cantera siempre ha estado muy presente en la sección. *"Contamos con un buen número de asistentes y gran nivel en los Juegos Deportivos de Navarra de Judo. Además, continuando con la labor de escuela, las escuelas deportivas y los propios del Club, la asistencia a los entrenamientos, campeonatos y actividades del Club también se ha ampliado. Estamos muy satisfechos con el trabajo y rendimiento de nuestra cantera",* comenta el delegado Arturo Urdániz.

A nivel competitivo, la temporada ha dejado tras de sí resultados que demuestran la dedicación y calidad de los entrenamientos. Los más destacados han vuelto a ser los de Jaione Equisoain. La judoca se ha hecho, por tercera vez consecutiva, con el Campeonato de España Junior, ha sido medalla de bronce en el Campeonato de España Absoluto, Campeona de la Copa de Europa Junior en A Coruña y Subcampeona de la Copa de Europa Absoluta en Madrid. Asimismo, Jaione también fue convocada por la selección Española para los Campeonatos Mundiales Absolutos en Rio de Janeiro y los Campeonatos del Mundo y de Europa Junior, en Lubjiana (Eslovenia) y Sarajevo (Bosnia). Todos estos logros le posicionan como una de las referencias del Deporte Navarro.

Sus compañeros le siguen de cerca, y prueba de ello son resultados como los obtenidos en el Campeonato Navarro Junior. La cita se saldó con 4 medallas de oro (Jaione, Josu Huarte, Javier Lassa y Edurne Ibañez); dos subcampeonatos (Javier Ibañez y Adrian Rivas); y un tercer puesto (Fermín Lassa), que situaron al Club Natación como primer club Navarro en categoría Junior.

Dentro de la categoría Senior, Josu Huarte se hizo con el primer puesto a nivel Navarro, así como con un meritorio segundo puesto en la fase sector del mismo que le abrió las puertas de la fase final del Campeonato de España Absoluto.

También es destacable la actuación de una promesa como Lucas Monreal, que con solo 14 y 15 años, se alzó con sendos bronces en las Copas de España Sub-18 de Burgos y Sub-21 de Amurrio; la plata en la Copa de España Sub-18 de Hondarribia; y finalmente el dorado metal en la Copa de España Sub-18 celebrada a final de año en Pamplona, lo que le hace situarse en la segunda posición del ranking nacional cadete.

FICHA

DELEGADO:
Arturo Urdániz Solá

ENTRENADORES:
Jokin Zuasti Urbano
Juan Ignacio Azpiroz

TÉCNICOS COLABORADORES:
Ricardo Echarte
Miguel Vicente
Valeriano Esteban

MONITORES ESCUELAS DEPORTIVAS:
Jaione Equisoain, Josu, Huarte, Javier Lassa, Ricardo Castillo y Asier Alemán

SOCIOS:
59

Títulos obtenidos en el Campeonato Navarro de Judo.

Jokin Zuasti abandona la sección tras 30 años de dedicación al judo

2013 ha sido el año del relevo; tanto a nivel deportivo como en la dirección técnica. Queremos destacar y agradecer el enorme trabajo realizado, desde mediados de los años ochenta, por Jokin Zuasti, quien tras treinta años ha dado el relevo a la nueva generación dejando tras de sí el Club más laureado de la historia navarra. También llegaron de su mano figuras como Valeriano Esteban, segundo campeón de España absoluto procedente de Navarra (el primero fue Jesús Unanua, antiguo entrenador de nuestro Club) y Ricardo Echarte, quien hoy muestra el mejor palmarés deportivo de la historia a nivel nacional en su peso con un subcampeonato europeo, diploma en Campeonato del Mundo y siendo constituyente del equipo nacional en dos Olimpiadas (Sidney y Atenas). Sin duda lo que hoy sigue siendo el Club Natación, decano en activo de Navarra, se lo debe a su dedicada labor.

JAIONE EQUÍSOAIN

"El judo aporta valores muy importantes para la vida"

La judoca del club, campeona de España junior, acudió a Brasil al Campeonato del Mundo

Jaione en el club antes de su clase con los pequeños de la sección.

La judoca Jaione Equísoain es una de las deportistas con más proyección del Club Natación. Nacida en 1993, practica el judo desde que tenía 7 años. Desde entonces la progresión de esta pamplonica ha sido de constante ascenso. El pasado mes de agosto, y con el título de Campeona de España Júnior colgado del cuello, fue seleccionada para acudir al Campeonato del Mundo Senior celebrado en Río de Janeiro; una cita que ha servido a Jaione para sumar experiencia y afrontar próximos retos con mayores garantías de éxito.

¿Cómo surgió tu afición por el judo?
Yo jugaba al fútbol y estaba cansada de que no me sacaran a jugar los partidos. Fue entonces cuando mis tíos, que habían hecho judo, me dijeron que probara; y aquí sigo después de unos cuantos años.

¿Qué supone el judo para ti?
El judo ha puesto un poco de orden a mis días. Sé que a una hora concreta tengo que ir a entrenar, y en base a ello organizo mi vida. Además de ser un deporte que me encanta, aporta valores que son muy importantes en la vida.

De todos los triunfos que has obtenido hasta la fecha, ¿a cuáles tienes más cariño?
Hay muchos logros importantes para mí, pero si tengo que elegir me quedo con las medallas en Campeonatos de España (tres oros en junior y un bronce; y una plata en sénior), los dos oros de la European Cup Junior de A Coruña, la plata en la World Cup de Madrid y el 7º puesto en el Campeonato de Europa junior, que no es una medalla, pero disfruté mucho de la competición y eso es lo que más me gusta.

2013 ha sido un año de muchas competiciones. ¿Qué balance haces?
Estoy muy contenta de cómo transcurrió la temporada. Al principio nos marcamos unos objetivos, tanto de mejora como de resultados. Hubo objetivos que no pudimos alcanzar, como una medalla en el Campeonato de Europa o el Mundial Junior, pero en cambio también hubo otros que no nos esperábamos como la plata en la World Cup de Madrid. De cualquier manera estamos muy satisfechos porque a nivel de judo la mejora ha sido muy grande, y sabemos que todavía puede seguir aumentando si trabajamos como hasta ahora.

El Campeonato del Mundo Senior ha sido la gran cita del año. ¿Cómo calificarías la experiencia?
Desde el principio sabíamos que este campeonato iba a ser una experiencia más que positiva, pasara lo que pasara: es muy difícil volver con una medalla colgada del cuello, aunque ya sólo por participar se tiene la oportunidad. Viajaba con muchísima ilusión y con muchas ganas de aprovechar la experiencia al máximo, y creo que lo hice, estoy contenta.

¿Tenías el deseo de medirte con alguna gran judoca?
Lo cierto es que me daba igual con quien me tocara el primer combate. Yo solo quería disfrutar y dar el 100% de mí misma, estuviese quien estuviese delante. En ese sentido me quedé un poco con ganas de más, pero estoy segura de que tendré más oportunidades y estaré mejor preparada para ellas.

Jaione Equísoain en competición.

PERSONAL

Fecha de nacimiento.
14 de diciembre de 1993.

Estudios
Actualmente estudia INEF en Vitoria.

¿Qué te ha enseñado el judo?
El judo me ha reafirmado la máxima de que el que algo quiere, algo le cuesta. Y que, si se trabaja duro, al final todo sale adelante.

¿Qué esperas de este deporte?
Como deportista espero ir mejorando resultados hasta poder llegar a ser la mejor.

¿Qué quieres transmitir a tus alumnos?
Quiero que los txikis disfruten haciendo judo, que les guste, que aprendan, que disfruten, y yo con ellos. No los veo como futuros competidores porque son muy pequeños, aunque me gustaría. De momento, yo les enseño todo lo que puedo e intento que se enganchen a esta práctica.

¿Confías en estar presente en la próxima cita mundial?
Este año el campeonato del mundo es en el mes de agosto en Rusia, para eso todavía queda mucho tiempo y pueden pasar muchas cosas. No sé si finalmente podré estar presente, pero espero que sí. Para ello habrá que luchar y trabajar mucho y que los resultados acompañen.

Acabas de aterrizar del Abierto de Roma tras un combate en el que muchos percibimos un arbitraje que no fue nada favorable ¿te sientes contrariada?
Siempre que vamos a una competición suelo tener expectativas altas, de luchar por las medallas, pero esta vez no pudo ser. Yo sé que hice lo que tenía que hacer, y con eso estoy contenta, pero el resultado no acompañó debido a un mal arbitraje. En ese sentido no he venido nada contenta. Lo único que sé es que la próxima vez tendré que mejorar pequeños errores para no "dar pie" a ir "en mi contra".

¿Cómo ha sido la experiencia de tu última cita en Alemania?
En Alemania gané un combate y perdí otro. La competición me gustó mucho. Lo que siempre busco es disfrutar; disfrutar sufriendo y disfrutar haciendo lo que me gusta. La de Alemania ha sido una gran experiencia, pero ahora tengo que aprovechar los entrenamientos al máximo.

[TENIS]

Con ilusión y resultados

El entrenamiento con las bases sigue siendo la principal apuesta de la sección de tenis del Club Natación. Muestra de ello son los resultados que se están obteniendo gracias a dicho trabajo y que alimentan la ilusión de futuro.

"La sección se encuentra en un momento muy bueno, ilusionante, esperanzador. Los resultados obtenidos del trabajo con la base son ya un hecho cumplido y marcado tiempo atrás. Actualmente estamos satisfaciendo objetivos tanto sociales como a nivel de competición", se alegra el director técnico José Félix Barón. *"Una parte importante de nuestros deportistas ha incrementado el número de horas de entrenamiento semanal y ello está dando sus frutos, tanto a nivel técnico, como competitivo"*, añade.

Como cada año, la sección ha tomado parte en las diferentes competiciones del calendario navarro, así como en los torneos por equipos del vasco, riojano y cántabro. Caso aparte, el de Iñaki Alcalde, que también lo ha hecho en el calendario nacional, a nivel sénior ó absoluto.

En la pasada campaña se obtuvieron buenos resultados, destacando los trofeos conseguidos por Iñaki Alcalde, Igor Clavijo y Julen De Miguel, en categoría absoluta; y en sus diversas fases de categoría alevín, Naroa Pérez y Javier Echandi. Por su lado, el equipo absoluto logró mantener la categoría en el VNRC.

Mención especial requieren los infantiles del Club, que a mediados del mes de septiembre, en los Juegos Acedyr celebrados en Sabadell, lograron alzarse con tres medallas de plata: en individual masculino, por medio de Hodei Beaumont; en la consolación masculina, con Sergio Barbarin; y en el cuadro de consolación femenina, a cargo de Andrea Izco. El equipo infantil estuvo compuesto por: Hodei Beaumont, Sergio Barbarin, Álvaro Jiménez, Erlantz Pajares, Iván Delafuente, Andrea Izco, Naroa Pérez y Mafalda Uli.

IÑAKI ALCALDE. A los nombres anteriormente citados hay que sumar, obviamente, el de Iñaki Alcalde; que si bien no consiguió revalidar su título de Campeón Navarro Absoluto, sí logró llegar a las semifinales a pesar de unas molestias que no le dejaron rendir al cien por cien. Ya en el Master Navarro, Iñaki consiguió ser subcampeón después de un partido en el que tuvo opciones de victoria. Además, también consiguió ser el subcampeón del tercer torneo del Circuito Navarro y campeón del primero y cuarto, así como del Torneo del Jamón en Mutilva y del Torneo Social del Club. A lo largo del año, Iñaki también ha cosechado importantes resultados a nivel nacional, como son las semifinales del Virgen del Prado en Zamora, donde sucumbió ante el 26º de España; las semifinales en el Virgen Blanca de Vitoria, donde se midió al 22º de España; y en el San Prudencio también en Vitoria, donde cayó en las semifinales ante el campeón del País Vasco. Todo ello le ha llevado a seguir siendo el mejor jugador navarro a nivel nacional, con bastante diferencia en puntos sobre los demás, moviéndose en la temporada pasada entre el puesto 76 y el 105 de la clasificación nacional absoluta.

Con estos resultados, los objetivos marcados por la sección son muy claros: Potenciar la escuela, como base y aprendizaje de todos: mayores y pequeños. *"Es necesario estructurar la sección mirando a la base. También tenemos que incidir en el trabajo de competición, tanto de la base: alevines, infantiles y cadetes; como de los deportistas en categorías junior y sénior"*, explica José Félix. *"Asimismo es importantísima la actividad social como pilar de la práctica deportiva. Por ello, el Ranking Social, destinado a todos aquellos socios que quieran competir dentro del club, se anunciará en breve"*, añade el director técnico que quiere aprovechar estas líneas para *"animar a todos los socios, a acercarse a la sección de tenis, que a buen seguro podrán disfrutar del deporte que les gusta o, en su caso, a descubrirlo. Serán recibidos con toda la ilusión"*, concluye.

TENIS

DELEGADO:
Jorge Elso

CREACIÓN DE LA SECCIÓN:
Hace 32 años

DEPORTISTAS:
Más de 100 tenistas

DIRECTOR TÉCNICO Y ENTRENADOR:
José Félix Barón

INSTRUCTORES AYUDANTES:
Ibón Laspeñas y Adrián Rodríguez

PRÁCTICAS:
De lunes a viernes (escuela) y sábados y domingos (competición)

Andrea Izco, Mafalda Uli, Naroa Pérez, y José Félix Barón, Juegos Acedyr en Sabadell.

Iñaki Alcalde.

Andrea Izco, Sabadell septiembre 2013.

Hodei Beaumont - Sabadell septiembre 2013.

Campeonato Social Alevín. Xabier Gil, José Félix Barón, Javier Echandi.

Julen de Miguel y Daniel Ortega, Campeón y subcampeón Juniors Social 2013.

[BOTXAK]

Una práctica para todos los públicos

Posiblemente las bochas sean la práctica más desconocida por el gran público de cuantas ofrece el Club Natación.

Los responsables de la sección se han propuesto dar a conocer este entretenido juego y conseguir que nuevos socios se incorporen a sus filas. *"Parece que las bochas se asocian siempre a la gente mayor, pero lo cierto es que se trata de un juego muy entretenido que no conoce edad para su disfrute"*, nos comentan desde la sección. Parece habitual confundir las bochas con el tradicional juego de la petanca, pero en realidad se trata de una práctica totalmente diferente. A pesar de que el objetivo del juego es esencialmente el mismo –arrimar las bolas al boliche–, las bochas difieren mucho de la petanca. *"En el juego de las bochas las bolas que lanzamos tienen un contrapeso que permite hacer muchos más efectos que en la petanca haciendo que el juego sea más interesante y divertido"*, explican. *"En otros clubes la gente joven ya se está animando a descubrir este deporte y nos gustaría que aquí sucediese lo mismo, por eso vamos a hacer carteles para que todo el que lo desee pruebe este juego, porque estamos seguros de que les va a gustar. Somos conscientes de que ahora la oferta deportiva es muy amplia y que cuesta mucho que la gente joven se implique, pero seguro que a muchos de los que prueben les acabará picando el gusanillo"*, aseguran.

FICHA

DELEGADO
Iñaki Acaz

AYUDANTE
Andrés Montiel

SOCIOS
20

DÍAS DE PRÁCTICA
Martes y viernes

COMPETICIONES. Pese a su corta edad, el torneo que la peña 'La Jarana' organiza anualmente durante la semana previa a los Sanfermines, se ha convertido en una cita ineludible. *"Es un torneo muy animado al que acude muchísima gente para ver y participar. Este año estuvimos compitiendo, además de nuestro Club: Amaya, Txantrea, Ansoain y Berriozar en una jornada que se convirtió en una auténtica fiesta"*, narran desde la sección. Una fiesta que la sección del Club celebró por partida doble tras imponerse en la final el trío compuesto por Iñaki Acaz, Andrés Montiel y Josetxo Oroz.

Otra de las citas relevantes de la temporada es el Campeonato Social del Club, que debido a la falta de gente tuvo que realizarse mediante enfrentamientos individuales y en el que finalmente se impuso un siempre acertado Iñaki Acaz.

El Intersocial es quizás el torneo más esperado de la temporada y en el que la sección de bochas se encuentra plenamente imbuido desde el pasado mes de noviembre. *"Ahora mismo estamos plenamente inmersos en el Campeonato Intersocial y lo cierto es que está siendo todo un éxito. De no haber sido por la baja de última hora del Club Amaya, hubiéramos estado presentes las cinco sociedades"*, comentan desde la sección. Muy avanzada la competición, las cosas pintan bien para los jugadores de Natación. *"Está siendo una competición muy bonita en la que hay mucha gente joven. El otro día jugamos ante Berriozar y el mayor de sus jugadores tenía 16 años. Esperemos que el próximo año también nosotros podamos presentar nuevos jugadores"*. Ese sí que sería un buen triunfo.

eserna
servicios integrales a empresas

Limpieza
Mantenimiento de oficinas, locales comerciales, colegios, cines, residencias, bares, centros hospitalarios

Monitores de actividades
gimnasia
aerobic
tai-chi
socorristas

Gestión
de centros deportivos

Gestión de almacenes
servicio carretilleros

Servicios auxiliares
conserjes, porteros

Pol. Ind. Mutilva Baja, C/ R-107
31192 MUTILVA BAJA
Tel. 948 24 79 00
Fax. 948 24 76 01
e-mail. cme@eserna.es