



El club y su gente



Pixmac.es 75829505

Papá Noel en plena carrera.

**XXXIII Cross de Navidad en San Fernando de Henares.
Domingo 18 de Diciembre a las 11 horas.**

Un lugar de encuentro para la gente del Club. La cita para la clásica foto anual de todos los socios.

El club nos desea Feliz Navidad

Desde la Junta Directiva del Club de Atletismo de San Fernando, queremos dedicar una sincera felicitación a todos los socios y amigos de este Club.

Desearos que paseis una Feliz Navidad y que al año 2.012 sea prospero para todos, especialmente en estos tiempos tan difíciles que nos está tocando vivir.

En el plano deportivo, un deseo que seguro que todos compartimos, que nuestro Club, esté en lo más alto y que los éxitos deportivos de sus socios no se hagan esperar.

¡Feliz Navidad!

Todas las personas y las cosas que te rodean son tus maestros.

Ken Keyes

Laura Suescun

Laura trabaja en el **bar la Estación de Guernica**, uno de los patrocinadores del Club. Conoció el Club a través de Juan Antonio (el barrendero del Club). No conoce a más gente del Club. Lleva en el Club desde que empezó a formarse. Desde hace más de un mes baja a los chopos a andar por la tarde de lunes a jueves pero no puede forzar demasiado dada su constitución. Nos cuenta que siempre ha sido muy deportista hasta que empezó a trabajar que dejó de hacer todo tipo de deporte y, además, fue su perdición el sacarse el carnet de conducir. Es por ello que ha decidido ponerse a andar y también ponerse en manos de un endocrino. ¡Ánimo Laura que te queremos ver en la carrera popular de San Fernando en Mayo!.



Laura



Raúl en la carrera de Betanzos

Raúl Santalices



Raúl acaba de llegar al Club. Está en él para compartir experiencias con gente con una aficción común.

Entrena cuando puede. Si prepara una maratón entrena sobre los 80-100 km. semanales, en caso contrario sobre los 50-60 km. por semana.

Corre porque le gusta. Hace tres años que corre más en serio aunque corrió mucho en sus años mozos y también estuvo mucho tiempo en el Club Amanecer.

Va a muchísimas carreras porque le encanta competir. Le gustan muchas carreras pero si tuviese que citar una, sería la de Rock,n Rocll de El Escorial, muy divertida.

Entrena con sus amigos y compañeros.

Del Club espera una carrera propia, salidas conjuntas a carreras, quedadas,... y buen ambiente.

Entra a menudo en la página del Club y también en el foro. Participa con el nombre de Gurb75.



Maratón de Valencia

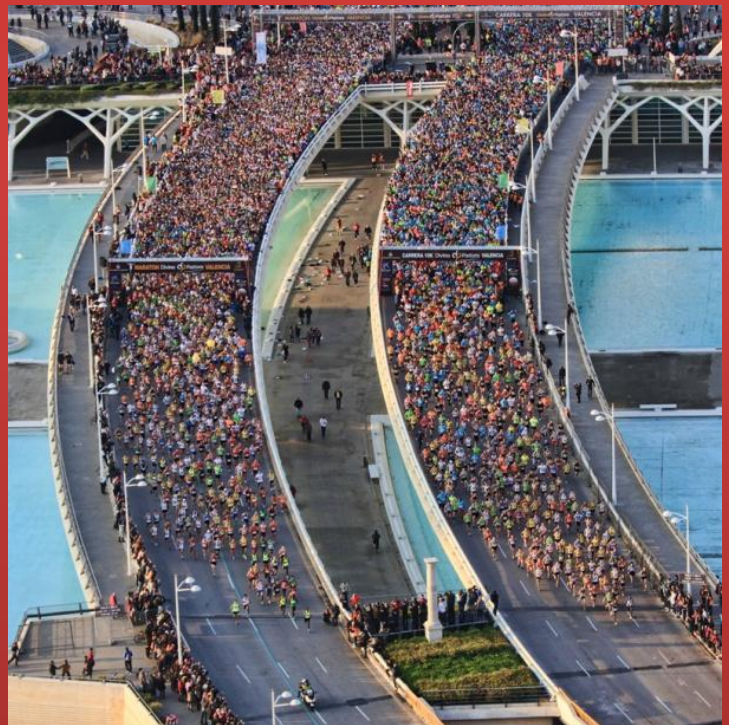
En la XXXI edición de la Maratón de Valencia, se plantearon hacer una prueba un tanto especial, modificando fecha y trazado.

Con salida y meta dentro del recinto de la Ciudad de las Artes y las ciencias, conjunto arquitectónico espectacular y corriendo los últimos 200 metros sobre una plataforma o pasarela sobre el lago.

La organización casi perfecta, la ciudad, su entorno, la feria del corredor, la bolsa del corredor tal vez un poco escasa. Los avituallamientos durante el recorrido eran un poco "flojos", no habiendo un orden lógico al repartir agua o aquarius y no sabemos si llegaría para todos. La zona de salida muy bonita pero con serios problemas de espacio, los que estaban en la zona de menos de 3 horas campaban a sus anchas y para el resto era un verdadero agobio.

La animación de grupos musicales era muy variopinta y había mucho público sobre todo en los alrededores de la salida/llegada.

Desde San Fernando se han desplazado 13 corredores para el Maratón y dos para la carrera de 10 Km. (Silvia y Ramón que quedó el primero en su categoría). Cada uno se organizó el viaje por su cuenta y algunos fueron con su familia a pasar el fin de semana.



Fotografía cedida por Jategi. Párrafos extraídos de su crónica. La puedes leer de forma más extensa en "Crónica de la Maratón de Valencia" en la página principal del Club.

Si quieres redactar algo sobre alguna carrera, algo que quieras comentar sobre cualquier tema, alguna fotografía,.. lo que se te ocurra, escribe a la siguiente dirección:

Correo electrónico:
bb.sagra97@hotmail.com

www.clubatletismosanfernando.com

**PARTICIPA EN
EL FORO**

Busca tu carrera en **COMPETICIONES**, en la página principal del Club.

(se actualiza mensualmente)

Angel Cruz

Angel lleva en el Club desde que se formó. Está en el Club por amistad con toda la gente.

Entrena seis días y hace de todo, series, cambios de ritmo, cuestas,... Lleva corriendo 30 años.

Su objetivo es mantenerse el mayor tiempo posible. Le gusta entrenar con gente y hablar mientras corre.

Le gusta correr la Maratón.

Suele entrar bastante en la página pero no suele escribir.

Del Club le gustaría que se pudiera salir a una media importante como la de Beobia en San Sebastian (más de 20.000 personas) o similar.

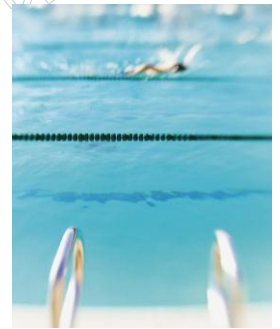


Angel es uno de los corredores federados del Club

Próxima actividad mensual organizada para el Club: Natación.

Día 14 de Enero, sábado, a las 18 horas en la **Piscina de El Cerro de Coslada**.

El Club se hará cargo del coste de la entrada a la piscina para todos los socios que decidan participar en esta actividad.



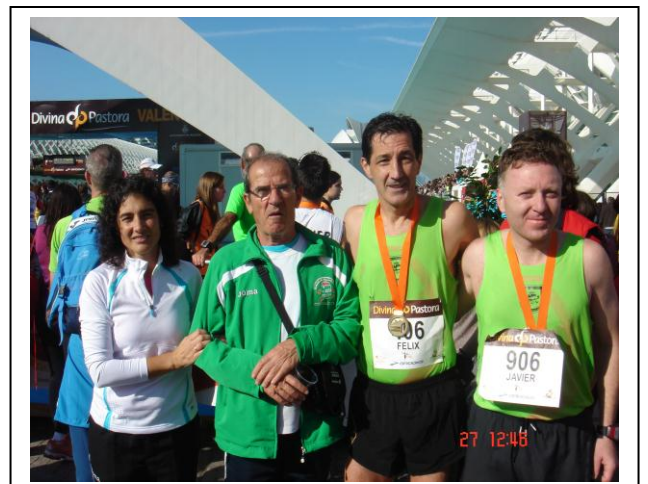
Maratón de Valencia

También corrieron en Valencia:

Jose Manuel Cuesta, Carlos Perez, Angel Cruz, Juan Ramón Canelada, Jose Antonio Gargallo, Jose María Ruiz, Juan Manuel Rincón, Santiago Ramos, Jordi Compte, Raúl Santalices, Juan Antonio Muñana, Cristina Martín.

Mi agradecimiento a:

Laura Suescun
Raúl Santalices
Angel Cruz
Jategi
Silvia Sancho



Fotografía enviada por Silvia Sancho