

Carretera Valldemossa,2 07010-Palma de Mallorca Tel. 971 763939-Fax 971 206657 CIF: G 07436751

E-Mail: cnpalma@cnpalma.org

MEMORIA ESPORTIVA I SOCIAL

SETEMBRE 2015

Del 5 al 9 de setembre, es realitza a Jaca l'stage de principi de temporada. Aquest any contam amb 40 nins inscrits.













Per donar inici a la nova temporada el dissabte 12 de setembre té lloc en el Club la celebració de la

III CRONOMETRADA

Començàrem amb la presentació i fotos dels equips de les diferentes categories així com les individuals de les noves incorporacions:

Paula Melis, Carme Thomàs, Auba Capó, Aina Salas, Carme Gómez, Victòria Cañadillas, Cèlia Rosselló, M Angeles Balaguer, Noé Parra, Miquel Noguera, Josep Pascual, Nicolas Blas, Jaume Melis...als qui donam la benvinguda al Club.

Equips 2015-16



Iniciació



Pre-Benjami

















Benjamí



4leví



Infantil















Absolut-Absolut Jove

Seguidament els més petitons demostraren les seves ganes en una competició molt animada i emocionant.

ENTRENADORS



Nando Javi Jordi Mar Marcelo Isa













Finalment la prova "reina": els relleus de mares i pares amb 20 valents participants.















El dissabte 12 de setembre té lloc la



XII TRAVESIA A FORMENTOR 2015

Amb una distància a cobrir de 6 KM., desde la Platja de Formentor (Pollensa) fins la Platja de Sant Joan (Alcúdia), i en la qual els nostres nedadors van obtenir els següents resultats:

Clara Juliani	Pre-Máster	02:27.33	1a classificada fins 24 anys	
Francisca García	Veteranos	02:27.31	3a classificada +45 anys	
Juana Mª Sastre	Veteranos	02:27.32	4a classificada +45 anys	
Victoria Pérez	Veteranos	02:27.33	5ena classificada +45 anys	
Jorge Granados	Veteranos	02:27.34	18è classificat +45 anys	
Pedro de Miguel	Veteranos	02:27.35	19è classificat +45 anys	













Formentor: Una més i una menys.

El passat dissabte 12, un grup de nedadors màsters del CN.Palma, anà a Formentor per participar en la XIII Travessia 7000m de Formentor.

Victoria Perez Cospedal, Juana Mª Sastre, Maria Fca. Garcia, Clara Juliani, Pedro de Miguel i Jorge Granados. La finalitat era nedar junts la travessia en formació, la qual cosa s'aconseguí més de 5000 m.

La gent comentà aquesta acció per l'espectacularitat. Finalment tots arribarem gairebé junts. Cosa que demostrà el crono, que separà a cada un per 1 segon.

El dia acompanyà i ajudà molt al fet que la travessia fos un èxit.

Ens acompanyaren "fans" i reporters : Catalina Fernandez, Anja Marks i Bernat Ferrer, als qui agraïm el seu suport i els bons reportatges gràfics que feren. Menció especial al nostra incondicional acompanyant de piraigüa Manolo, que ens ajudà a nedar de la forma més recta possible cap a la meta.

A la classificació general Fca Garcia quedà la 3a de la seva categoria 45+; Clara Juliani 1a en la categoria pre; Victoria Perez Cospedal i Jorge Granados el premi als de mes edat en ambdues categorias.

Finalment dir que la organització va ser excel·lent així com com la logistica.

Com dic sempre en acabar una Travesia "Una més i una menys".

Jorge Granados



Victoria Pérez i Jorge Granados















 Del 13 al 20 de Setembre, la selecció nacional absoluta de natació realitza un stage de preparació general (E.N.A) a les instal·lacions del Best Swin Centre (Colònia de Sant Jordi, Mallorca), en el que han estat convocats els nostres nedadors:



Catalina Corró



Joan Lluís Pons

Diari de Mallorca publica el 15 de setembre:

La selección española de natación en Mallorca.

15.09.2015 | 01:20



La selección española de natación en Mallorca.

El Best Centre de la Colònia de Sant Jordi acoge desde aye al equipo español de natación, que realizará una concentración de una semana en su cuenta atrás para los Juegos Olímpicos de Rio de Janeiro 2016. Entre los concentrados se encuentra la medallista de los campeonatos de mundo y olímpica Mireia Belmonte, la subcampeona del mundo de 2013, la mallorquina Melani Costa. y la reciente medalla de bronce en el campeonato del mundo Jessica Vall













La RFEN publica en la seva web:

NATACION

Arranca el Stage de España en Best Swim Centre



14/09/2015 - La Natación española ya está en marcha en busca de nuevas sensaciones y objetivos para la nueva Temporada 2015—2016. Y lo ha hecho en un escenario ya habitual por estas fechas con un stage en el Best Swim Centre de la Colònia Sant Jordi en Mallorca, para todas las facilidades para una semana donde se ponen las bases de la temporada con el objetivo mayúsculo del ciclo: los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro en agosto de 2016. La cuenta atrás ya comienza en Raleares

La Comisión de Natación RFEN ha convocado para esta semana en el Best Swim Centre de Mallorca a los siguientes deportistas:

NADADORES CONVOCADOS:

Categoría femenina: Mireia Belmonte y Melani Costa (UCAM Fuensanta), Jessica Vall y África Zamorano (CN Sant Andreu), Judith Ignacio y Laura Rodríguez Cao (CN Sabadell), Duane da Rocha (CN Mijas), Beatriz Gómez (CN Galaico), María Vilas (CN Riveira), Catalina Corró (CN Palma) y Jimena Pérez (CD Gredos San Diego).

Categoría masculina: Miguel Durán y Marc Sánchez (CN Sabadell), Juan Miguel Rando (CN Sant Andreu), Albert Puig (CN Terrassa), Alejandro García (CN Zamora), Víctor M. Martín (CN Churriana), Carlos Peralta (Real Canoe NC), Joan Lluís Pons (CN Palma), César Castro (CN Plasencia) y Alberto Lozano (CN Ciudad Alcorcón).

EQUIPOS DE OFICIALES:

José Antonio del Castillo (Director Alto Rendimiento RFEN / CAR Sant Cugat), Bart Kizierowski (Entrenador RFEN / CAR Blume Madrid), Jordi Jou (Entrenador CN Sant Andreu), José Daguerre (Médico RFEN), Raúl Moreno (Fisio RFEN / CAR Blume Madrid) y Óscar Domínguez (Biomecánico CAR Sant Cugat).

Desde estas líneas, aprovechamos para dar las gracias a Best Swim Centre y su equipo humano por su acogida y atención.

Comunicación RFEN. Fuente: Comisión Técnica de Natación RFEN. Foto: Selección Española de Natación / Rfen











Diari de Mallorca publica el 17 de setembre:

Natación

De Mallorca a Río 2016

La selección española inicia en la Colònia de Sant Jordi su camino de preparación para los Juegos Olímpicos, con 4 mallorquines entre sus 21 protagonistas

17.09.2015 | 01:47

La selección española de natación en Mallorca





Antoni Oliva Colònia de Sant Jordi

Con un objetivo único y común, cuatro deportistas mallorquines – Melani Costa, Catalina Corró, Marc Sánchez y Joan Lluís Pons – han iniciado en la isla su particular cuenta atrás con destino a los Juegos Olímpicos de Río 2016.

Para ello participan esta semana en la primera concentración de la temporada de la selección española de natación, en la que también está la catalana Mireia Belmonte, principal referencia de la natación española actual.

El stage del equipo español tiene su centro de operaciones en la piscina del Best Swim Centre de la Colònia Sant Jordi. Y se trata del primer paso de un largo camino de preparación para unos Juegos que se inaugurarán el 5 de agosto. En la isla, el programa de trabajo también contempla estos días la práctica de modalidades ajenas a la natación de piscina, como son: el cross training, ciclismo, nado en aguas abiertas y remo en kayak.

El Made in Mallorca sobresale en la concentración de la Colònia, con la aportación de cuatro de los 21 nadadores del equipo español desplazados hasta las isla. Un grupo que se prepara bajo la tutela de seis técnicos de renombre, entre los que destacan: José Antonio del Castillo, director de alto rendimiento de la Real Federación Española de Natación y del CAR de Sant Cugat; así como el polaco Bart Kizierowski, entrenador y máximo responsable del área de natación del CAR de la Residencia Joaquín Blume de Madrid.

El palmesano Marc Sánchez, de 22 años y clasificado ya para los Juegos de Río 2016 con el equipo masculino del relevo del 4x200 libre, asume que empieza con "muchas ganas" la preparación con el equipo español absoluto.

"Estoy cargado de positivismo y con el objetivo único de lograr lo más pronto posible la clasificación para los Juegos Olímpicos, tanto en los 400 metros como en los 1.500, así como colaborar en confirmar y revalidar la clasificación del relevo de los 4x200", explica el fondista mallorquín y principal referente actualmente de la natación masculina española.

"Posiblemente estoy ante la temporada más importante de mi vida y estoy decidido a darlo todo, día a día, por llegar a Río en plenitud. La actitud es muy importante para nosotros. Por eso me impongo trabajar con mentalidad ambiciosa y positiva", plantea Marc Sánchez sobre su filosofía de vida y entrenamiento.

Catalina Corró, natural de Inca y de 20 años, se ha hecho ya un hueco propio en la selección española y, pese "a tenerlo muy difícil", contempla la clasificación para Río como su objetivo principal del curso. "Estoy decidida a darlo todo, a sacrificarme al cien por cien, por lograr la clasificación para los Juegos que más que un objetivo es un sueño. Eso sí, será muy difícil, ya que por país hay un máximo de dos plazas por prueba y en la mía –los 400 estilos– ya hay una que parece asegurada para Mireia Belmonte", puntualiza esta estudiante de

Joan Lluís Pons, de Sóller y de 19 años, considera "un premio" y "un objetivo cumplido" su primera convocatoria con la selección y observa la cita de Río 2016 como "una meta que está lejos".











Y Ultima Hora:

44 Ultima Hora DEPORTES JUEVES, 17 DE SEPTIEMBRE DE 2015

NATACIÓN PROTAGONISTAS

La Colònia, kilómetro cero

STAGE La selección española de natación se da cita en el Best Swim Centre para dar sus primeros pasos hacia los Juegos de Río

Tolo Jaume

El kilómetro cero hacia Río de Janeiro está en la Colònia de Sant Jordi. El Best Swim Centre acoge durante esta semana a la selección española de natación, que carga el depósito en el inicio de un viaje apasionante hacia los Juegos de 2016. Melani Costa, Catalina Corró, Marc Sánchez y Joan Lluís Pons dan forma a la representación mallorquina en un combina do nacional al que regresa Mireia Belmonte tras su ausencia por lesión en el pasado Mundial.

Río es la palabra que resuena varias veces al día en la cabeza de los mejores nadadores del país, que sientan las bases de una campaña difernte. Toda la preparación de la temporada 2015-16 está enfocada a la clasificación olímpica y sus primeras sesiones destilan ilusión y motivación.

Melani Costa es uno de los nombres que sobresale en las quinielas para Río. «Es un año muy importante y empiezo muy en forma y con mentalidad muy competitiva», precisa la mallorquina, que deja atrás una temporada complicada por culpa de las lesiones. «En Río aspiro a todo. Iré a por todas. Ya me he acostumbrado a entrenar con dolor por la lesión crónica», comenta. Costa señala que «tener un objetivo tan marcado como Río no es presión, es una motivación». «Los días que te levantas algo más perezosa tienes un aliciente. La verdad es que a veces los días pasan demasiado rápido y no dispones de todo el tiempo que te gustaría para prepararte», añade.

Marc Sánchez, por su parte, de-

Marc Sanchez, por su parte, dejó constancia de sus «ganas» y mentalidad positiva» para encarar el año olímpico. Los 400 estilos y los 1.500 son su prioridad, aunque no descarta los 400 libres para estar presente en Río de Janeiro, donde tiene apalabrada su presencia con el relevo.

Catalina Corró vive su segunda campaña en la selección absoluta y explica que «estar en Río es un sueño que se puede conseguir», mientras que Joan Lluís Pons vive su estreno con el combinado absoluto. El joven nadador del CN Palma, que señala a Marc Sánchez como «un ejemplo», ve «un poco lejos los Juegos», pero asegura que «siempre pueden caer».











Trabajo. La selección española, con los mallorquines Joan Lluís Pons, Melani Costa, Catalina Corró y Marc Sánchez, y Mireia Belmonte, entre otros, se ejercita en la Isla. ■ FOROS: TERESA AVUGA















• Dijous 17 de setembre sessió d'entrenament d'alguns nedadors del Club que entrenen al CTEIB (Jon Piñeiro, Hugo Tàrraga, Marc Rullàn, Jaume Sastre, Maria Mascaró, Yago Rivero) al Best Swim Centre (Colònia S. Jordi), on es troba concentrada la Selecció Nacional Absoluta (entre els quals es troben Catalina Corró i Joan Lluís Pons).















El diumenge 20 de setembre es celebra a la platja de C'an Pere Antoni el



III Campionat de Balears Aigües Obertes i II Travesia Popular Corte Inglés

Totes dues proves de 5.000 m., previstes per dia 15 d'agost i suspeses per mal temps.

Amb els següents resultats:

III Campionat de Balears Aigües Obertes				
Hugo Tàrraga	Medalla d´or I Campió de Balears	Categoria Junior	01:08.10	
Carmen Alfonso	Medalla d´or	Categoria Master C	01:38.30	
Ramona Guillén	Medalla d´or	Categoria Master D	01:18.37	
Luis Rodas	Medalla d´Or	Categoria Master D	01:17.52	
Jorge Granados	Medalla d'Or	Categoria Master F	01:46.04	













Ultima Hora publica el 20 de setembre:

Hugo Tárraga y Ana Martínez, del Club Natación Palma, revalidan su título de Campeones de Baleares de Aguas Abiertas

Europa Press | Palma de Mallorca | 20/09/2015

Hugo Tárraga y Ana Martínez, del Club Natación Palma, han revalidado este domingo su título de Campeones de Baleares de Aguas Abiertas en una prueba que ha tenido lugar en la playa de Ca'n Pere Antoni de Palma.

Los nadadores federados que competían por el Campeonato Balear en sus diferentes categorías han iniciado su prueba a las 10.00 horas y, cinco minutos después, lo ha hecho el grupo de nadadores que participaban en la travesía popular.

La sorpresa, informan los organizadores en un comunicado, ha sido el «magnífico tiempo» conseguido por Francisco Manuel Bleda, quien ha completado el recorrido en menos de una hora, rebajando en seis minutos la marca de 2014 conseguida por Hugo Tárraga el año pasado, al que hoy ha superado, nadando a un ritmo vertiginoso de 1'08».

Han completado el pódium de la travesía popular Francesc Gayá y Sergio Heredia y en categoría femenina, la ganadora ha sido Milagros Gadea, con un tiempo de 01:24:56, seguida de Judith Ortega y María Gretta Damiani.

Tárraga (01:08") revalida de nuevo su título de Campeón de Baleares, al igual que Ana Martínez (01:13:36), primera fémina, ambos categoría Junior y nadadores del Club Natación Palma. El veterano nadador Jorge Granados ha ganado en categoría Master-F, superando a sus 79 años y con un tiempo de 01:46:04 a nadadores más jóvenes, todo un ejemplo de esfuerzo y superación.

Sergio Salvador (CN Voltor) ha sido el ganador de la categoría infantil masculina; Gemma Llabrés (CN La Salle) y Manuel Cano (CN La Salle), han sido los primeros en categoría Senior; Roberto Toledo (CN Felanitx), ganador de la categoría Masters - B; Miguel Angel Ocete CN Es Mas) y Carmen Alfonso (CN Palma), de la categoría Master - C y Ramona Guillén (CN Palma) y Luis Rodas (CN Palma), en la categoría Master - D. Adjuntamos las clasificaciones de la Travesía Popular y del Campeonato de Baleares con los tiempos obtenidos.















Diario de Mallorca publica el 21 de setembre:

Natación

Tárraga y Martínez brillan en Can Pere Antoni

21.09.2015 | 03:04



Podio masculino y femenino de la Travesía de El Corte Inglés. Unisport Consulting

redacción palma

Hugo Tárraga y Ana Martínez se adjudicaron este fin de semana la prueba del Campeonato de Balears de Aguas Abiertas y de larga distancia (5.000 metros) de la Travesía Popular a nado El Corte Inglés que, debido al mal tiempo, tuvo que suspenderse el pasado 15 de agosto.

Tárraga (01:08") revalidó de nuevo su título de Campeón de Balears, al igual que Ana Martínez (01:13:36), primera fémina, ambos en categoría junior y nadadores del Club Natación Palma. El veterano nadador Jorge Granados ganó en categoría Master-F, superando a sus 79 años y con un tiempo de 01:46:04 a nadadores mucho más jóvenes que él, todo un ejemplo de esfuerzo y superación.

La sorpresa en la carrera popular fue el magnífico tiempo conseguido por Francisco Manuel Bleda que completó el recorrido en menos de una hora, rebajando en seis minutos la marca de 2014 conseguida por Hugo Tárraga. Completaron el pódium de la travesía popular Francesc Gayá y Sergio Heredia y en categoría femenina, la ganadora fue Milagros Gadea, con un tiempo de 01:24:56, seguida de las nadadoras Judith Ortega y María Gretta Damiani, respectivamente.











I Ultima Hora:



lmagen del podio final de la Travesia Popular y del Campeonato de Balears de aguas abiertas celebrado en Can Pere Antoni.

Natación

Bleda, Tárraga y Martínez marcan las diferencias en Can Pere Antoni

Xisco Bleda, con su victoria en la Travesía Popular-El Corte Inglés, y Hugo Tárraga y Ana Martínez, en el Campeonato de Balears de aguas abiertas, brillaron en Can Pere Antoni.











Carretera Valldemossa,2 07010-Palma de Mallorca Tel. 971 763939-Fax 971 206657 CIF: G 07436751

E-Mail: cnpalma@cnpalma.org

La web <u>www.nataccion.com</u> publica el 23 de septiembre:

El centro de tecnificación balear se renueva con siete nadadores; Trett se marcha a Inglaterra

by Pep J. Puig · 23 septiembre, 2015

El centro de tecnificación de las Islas Baleares (CTEIB), gestionado por la Fundación Illesport y dependiente del gobierno autonómico, inició su décimosexta temporada el pasado 4 de septiembre en su sede del Polideportivo Príncipes de España, en Palma de Mallorca. El programa de tecnificación de natación en Baleares, dirigido desde sus inicios por los técnicos **Fernando Gómez-Reino** y **Rafa Huete**, contará esta temporada con 17 nadadores, todos ellos mallorquines.

Son siete los nuevos nadadores que se incorporan al grupo esta temporada: Miquel Noguera (00, Palma), Sergio de Celis (00, Palma), Yago (00, Palma), Jaume Sastre (00, Palma), Miquel Perelló (00, La Salle), Marc Rullán (99, Palma) y Marina Jover (00, Calvià).

Los 10 nadadores que continúan en el programa son Jon Piñeiro (00, Palma), Miguel Ángel Gallego (99, La Salle), Antoni Mulet (98, Palma), Andrés García (98, Palma), Hugo Tárraga (98, Palma), Pilar Perelló (00, Palma), Aina Hierro (98, Palma), María Mascaró (99, Palma), Cintia Huete (99, La Salle) y Maria Antònia Grimalt (Felanitx).



Causan baja del centro respecto a la pasada temporada siete nadadores: Tony Trett (99, Palma), Sergio Román (99, Palma), Marc Camps (97, Palma), Roxana Ruíz (96, Palma), Lilian López (97, Palma), Mónica Orozco (98, Santa Eulalia del Río) y Esther Martín (99, Palma). Como en las últimas tres temporadas, los nadadores del centro sólo podrán ejercitarse en piscina de 50 metros los meses de inicio (septiembre y octubre) y final de temporada (mayo, junio y julio), ya que la piscina olímpica del centro es descubierta y no dispone de climatización. El resto de la temporada (desde mediados de octubre hasta mediados de mayo) deben entrenar en piscina corta, un importante hándicap para los nadadores.

Hasta 2012 los nadadores del centro podían disponer de la piscina exterior climatizada de 50 metros de Son Hugo durante los meses de invierno en sus sesiones matutinas, pero el Ayuntamiento de Palma contempló en su plan de ahorro el cierre de la misma durante los meses de invierno (del 1 de noviembre al 30 de abril). Esta decisión también afectó a todos los clubes que entrenan en las piscinas de Son Hugo.

CUATRO MEDALLAS NACIONALES

Los nadadores del CTEIB lograron la pasada temporada cuatro medallas individuales en los campeonatos de España, tres de ellas en categoría infantil y una en categoría junior.

El estilista Tony Trett (99) consiguió la medalla de plata en los nacionales de invierno de Cádiz en la prueba de 400 estilos (4:38:21), consiguiendo mínima para la FOJE, aunque no fue convocado ya que la normativa sólo permitía la participación de un nadador por país en cada prueba. En los Nacionales de verano logró el bronce mejorando su marca hasta 4:34:68.

El espaldista **Miguel Ángel Gallego** (99) fue subcampeón de España de invierno en Cádiz en el hectómetro con una marca de 1:00:48. Mientras, la junior **María Mascaró** (99) consiguió el bronce en los 800 libre (9:09:23) en los Nacionales júnior de verano en Barcelona. Tony Trett, con doble nacionalidad española y británica, deja el centro después de dos temporadas. Su nuevo destino es el club Mount Kelly en Inglaterra, donde ya estudia y entrena desde la primera semana de septiembre con el técnico **Robin Brew**.

Por el CTEIB han pasado nadadores como las olímpicas Roser Vives, María Fuster y Melani Costa, la internacional absoluta Cata Corró y los internacionales juniors Joan Lluís Pons y Xisco Bleda. Corró y Pons entrenan actualmente en el CAR de Sant Cugat. Para la estilista de Inca será su tercera temporada con el grupo de la RFEN, mientras que para el estilista de Sóller esta será su segunda temporada bajo la dirección de José Antonio del Castillo. Ambos buscarán la clasificación olímpica para Río en la prueba de 400 estilos, objetivo complicado pero asequible para ambos, a la espera de la publicación de las marcas mínimas fijadas por la RFEN para la ansiada cita olímpica. El mediofondista Xisco Bleda, que entrenó la pasada campaña con el grupo de Fred Vergnoux, no seguirá en el CAR.

*Imagen: Tony Trett.











Carretera Valldemossa,2 07010-Palma de Mallorca Tel. 971 763939-Fax 971 206657 CIF: G 07436751

E-Mail: cnpalma@cnpalma.org

Divendres 25 de setembre se celebra Junta Directiva a la Sala de Juntes del Club.
 Assisteixen 11 directius i es tracten 6 temes.





