



CLUB D'ATLETISME ELS SITGES



DOMICILIO SOCIAL:

Carrer Joan Fuster, 4.12

Burjassot 46100 (Valencia)

N.I.F. G96821244

Tel. contacto 639-580562

REVISTA OFICIAL DEL CLUB D'ATLETISME ELS SITGES N°5-6 / 1999

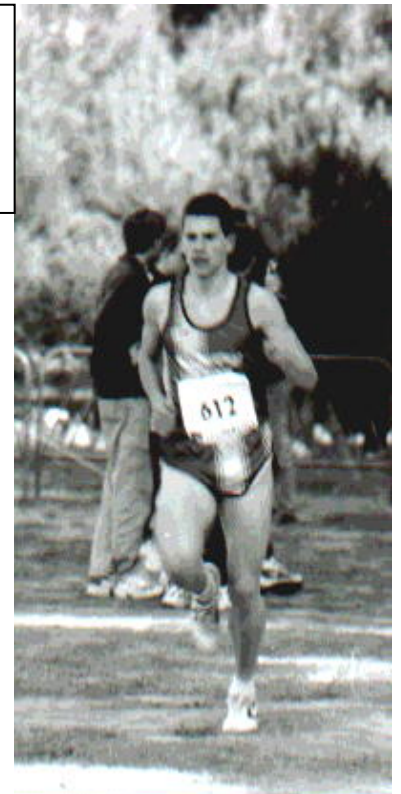


Beatriz Beltrán, flamante campeona autonómica de Marcha en ruta, clasificada para el Campeonato de España de Marcha de Torreveja.



Alicia Arroyo, Mínima para el Cto. de España Juvenil en 400 m.l. La cita será en Zaragoza, el 7 de Mayo.

Raúl Rodríguez ganó el Campeonato Auton. Juvenil de 800 m.l., e hizo Mínima para el Campeonato Nacional Juvenil.



ESCUELAS
MUNICIPALES

PONENCIA DE DEPORTES



M.I. AJUNTAMENT DE BURJASSOT

Patrocina el presente Boletín

AÑO 1.999
ENERO-FEBRERO
NUMERO 5/6

DIRECTOR

Eduardo L.Gómez

**CONSEJO DE
REDACCION**

Eduardo L. Gómez
José Antonio Galietero
Adrián Soler
Salvador Martínez

FOTOGRAFIAS

Eduardo L. Gómez

**MAQUETACION Y
DISEÑO**

José Antonio Galietero

PATROCINIO

Ponencia Deportes
M.I.Ajuntament Burjassot

Deportes Lloret

Bar Restaurante Paseo

Orero Sport

SUMARIO

Ranking Auton. Cadete
Ranking Nacional 97/98
Tesorería
Cumpleaños
Resultados competiciones
Breves
Mundial de Sevilla
Material del Club
Els Sitges is diferent
Dimes y diretes
Encuesta de los atletas
La mascota del Club
Carta abierta de Salvador
¿Decepciones?
La pagina del socio
Las frases del mes
Historia de la carrera a pie
Calendario Febrero/Marzo
Ultima Hora
Por alusiones

EDITORIAL

Este nuevo número de la revista, que en esta ocasión la vamos a dedicar a los meses de Enero y Febrero empieza a ser una realidad: incluye los resultados de muchas competiciones, lleva su habitual sección de calendario, tesorería, historia de la carrera a pié, informaciones varias y sobretudo las aportaciones de los socios, tanto en dibujos como en textos, dando de esta manera pie ha que sea una verdadera revista de opinión donde cada uno es libre de expresar (con el debido respeto) sus opiniones. La calidad del presente boletín es superior a los anteriores y además tenemos que recortar las informaciones porque si no debería de tener al menos 40 Paginas (ya vamos por veinte, y empezamos con cuatro). Ya informábamos en el número anterior que contábamos de nuevo con la presencia de **Salvador**, una vez llegado de Bosnia-Herzegovina, ya se ha incorporado a la Junta Directiva del Club, incluso nos dedica un artículo. Ya tenemos los chandall's a punto (vais a alucinar), hemos hecho el esfuerzo de conseguir bolsas y camisetas a un precio muy competitivo, y ya sólo falta que se aprueben los baremos de premios por actuaciones durante la temporada (aunque algunos se adelanten pidiendo la luna, pero por si a alguien le quedaba algún género de duda sobre si pertenecía a un Club de alto nivel o a una asociación de vecinos, hay va un avance de los premios a los atletas que consiguen mínima de participación en el Campeonato de España, representando al Club: Camiseta de calentamiento, Chandall y Bolsa de viaje), y sobretudo ya tenemos las primera atletas clasificadas con marca de la presente temporada para los Campeonatos de España de Marcha en ruta (**Beatriz Beltrán**), y Juvenil de Pista Cubierta (**Alicia Arroyo y Raúl Rodríguez**). El único lunar en estos dos meses ha sido la no clasificación del equipo de Cross en ninguna categoría para el Campeonato de España de Cross. Esta posiblemente será la Gran decepción de la temporada, puesto que en ello teníamos puestas nuestras esperanzas para poder entrar en la Asamblea de la Federación Española de Atletismo. Salvando las distancias al menos para mí es una gran satisfacción comprobar que pasito a pasito vamos avanzando en la dirección adecuada para consolidarnos como un Club de élite de la Comunidad Valenciana. Sólo me queda animar a todos de nuevo a que sigáis apostando por este proyecto, con renovadas ilusiones cada mes, cada día y cada hora de vuestra vida.

Buenas marcas



Las frases del mes:

LAS SERIES:

Inundadas por el ácido láctico,
Las piernas pesadas y torpes,
Se niegan a continuar con semejante
martirio;

Sólo la voluntad de seguir,
Se opondrá al dolor sin límites,
Al restallante resuello de unos
pulmones incapaces de absorber el
oxígeno que nos pide desesperadamente
el organismo:

Es el preámbulo de la asfixia.
Y al final, la cima, la cumbre, el final;
Que coronas entre maldiciones y
juramentos de nunca más volver...

El éxtasis del corredor de fondo
se siente en esos periodos de ritmo y gracia,
que se consiguen en los llanos;
La agonía de este deporte
Se sufre en la tortura que supone
Competir en carreras dónde no se dan las
mejores condiciones climáticas y físicas...

Historia de la carrera pedestre: (continuación)

La sofocación vendrá por sí sola, en las mejores condiciones para el organismo; mas no deberá prolongarse el ejercicio anteriormente descrito a distancia superior a 500 metros. ¿Esto os parecerá, sin duda, poco? Pues bien: haced la prueba y me diréis vuestra opinión... quizá antes de los 500 metros



Muchos pedestristas experimentan una gran desilusión de resultados del trabajo de las contracciones musculares. Resulta elemental para ellos el saber que el trabajo fuerte del entrenamiento estriba en la asimilación de los músculos que aspiran y expelen. Al cabo de algún tiempo, su caja torácica se acostumbrará a estas violencias y obedecerá en lo sucesivo mas fácilmente a la voluntad del corredor. Corazón y pulmones llegarán a reglamentarse y serán aptos al buen funcionamiento de la respiración.

En la carrera de fondo, el esfuerzo, a pesar de ser menos violento que en una carrera de velocidad, no es por ello menos difícil de reglamentar, y sólo el entrenamiento bien entendido y regular evitará los accidentes, tales como lesiones musculares, atontamientos, sofocaciones, etc.

Acordaos de que si por causa independiente de vuestra voluntad fueseis atacados de un gran malestar, os sería inmediatamente necesario echaros boca arriba y no sentaros; si os acompañase algún camarada, deberá cogeros los brazos y hacerlos accionar hasta el momento en que recobréis la respiración habitual.

Más no temáis, jóvenes corredores que leáis estas líneas, pues este caso es muy raro y solamente por estimular el remedio he hablado del accidente. Os deseo que no tengáis nunca necesidad de emplearle, y os repito, una vez más que sólo el entrenamiento os dará, al mismo tiempo que la potencia muscular, la aptitud respiratoria indispensable para afrontar las competencias.

RESULTADOS DE COMPETICIONES

Cto. Autonómico Promesa de Pista Cubierta: (Luís Puig, 9 de Enero)

David Delgado 3º en 3.000 m.l. 9.07.80

Cross de Valencia: (Río Turia, 10 de Enero)

Se celebró la 2ª edición de este Cross, organizado por el Valencia Terra i Mar, al cual acudió un reducido número de atletas del Club que brillaron por sus excelentes resultados.

Rosana Javaloyes	6ª Infantil
Esther Méndez	7ª Infantil
Cesar Chavarría (hijo)	3º Cadete
David Ferrer	5º Cadete
Salvador Martínez	8º Cadete
Beatriz Beltrán	8ª Cadete
Miguel Angel Martínez	6º Juvenil
Vicente Carlos García	34º Senior (había hasta etíopes)

Cto. Autonómico de Pruebas Combinadas: (Luís Puig, 10 de Enero)

Excelente el comportamiento de la Atleta "Carabasota", que debutó en la durísima prueba del Pentatlón (60 m.v. – Altura – Peso – Longitud – 800 m.l.), siendo la primera clasificada de su categoría:



César Chavarría, está realizando una buena temporada



Campeonato Autonómico de Clubes de Pista Cubierta: (Luís Puig, 16 de Enero)

- * 7º en Hombres (de 11 clubes)
- * Descalificados en mujeres.
- A destacar los siguientes resultados:

María Villalba (60 m.v.)	1ª	10.42
Alicia Arroyo (400 m.l.)	1ª	1.02.33
Paula Delgado (1.500 m.l.)	2ª	5.36.62
Estefanía Pastor (longitud)	2ª	4.46 m.
4 X 200 m.l. equipo femenino (Paula-María-Marisa-Alicia)	3ª	1.54.47
4 X 200 m.l. equipo masculino (Angel-Raul-Rubén-Tino)	3º	1.38.63



Cross de Silla: (Silla, 17 de Enero)

Hasta la fecha todavía no nos han llegado los resultados de esta prueba, ya os contaremos.

Campeonato Autonómico Absoluto: (Luís Puig, 23 de Enero de 1.999)

Hay que destacar sobretodo que en un Campeonato de esta categoría Senior, lo verdaderamente importante era estar, puesto que todos nuestros atletas eran de categorías inferiores (Promesa, Juvenil y Cadete), importante el papel desempeñado por la representación femenina del Club, a la cabeza de la cual hay que poner a **Alicia Arroyo**, que en un derroche de fuerza y voluntad está consiguiendo llegar a un nivel que hace dos años que debería de haber conseguido. Enhorabuena.

David Delgado	7/ sf	3.000 m.l	(9.10.57)
Jessica Marín	8/sf	60 m.l.	(8.84)
Marisa Fernández	1/sf	60 m.l.	(8.42)
		6ª final B	(8.51)
	3/sf	200 m.l.	(27.76)
		5ª final B	(28.08)
Alicia Arroyo	3/sf	200 m.l.	(27.34)
		6ª final A	(27.53)
	4/sf	400 m.l.	(1.02.76)



Raquel, Anabel, Aina y Jessica han ganado por equipos varias veces



Marisa Fernández, en la salida de la final de 200 m.l. del Cto.Aut.Absoluto

Campeonato Autonómico de Marcha en ruta: (Alaquás, 24 de Enero)

Día grande par el Club de Atletismo, Primero los más pequeños, que debutaron en la especialidad destacando a **JuanJosé Garrido**, que se quedó el tercero de toda la comunidad en la prueba Alevín, pero es que **José Carlos Fernández**, también Alevín, quedó en cuarta posición. Creo que el futuro que les espera en esta prueba es esperanzador. , Destacar a **Federico Martínez** del C.P.Padre Manjón, que quedo también en 2ª posición Benjamín, **Raquel Garrido** en la prueba Benjamín Femenina quedó en 4ª posición pegadita a la tercera. La próxima la ganará...



Juanjo Garrido, será excelente

MIRA QUE MENEITO LLEVAN.



Yela y David; Temblad elite nacional...



Tras las categorías inferiores se dio la salida ha la categoría Cadete Femenina, donde teníamos puestas muchas esperanzas con la nueva atleta del Club, **Beatriz Beltrán Guillém**, puesto que en su primer año en el Club, ya apunta buenas maneras en los entrenamientos y en la mentalidad de campeona.

Que conste que yo esperaba más de ella, pero posiblemente al ser su primer Campeonato donde realmente se jugaba algo importante (Clasificarse para el Campeonato de España de Marcha en Ruta), salió más pendiente de ganar que de lo realmente importante que era ganar y además pulverizar el cronómetro. Los entrenamientos previos a esta competición presagiaban que no iba a tener problemas para ganar, pero a su vez hacían presentir una marca en torno a los veintiocho minutos; finalmente el Cronometro marcó 28.41, pero lo más importante se consiguió, **SE HA CLASIFICADO PARA DISPUTAR EL CAMPEONATO DE ESPAÑA DE MARCHA EN RUTA, A CELEBRARSE EN TORREVIEJA (ALICANTE) EL PROXIMO 21 DE MARZO. ¡¡¡ ENHORABUENA!!!**

En la categoría Cadete Masculina, destacar la participación de **Nacho. David. Boro v José Yela**. sí. sí. el lanzador.



Beatriz Beltrán, es la nueva campeona Autonómica 98/99

RECORTE APARECIDO EN EL DIARIO LEVANTE

o de competi-
osas normas

sullinó, el ga-
spo Martín, del
o Terra i Mar,
fe 1 hora, 29
undos, tras re-
cia de 20 kiló-
r femenino, la
a Cristina Pé-
Atletismo Pla-
, con un tiem-
s y 24 segun-
tancia recorri-

Club de Atletismo Inmaculada de Torrevieja, mientras que en femenino Beatriz Ferrando, del Baix Maestrat, se hizo con el primer puesto de la clasificación. En cadetes, el masculino lo ganó Higinio Alavés, del Tossal de Alicante. Y la corredora local, que entrena en el Sitges de Burjassot, Beatriz Beltrán, consiguió el primer puesto del cadete femenino, mientras su hermana Saray quedaba quinta en esta misma categoría.

Por lo que respecta a las ca-

qui
Ma
del
d'A
car
tod
se
her
ren
por
ten
mo
chu
mu-
na

RAYOS Y CENTELLAS
ESTO ES CHINO



Cross Internacional de Castellón: (Grao de Castellón - Pinar, 31 de Enero de 1.999)

Por encima de la clasificación por equipos, es de ley reconocer la progresión en los entrenamientos y en las competiciones de David Delgado, que mercedamente consiguió la tercera posición del Campeonato Autonómico Promesa de Cross, siendo además el primero de los "Seniors", sin serlo de hecho, Los resultados más destacables fueron:

- 8ª Jessica Molina (Benjamín Femenina)
- 14ª Marina Martínez (Alevín Femenina)
- 16ª Esther Méndez (Infantil Femenina)
- 13º Boro Martínez (Cadete Masculino)
- 11º Mª Amparo Martín (Cadete Femenina)
- 14º Raúl Rodríguez (Juvenil Masculino)
- 13ª Beatriz López (Juvenil Femenina)
- 16ª Alicia Arroyo (Juvenil Femenina)
- 3º David Delgado (Promesa Masculino)

- 3º equipo Juvenil Femenino (Clasificaban 2)
- 4º equipo Juvenil Masculino (Clasificaban 2)
- 7º equipo Senior Masculino (Clasificaban 4)



Salvador Martínez, nuestro mejor cadete.



David Delgado, en una excelente temporada de Cross.



Beatriz López, refuerzo de San Antonio para el equipo femenino.

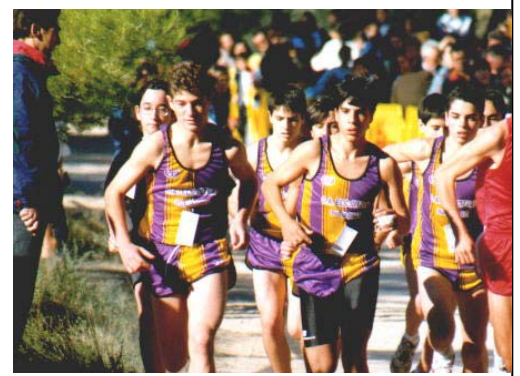
Campeonato Provincial de cross escolar: Lago de Anna, 6 de Febrero.

Esta competición que dará acceso al Campeonato autonómico de cross escolar, fue un paseo para algunos de nuestros atletas. la clasificación por equipos fue la siguiente:

- Equipo Benjamín** 3º
Equipo Alevín Masculino 1º
 Vte.Candelas-Angel Méndez-Javi Chavarría-J.Carlos Pérez
Equipo Infantil Femenino 5º
 Rosana Javaloyes-Esther Méndez-Leticia García
Equipo Cadete Masculino 1º
 Boro Mtez-David Ferrer-Cesar Chavarría-Nacho Esparcia

A nivel individual destacar los siguientes atletas:

- Carlos Villaplana 4º Benjamín
 Vicente Candelas 8º Alevín Masculino
 Salvador Martínez 7º Cadete Masculino
 David Ferrer 8º Cadete Masculino
 Paula Delgado 3ª Cadete Femenino



Equipo Cadete, lo ganan



Carlos Villaplana, saliéndose nuevamente en los crosses de la temporada



A QUE NO ME PILLAS PECADOR DE LA PRADERA.



Cesar Chavarría
 corriendo en el Cross de Castellon.

Maratón Popular de Valencia: (Valencia, 7 de Febrero)

- | | |
|--------------------|-----------|
| Alfonso Arroyo | 3h.07'49" |
| Cesar Chavarría | 3h.10'31" |
| José Tomás Garrido | 3h.16'32" |
| Juan Carlos Mena | 3h.47'53" |

Excelente día para disputar el Marathón, lástima de las gripes y lesiones...

Campeonato Autonómico Cadete de Pista Cubierta: Luís Puig, 13 de febrero

Participaron muchos de nuestros atletas, siendo además una competición organizada por nosotros, muchos de ellos mejoraron sus marcas, y otros los más destacados entraron en puestos de finalistas (8 mejores):

- | | | |
|---------------------|------------------|----------|
| Joan Ferrandis | 5º en S.longitud | 5.50 m. |
| Salvador Martínez | 6º en 1.000 m.l. | 3.01.06 |
| David Ferrer | 8º en 1.000 m.l. | 3.05.72 |
| Cesar Chavarría | 7º en 3.000 m.l. | 10.19.67 |
| José Francisco Yela | 7º en Lanz.Peso | 10.60 m. |

Destacar a las medallistas del Club:

- Beatriz Beltrán Campeona Autonómica en 3 Km.Marcha 16.15.58
 Marisa Fernández Sub-campeona Autonómica en 300 m.l. 43.93
 Mª Amparo Martín 3ª Autonómica en 3.000 m.l. 12.11.83



Amparo Martín, en vez de atleta, parece una modelo.

CLUB D' ATLETISME ELS SITGES

Campeonato Autonómico Juvenil de Pista Cubierta: Luís Puig, 13 de Febrero de 1.999

En este campeonato, que se celebró conjuntamente con el Campeonato de Jubilados (perdón, de veteranos...) destacó por encima de todos Raúl Rodríguez, que consiguió la mínima para participar en el Campeonato de España Juvenil de Pista Cubierta al vencer en la prueba de 800 m.l. El resto de resultados dignos de destacar fueron los siguientes:

Raúl Rodríguez	Campeón Aut. en 800 m.l.	(2.00.66)
Rubén Soler	Sub-campeón Aut. en 400 m.l.	(53.19)
Julián Lluís Badenes	Sub-campeón Aut. 1.500 m.l.	(4.17.79)
Alicia Arroyo	Tercera en 60 m.l.	(8.48)



Alicia Arroyo, debutará por fin en la alta competición en Zaragoza el 6 y 7 de Marzo. SUERTE . . .

Breves:

*El Club organizará el Torneo internacional de la amistad, el 7, 8 y 9 de Mayo donde participarán todas las atletas féminas de las escuelas hasta la categoría Junior; participarán colegios de Madrid, Barcelona, Irlanda, Italia, posiblemente de EE.UU., las Escuelas Deportivas Municipales y el colegio Cumbres, necesitamos voluntarios para colaborar en la organización de esta prueba. Decírselo a Eduardo.

*El resultado del primer sorteo de la revista Atletismo Español de Enero recayó en Alicia Arroyo; enhorabuena. Ya veremos quién es el próximo agraciado.

*Estamos preparando para final de temporada una visita al Hemisferic, ir diciéndoselo a Toni.

*El Presi Eduardo estuvo en Sevilla los pasados 16 y 17 de Enero, con motivo de la Asamblea General de la R.F.E.A., donde entre otras cosas se aprobó el presupuesto y calendario de la temporada, estando también presente en la Cena de la II Gala del Atletismo Español, donde el Valencia C.A. salió premiado como mejor Club femenino y la Diputación de Valencia como Institución que más apoyó el Atletismo Nacional, También salió nominados como mejores atletas Marta Domínguez y Reyes Estevez. Fue una gozada.

*Igualmente, Eduardo ha sido aceptado como alumno del Master Universitario de Alto Rendimiento Deportivo, organizado por el Comité Olímpico Español, que este año le va a hacer viajar a la capital del Reino más de lo esperado.

¿QUIERES IR AL MUNDIAL DE SEVILLA?

Las fechas del mundial de Sevilla son del 20 al 29 de Agosto de este año, creo que es una ocasión que no hay que perderse, aquí os reflejamos diferentes precios y ofertas hoteleras; aunque sólo sea entradas sueltas de un día es interesante realizar el pedido conjunto.

- Alojamiento en hotel de 2 * o 3 *, dependiendo de los días de alojamiento:
- 5 Noches habitación doble, sólo desayuno y abono para todo el mundial en Tribuna Alta 35.000 Pts.
- 10 noches habitación doble, sólo desayuno y abono para todo el mundial en Tribuna Alta 66.000 Pts.
- Precio de entradas sueltas desde las 8.500 Pts. a las 1.000 Pts.
- Precio de los abonos desde las 62.000 Pts. A 5.000 Pts.



CAMPEONATO DEL MUNDO DE ATLETISMO
SEVILLA 20-29 AGOSTO 1999

PRECIOS DE MATERIAL DEL CLUB

PRODUCTO	PRECIO SOCIOS	PRECIO NO SOCIOS
BRAGA	1.300 Pts	1.600 Pts
TOP	1.500 Pts	1.900 Pts
MALLAS	1.500 Pts	1.900 Pts
PANTALON	1.600 Pts	2.000 Pts
CAMISETA	2.500 Pts	3.100 Pts
SUDADERA	2.000 Pts	2.500 Pts
CHANDALL (talla 18)	7.000 Pts	7.500 Pts
CHANDALL (S-M-G-SG)	7.500 Pts	8.500 Pts
BOLSA	2.500 Pts	3.100 Pts

ELS SITGES IS DIFFERENT

Desde luego estamos en un club muy peculiar, y eso si se puede llamar así; pues los lunes ni entrenador ni atletas, con lo que entrenan cuatro gatos. Los martes eso parece un confesionario donde todos rezan para que la carpeta de Edu no esté muy llena con las series. Y así todos los días.

Pero dejando aparte esos extraños momentos se suele entrenar bárbaramente hasta quedar sin aliento y llegar a acordarse de familiares del Mister o a simular graves dolores que en realidad solo se sienten en el alma; Pero que todo sea por nuestro bien.

Como dicen por ahí ya se respira al club de antes, pero la verdad es que huele más el estiércol de la curva de la pista que te hace subir el ritmo y hace parecer que últimamente estás calentando mejor.

Para seguir con las instalaciones diremos que la iluminación brilla por su ausencia cuando no hay fútbol, allá por las diez. Claro, que esas no son horas de entrenar.

Pero dejemos aparte los problemas políticos, según el concejal de deporte están haciendo un gran esfuerzo, que lo importante son los méritos deportivos, y en eso los "namber guan", y si no os lo creéis os daré algunas razones:

Somos el primer club que pone a un lanzador de peso, José Hiela (alias "Osito de Peluche"), a competir en marcha o un fondista en 60 m. v.

Cuando tenemos competición salen atletas hasta de debajo de las piedras, aunque después no hagamos nada.

Pero para mejorar en algunas pruebas, nada mejor que no entrenarlas (llámese jabalina, pértiga...), para luego llegar a las competiciones y descubrir que la jabalina tiene dos extremos o que en la batida de Salto de longitud hay plastelina que no se puede pisar y así motivarte.

También utilizamos técnicas como los cascabeles para desconcentrar a los rivales o las últimas tecnologías en telefonía móvil para que Marisa pregunte a Casanova las últimas estrategias del Caixa.

De todas formas, como todo el mundo sabe, un club lo forman principalmente los atletas, y en general los nuestros son la "creme de la creme", teniendo reliquias como Galietero o un tal Manolo que aparece por allí de vez en cuando.

Pero lo que hace soñar es el futuro y parece prometedor; con gente que está cerca de la mínima o la tiene (aunque no reciba ningún regalo como en otros clubes).

Ese futuro muestra atletas que se llevan bien a pesar de sus diferencias (la afición de Julián es imperdonable) y que entrena en serio con el apoyo de sus compañeros.

Y parece que conseguiremos llegar a ser un gran club por lo ya mencionado y porque tenemos un entrenador que está a gran altura y se echa flores por haber hecho internacional a Eva Morcillo.

Y eso es to-to-todo amigos.

Por un nuevo, Joven y Bárbaro club:

Anónimo.

P. D. ¿Creías que iba a poner el nombre con la cantidad de gente con la que me he faltado?
Si quieres saberlo tendrás que averiguarlo.



¿QUÉ SIGNIFICA LA PALABRA RANKING?,

Creo que después de haber sacado en varias ocasiones la dichosa palabreja, en esta revista podríamos explicar su significado, para que todo el mundo sepa distinguir un Ranking del Club, otro autonómico, otro Nacional, etc...

El Ranking, es un informe detallado de resultados ordenados normalmente de mejor a peor marca; de esta manera, si hablamos de **Ranking por marcas** nos referiremos a las mejores marcas, repita o no el atleta en esta prueba (Ranking por marcas), si por lo contrario hablamos de **Ranking por atletas** estaremos refiriéndonos a la mejor marca de cada atleta.

Por otra parte el **Ranking del Club**, es la relación de mejores marcas de todos los atletas del Club (normalmente se hace como Ranking de marcas); el **Ranking Autonómico** será pues la relación de mejores atletas de la Comunidad Valenciana (normalmente se cierra con los sesenta mejores atletas), y por último el **Ranking Nacional** será por supuesto el referido a los mejores atletas de España, que normalmente se cierra con 100 atletas en la categoría Senior, 50 en el resto de categorías y 25 en Cadete y 15/20 en Infantiles.

PUESTOS EN EL RANKING AUTONOMICO TEMPORADA 97/98

Los atletas del club (incluyendo los nuevos fichajes) de categoría Cadete o Infantil que han entrado entre los 35 primeros de toda la comunidad en sus respectivas pruebas, y por lo tanto que han entrado en el Ranking autonómico de la pasada temporada fueron los siguientes:

CATEGORIA CADETE FEMENINO

PRUEBA	ATLETA	MARCA	PUESTO
100 m.l.	Alicia Arroyo	13.11 (+1.7)	5 ^a
	Marisa Fernández	13.5 (+0.6)	15 ^a
	Estefanía Pastor	13.81 (+0.6)	18 ^a
	Cristina Palanca	14.43 (+1.3)	30 ^a
300 m.l.	Marisa Fernández	44.3	9 ^a
	Alicia Arroyo	44.73	12 ^a
	Estefanía Pastor	48.3	28 ^a
600 m.l.	Marisa Fernández	1.43.97	9 ^a
60 m.v.	Cristina Palanca	10.6 (+0.3)	12 ^a
	Marisa Fernández	10.7 (+0.3)	14 ^a
	Estefanía Pastor	11.1 (+0.3)	16 ^a
100 m.v.	Marisa Fernández	17.20 (+1.7)	7 ^a
	Estefanía Pastor	18.6 (-1.4)	16 ^a
	Laura González	20.12 (+1.7)	28 ^a
300 m.v.	Alicia Arroyo	52.00	8 ^a
	Cristina Palanca	56.18	13 ^a
Altura	Marisa Fernández	1.21	26 ^a Ex
	Estefanía Pastor	1.15	33 ^a Ex
S. Longitud	Estefanía Pastor	4.65 (-0.2)	15 ^a
Triple Salto	Estefanía Pastor	9.20 (+1.4)	18 ^a
Lanz.Peso	Irene Verón	8.30	21 ^a
	Laura González	7.23	31 ^a
Lanz. Disco	Irene Verón	21.35	9 ^a
	Begoña San Pedro	19.13	13 ^a
Lanz. Jabalina	Laura González	19.33	21 ^a
	Marisa Fernández	18.81	23 ^a
	Irene Verón	17.84	28 ^a
Lanz.Martillo	Marisa Fernández	17.97	8 ^a
Exathlón	Marisa Fernández	2.382 Ptos.	13 ^a
	Laura González	1.347 Ptos.	25 ^a
4 X 100 m.l.	Glez-Cris-Marisa-Alicia.	53.9	6 ^a



CLUB D' ATLETISME ELS SITGES
CATEGORIA CADETE MASCULINO

PRUEBA	ATLETA	MARCA	PUESTO
100 m.l.	Rubén Soler	12.23	25º
300 m.l.	Rubén Soler	36.9	2º
	Raúl Rodríguez	38.25	10º
	Miguel A. Martínez	38.7	12ºEx
	Angel Martínez	38.8	14º Ex
	Francisco Marco	38.8	14º Ex
	Julián Ll. Badenes	39.83	23º
600 m.l.	Julián Ll. Badenes	1.25.36	4º
	Miguel A. Martínez	1.29.55	14º
	Raúl Rodríguez	1.30.14	17º
	Angel Martínez	1.32.92	22º
1.000 m.l.	Julián Lluís Badenes	2.37.77	3º
	Raúl Rodríguez	2.51.3	30º
3.000 m.l.	Julián Lluís Badenes	9.25.1	6º
	Raúl Rodríguez	9.46.6	17ºEx
110 m.v.	Angel Martínez	17.59	6º
	Rubén Soler	18.40	9º
	Miguel A. Martínez	19.43	15º
	Raúl Rodríguez	20.07	19ºEx
300 m.v.	Rubén Soler	40.34	1º
	Raúl Rodríguez	42.12	6º
	Angel Martínez	43.3	8º
	Miguel A. Martínez	43.7	10º
	Francisco Marco	45.84	21º
	Andrés Montagut	55.0	34º
1.500 m.obs.	Julián Ll. Badenes	4.31.20	4º
	Raúl Rodríguez	4.50.73	14º
5 Km. Marcha	Juan Ramón Ruiz	35.00.07	9º
Altura	Francisco Marco Pascual	1.64	19º
Pértiga	Raúl Rodríguez	2.60	10ºEx
	Rubén Soler	2.50	13ºEx
	David Ferrer	1.70	31ºEx
	Jesús Abraham	1.70	31ºEx
	Miguel A. Martínez	1.70	31ºEx
	Andrés Montagut	1.70	31ºEx
Triple	Joan Ferrandis	10.45	19º
Lanz. Peso	Rubén Soler	10.60	11º
	Francisco Marco	9.56	22ºEx
	José Fco.Yela	9.20	25º
	Raúl Rodríguez	8.84	29º
Lanz. Disco	Rubén Soler	31.44	8º
	José Fco.Yela	26.22	15º
	Raúl Rodríguez	23.26	26º
Lanz. Jabalina	Rubén Soler	46.43	1º
	Raúl Rodríguez	29.82	22º
Octatlón	Rubén Soler	3.747 Ptos.	6º
	Angel Martínez	2.698 Ptos.	19º
	Raúl Rodríguez	2.543 Ptos.	22º
	Miguel A. Martínez	2.255 Ptos.	31º
4 X 100 m.l.	Joan-Angel-Fco-Rubén	48.34	9º
	Rubio-Jesús-Joan-Angel	50.6	13º
	David-Andrés-Fco-Soler	51.8	14º
4 X 300 m.l.	Fco-M.A.-Julián-Rubén	2.32.5	2º



CLUB D' ATLETISME ELS SITGES

PUESTOS EN EL RANKING NACIONAL 97/98 DE AIRE LIBRE

ATLETA	PRUEBA	MARCA	ABSOLUTO	JUNIOR	CADETE	INFANTIL
Senior Mascul.	4 X 400 m.l.	3.33.26	67º			
Club Masculino	Clas.Clubs		219º			
Club Femenino	Clas.Clubs		231ª			
María Villalba	400 m.v.	1.07.42	77ª	26ª		
Cadete Mascul.	4 X 300 m.l.	2.32.5			2º	
Rubén Soler	300 m.v.	40.34			9º	
Julián Ll. B.	1.500 m.obs.	4.31.20			20º	
Jesús Valencia	200 m.v.	29.5				6º
Tamara Molina	L. Jabalina	30.45				8ª
Beatriz Beltrán	3 Km.M.P. 3 Km.M.R.	16.56.7 17.18			11ª	13ª 8ª



TESORERIA:

-Gracias al esfuerzo de todos estamos consiguiendo que todo vaya por buenos cauces y que por ahora no tengamos ningún problema de tipo monetario. Todo el mundo ya tiene su equipaje y el que no tenga, ya tarda en adquirirlo.

-Como ya os habréis enterado hay dos formas de pago para el Chandall. La segunda es a través de la venta de Lotería. El motivo de que lo vuelva a decir es porque daría mucha rabia que tocara el gordo en el número que lleva el Club y el resto de mortales no tuviera ni una sola papeleta. Por lo tanto si queréis alguna papeleta de lotería se lo tenéis que decir a Eduardo o a Toni para así abonaros a todos los sorteos, aunque sea 500 Pts.

CUMPLEN AÑOS ESTE MES:

Jessica Molina García (9), Cristina Sinisterra Peris (10), Victoria Beamud Villanueva (10), Javi García Rodríguez (10), Federico Martínez Sánchez (10), Antonio Estellés Escriba (12), Andrea Cifuentes Albero (13), Susana Molina García (14), Juanjo Pastor Fornés (15), José Ramón Granado Vicedo (17), José Andrés Moreno (30), Francisco Subiela Asensio (31) y Salvador Valls Zapata (38).

Desde estas páginas, para todos ellos nuestra más sincera felicitación y que cumpláis muchos más.

CUMPLEAÑOS FELIZ, CUMPLEAÑOS FELIZ OS DESEAMOS TODOS... ¡LECHE QUE VIENEN LOS BOMBEROS!



CAFETERIA
RESTAURANTE

PASEO

Paseo Concepción Arenal, 8
Telf. 96 390 25 14

46100 BURJASSOT
(Valencia)

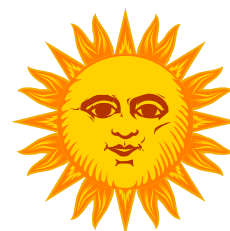
COTILLEOS:

- Alicia tiene novio...
- Pili quiere saber de que material no biodegradable están hechos los equipajes.
- Rubén esta siendo objetivado por sus propios compañeros.
- Toni busca: Mujer Multiraza Soltera. Promete sólo cariño.
- Jesús Abraham de mayor será diseñador de moda, siempre que no pidan mínimas...
- Andrés se ha pasado a la marcha para comer kikos.
- Salvador en Bosnia no pegó ni un tiro. . . con la escopeta.
- Las hermanas de Yela no están solteras, Buitres...
- ¿Quizás Rubén se crea el BOSS?
- Ya hemos ido a **Quien sabe donde** para preguntarles por Mila Calabuig.
- Aviso a Valentín Massana: Te ha salido un duro competidor, José Fco Yela Mateo.
- Por la pista además de locos y autistas se han empezado a ver avispa gigantes...
- Toni y Juan Diego se han puesto a entrenar para asustar a los cómodos de este Club.
- A Amparo Martín le gusta que la llamen Mariadelosdesamparados, o amparigües, porque lo ve más cariñoso; y ella es más mmmimmossita...
- Yela, al ver que siempre juntan a Jun/Juv/Vet, ha decidido llamarles Junior, Juveniles y Jubilados...
- A Jessica se le cortan los labios porque dice que hace mucho que no los usa...



SE BUSCA:

- La ultima vez que fue vista fue por las playas de Canet, Algunos dicen que puede haber sido raptada por alguna secta de origen hippie que le ha cautivado de tal manera que ha olvidado todo su pasado.
- Si sabéis algo de ella comunicárnoslo, y decirle que los pocos que nos acordamos de ella todavía la queremos.



ENCUESTA:

- Los resultados de la famosa encuesta no se han hecho de esperar y ahí van algunos de los resultados, o mejor dicho, unos pequeños consejos para algunos de nuestros compañeros:
- * Los más **simpáticos** del club han sido por mayoría casi absoluta José Fco Yela y Marisa Fernández. Será porque lo son. . .
- * Lo de los mas **limones** esta muy repartido pero observo que aquí hay pequeñas rencillas entre la mayoría de nosotros. Están Cesar Chav.Junior, María Tatay, Rubén Soler, Adrián Soler y Nacho Esparcía. Para todos ellos mi consejo de que alegren esa cara Baby`s.
- * En los **guapitos** de cara también tenemos nuestras predilecciones. Los agraciados son: Marisa Fernández, Yela, Cristina Palanca, Cesar Chav.Jun(se voto a sí mismo), Yo, (lo sé), Juanmi López, Vicente García, Alicia Arroyo y David Delgado.
- * Los que necesitan una **cirugía** o tan solo una **sonrisa** son: Rubén, Nacho, Victor, Cesar Junior y Toni, y Toni veis esto es que me tienen manía porque con el sexapil que tengo yo.
- * En lo del **capón** hay mayoría absoluta y no uno sino tres y el agraciado es: Raúl Rodríguez, por méritos propios.
- * Los más **quejicas** de este nuestro club son: Marisa, Carla y María Tatay, Andresito, Raúl Rod. , Juan Carlos Chica y Nacho Esparcía por su famosa frase " Por favor, bajar el ritmo ". A Todos ellos animo que el próximo día tendréis series aun más jorobadas.
- * Los atletas preferido por nosotros a **nivel deportivo** son: David, Alicia, Rubén, Vicente y Julianin. A todo ellos mi enhorabuena.
- * **A nivel personal** estoy yo y unos cuantos más pero seguro que después de este boletín ya no será tan apreciado(por mis declaraciones claro esta). También están Vicente, Alicia, Adrián, Marisa y Cesar Chav.Junior que se ha vuelto a votar.
- Bueno espero que nadie se sienta ofendido por estas cosas pero de buen humano es reconocer algunas cosas eh.

La siguiente pagina esta dedicada al buen hacer de nuestros socios para realizar sus propios diseños, proyectos, dibujos y mil y una chorradas que se os ocurran.

-Ahí van las primeras:



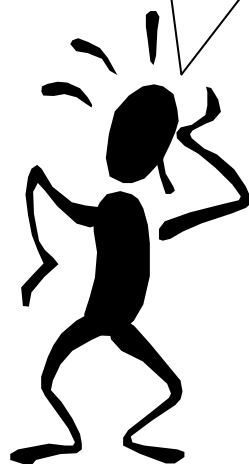
Primicia de última hora, Fermin Cacho ha fichado por el C.A.Els Sitges, gracias a las gestiones del Socio *Miquel Angel*

A ver si averiguais quién es este tío tan feo?.



Esta es la prueba de que el eslabón perdido entre el mono y el hombre existe.

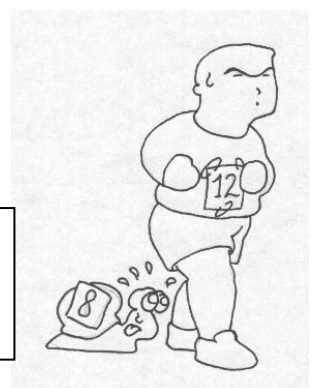
Dios mío que susto más grande, quizá prefiera hasta la muerte.



En esta foto vemos a *Cesar* corriendo sobre las cataratas de Iguazú.



Este es un dibujo realizado por alguno que lo de correr no lo lleva muy bien.



POR ALUSIONES

- El motivo de esta reflexión en voz alta ha sido la carta anónima que ha llegado a nuestra redacción y de la que no estoy de acuerdo en muchas cosas, tan solo en que en una de las curvas huele mal.

- Dado que los acontecimientos se han desarrollado de una manera un tanto peculiar vamos a empezar a definir un poco lo que es el Atletismo y lo que conlleva realizar este deporte tan maravilloso.

***ATLETISMO:** Referente a ejercicios atléticos.// Deporte atlético **individual** en el que cada uno demuestra sus habilidades corriendo, lanzando o saltando.

***ENTRENAR:** Ensayar, ejercitar, adiestrar, habitar, acostumbrar el cuerpo a determinados **esfuerzos físicos**.

***CLUB:** Sociedad de **recreo** a la que se accede libremente y sin coacciones.

***INDIVIDUAL:** Dicese de lo que se hace **para uno mismo** sin importarnos los demás.// Relativo a lo particular y propio de uno mismo.

***CONFESAR:** Relativo a **pecar**.// Declaración al confesor de los pecados que uno a cometido.

***FUTBOL:** **Deporte nacional** de la mayoría de países del mundo a la sombra del cual viven el resto de deportes.

***RELIQUIA: Residuo** que queda de un todo.// Vestigio que queda de cosas pasadas.

***COMPañERISMO: Armonía** y buena correspondencia **entre las personas** que forman un grupo.

- A mi entender muchas de estas cosas no están claras, he ahí que haya dado sus significados. A mí sería el primero que me gustaría que todo volviera a ser como antes, ya que en todos los entrenamientos además de haber armonía había competitividad, cosa que en estos momentos no hay. Recordemos que nuestro deporte es individual y si yo entreno es para mí, me importa una mierda lo que hagan los demás. Si fulanito no viene a entrenar, peor para él, yo hago esto porque me gusta y no por obligación por consiguiente no nos tenemos que preocupar si somos 4 gatos (perdón por la expresión) los que van a entrenar. O que si el entrenador habla de personas que han pasado por este club, lo hará porque ahora no hay nada mejor de que hablar Si cuando acabo el entrenamiento salgo contento conmigo mismo, me habrá servido tanto deportiva como moralmente. Antes no hacía falta que estuviera el entrenador para hacer un entrenamiento sensacional porque cada uno sabia lo que quería. Lo que más me quema es gente que incluso haciendo series se quita tiempo de las mismas.
- Me gustaría decir que todo va bien, pero tan solo el club de hoy en día se parece al de antes en que somos muchos y que el ambiente es agradable, y nada más. Tan solo le doy gracias a esta situación porque así entrenamos las reliquias, porque visto lo visto, las vedettes que tenemos ahora están asequibles con un par de entrenamientos.

- Y ya lo sabéis, a quien le pica como a mí, a comer ajos:

FIRMA PORQUE ES OBLIGACION: TONI GALIETERO.

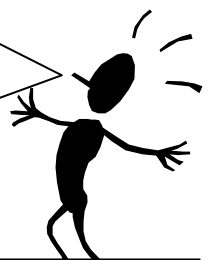


Manuel Méndez, reliquia del club dando un hachazo en el cross de Chiches.



Daniel Villar sufriendo en una competición en el Saler.

MADRE MIA,
ESTAS
DECLARACIONES
VAN A TRAER
COLA, OS LO
ASEGURO.



DEPORTES
LLLORET
PRENDAS DEPORTIVAS

Todo en primeras marcas:

ADIDAS - UMBRO - NIKE - REEBOK
PUMA - KAPPA - KELME, etc.

Zapatillas - Botas de fútbol - Equipajes - Chandals - Sudaderas
Camisetas y demás complementos

Av. Mártires de la Libertad, 11-B – Tel. (96) 390 15 12 – 46100 BURJASSOT (Valencia)



CLUB D' ATLETISME ELS SITGES

ESTA VIVO

Crecía, en verdad estaba vivo, era el octavo mes de desarrollo y todas las puertas continuaban abiertas.

Pensó que esta vez saldría bien y que conseguiría su objetivo. Cuidó de él pero conforme avanzaba descubría las imperfecciones de sus avances y tuvo que volver a empezar. Pero cada vez que rectificaba alguna parte del proceso se alejaba un poco más hasta que de nuevo enderezaba el camino.

Sus "experimentos fallidos", como los llamaban entre el reducido número de sus ayudantes, eran sometidos a pruebas que frecuentemente acababan con sus vidas por las exigencias de éstos.

La lentitud de crecimiento de sus experimentos le llevó a practicarlos sobre vagabundos en edad madura. Para esto necesitó la ayuda de una banda callejera que trabajaba a cambio de una cantidad de dinero que su acaudalada familia podía permitirse.

Pero su despacho y posibilidades tecnológicas se quedaban cortos ante sus metas propuestas.

Una gran empresa de Georgia le suministró el material necesario para avanzar enormemente en su trabajo. Bajo petición de I. G. Zeus, la empresa. Enseguida dirigió su trabajo a la mejora de las capacidades de los seres vivos, aunque nunca preguntó cuál era la finalidad que tendría en manos de I.G. Zeus.

Poco a poco se levantaba una mayor expectación conforme avanzaban los resultados y el doctor Clerbaut, no tuvo remordimientos en ver como gente rechazada por la sociedad era engañada y puesta "al servicio de la ciencia". Tal vez obsesión por crear algo de tal importancia le había hecho insensible.

A menudo bajaba por la noche al laboratorio y pensaba en lo que probaría al día siguiente, pero lentamente, con la edad se daba cuenta de lo que en verdad estaba haciendo, y veía tras las rejas como unos ojos le miraban; unos con ira, otros con terror, eran los ojos de aquellos que habían sido capturados por gente sin escrúpulos que se creía con poder para hacer los que quisiera con otros como él mismo, y con estas reflexiones sus ojos se llenaban de lágrimas que seguían brotando aún cuando cerraba la pesada puerta que aislaba el laboratorio del resto del mundo.

Los experimentos habían concebido una autentica arca de Noé donde extrañas criaturas gemían día y noche esperando el fin que les deparasen aquellos científicos que creían estar consiguiendo algo realmente "grande".

Tras largos pensamientos en los que se alejaba lentamente de sus trabajos, Clerbaut escribió una carta en la que contaba todos los hechos desde sus inicios y de cómo había actuado de una forma tan cruel que pensaba en castigarse él mismo.

Esa misma noche en la que acabó el escrito lo entregó a un viejo compañero en quien confiaba y esperaba que actuase debidamente.

Dejando sin respuesta a la atónita mirada de su mejor amigo se alejó pidiéndole que la leyera al día siguiente y se dirigió a un lugar alejado. Desde ese día no se le volvió a ver.

Se oyeron muchos comentarios sobre el tema en el grupo de trabajo del doctor, pero las investigaciones prosiguieron al mismo ritmo que antes.

Dos meses después de la desaparición, I. G. Zeus comenzó la aplicación del producto conseguido, llamado Luz Verde por su aspecto, en animales de los que pronto se abastecerían todas las tiendas del estado de Georgia.

La carne adulterada por Zeus se había apoderado de un alto porcentaje del mercado y pronto se comercializaría en todo el país, un país con más de doscientos cincuenta millones de habitantes.

Todo marchaba bien; el producto había sido aprobado cumpliendo las condiciones requeridas para su comercialización, consiguiendo una mayor cantidad de alimentos animales en un tiempo muy reducido, por lo que el precio al público era más asequible.

No obstante, se iniciaron muchas discusiones acerca de las repercusiones de este tratamiento, pero los bolsillos ajustados no se pararon a pensar en tales consecuencias.

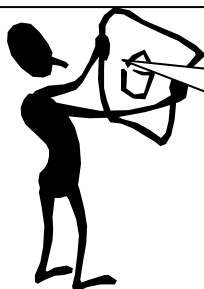
Richard era un trabajador de clase media, trabajaba cinco días a la semana, tenía un pequeño piso en los barrios bajos de los alrededores de Atlanta y ganaba lo necesario para poder disfrutar un mínimo los placeres de nuestra sociedad actual. También él se vio atraído por los nuevos productos, los consumía como cualquier buen americano, casi a diario. Aún se preguntaba si era posible que se pudiera comer una hamburguesa de ese tamaño.

Un día se encontraba frente al televisor viendo el partido de su equipo favorito, en una mano la cerveza y en la otra su sándwich con la famosa hamburguesa.

En el último cuarto del partido sintió un dolor en el estómago, pensó que podía ser el contenido de las cinco latas de cerveza que habían tiradas por el suelo, pero se acercó al hospital de todas formas.

El doctor le dijo que no sabía lo que le ocurría pero que no se preocupase.

CONTINUARA. . .



MADRE MIA, ESTO ES EL FINAL. YA DECIA YO QUE ENTRE NUESTROS SOCIOS HABIA MUCHO LOCO DE LA COLINA.

¿DECEPCIONES?

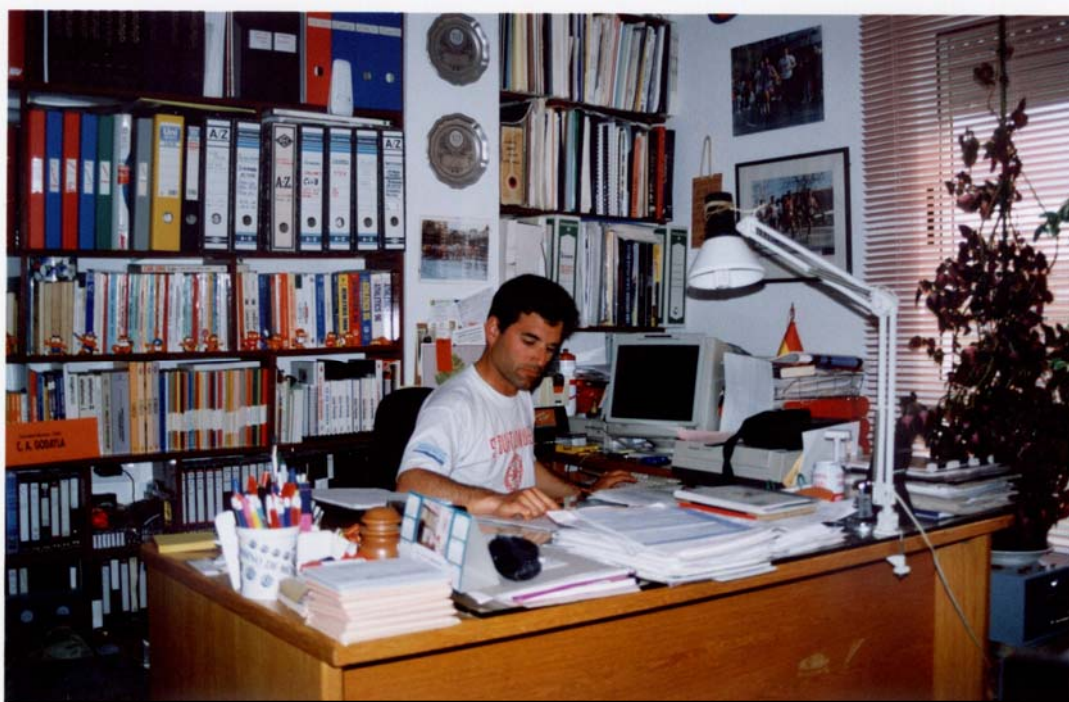
Como no todo van a ser parabienes y bienaventuranzas voy a intentar desahogarme contando algunas de las situaciones a mi modo de ver incomprensibles desde el punto de vista de dirigente de Club, y mucho menos de marathoniaco-macrofondista venido a menos por las lesiones.

Yo llevé muchos años practicando el atletismo, no de alto nivel, pero al menos he corrido 17 maratones, una macro-fondo (carrera de 165 Kms.), muchas carreras diversas (populares, medias maratones, carreras de pista, etc...). Y Yo, como todas las personas, como muchos atletas y/o entrenadores, he cometido muchísimos errores en mi vida; a nivel deportivo que es lo que interesa, empecé la casa por el tejado: Corrí mi primer maratón (42.195 m.) con 12 años, cuando en España comenzó la fiebre del Jogging, cuando no había entrenadores que nos indicaran lo que debíamos hacer, y nos limitábamos a correr siguiendo las indicaciones de los artículos que salían publicados en diarios regionales firmados por un tal Miguel Pellicer (que luego fundaría Correccaminos). Todo este cuento viene a que yo me lo he tenido que currar todo hasta los 16 años en que Javier Llorens (mi primer entrenador de verdad) me recondujo como pudo y supo, al atletismo real, el de los crosses, la Pista, etc...

Así pues;

- Yo no tuve Un Entrenador Nacional a mi disposición.
- Yo no tuve unas Pistas de material sintético a mi disposición.(Entrenaba en las de ceniza una vez al mes)
- Yo no tuve la posibilidad de aprender a saltar longitud, a hacer vallas, pértiga, marcha, Disco, Martillo...
- Yo no tuve un "Club" en el que poder participar en competiciones de equipos. (Aun estando en el Valencia).
- Yo no tuve la posibilidad de viajar a disputar campeonatos de España de Cross por equipos.

En definitiva, no tuve la suerte que muchos de los llamados "atletas" de este tiempo, están teniendo en la actualidad, sobretodo por los medios de que disponen hoy en día.



Eduardo, en plena faena, retocando aspectos técnicos de los planes de entrenamientos, en su despacho de casa. (Todo lo que hay es de Atletismo)

Lo más sangrante es escuchar comentarios de atletas que en la actualidad no hacen más que quejarse en los entrenamientos de la carga de los mismos, de su intensidad, de su duración, cuando muchos de ellos, no hace más de dos años reclamaban ese tipo de entrenamientos, porque fulanito o futanito, de tal o cual Club lo hacían así o asá. Y me vienen a mí pidiéndome explicaciones sobre porque se hacen unas series de una manera o de otra, cuando posiblemente luego no respetan ni los tiempos de Recuperación ni los tiempos de las propias series. Os podría contar muchas anécdotas como la de aquellos atletas con unas condiciones innatas increíbles que se han dejado estropear por la desidia, la dejadez, la indolencia (Batiste, Jesús Valencia, Paco Gigante, etc.), la de esos otros atletas que ganando alguna medalla en Campeonatos de España, se han creído que ya eran campeones del mundo, y han empezado a mostrar actitudes

CLUB D' ATLETISME ELS SITGES

egoístas y egocéntricas no sólo con sus propios compañeros, sino llegando incluso a dudar de su entrenador que ha sido el que siempre le ha aguantado su estado de humor, sus alegrías, sus penas, sus desamores, sus cabreos, sus impertinencias, en fin que encima tienes que dar las gracias...

Recuerdo hechos también como los numerosos atletas que me han solicitado explicaciones respecto a la elaboración de sus planes de entrenamientos, y a los cuales he atendido en mis horas libres, fuera de las Pistas, en casa de mis padres, o ahora en la mía propia, o realizando llamadas de teléfono interminables (que por cierto condujeron a que mis padres me hicieran instalarme otra línea diferente en mi habitación) sin importarme las horas (mis horas) que ocupara para tales menesteres. Para que luego esos atletas tan bien atendidos hayan decidido correr un tupido velo, desaparecer hasta la siguiente temporada, o hasta nunca, o dejar de acudir a entrenar durante un mes con cualquier vaga excusa que hace que se pierda toda la posible programación realizada.

Por otra parte están esos atletas que "fichan", o que entrenan con nosotros y luego cuando realmente son necesarios para el Club (Campeonatos de Clubes) siempre tienen cosas que hacer (hasta irse a la nieve). Es sangrante, porque gracias a algunas ausencias injustificables el equipo no se ha clasificado para el Campeonato de España de Clubes de Cross.

¿Que debo hacer? , me he preguntado durante toda mi vida de entrenador... Aguantarme con estos desmanes tan arbitrarios de estos atletas caprichosos, o quizás aguantarles una tras otra pues para eso cobro.

Os haré una reflexión respecto a "eso" de que para eso cobro; si sólo contabilizáramos las horas que ejerzo como entrenador de Club, mi horario tipo de una semana quedaría de la siguiente manera.

Lunes	. - de 11h a 13h30
Martes	.- de 20h a 22h30
Miércoles	.- de 11h a 13h30 de 20h a 22h30
Jueves	.- de 20h a 22h30
Viernes	.- de 11h a 13h30 . - de 20h a 22h30
Sábado	.- de 8h30 a 13h (alguna comp.) . - de 16h a 20h (otra comp.)
Domingo	.- de 8h a 15h (Un Cross p.ej.)

Esto contabiliza un total de 33 horas, si queréis le añadimos sólo 2 horas a la semana de programación de entrenamientos o de competiciones, haciendo un total de 35 horas semanales. Se multiplica por cuatro semanas del mes y sale la bonita cifra de 140 horas mensuales. ¿A cómo debería cobrar esas horas?, ¿Quién me paga el teléfono a fecha de hoy?, ¿Quién pone el coche para ir a las competiciones de los atletas?, ¿Quién pone el ordenador para realizar todas las programaciones de entrenamientos, y gestión de resultados?, bonito, ¿verdad?

Pues algunas veces he tenido que oír comentarios sobre si Eduardo es que nunca me ha llamado por teléfono para decirme el entrenamiento; que tu fíjate, que prefiere llevar en su coche a fulanito; he llegado a ver como otros se ponen tiempos de menos en las series, he comprobado como otros se toman más tiempo de recuperación y se quedan tan anchos, como otros que sólo están pendientes de otro compañero en lugar de intentar fijarse en sus propias limitaciones, que si el Lunes no va nadie a entrenar porque yo no estoy presente, que si patatín, que si patatán...

Otro tema muy preocupante es el de los padres; Yo he tenido que soportar padres de todo tipo, los que están todos los días en la pista para recoger a sus hijos, los que nunca van a por ellos, pero siempre los tienes a tu disposición cuando los necesitas, los que nunca he conocido, e incluso los padres-entrenadores-managers-delegados, que lo siento, pero son los que más daño causan a entrenadores, resto de atletas e incluso al Club. No hay que olvidar nunca que el sitio de los padres (con todo mi respeto), está en las gradas animando y apoyando a su/s hijo/s, y si quieren al resto de compañeros. Sólo he tenido percances con dos padres en toda mi vida de entrenador. Uno de ellos, el padre de una campeona mundial, que no supo mantenerse al margen y que la ambición particular y egoísta trajo a este club, y de la misma manera se lo llevó; y el otro padre, al que nunca he entendido, porque tenía un/a atleta en este club, que no se merecía, los disgustos que ocasionó una situación Kafkiana y que por supuesto no he vuelto a ver.

Por lo demás creo que tenemos la suerte de pertenecer a un deporte menos agresivo que otros, y los padres que tenemos en general están en su sitio. OJO, a los padres de los alumnos de las escuelas, haceros reflexionar que vuestros hijos están aprendiendo Atletismo, no están entrenando. Si ganan ideal, pero lo fundamental es saber hacer las cosas bien para ser un Buen atleta de mayor, y por supuesto haber llevado una educación deportiva adecuada para la vida.

CLUB D' ATLETISME ELS SITGES

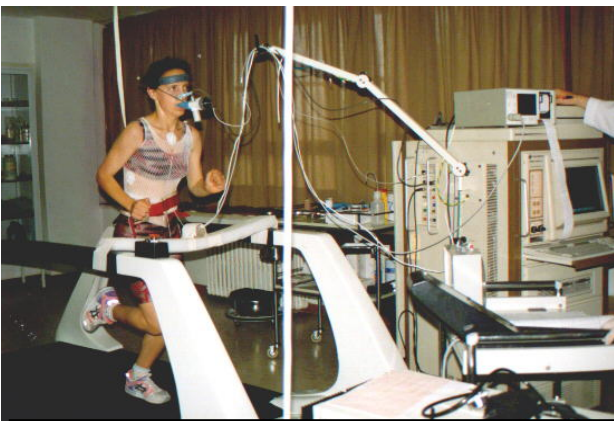
La diferencia entre estas circunstancias y mi persona es que creo que ya he superado estos hechos, puesto que todavía mantengo la ilusión de salir a correr cuando me apetece o puedo; porque todavía encuentro a nuevos atletas con ilusiones por triunfar en este difícil deporte; porque cada vez disfruto más entrenando a Benjamines y Alevines, y sobretodo porque todavía tengo a mi lado a gente como mi querida Maribel, que nunca reclamó nada de todo lo que he expuesto antes y que conste que la entreno desde hace casi trece años, y a la que posiblemente en alguna época de su vida no entendí en sus problemas de la manera más adecuada; porque me queda también el apoyo de Toni, que nunca le tuve que dar cuentas de sus sistemas de entrenamiento y que solamente hay que buscar sus marcas en el Ranking del Club, y ver dónde ha llegado sin tantas paparruchadas... y Sí, también, aunque sea de vez en cuando, porque aparece Manolo, que sin duda ha sido el mejor atleta del Club, puesto que tampoco tuvo ningún tipo de ayudas. Un poco de humildad les falta a algunos atletas de esta generación.

Y como soñar no es pecado, por qué no voy a soñar con Maribel nuevamente en forma, con Toni haciendo series en unos tiempos excepcionales, con Manolo rodando con unos cambios de ritmo bestiales, o con Eva Morcillo con la agresividad que siempre la ha caracterizado. Soñar es gratis, pero hay que tener una cosa en cuenta:

NO SE SUEÑA CON ILUSIONES, SINO CON REALIDADES Y HECHOS QUE HAN SUCEDIDO EN LA VIDA REAL.

P.D.: Me importa un "pimiento" que un atleta (o dos si son pequeños), no haga sus series, no entrene los Lunes, no recupere lo que debe, no se esfuerce lo que corresponde en cada momento, no lo de todo por su club haciendo la prueba que sea mas necesaria, puesto que con esos detalles sólo sirven para uno mismo (el atletismo es individual, y por supuesto con esos detalles tan ridículos SÓLO se consigue el apoyo, el reconocimiento, y la amistad de un modesto entrenador. (preguntarle a Alicia por como le ha ido deportiva y personalmente conmigo en sus dos años de cadete, tras ser una prometedora atleta infantil...))

Por cierto, hay un montón de atletas que los lunes entrenan (me llaman por teléfono para saber que tienen que hacer), aunque lo hacen por su cuenta, sin estar a la vista de cualquiera, por que les mueve el interés particular de la mejora constante.



Maribel, realizando una prueba de esfuerzo, con análisis de gases y lactatos.



Toni cabalgando de nuevo...



Juan Diego en cabeza de un entrenamiento.

CLUB D' ATLETISME ELS SITGES

Estas líneas están dedicadas a presentaros oficialmente la mascota del Club d'Atletisme els Sitges.

El motivo de esta presentación no es otra sino para que le pongáis un nombre ya que nuestro gusanito tiene mas edad que muchos de nosotros, pero no tiene nombre.

También sería una agradable sorpresa que esos que se las dan de dibujar bien hicieran unos cuantos diseños de nuestra mascota pero practicando diferentes modalidades del Atletismo.



DEDICATORIAS:



Abel Antón, campeón del mundo de maratón.



Sandra Myers, mejor atleta femenina española.



Fermín Cacho, campeón olímpico en Barcelona '92.

CARTA DE SALVADOR

¡ Hola amigos!, Yo soy ese ilustre desconocido, que la mayoría no conocéis, pero espero que a partir de ahora empecéis a saber quien soy, y yo a mi vez saber un poco más de todos vosotros, bueno vale de presentaciones y vamos a pasar a lo que nos ocupa y que no es otro que ver algún tema que nos preocupe, como aquello de que hacia donde vamos, que meta vamos a tener, que finalidad tiene la entidad a la cual estamos afiliados, en fin podría seguir enumerando una serie de fundamentos más o menos retóricos pero no quisiera aburrirlos, pero si que os voy a decir que la historia a la que os acabáis de unir, o a la que ya formáis parte desde hace alguna temporada, es ya muy rica y variada, Ya Que si bien llevamos algún tiempo sin tener grandes metas si que hemos continuado en la brecha para poco a poco ir resurgiendo de nuestras casi cenizas y tratar de llegar a nuestro antiguo esplendor, y yo os preguntarla: ¿queréis ser partícipes de ese proyecto?, Si vuestra contestación es que si, os felicito por vuestra decisión, pero debéis saber que el camino no va ser sencillo, por que entre otras cosas nos falta quizás una mayor aportación económica, pero si que os puedo decir que lo que no nos falta es una gran ilusión por sacar esta nave a flote y hacerla surcar los mares rauda y veloz -(por la pista de atletismo ya nos vale)-, pero cono no solo se vive de ilusión para eso estamos aquí todos los integrantes de este equipo que seguramente con ese trabajo diario que hacemos en las pistas y en nuestra tarea cotidiana, llegaremos a esos objetivos que cada temporada nos vamos a imponiendo, y poco a poco iremos comprobando qué eso que al principio parecía una quimera cada vez lo Tenemos más cerca de nuestras manos, piernas y del trabajo que antes hemos aludido, pero para ello también debemos aportar nuestro granito de arena en forma de idea, ayuda, y todo aquello que aunque nos parezca insignificante nos vamos a dar cuenta que es mucho más necesario de lo que nos parecía, todo esto debe ir acompañado de ilusión, ganas de trabajar, sacrificio y sobre todo fe en nuestras posibilidades individuales y como Club, en fin yo solo trato de dar un matiz diferente a lo que hasta ahora habíais pensado sobre la entidad a la cual estáis adscrita, por hoy no os voy a dar más la paliza pero os espero en mi siguiente artículo y hasta luego. **P.D.:bueno como ya**

CLUB D' ATLETISME ELS SITGES

FEBRERO

05	M	Mpal.	Día del fondo	Castellón
06		P.CUB.	COPA DE CLUBES JUNIOR	LUIS PUIG
		<i>CROSS</i>	<i>Cto.Provincial escolar Cross</i>	<i>Anna</i>
06/07	MT	P.CUB.	CAMPEONATO NACIONAL PROMESA	VILAFRANCA
07	M	RUTA	MARATHON DE VALENCIA (CTO.AUT.)	VALENCIA
		CROSS	<u>COPA DE EUROPA DE CLUBES</u>	Lancianno
12	T	P.CUB.	Control de Castellón	Castellón
13	M	Mpal.	Benjamín-Alevín (Liga.Combinadas)	Río Turia
	M	P.CUB.	CAMPEONATO AUTONOMICO CADETE	LUIS PUIG
	M	P.CUB.	CAMPEONATO AUTONOMICO JUVENIL	LUIS PUIG
	M	P.CUB.	CAMPEONATO AUTONOMICO VETERANOS	LUIS PUIG
	M	P.CUB.	Control Delegación Valencia	Luís Puig
13/14	MT	P.CUB.	CAMPEONATO NACIONAL JUNIOR	SAN SEBASTIAN
14	M	Mpal.	Infantil (Combinadas III)	Río Turia
	M	CROSS	<u>CROSS AYTO. ELCHE (PUNTUABLE)</u>	<u>ELCHE</u>
	T	P.CUB.	<u>ESPAÑA - PORTUGAL</u>	LUIG PUIG
16	T	P.CUB.	<u>REUNION INT. COMUNIDAD MADRID</u>	MADRID
19	T	Mpal.	Cadete-Juvenil	Castellón
20	M	P.CUB	CTO.AUTONOMICO ALEVIN	LUIS PUIG
	T	P.CUB	CTO.AUTONOMICO INFANTIL	LUIS PUIG
	T	P.CUB.	Control Cadete-Absoluto	Elche
20/21	MT	P.CUB.	CAMPEONATO NACIONAL ABSOLUTO	SEVILLA
27/28	MT	P.CUB.	CAMPEONATO NACIONAL CADETE	SAN SEBASTIÁN
28	M	CROSS	<u>CAMPEONATO NAC.DE CLUBES DE CROSS</u>	<u>TORREMOLINOS</u>

MARZO

02/07	M	P.CUB.	CAMPEONATO DEL MUNDO	MAEBASHI
06		A.L.	Alevín/Infantil (1/2 jornada)	Ontinyent
		A.L.	Cadete (I)	Río Turia
06/07	MT	P.CUB.	CAMPEONATO NACIONAL JUVENIL	ZARAGOZA
07	M	CROSS	CAMPEONATO AUTONOMICO ESCOLAR DE CROSS	BIAR (ALICANTE)
	M	RUTA	Media Marathón de Moncada	Moncada
11	T	A.L.	Universitaria (I)	Río Turia
13	M	Escol.	Alevín Individual (I)	Río Turia
	M	Escol.	Infantil Individual (I)	Río Turia
14	M	Mpal.	Benjamín Individual (I)	Río Turia
	M	CROSS	<u>CAMPEONATO NAC.DE CAMPO A TRAVES</u>	<u>S.MIGUEL CAMINO</u>
		RUTA	CAMPEONATO DE ESPAÑA DE 100 KMS.	MADRID
16/20			(SEMANA DE FALLAS, FESTIVOS EL 19 Y 20, FTA.LOCAL 17 Y 18)	
20	M	CROSS	<u>CAMPEONATO NACIONAL UNIVERSITARIO</u>	CASTELLON
21	M	CROSS	<u>CAMPEONATO NACIONAL CADETE DE CROSS</u>	CANTABRIA
		RUTA	CAMPEONATO DE ESPAÑA DE MARCHA	TORREVIEJA
27/28		CROSS	<u>CAMPEONATO DEL MUNDO CAMPO A TRAVES</u>	BELFAST
27	T	A.L.	REUNION FONDO CTO.AUT.10000	ALICANTE
	M	Escol.	Alevín/Infantil (II) (Media Jornada)	Ontinyent
	M	Escol.	Cadete (II)	Río Turia
30	T	A.L.	Universitaria (II)	Río Turia

NOTICIAS DE ULTIMA HORA:

- La reunión de fondo de Burjassot, será definitivamente el 10 de Abril, y estará incluida como prueba de Calendario Nacional. Voluntarios a Eduardo
- El campeonato de España Universitario de Aire Libre se organizará en Valencia, y parece que Eduardo será el encargado de los voluntarios. (24 y 25 de Abril)
- También hay escudos del Club, como los de los chandall's, para el que se lo quiera coser en la mochila, bolsa, sudaderas, etc, al precio de 300 Pts/unidad
- Todo aquel que quiera grabar alguna prenda de vestir (camiseta o sudadera), con el nombre o la mascota del club, que se la vaya entregando a Cesar (Con el nombre puesto en la etiqueta). Costará 125 Pts por grabación.
- Esperamos las aportaciones de los socios para sugerir y mejorar esta vuestra revista.