

MEMORIA ESPORTIVA I SOCIAL

MARÇ 2016

- Del 27 de febrer al 1 de març es celebren conjuntament a Terrassa el

XXIII C. D'ESPANYA JUNIOR D'HIVERN (P50E)

RFN Club Natació Terrassa

CAMPEONATO DE ESPAÑA JÚNIOR E INFANTIL DE NATACIÓN

DEL 27 DE FEBRERO AL
1 DE MARZO DE 2016

MAÑANAS
ELIMINATORIAS
9.30h

TARDES
FINALES
SÁBADO, DOMINGO
Y LUNES - 17.00h
MARTES - 16.15h

CSU Ajuntament de Terrassa ASISA Halcon.esports.com Lotigo
unicef Isostar MJD NABAR MUN KIDDEERS oftronic

XXXVI C. D'ESPANYA INFANTIL D'HIVERN (P50E)



EQUIP JUNIOR

2 MEDALLES DE BRONZE

 Maria Mascaró	<p>800 lliures (09:01.25) 400 lliures (04:26.27) 200 lliures (02:07.59)</p>	<p>MEDALLA DE BRONZE</p> <p>6a Classificada</p> <p>14ena Classificada</p>
 Toni Mulet	<p>100 lliures (52.46) 200 lliures (1:54.50) 400 lliures (04:10.83)</p>	<p>6è Classificat</p> <p>7è Classificat</p> <p>20è Classificat</p>
 Pilar Perelló	<p>100 lliures (59.28) 400 lliures (04:28.68) 200 lliures (02:06.69)</p>	<p>7ena Classificada</p> <p>8ena Classificada</p> <p>13ena Classificada</p>
 Lucia Oliva	<p>50 lliures (27.37) 100 papallona (01:05.50) 100 lliures (59.83) 200 lliures (02:11.62)</p>	<p>7ena Classificada</p> <p>8ena Classificada</p> <p>10ena Classificada</p> <p>22ena Classificada</p>

 Tony Joe Trett	<p>400 estils (04:36.82) 200 esquena (02:11.40) 400 lliures (04:12.29) 200 lliures (01:58.44) 100 lliures (55.16)</p>	<p>7è Classificat 12è Classificat 21è Classificat 27è Classificat 47è Classificat</p>
 Hugo Tàrraga	<p>1500 lliures (16:31.00)</p>	<p>13è Classificat</p>
 Dolors Perelló	<p>100 braça (01:16.94) 50 lliures (28.54)</p>	<p>15ena Classificada 21a Classificada</p>
 Andrés García	<p>100 braça (01:09.43)</p>	<p>16è Classificat</p>

 Marc Rullàn	<p>100 braça (01:09.77)</p>	<p>19è Classificat</p>
RELLEUS		
 Lucia Oliva-Pilar Perelló- Dolors Perelló-Maria Mascaró	<p>4x100 lliures femení (03:59.95)</p>	<p>MEDALLA DE BRONZE</p>
 Pilar Perelló-Dolors Perelló-Lucia Oliva-Maria Mascaró	<p>4x100 estils femení (04:28.51)</p>	<p>4es Classificades</p>
<p>Toni Mulet-Hugo Tàrraga-Andrés García-Tony Joe Trett</p>	<p>4x200 lliures Masculí (07:59.11)</p>	<p>7ès Classificats</p>
 Tony Joe Trett-Marc Rullàn-Toni Mulet-Andrés García	<p>4x100 estils masculí (04:04.32)</p>	<p>9ès Classificats</p>

NEDADOR/A	1aJORNADA		2aJORNADA		3aJORNADA		4a JORNADA	
PILAR PERELLÓ	100 lliures	7			200 lliures 4x100 lliures	13 3	4x100 estils	4
LUCIA OLIVA	100 lliures	10	50 lliures 100 papallona	7 8	200 lliures 4x100 lliures	22 3	4x100 estils	4
DOLORS PERELLÓ			50 lliures	21	100 braça 4x100 lliures	15 3	4x100 estils	4
MARIA MASCARÓ			800 lliures	3	200 lliures 4x100 lliures	14 3	400 lliures 4x100 estils	6 4
TONI MULET	100 lliures	6	4x200 lliures	7	400 lliures	20	200 lliures 4x100 estils	7 9
TONY JOE TRETT	100 lliures	47	400 estils 4x200 lliures	7 7	400 lliures	21	200 lliures 200 esquena 4x100 estils	27 12 9
HUGO TARRAGA	1500 lliures	13	4x200 lliures	7				
ANDRÉS GARCIA			4X200 lliures	7			100 braça 4x100 estils	16 9
MARC RULLÀN							100 braça 4x100 estils	19 9

Entrenador	JAVI CARDONA
Delegat	JAVI CARDONA

MEDALLER			
NEDADOR/A	OR	PLATA	BRONZE
Maria Mascaró			800 lliures
Lucia Oliva-Pilar Perelló- Dolors Perelló-Maria Mascaró			4x100 lliures femení

NEDADOR/A	RECORD ESPANYA	RECORD DEL CAMPIONAT	RECORD DE BALEARS	MILLOR MARCA NACIONAL	MILLOR MARCA REGIONAL

CLASIFICACIÓ MASCULINA	LLOC	PUNTS
Club Natació Palma	11è	116,00
CLASIFICACIÓ FEMENINA	LLOC	PUNTS
Club Natació Palma	6è	193,00

EQUIP INFANTIL

3 MEDALLES DE PLATA

1 M/M REGIONAL

 Sergio de Celis	<p>100 esquena (01:00.51) 200 esquena (02:09.15) 400 llibres (04:06.94)</p>	<p>4t Classificat M/M Regional 16 anys/ 5è Classificat 5è Classificat</p>
 Jaume Sastre	<p>100 papallona (59.59) 100 lliures (54.66) 50 lliures (25.73)</p>	<p>7è Classificat 11è Classificat 21è Classificat</p>
 Miquel Noguera	<p>200 papallona (02:12.65) 200 lliures (01:58.04) 100 lliures (56.08)</p>	<p>7è Classificat 7è Classificat 29è Classificat</p>

 Jon Piñeiro	200 lliures (02:00.40) 400 lliures (04:19.33)	9è Classificat 21è Classificat
 Yago Rivero	100 esquena (01:02.57)	13è Classificat
 Lucia Carla Elicabe	800 lliures (09:26.97) 400 lliures (04:39.96) 200 lliures (02:18.87)	14ena Classificada 17ena Classificada 85ena Classificada
 Tai Roche-Walker	400 lliures (04:16.84) 400 estils (04:59.75) 200 lliures (02:02.54) 100 lliures (57.49)	17è Classificat 26è Classificat 27è Classificat 53è Classificat

 Maria Serra	200 estils (02:34.62) 400 estils (05:30.54)	43ena Classificada 53ena Classificada
RELLEUS		
 Sergio de Celis-Jon Piñeiro- Jaume Sastre-Miquel Noguera	4x200 lliures masculí (07:54.99)	MEDALLA DE PLATA
 Jaume Sastre-Miquel Noguera-Tai Roche Walker-Sergio de Celis	4x100 lliures masculí (03:39.72)	MEDALLA DE PLATA
 Yago Rivero-Miquel Noguera- Jaume Sastre-Sergio de Celis	4x100 estils masculí (04:08.18)	MEDALLA DE PLATA

NEDADOR/A	1aJORNADA		2aJORNADA		3aJORNADA		4a JORNADA	
JAUME SASTRE	100 lliures	11	50 lliures 100 papallona 4x200 lliures	21 7 2	4x100 lliures	2	4x100 estils	2
MIQUEL NOGUERA	100 lliures	29	4x200 lliures	2	200 papallona 4x100 lliures	7 2	200 lliures 4x100 estils	7 2
TAI ROCHE-WALKER	100 lliures	53	400 estils	26	400 lliures 4x100 lliures	17 2	200 lliures	27
SERGIO DE CELIS	100 esquena	4	4x200 lliures	2	400 lliures 4x100 lliures	5 2	200 esquena 4x100 estils	5 2
YAGO RIVERO	100 esquena	13					4x100 estils	2
JON PIÑEIRO			4X200 lliures	2	400 lliures	21	200 lliures	9
MARIA SERRA	400 estils	53					200 estils	43
LUCIA CARLA ELICABE			800 lliures	14	200 lliures	85	400 lliures	17

Entrenador	JAVI CARDONA
Delegat	JAVI CARDONA

MEDALLER			
NEDADOR/A	OR	PLATA	BRONZE
<i>Sergio de Celis-Jon Piñeiro- Jaume Sastre-Miquel Noguera</i>		4x200 lliures masculí	
<i>Jaume Sastre-Miquel Noguera-Tai Roche Walker- Sergio de Celis</i>		4x100 lliures masculí	
<i>Yago Rivero-Miquel Noguera- Jaume Sastre-Sergio de Celis</i>		4x100 estils masculí	

NEDADOR/A	RECORD ESPANYA	RECORD DEL CAMPIONAT	RECORD DE BALEARS	MILLOR MARCA NACIONAL	MILLOR MARCA REGIONAL
Sergio de Celis					200 esquena

CLASIFICACIÓ MASCULINA	LLOC	PUNTS
Club Natació Palma	2n	259,00
CLASIFICACIÓ FEMENINA	LLOC	PUNTS
Club Natació Palma	50è	12,00

Ambdós Campionats amb un total de 774 nedadors perteneixents a 181 clubs

L'EQIP INFANTIL MASCULÍ

Jon Piñeiro-Sergio de Celis-Miquel Noguera-Tai Roche-Walker

Yago Rivero-Jaume Sastre



SUBCAMPIONS D'ESPANYA!!!

■ Premsa:

- Diari de Mallorca publica:

Doble podio del Palma en Terrassa

01.03.2016 | 02:21



Doble podio del Palma en Terrassa **cn palma**

Campeonato de España Junior e Infantil de Natación. Dos podios consiguió ayer el CN Palma en el Campeonato de España de invierno júnior e infantil de natación. El relevo femenino del 4x100 (en la imagen, de izquierda a derecha, **Pilar Perelló, Dolors Perelló, María Mascaró y Lucía Oliva**) lograron la medalla de bronce en junior. Y los chicos del 4x100 libre infantil (**Sergio de Celis, Miquel Noguera, Tai Roche-Walker y Jaume Sastre**) fueron plata.

Doble podio del Palma en Terrassa

CN PALMA



► **CAMPEONATO DE ESPAÑA JÚNIOR E INFANTIL DE NATACIÓN.** Dos podios consiguió ayer el CN Palma en el Campeonato de España de invierno júnior e infantil de natación. El relevo femenino del 4x100 (en la imagen, de izquierda a derecha, Pilar Perelló, Dolors Perelló, María Mascaró y Lucía Oliva) lograron la medalla de bronce en júnior. Y los chicos del 4x100 libre infantil (Sergio de Celis, Miquel Noguera, Tai Roche-Walker y Jaume Sastre) fueron plata.

NATACIÓN / CAMPEONATO DE ESPAÑA DE INVIERNO JÚNIOR E INFANTIL

Plata del 4x200 libre masculino del Palma y bronce de Maria Mascaró

■ La segunda jornada del Campeonato de España de natación para las categorías júnior e infantil, que se desarrolla en Terrassa, permitió ayer a los representantes del Club Natació Palma subir al podio por partida doble. Primero tras la segunda plaza que logró el relevo masculino júnior en la prueba del 4x200 libre, con Sergio de Celis, Jon Piñeiro, Jaume Sastre y Miquel Noguera (7:54.99). La segunda medalla, en esta ocasión de bronce, se la apuntó la júnior Maria Mascaró, con su tercera posición en los 800 libre, con una marca de 9:01.25 minutos. Otros representantes del Palma que se metieron en diferentes finales individuales fueron Tony Joe, Jaume Sastre y Llúcia Oliva. **R.D. PALMA**

El CN Palma cierra con cinco podios el Nacional junior e infantil

Natación

A.O. PALMA

■ La cuarta y última jornada del Campeonato de España de invierno para juniors e infantiles permitió ayer una nueva medalla mallorquina, con la de plata a cargo del relevo del 4x100 estilos del Club Natació Palma. Un cuarteto de categoría infantil formado por Jaume Sastre, Miquel Noguera, Yago Rivero y Sergio de Celis, con una marca de 4:08.18 minutos. Igualmente, el mismo conjunto masculino infantil del Palma se proclamó subcampeón de España, por equipos, con 259 puntos. De esta forma, el Palma cerró su actuación en el Nacional de Terrassa con cinco podios, cuatro de ellos en pruebas por relevos y uno individual, el bronce de Maria Mascaró en los 800 metros junior femenino. Un podio que permitió al conjunto junior femenino del Palma concluir en la sexta posición del Nacional por equipos, un excelente resultado.

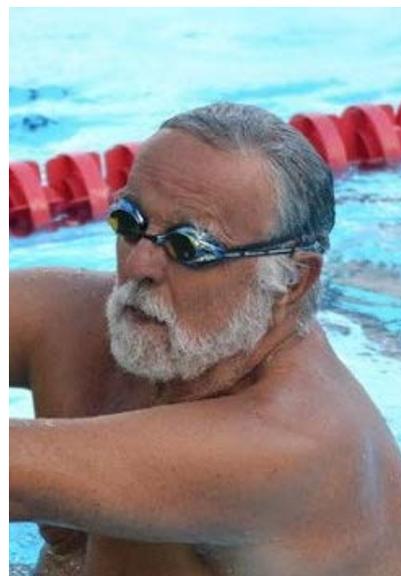
■ 3a JORNADA LLIGA MÀSTERS. (P25M)

- Dia 5 de març al Prínceps d'Espanya , on s'aconsegueixen:

4 RÈCORDS D'ESPANYA



Ramona Guillén
 200 braça (Cat.+55)
 (03:20.94)



Jorge Granados
 100 papallona (Cat.+80)
 (02:04.44)



4x200 lliures femení + 240
Veronica Collette, Anja Marks, Vicky Pérez y Maribel Palou
 (13:53.88)



4x200 lliures masculí + 280
Pedro de Miguel, Bernat Ferrer, Jorge Granados y Vincent Miller
 (13:11.39)

■ **Premsa:**

- Deporte Balear publica:

Màster Club Natació Palma, nuevos Récorde de España

5 marzo 2016 |



Fotos, Màster Club Natació Palma

Gran Jornada hoy en Príncipes de España. **Jorge** Récorde de España en 100 mariposa categoría más 80. Y **Ramona** Récorde de España en 200 braza cat más 55 parando el crono en 3.20,94.

Aparte de los Récorde individuales, destacamos los dos Récorde de España de los relevos 4x200 femenino más 240 y 4x200 masculino más 280. Los relevistas han sido **Verónica, Anja, Maribel y Vicky y el masculino, Jorge, Bernat, Pedro y Vincent**. Enhorabuena a cada uno de ellos por el esfuerzo realizado y el Record conseguido que esperemos dure mucho tiempo.

■ Trofeu Calvià (P25M).

- Celebrat el dissabte 5 de març el XXI Trofeu de Velocitat Calvià.

■ RFEN:

MASTER

Baleares: Nuevos records de España del CN Palma



11/03/2016 - En la tercera jornada de Liga, que se disputaba el 5 de marzo en la piscina de Palma de Mallorca, se batían dos récords individuales de nadadores pertenecientes al CN Palma de Mallorca —**Jorge Granados y M^a Ramona Guillén**— y otros dos de la mano de dos de los equipos de relevos femenino y masculino (4x200 libre), también del CN Palma de Mallorca.

3^a JORNADA LIGA MASTER DE BALEARES, PALMA DE MALLORCA 05/03/2016 PISCINA 25M.

JORGE GRANADOS AUMACELLAS 36 +80 C.N. PALMA DE MALLORCA 100 MARIPOSA 2.04.44

M^a RAMONA GUILLEN MUÑOZ 59 +55 C.N. PALMA DE MALLORCA 200 BRAZA 3.20.94

C.N. PALMA DE MALLORCA +240 4X200 LIBRE FEMENINO 13.53.88

VERONICA COLETTE - ANA MARKS - M^a VICTORIA PEREZ - M^a ISABEL PALOU

C.N. PALMA DE MALLORCA +280 4X200 LIBRE MASCULINO 13.11.39

PEDRO DE MIGUEL - BERNAT FERRER - JOGE GRANADOS - VICENT MILLER

Àrea de Comunicació RFEN. Fuente: Àrea Máster RFEN

■ 2016 NCAA Divisió II:

Celebrada del 9 al 12 de març

El nedador Marc Perelló aconsegueix classificar-se per les finals de 100 i 200 iardes braça i obté els següents resultats:

	<p>100 iardes braça (54.57) 200 iardes braça (02:01.26)</p>
<p>Marc Perelló</p>	

■ Lligues:

El dissabte 12 de març es celebren a Son Hugo:

6ena Jornada Lliga Aleví i 2n any Benjamí (P25E)

5a Jornada Lliga Iniciació-Prebenjamí i 6ena Jornada Lliga Benjamí 1er any (P25M)

■ Lliga Territorial

Després de la **5ena Jornada** de les Lligues Benjamí i Aleví celebrada en el mes de febrer la classificació territorial és la següent:

Lliga Benjamí :

EQUIP MASCULÍ	1a Posició	938,50 punts
EQUIPO FEMENÍ	1a Posició	787,50 punts

Lliga Aleví :

EQUIP MASCULÍ	1a Posició	955,00 punts
EQUIPO FEMENÍ	2a Posició	669,00 punts

■ Tony Joe Trett al Edinburgh International Swim Meet 2016 (P50E)

participa del 11 al 13 de març en el



“Edinburgh International swim meet 2016”

que es celebra a Escòcia.

 Tony Joe Trett	400 lliures (04:08.07)	2n Classificat
	200 estils (02:10.70)	2n Classificat
	400 estils (04:36.57)	2n Classificat
	200 lliures (01:56.33)	4t Classificat
	200 esquena (02:14.56)	9è Classificat

■ **3a Lliga Aigües Obertes 2016.**



Celebrada el diumenge 13 de març a la platja petita anexo al Club Nàutic Calanova, amb una distància de 2.200 m.

Adrià Rodríguez	36-45 anys (31:17,00)	10ena posició Cat. Absoluta masculina
------------------------	--------------------------	--

■ Premsa:

Diari de Mallorca publica:

Natación

Costa, Sánchez, Corró y Pons buscarán en Sabadell el pasaporte para Río 2016

18.03.2016 | 02:16



Melani Costa. efe

efe sabadell

La piscina Carles Ibars del CN Sabadell acogerá, entre mañana sábado y el martes 22, los Campeonatos de España Open Primavera, que tienen en la consecución de las marcas mínimas para los Juegos Olímpicos el gran objetivo de los nadadores españoles con opciones de estar en la cita olímpica. Entre ellos destacan los mallorquines Melani Costa (UCAM Murcia) y Marc Sánchez (Sabadell), así como Cata Corró (Bidasoa) y Joan Lluís Pons (Palma), dos de las promesas nacionales que han despuntado en las últimas competiciones.

La competición fue presentada ayer en la piscina del Sabadell, que este año celebra su centenario, y contó con la presencia del presidente de la Federación Española, Fernando Carpena, el presidente del CN Sabadell, Miquel Torres, y la bracista Jessica Vall.

El Campeonato reunirá a 479 nadadores españoles pertenecientes a 120 clubes, así como a 54 extranjeros, en la que es la principal competición del calendario español de 2016 al ser clasificatoria para los Juegos Olímpicos.

El campeón y subcampeón de cada prueba conseguirá el pasaporte a Río de Janeiro siempre y cuando logren la marca mínima olímpica; este registro también podrá conseguirse en las series clasificatorias de la mañana, aunque quien lo logre podría quedar fuera de los Juegos si en la final no acaba entre los dos primeros y el campeón y el subcampeón hacen la mínima.

Fernando Carpena ha asegurado que el objetivo de la natación española es "superar el número de nadadores que estuvieron en los anteriores Juegos Olímpicos de Londres". En la última cita olímpica compitieron 14 nadadores, 11 mujeres y 3 hombres.

- Diario de Mallorca:

Natación

Nueve baleares se citan en un decisivo Nacional de Sabadell

Melani Costa, Cata Corró, Marc Sánchez y Joan Lluís Pons persiguen la clasificación olímpica y para el Europeo

19.03.2016 | 02:15

[mf.t./efe palma/sabadell](#)

Los mejores nadadores de Balears inician hoy en Sabadell la carrera olímpica, en busca de una mínima que les sitúe en Río, y también con el objetivo de lograr un puesto para el Europeo de Londres, del 16 al 22 de mayo.

Nueve deportistas de Balears competirán en la piscina Carles Ibars del CN Sabadell, en donde cuatro de ellos se presentan con el reto de lograr la mínima para los Juegos.

Melani Costa (UCAM Murcia), subcampeona mundial y ya con experiencia olímpica, nadará los 200 espalda femenino y los 100, 200, 400 y 800 libre. Cata Corró (Bidasoa) lo hará en los 200 espalda, los 200 y 400 libre, y los 200 y 400 estilos.

Marc Sánchez (Sabadell), nadará los 200, 400 y 1.500 libre, además de los 400 estilos. Y Joan Lluís Pons (Palma) lo hará en los 200 mariposa, 200 braza y 200 y 400 estilos. Del CN Palma también compiten Toni Mulet (en los 100, 200 y 400 libre), Aina Hierro (en 200 estilos y 50, 100 y 200 mariposa) y Maria Mascaró (800 llibre).

Cintia Huete (La Salle), en 20 mariposa, y el ibicenco Rubén García (Santa Eulalia del Río, en los 50, 10, 200 y 400 libre) completan la representación balear en estos Campeonatos de España, en los que se darán cita 479 nadadores de 120 clubes, y 59 nadadores extranjeros.

Además de Mireia Belmonte, el relevo 4x200 es el único que tiene asegurada su presencia en hombres al haberse clasificado en los Mundiales de Kazán del año pasado.

Nueve baleares se citan en un decisivo Nacional de Sabadell

► Melani Costa, Cata Corró, Marc Sánchez y Joan Lluís Pons persiguen la clasificación olímpica y para el Europeo

Natación

► CAMPEONATO DE ESPAÑA

M.F.T./EFE PALMA/SABADELL

■ Los mejores nadadores de Balears inician hoy en Sabadell la carrera olímpica, en busca de una mínima que les sitúe en Río, y también con el objetivo de lograr un puesto para el Europeo de Londres, del 16 al 22 de mayo.

Nueve deportistas de Balears competirán en la piscina Carles Ibars del CN Sabadell, en donde cuatro de ellos se presentan con el reto de lograr la mínima para los Juegos. Melani Costa (UCAM Murcia), subcampeona mundial y ya con experiencia olímpica, nadará los 200 espalda femenino y los 100, 200, 400 y 800 libre. Cata Corró (Bi-

dasoa) lo hará en los 200 espalda, los 200 y 400 libre, y los 200 y 400 estilos.

Marc Sánchez (Sabadell), nadará los 200, 400 y 1.500 libre, además de los 400 estilos. Y Joan Lluís Pons (Palma) lo hará en los 200 mariposa, 200 braza y 200 y 400 estilos. Del CN Palma también compiten Toni Mulet (en los 100, 200 y 400 libre), Aina Hierro (en 200 estilos y 50, 100 y 200 mariposa) y Maria Mascaró (800 libre).

Cintia Huete (La Salle), en 20 mariposa, y el ibicenco Rubén García (Santa Eulalia del Río, en los 50, 10, 200 y 400 libre) completan la representación balear en estos Campeonatos de España, en los que se darán cita 479 nadadores de 120 clubes, y 59 nadadores extranjeros.

Además de Mireia Belmonte, el relevo 4x200 es el único que tiene asegurada su presencia en hombres al haberse clasificado en los Mundiales de Kazán del año pasado.

■ **Campionat d’Espanya Open Absolut de Primavera (P50E)**

Del 19 al 22 de març es celebra a Sabadell el



“XVII Campionat d’Espanya OPEN Absolut de Primavera”

Hi participen els següents nedadors:



Joan Lluís Pons
 200 papallona
 200 i 400 estils
 200 braça



Toni Mulet
 100,200 i 400 lliures



Aina Hierro
 50,100 i 200 papallona
 200 estils



Maria Mascaró
 800 lliures

Equip Tècnic



**José Antonio del
 Castillo**
 Entrenador RFEN.
 CAR. Sant Cugat



Rafa Huete
 Entrenador CTEIB.



Fernando Gómez-Reino
 Entrenador CTEIB.

 <p>Joan Lluís Pons</p>	<p>400 estils (04:19.61)Preliminar 4:15.49 (Final)</p> <p>200 papallona (02:00.33) Preliminar (01:58.56)Final</p> <p>200 estils (02:03.88)</p> <p>200 braça (02:20.97)</p>	<p>Rècord de Balears Medalla d'Or Absolut/ Medalla d'Or Absolut Jove MÍNIMA OLÍMPICA Rècord d'Espanya Rècord de Balears</p> <p>Rècord de Balears Medalla Plata Absolut Medalla d'Or Absolut Jove Rècord de Balears</p> <p>Medalla de Plata Absolut Jove Rècord de Balears</p> <p>8è Classificat Absolut 4t Classificat Absolut Jove</p>
 <p>Aina Hierro</p>	<p>100 papallona (01:02.26)</p> <p>200 papallona (02:15.01)</p> <p>200 estils (02:23.85)</p> <p>50 papallona (29.12)</p>	<p>Medalla d'Or Absolut Jove 5a Classificada Absoluta</p> <p>Medalla de Bronze Absolut Jove 9ena Classificada Absoluta</p> <p>12ena Classificada Absoluta J. 20ena Classificada Absoluta</p> <p>15ena Classificada Absoluta J. 23ena Classificada Absoluta</p>

 Maria Mascaró	<p>800 lliures (09:03.67)</p>	<p>11ena Classificada Absoluta Jove 18ena Classificada Absoluta</p>
 Toni Mulet	<p>200 lliures (01:54.55)</p> <p>100 lliures (52.68)</p> <p>400 lliures (04:08.92)</p>	<p>18è Classificat Absolut Jove 30è Classificat Absolut</p> <p>18è Classificat Absolut Jove 34è Classificat Absolut ex.</p> <p>33è Classificat Absolut Jove 43è Classificat Absolut</p>

NEDADOR/A	1aJORNADA		2aJORNADA		3aJORNADA		4a JORNADA	
JOAN LLUIS PONS	200papallona	2 AB. 1 AB.J.	400 estils	1AB. 1 AB.J	200 estils	9 AB 2 AB.J	200 braça	
AINA HIERRO	200 papallona	9 AB. 3 AB.J	100 papallona	5 AB 1 AB.J.	200 estils	20 AB 12 AB.J	50 papallona	23 AB 15 AB.J
MARIA MASCARO	800 lliures	18 AB 11 AB.J						
TONI MULET			200 lliures	30 AB 18 AB.J	100 lliures	34 AB 18 AB.J	400 lliures	43 AB 33 AB.J

MEDALLER			
NEDADOR/A	OR	PLATA	BRONZE
Joan Lluís Pons	200 papallona Ab.Jove 400 estils Absolut 400 estils Ab. Jove	200 papallona Absolut 200 estils Ab. Jove	
Aina Hierro	100 papallona Ab.Jove		200 papallona Ab. Jove

NEDADOR/A	RECORD ESPANYA	RECORD DEL CAMPIONAT	RECORD DE BALEARS	MILLOR MARCA NACIONAL	MILLOR MARCA REGIONAL
Joan Lluís Pons	400 estils		400 estils 400 estils 200 papallona 200 papallona 200 estils		



Rècord d'Espanya d'en Joan Lluís



Diploma Mínima Olímpica



Joan Lluís amb els seus pares, Joan i Xisca

■ **Prensa:**

- www.nataccion.com:

Festín de Joan Lluís Pons, olímpico y récord nacional de 400 estilos: 4:15.49

BY [JUAN PÉREZ](#) · 20 MARZO, 2016



400 estilos masculino

Mínima Río, 4:16.64

Mínima Europeo, 4:18.50

Mínima Europeo júnior, 4:26.72

Récord nacional: Marc Sánchez, 4:15.64 (2014)

¡Sorpresa! **Joan Lluís Pons** bate el récord de España con 4:15.49, tiempo que le da la clasificación olímpica. El nadador balear bate el segundo récord nacional de la competición tras el de **Fátima Gallardo** en los 50 libres. El mallorquín, entrenado por **José Antonio del Castillo** en Barcelona, ya había mostrado su excelente momento en la series con 4:19.61, además de haber bajado de los dos minutos en los 200 mariposa: 1:58.56. Pons, nacido en 1996, rebaja los 4:15.64 que tenía otro mallorquín, **Marc Sánchez**, tercero hoy con 4:19.32. Una lesión en el pie trastocó la preparación de Sánchez, quien en la primera jornada logró la mínima del Europeo en los 1.500. Segundo hoy ha sido **Hugo González**, quien con 4:18.29 ha batido la Mejor Marca Nacional de 17 años, récord que tenía él desde las series de la mañana con 4:22.55. González consigue una nueva mínima para el Eurojúnior, también mínima continental absoluta.

- Diari de Mallorca:

Natación

Marc Sánchez tendrá que buscar la mínima para los Juegos en el Europeo

El mallorquín finaliza segundo en el 1.500 del Nacional y Pons logra la plata en los 200 mariposa

20.03.2016 | 02:29



El mallorquín Marc Sánchez durante la final de ayer de los 1.500 libre. **efe**

m. fernández/efe palma/sabadell

Marc Sánchez (Sabadell) perdió su gran ocasión para lograr el billete a Río. El mallorquín fue segundo en el 1.500, una medalla de plata que logró con un crono de 15:09.51 que, al menos, le da una segunda oportunidad: se clasificó para el Europeo de Londres, en mayo, en donde podrá luchar por conseguir la marca mínima para los Juegos.

Fue una de las sorpresas de la primera jornada del Campeonato de España de natación que se disputa en Sabadell, en donde seis nadadores españoles lograron siete mínimas olímpicas. Jessica Vall (100 braza), Duane de Rocha (200 espalda) y el joven Hugo González (200 espalda) las consiguieron en las clasificatorias de la mañana y las refrendaron por la tarde ganando sus respectivas finales. Mireia Belmonte (200 mariposa y 800 libres), África Zamorano (200 espalda) y César Castro (1.500 libre) también se hicieron con el pasaporte olímpico en sus respectivas finales.

Además del triunfo y la clasificación para Río del joven Hugo González, nadador del madrileño Canoe que se inició en la natación en Mallorca, destacó la actuación del mallorquín **Joan Lluís Pons**, que se hizo con la medalla de plata absoluta –y de oro en categoría joven– en los 200 metros mariposa con un crono de 1:58.56, marca con la que el deportista del CN Palma estableció además un nuevo récord de Balears absoluto.

En cuanto al resto de representantes isleños, cuarto puesto para una Melani Costa (UCAM Murcia) que tiene sus objetivos de clasificación olímpica puestos en otras distancias del estilo libre.

Por su parte, Cata Corró (Bidasoa) fue séptima en los 200 espalda. Además, **Aina Hierro** (CN Palma) se subió al podio –fue bronce en categoría joven– tras vencer en la final B de los 200 mariposa.

En estos Campeonatos de España de Primavera, que permiten a los nadadores luchar por conseguir las mínimas para los Juegos Olímpicos y los Europeos de Londres en piscina larga, participan ocho nadadores mallorquines – de ellos cuatro del Palma y uno del La Salle– y uno de Eivissa.

Marc Sánchez tendrá que buscar la mínima para los Juegos en el Europeo

► El mallorquín finaliza segundo en el 1.500 del Nacional y Pons logra la plata en los 200 m

Natación
► CAMPEONATO DE ESPAÑA

M. FERNÁNDEZ/XPE PALMA/SABADELL
■ Marc Sánchez (Sabadell) perdió su gran ocasión para lograr el billete a Río. El mallorquín fue segundo en el 1.500, una medalla de plata que logró con un crono de 15:09,51 que, al menos, le da una segunda oportunidad: se clasificó para el Europeo de Londres, en mayo, en donde podrá luchar por conseguir la marca mínima para los Juegos.

Fue una de las sorpresas de la primera jornada del Campeonato de España de natación que se disputa en Sabadell, en donde seis nadadores españoles lograron siete mínimas olímpicas. Jessica Vall (100 braza), Duane de Rocha (200 espalda) y el joven Hugo González (200 espalda) las consiguieron en las clasificatorias de la mañana y las refrendaron por la tarde ganando sus respectivas finales. Mireia Belmonte (200 mariposa y 800 libres), África Zamorano (200 espalda) y César Castro (1.500 libre) también se hicieron con el pasaporte olímpico en sus respectivas finales.

Además del triunfo y la clasificación para Río del joven Hugo González, nadador del madrileño Canoe que se inició en la natación en Mallorca, destacó la actuación



El mallorquín Marc Sánchez durante la final de ayer de los 1.500 libre. EFE

del mallorquín Joan Lluís Pons, que se hizo con la medalla de plata absoluta -y de oro en categoría joven- en los 200 metros mariposa con un crono de 1:38,56, marca con la que el deportista del CN Palma estableció además un nuevo récord de Balears absoluto.

En cuanto al resto de repre-

sentantes isleños, cuarto puesto para una Melani Costa (UCAM Murcia) que tiene sus objetivos de clasificación olímpica puestos en otras distancias del estilo libre.

Por su parte, Cata Corró (Bidasoa) fue séptima en los 200 espalda. Además, Aina Hierro (CN Palma) se subió al podio -fue bronce en categoría joven- tras vencer

en la final B de los 200 espalda. En estos Campeonatos de Primavera, a los nadadores les seguirán las mínimas para los Juegos Olímpicos y los Europeos en piscina larga. Ocho nadadores mallorquines se clasificaron en los cuatro del País de Valencia y uno de Elvi-



Imagen de Marc Sánchez durante la final de los 1.500 metros estilo libre, ayer.

Una plata amarga

Golpe ➔ Marc Sánchez se queda a una décima de la mínima olímpica con su segunda plaza en 1.500

T.J. | PALMA

Solo una décima separó a Marc Sánchez del billete para los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro. El mallorquín finalizó segundo en los 1.500 metros estilo libre parando el crono en 15:09:51 cuando la mínima para la gran cita está en 15:09:40, mientras que el joven César Castro se colgó el oro y aseguró su clasificación con 15:08:01.

El Campeonato de España que se celebra en Sabadell dejó de nuevo con la miel en los labios a Marc Sánchez en una jornada que se saldó con seis

mínimas de la mano de Jessica Vall (100 braza), Duane de Rocha (200 espalda), Hugo González (200 espalda), Mireia Belmonte (200 mariposa y 800 libres), África Zamorano (200 espalda) y César Castro (1.500 libres).

Melani Costa se quedó lejos del registro requerido en los 800 metros al ser cuarta en la final, mientras que otra de las actuaciones más destacadas de la representación balear protagonizó el joven Joan Lluís Pons, que se colgó la medalla de plata con récord de Balears incluido en los 200 mariposa.

Catalina Corró fue séptima en los 200 metros espalda y la nadadora del CN Palma Aina Hierro puso de relieve su potencial apuntándose la victoria en la final B de los 200 mariposa que le reportaba la medalla de bronce en categoría absoluta joven.

Cabe destacar que el Campeonato de España se prolongará hasta el martes y, además, los nadadores españoles dispondrán de una nueva oportunidad de asegurar su presencia en los Juegos en el próximo Europeo, que se disputará en Londres del 9 al 22 de mayo.

LUNES, 21 DE MARZO DE 2016

DEPORTES

Última Hora 59

Natación



CAMPEONATO DE ESPAÑA OPEN



El nadador mallorquín Joan Lluís Pons (CN Palma) nada durante la final de los 400 estilos. EFE

Pons, récord y billete a Río

Histórico ➔ El joven nadador mallorquín destroza la plusmarca nacional de 400 estilos para conseguir el oro y una plaza olímpica

Fernando Fernández | PALMA

Joan Lluís Pons entró por la puerta grande en la historia de la natación española y el deporte balear. El internacional del Club Natación Palma, de 19 años, hizo realidad su sueño olímpico al romper el crono en la final de los 400 metros estilos de los Campeonatos de España Open, que se disputan hasta el martes en Sabadell. El *soileric* ya avisó de sus intenciones en las series matinales, logrando entonces el récord de Balears y el mejor tiempo de las eliminatorias, con 4:19.61.

Parecía haber dejado el listón

muy alto, pero Joanlu fue a más en una final en la que estaba en juego, además de las medallas, la clasificación para los Juegos Olímpicos de Río.

Para Pons y también para Marc Sánchez (Sabadell), que buscaba sacarse la espina del 1.500 y apurar otra de sus opciones de estar en la gran cita del año. Pero Pons se destapó en la finalísima.

Con una autoridad abrumadora, el nadador del Palma logró una marca de 4:15.49. Atrás quedaron los 4:15.64 que eran posesión del también balear Marc Sánchez. Ese tiempo valía oro, la

El apunte

Hugo González, de Palma a Río 2016

Uno de los hombres de moda en la natación española es Hugo González de Oliveira. Nacido en Palma en 1999, de padre ma-

llorquín y madre brasileña, asombró al planeta al conseguir el título mundial júnior de 200 espalda en Singapur 2015. Formado a caballo entre Murcia y Madrid, en el nacional de Sabadell logró con 17 años recién cumplidos la mínima olímpica para Río en su distancia de referencia con un tiempo de

1:57.00, un segundo por debajo de la marca establecida. La natación española -y mundial- ha fijado sus miras en un nadador nacido en Mallorca, con genes isleños, y que también estará en Río. Hugo González de Oliveira, el otro mallorquín que nadará en los Juegos Olímpicos.

plusmarca nacional, y rebajar la mínima requerida por la RFN para representar a España en los Juegos de Río (4:16.64), que tantó y rozó en las series.

ESFUERZO

En una final perfecta, disputada al límite, Joan Lluís Pons -finalista en el pasado Europeo de piscina corta de Israel- superaba con enorme autoridad a Hugo González de Oliveira (Canoe, 4:18.29), y al balear Marc Sánchez (Sabadell, bronce con 4:19.32).

No era un título más. Ni uno cualquiera. El nacional Open da plazas a Río, y una de ellas ya es

para Joan Lluís Pons, que confirma su enorme progresión y logra un objetivo que recompensa una intensa puesta a punto y su mejoría desde su llegada al CAR.

Si la cara era Pons, la cruz era de nuevo Marc Sánchez, que se quedaba otra vez sin mínima olímpica. Igual que en la prueba femenina Catalina Corró (Bidasoa XXI), en cuya final acabó en octavo lugar (4:49.90).

Destacada también fue la quinta plaza en los 100 mariposa de Aina Hierro (CN Palma), con un crono de 1:02.26, mejorando en casi medio segundo su registro de las preliminares (1:02.74).

Tampoco tuvo fortuna Melani Costa (UCAM). La doble olímpica se la jugaba en los 200 metros libre, y después de conseguir la mejor marca en las clasificatorias (1:58.80), en la final cumplió con el trámite de imponerse y hacer suyo el título (1:58.78), pero se quedó sin mínima (está fijada en 1:57.93).

Costa tiene en la recámara las bazas de los 100 y 400 metros libre entre hoy y mañana, mientras que Marc Sánchez será uno de los hombres a seguir en el 400 libre. A Pons le quedan los 200 estilos y braza, aunque ya ha cumplido su objetivo. Y su sueño.



Joan Lluís Pons

Nadador, campeón de España de 400 estilos. El solleric fue el pasado domingo el gran protagonista de los Nacionales de Sabadell al batir el récord de España y lograr su clasificación para los Juegos Olímpicos de Río. El nadador del CN Palma, de 19 años, se entrena en el Centro de Alto Rendimiento de Sant Cugat.

“Aún estoy en una nube, no me acabo de creer que estaré en los Juegos”

M. FERNÁNDEZ PALMA

■ “Estaba compitiendo y luego tocaba la entrega de medallas. Espera, que pasa una moto y ahora no te oigo bien”. Joan Lluís Pons atiende a DIARIO de MALLORCA nada más salir de la piscina de Sabadell, en donde el domingo fue protagonista al clasificarse para Río y establecer un nuevo récord de España en los 400 estilos (4:15.49). “Estoy feliz, aún un poco en una nube. No me acabo de creer que estaré en los Juegos”, admite quien tuvo que cumplir con la tradición de tocar la campana tras lograr el nuevo registro nacional ante el aplauso generalizado del público.

–¿Qué sintió en ese momento?
–Te ves protagonista y sientes todo lo que te ha costado y lo que aguantas. Sale la emoción. Ahora hay que asimilar lo que pueda empezar a venir.
–Récord y mínima para Río. ¿Se lo imaginaba?
–Esta es una prueba muy difícil, con mucha competencia, pero sí que lo había pensado... Me veía haciéndola mínima. Pero me veía mejor para el Europeo, no en estos Nacionales. Y el récord de España ni me lo había imaginado hacerlo ahora.

–¿Ha sido una sorpresa para usted conseguir esta marca?
–Sí, no me lo esperaba. Pero notaba tanta presión como otros nadadores y en ese aspecto lo he tenido bastante bien. Es mejorar mucho tiempo en una competición. Había nadado varias veces en 4:20, pero hablamos de cinco segundos.
–¿Y para su entrenador, José Antonio del Castillo?
–Él lo veía más posible. Y con el paso del tiempo he ido creyéndome lo más. Por la mañana me dijo que podía hacer el récord de Es-



Joan Lluís Pons, en el podio escoltado por Hugo González y Marc Sánchez (d). NA.TIQUESIABADELL.COM

“A Río iremos a aprender, hacer una buena marca y rascar posiciones. La final es difícil, pero lo intentaremos”

paña, que estaba preparado.
–¿Llegaba a Sabadell con este objetivo?
–Planteamos los meses de trabajo en función de que era año olímpico. El objetivo era ir a tope y a ver qué sale. Veía más asequible lograr el objetivo en el Europeo.
–¿Cómo afronta el futuro?
–Esto me anima mucho. Y me refuerzo. Hasta ahora luchaba por meterme a nivel nacional. Y consigues el récord de España. El objetivo ahora es rebajarlo. Tengo ganas de superarme. Siempre hay

cosas que puedes pulir.
–Le ha arrebatado el récord a otro mallorquín, Marc Sánchez. ¿Habló con él tras la prueba?
–Sí, la verdad es que estaba muy contento por mí. Al ser los dos de casa nos hemos seguido bastante y estamos bastante unidos. Ha sido una lástima que no consiguiéramos la marca para los Juegos. Se ha quedado muy cerca. Espero que la consiga pronto.
–Ayer ganó la final B de los 200 estilos y logró el oro de la categoría Joven, con récord de Baleares.
–Aquí las pruebas fuertes para competir eran los 200 mariposa [fue plata] y los 400 estilos, el resto las hago más para la preparación que se había programado a principios de temporada. Mañana [por hoy] nado los 200 braza,

pero más como refuerzo de los entrenamientos.
–¿Cambia ahora su preparación para los Juegos?
–Realmente creo que será una continuación... aunque variará radicalmente en el sentido de que habrá más concentraciones y competiciones de más nivel.
–¿Cuál será el objetivo en Río?
–En principio, iremos a aprender y a hacer una buena marca. Por la mañana, en las series, buscaremos rebajar el tiempo y luego rascar posiciones. Una final es difícil porque el nivel es muy alto, pero lo vamos a intentar.
–Antes está el Europeo.
–Habrá que tomarlo como un buen entrenamiento... Aunque, ahora toca luchar por bajar el récord de España. Pero antes toca una semana de vacaciones.

- Diari de Sóller:



Imatge d'arxiu del nedador solleric



21/03/2016 | 08:33

Passaport cap a Rio

saveu.cat

Gesta històrica per a l'esport solleric. El nedador **Joan Lluís Pons** ha obtingut el passaport per a les properes Olimpíades que es celebraran a Rio de Janeiro (Brasil). El nadador solleric es va fer ahir amb la victòria en els 400 estils dels Campionats d'Espanya en piscina de 50 metres amb un temps de 4:15.49, registre que li va atorgar la marca mínima per disputar els Jocs Olímpics d'enguany i que, a més, és nou rècord nacional. El solleric, ovacionat pel públic, va ser el gran protagonista de l'esdeveniment que se celebra a Sabadell, per damunt fins i tot d'una estrella d'aquest esport com Mireia Belmonte.

Pons va batre el rècord d'Espanya en la final dels 400 estils, amb un temps de 4:15.49, registre que és a més marca mínima per participar en els Jocs Olímpics de Rio de Janeiro. El solleric va rebaixar en 15 centèsimes el rècord d'Espanya (4:15.64) que tenia des de l'abril del 2014 Marc Sánchez, nedador mallorquí del Sabadell que va ser tercer (4:19.32) i es va quedar, com ja li va passar dissabte al 1.500 lliure, sense el bitllet per al Brasil.

En declaracions recollides per Diari de Mallorca, el nedador olímpic afirma que "**estar en uns Jocs Olímpics és el somni que sempre vaig voler complir des que m'entrén, i el d'avui -per ahir- a Sabadell ha estat increïble**", va assegurar Joan Lluís Pons, de 19 anys, que va rebaixar en 15 centèsimes l'anterior rècord que posseïa el seu amic i també mallorquí Marc Sánchez.

"Si la mínima olímpica ja era complicada, el rècord nacional...", va comentar el mallorquí, que duu dos anys entrenant-se al Centre d'Alt Rendiment de Sant Cugat a les ordres de José Antonio del Castillo. "En aquest temps he canviat molt i he après a afrontar situacions com aquesta quan has de competir per unes marques", va admetre Pons, que va reconèixer que viu la natació "en el seu dia a dia". "I estic satisfet d'haver fet aquest canvi", ha afegit. Amb ell són tres els nedadors menors de 20 anys que han aconseguit la seva classificació per Rio. "Els nedadors joves estam tenint una projecció molt bona i estem pegant fort", ha conclòs.

- Diari de Mallorca:

Natación

Pons saca el billete a Río

El mallorquín bate el récord de España en los 400 estilos y logra clasificarse para los Juegos Olímpicos - Marc Sánchez es tercero y no obtiene la mínima - Melani Costa gana el 200 libre, también sin marca

21.03.2016 | 02:42



Pons, con el técnico Marcelo Cuartero. @CuarteroMarcelo

Fotos de la noticia

Joan Lluís Pons

“Es el sueño que siempre quise cumplir desde que me entreno”

“Estar en unos Juegos Olímpicos es el sueño que siempre quise cumplir desde que me entreno, y lo de hoy –por ayer– en Sabadell ha sido increíble”, dijo Joan Lluís Pons, de 19 años, que rebajó en 15 centésimas el anterior récord que poseía su amigo y también mallorquín Marc Sánchez. “Si la mínima olímpica ya era complicada, el récord nacional...”, comentó el mallorquín, que lleva dos años entrenándose en el CAR de Sant Cugat a las órdenes de José Antonio del Castillo. “En este tiempo he cambiado mucho y he aprendido a afrontar situaciones como esta cuando tienes que competir por unas marcas”, admitió Pons, que reconoció que vive la natación “en su día a día”. “Y estoy satisfecho de haber realizado este cambio”, añadió. Con él son tres los nadadores menores de 20 años que han conseguido su clasificación para Río. “Los nadadores jóvenes estamos teniendo una proyección muy buena y estamos pegando fuerte”, concluyó.

m. fernández/efe palma/sabadell

Joan Lluís Pons estará en Río de Janeiro este verano. El nadador del Palma se hizo ayer con la victoria en los 400 estilos de los Campeonatos de España en piscina de 50 metros con un tiempo de 4:15.49, registro que le otorgó la marca mínima para disputar los Juegos Olímpicos de este año y que además es nuevo récord nacional. El mallorquín, ovacionado por el público, fue el gran protagonista del evento que se celebra en Sabadell, por encima incluso de una estrella de este deporte como Mireia Belmonte.

Pons batió el récord de España en la final de los 400 estilos, con un tiempo de 4:15.49, registro que es además marca mínima para participar en los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro. El solleric rebajó en 15 centésimas el récord de España (4:15.64) que tenía desde abril del 2014 Marc Sánchez, nadador mallorquín del Sabadell que fue tercero (4:19.32) y se quedó, como ya le ocurriera el sábado en el 1.500 libre, sin el billete para Brasil.

La segunda posición fue para una de las sensaciones de estos Campeonatos de España, el nadador del Canoe madrileño Hugo González –que se inició en la natación en Mallorca–, con un tiempo de 4:18.29 con la que mejoró su mejor marca personal y consiguió la mínima para los Europeos del mes de mayo en Londres.

Costa tampoco irá al Europeo

En cuanto al resto de representantes mallorquines en este Nacional de Sabadell, en la segunda jornada de los campeonatos entró de nuevo en acción Melani Costa, que compite con el UCAM Murcia, que se impuso en los 200 libre femenino pero no logró la clasificación para los Juegos en esta prueba.

Firmó un tiempo de 1:58.78 que, además, la dejó también fuera de los Campeonatos de Europa de Londres y sin otra opción para conseguir la mínima olímpica en esta modalidad.

Además, la joven **Aina Hierro** (Palma), fue quinta en la final de los 100 mariposa, colgándose de esta forma la medalla de oro en el Nacional de categoría Joven.

Mireia Belmonte (UCAM Murcia) volvió a ser protagonista en la segunda jornada del Nacional, ya que por la mañana logró la mínima olímpica en los 400 estilos y por la tarde se impuso en la final con la segunda marca mundial de la temporada (4:33.42).

La subcampeona olímpica sigue cumpliendo con su guión particular y ya tiene las mínimas en los 400 estilos, los 200 mariposa y los 800 libres. Hoy se lanzará a la piscina a por la mínima para los Juegos en los 200 estilos y a por el título nacional de 1.500, prueba que no forma parte del calendario olímpico.

También brilló ayer la joven María Vilas (CN Riveira), quien batalló hasta el último centímetro en en los 400 estilos femeninos y obtuvo como premio la clasificación para los Juegos Olímpicos al parar el crono en 4:38.41 y acompañar así a Belmonte a Río



Joan Lluís Pons durante la final de los 400 estilos en la que batió el récord de España y logró la clasificación para los Juegos. EFE

Pons saca el billete a Río

► El mallorquín bate el récord de España en los 400 estilos y logra clasificarse para los Juegos Olímpicos
► Marc Sánchez es tercero y no obtiene la mínima ► Melani Costa gana el 200 libre, también sin marca

M. FERNÁNDEZ/EFE PALMA/SABADELL
■ Joan Lluís Pons estará en Río de Janeiro este verano. El nadador del Palma se hizo ayer con la victoria en los 400 estilos de los Campeonatos de España en piscina de 50 metros con un tiempo de 4:15.49, registro que le otorgó la marca mínima para disputar los Juegos Olímpicos de este año y que además es nuevo récord nacional. El mallorquín, ovacionado por el público, fue el gran protagonista del evento que se celebra en Sabadell, por encima incluso de una estrella de este deporte como Mireia Belmonte.

Pons batió el récord de España en la final de los 400 estilos, con un tiempo de 4:15.49, registro que es además marca mínima para participar en los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro. El solleric rebajó en 15 centésimas el récord de España (4:15.64) que tenía desde abril del 2014 Marc Sánchez, nadador mallorquín del Sabadell que fue tercero (4:19.32) y se quedó, como ya le ocurriría el sábado en el 1.500 libre, sin el billete para Brasil.

La segunda posición fue para una de las sensaciones de estos Campeonatos de España, el nadador del Canoe madrileño Hugo González -que se inició en la natación en Mallorca-, con un tiempo de 4:18.29 con la que mejoró su mejor marca personal y consiguió la mínima para los Europeos del mes de mayo en Londres.

Costa tampoco irá al Europeo
En cuanto al resto de representantes mallorquines en este Nacional de Sabadell, en la segunda jornada de los campeonatos entró de nuevo en acción Melani Costa, que compite con el UCAM Murcia, que se impuso en los 200 libre femenino pero no logró la clasificación para los Juegos en esta prueba.

Firmó un tiempo de 1:58.78 que, además, la dejó también fuera de los Campeonatos de Europa de Londres y sin otra opción para conseguir la mínima olímpica en esta modalidad.

Además, la joven Aina Hierro (Palma), fue quinta en la final de los 100 mariposa, colgándose de esta forma la medalla de oro en el Nacional de categoría Juven.

Mireia Belmonte (UCAM Murcia) volvió a ser protagonista en la segunda jornada del Nacional, ya

JOAN LLUÍS PONS

“Es el sueño que siempre quise cumplir desde que me entreno”

► “Estar en unos Juegos Olímpicos es el sueño que siempre quise cumplir desde que me entreno, y lo de hoy -por ayer- en Sabadell ha sido increíble”, dijo Joan Lluís Pons, de 19 años, que rebajó en 15 centésimas el anterior récord que poseía su amigo y también mallorquín Marc Sánchez. “Si la mínima olímpica ya era complicada, el récord nacional...”, comentó el mallorquín, que lleva dos años entrenándose en el CAR de Sant Cugat a las órdenes de José Antonio del Castillo. “En este tiempo he cambiado mucho y he aprendido a afrontar situaciones como esta cuando tienes que competir por unas marcas”, admitió Pons, que reconoció que vive la natación “en su día a día”. “Y estoy satisfecho de haber realizado este cambio”, añadió. Con él son tres los nadadores menores de 20 años que han conseguido su clasificación para Río. “Los nadadores jóvenes estamos teniendo una proyección muy buena y estamos pegando fuerte”, concluyó. EFE SABADELL



Pons, con el técnico Marcelo Cuartero y su diploma. @CUARTEROMARTELO

Mireia Belmonte y la joven María Vilas consiguen el pasaporte para Brasil en los 400 estilos femeninos

que por la mañana logró la mínima olímpica en los 400 estilos y por la tarde se impuso en la final con la segunda marca mundial de la temporada (4:33.42).

La subcampeona olímpica sigue cumpliendo con su guión particular y ya tiene las mínimas en los 400 estilos, los 200 mariposa y los 800 libres. Hoy se lanzará a la piscina a por la mínima para los Juegos en los 200 estilos y a por el título nacional de 1.500, prueba que no forma parte del calendario olímpico.

También brilló ayer la joven María Vilas (CN Riveira), quien batalló hasta el último centímetro en los 400 estilos femeninos y obtuvo como premio la clasificación para los Juegos Olímpicos al parar el crono en 4:38.41 y acompañar así a Belmonte a Río.

Mian
JOYERÍA - RELOJERÍA - TROFEOS

La mayor exposición y el mejor precio de Baleares

CENTRAL: Avda. Antonio Maura, 49.
Tel. 971 60 05 84 Fax 971 60 09 61 (Pont d'Inca)
Sucursales en Palma, Pont d'Inca y Sta. Maria del Cami
Visite nuestra web: www.joyeriasmian.com
SOMOS FABRICANTES - 30 AÑOS NOS AVALAN

Lunes, 21 de marzo de 2016

LunesDeportes

Diario de Mallorca

CONTENIDO Y LICENCIADO
DEPORTE AS. DIFUSION DE MALLORCA S.L.



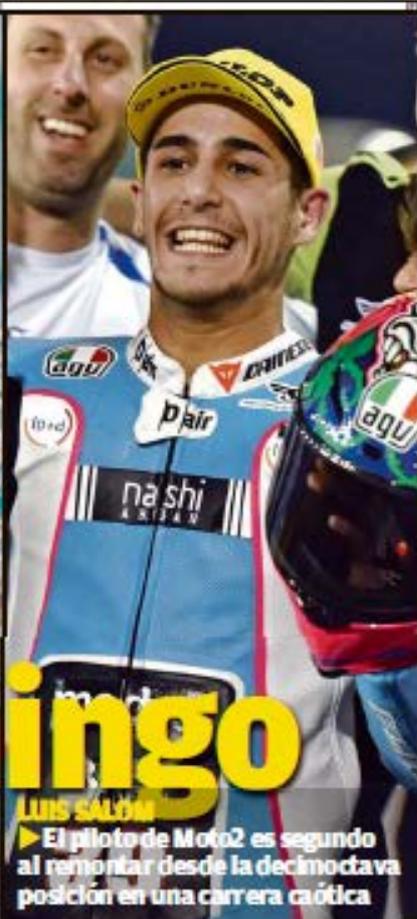
JORGE LORENZO

► El vigente campeón de MotoGP gana con autoridad la carrera inaugural del curso en Catar



JOAN LLUÍS PONS

► El nadador mallorquín logra el billete olímpico para Río tras batir el récord de España en 400 estilos



LUIS SALÓM

► El piloto de Moto2 es segundo al remontar desde la decimotava posición en una carrera caótica

Súperdomingo

LA FIGURA

EFE



Joan Pons Con pasaporte a Río

■ El nadador del CN Palma Joan Lluís Pons batió ayer por la tarde en Sabadell el récord de España de los 400 estilos con un tiempo de 4:15.49 con el que ha ganado la final de la prueba. Pons, de 20 años, ha conseguido con este tiempo la marca mínima para participar en los Juegos Olímpicos de Río de Ja-

neiro. El nadador mallorquín rebajó en 15 centésimas el récord de España que tenía desde abril del 2014 Marc Sánchez, que fue tercero en la final. La segunda posición fue para una de las sensaciones de estos Campeonatos de España, el nadador del Real Canoe Hugo González de Oliveira.



Tallers Suauto Gas
Blanquerna 21 Telf. 971 752 402

AHORRA 50% EN COMBUSTIBLE

www.tallerssuauto.com  

Acceso abierto desde c/ Antonio Marqués hacia Blanquerna 21

- RFEN:

NATACION

OPEN (2ª): PONS, MINIMA OLIMPICA Y RECORD ESP.



20/03/2016 - Hay que nadar mucho para hacer sombra en una jornada a una superstar mundial como es Mireia Belmonte —tercera y contundente mínima olímpica, por cierto, en el ecuador del XVII Cto. de España Open de Primavera—, y eso es lo que hizo el joven de 19 años **Joan Lluís Pons** (CN Palma de Mallorca), que si por la mañana amagaba, por la tarde abría la caja de los truenos con sus 4.15.49, ¡récord de España y mínima olímpica! Otro billete de enorme mérito para María Vilas (CN Riveira) en 400Ei.

Increible, espectacular **Joan Lluís Pons**. Tanto que dejó por detrás a hombres como a la nueva sensación, **Hugo González de Oliveira** (Real Canoe NC), Mejor Marca Nacional con 4.18.29 y mínimas europeas absoluta y júnior, y a un experimentado **Marc Sánchez** (CN Sabadell) con 4.19.32. El mallorquín consigue así billete para sus primeros Juegos Olímpicos de Verano.

Por su parte, **Mireia Belmonte** (UCAM Fuensanta) obtenía la tercera mínima en el ecuador de la competición, esta vez en los 400 estilos y por dos veces, por la mañana y refrendando por la tarde con segunda mejor marca mundial del año (4.33.42). No quedó lejos de su récord de España de Barcelona 2013. Mireia está fina, con los objetivos intactos, camino firme a Río. Para sus rivales mundiales, un problema.

LA FE DE MARIA VILAS

María Vilas tuvo fe y batalló hasta el último centímetro para llevarse un premio espectacular, su presencia en los Juegos Olímpicos en piscina con unos 4.38.41 en 400 estilos con los que acompaña a Mireia en esta prueba de nivel mundial en España.

Cerró de nuevo con una mínima (Eurojunior) **César Castro** (CN Plasencia) -17 años- en los 200 libre con 1.49.31, Mejor Marca Nacional de su edad. César lleva cuatro sesiones tremendas a su edad, con una madurez competitiva digna de todo elogio. Sin duda, está haciendo historia.

En cuanto a otras mínimas, europea en cuatro estilos para **África Zamorano** (CN Sant Andreu) con 4.41.39. Y **María Artigas** (Real Canoe NC), mínima eurojúnior con 4.51.91. También tope para Hungría en 100 mariposa con **Alberto Lozano** (Cdad. Alcorcón) con 53.20 y **Rubén Márquez** (CD Anta) con 54.62. Y **Carmen San Nicolás** (San Javier), con 2.03.14 en 200 libre, se lleva el premio eurojúnior.

Rodrigo Gil-Sabio (Env. Especial Open de Primavera Sabadell 2016). Foto: Joan Lluís Pons en la campana de los records / RFEN

- Planeta Olímpico:

Pons y Vilas se apuntan a Rio y Mireia a lo suyo

Escrito por Alberto González "Pipe"

Publicado: 20 Marzo 2016



Foto: marca.com

Hoy ha sido el día de los 400 estilos donde se han conseguido tres nuevas mínimas para los Juegos Olímpicos durante la segunda jornada de los XVII Campeonatos de España Open de Primavera que se están celebrando en Sabadell. Mireia suma y sigue y se suman a la fiesta María Vilas y el joven de 19 años, **Joan Lluís Pons** (4:15.49) que además ha batido el récord de España en esa disciplina.

Mireia Belmonte es de otro planeta. Hoy ha destrozado la mínima que se pedía en los 400 estilos. Su marca 4:33.42, segunda mejor marca mundial del año. La federación exigió 4:40.76. Siete segundos menos. Una barbaridad. Mireia nos ha vuelto a ilusionar. En la misma prueba, María Vilas (4:38.81) hizo marca personal para celebrar su billete a Rio.

Capítulo aparte es lo que ha hecho hoy el mallorquín **Joan Lluís Pons** en los 400 estilos. Ha cumplido su "sueño" de ir a unos Juegos Olímpicos y lo ha hecho por la puerta grande. Con récord de España y batiendo a gente tan importante como Marc Sánchez que tenía el récord anterior (4:15.64) o el joven Hugo González.

Resultados 2ª jornada

Mujeres

50 Espalda: 1.Merche Peris, 28.18, 2.Laura Yus, 29.35 y 3.Cintia Álvarez, 29.65.

100 Mariposa: 1.Judit Ignacio, 59.25, 2.Mills (USA), 1:00.57 y 3.Monteiro (POR), 1:00.79.

200 Libre: 1.Melani Costa, 1:58.78, 2.Patricia Castro, 1:59.05 y 3.Fátima Gallardo, 1.59.44.

400 Estilos: 1.Mireia Belmonte, 4:33.42, 2.María Vilas, 4:38.81 y África Zamorano, 4:41.39.

Hombres

50 Espalda: 1.Aschwin Wildeboer, 25.37, 2.J.F. Segura, 25.84 y 3.Javier Romero, 25.95. 4. Hugo González, 26.12 (R.España 17 años).

100 Mariposa: 1.Czerniak (POL), 51.31, 2.Alberto Lozano, 53.20 y 3.Carlos Peralta, 53.56.

200 Libre: 1.César Castro, 1:49.31, 2.Albet Puig, 1:49.32 y 3.Miguel Durán, 1:49.45.

400 Estilos: 1.**Joan Lluís Pons**, 4:15.49 (REspaña), 2.Hugo González, 4:18.29 y 3.Marc Sánchez, 4:19.32

- Diari de Sabadell:

26 Diari de Sabadell **ESPORTS** Dimarts, 22 - Dimecres, 23 de ...

NATACIÓ ▶ CAMPEONATO DE ESPAÑA

Mireia y los jóvenes dan el plus al Open

Hoy, última jornada donde pueden caer las mínimas para los nadadores del Club

Preolímpico: España cae ante Grecia

La selección española de waterpolo con 7 jugadoras del Club perdió por 11-14 ante Grecia en el primer partido del Preolímpico de Gouda (Holanda). Fueron por detrás durante todo el encuentro. Esta martes juegan ante Japón y el miércoles frente a EE.UU. La clave será el sábado cuando se disputa el cruce de cuartos. Si ganan ese encuentro podrán defender la plata olímpica lograda en Londres.

Tres para Río. Mireia Belmonte, escoltada por María Vilas y África Zamorano, podio olímpico

Muchas imágenes, muchas historias, alegrías y tristezas en los tres días del Campeonato de España Open de Primavera que finaliza este martes en Sabadell.

En esta última sesión, varios nombres propios con Aschwin Wildeboer que busca la clasificación para sus cuartos Juegos Olímpicos en los 100 espalda. El domingo venció en los 50 espalda. «Contento por la victoria pero seguro que este martes nadaré mejor». Se encuentra con confianza y a la espera de lograr el más difícil todavía. Can Llong vibrará en la última prueba del Open.

De momento, ningún nadador del Club ha logrado la marca exigida para ir a Río. Nueve nadadores han logrado la mínima para los Juegos.

Londres, segunda opción

Para los que no lo consiguen en este torneo habrá una segunda oportunidad en el

DS

Marc Sánchez se quedó a 11 centésimas en el 1.500

Europeo de Londres de mediados de mayo. Eso en las pruebas donde no esté cubierto el cupo de dos clasificados. Por ejemplo, en 200 mariposa, Judit Ignacio puede lograr la segunda plaza si consigue la marca exigida en Londres. En cambio en los 200 espalda femenino, ya está cubierto con África Zamorano y Duane da Rocha.

Estelar **Mireia Belmonte** con cinco triunfos (200 mariposa, 800 y 1.500 libre, 200 y 400 estilos) y cuatro mínimas (ya que el 1.500 no es olímpico). La ex del Club, ha demostrado de largo, porqué es la mejor del país. Su entrenador Fred Vernoux no perdió detalle. Junto a ella, dos grandes como son **Jéssica Vall** (Sant Andreu) en 100 braza y **Duane da Rocha** (UCAM). Fueron las primeras en lograr el objetivo olímpico en la primera sesión.

La polivalente **María Vidal** lo consiguió en los 400 estilos tras Mireia. «En la prueba en la que menos me esperaba» nos confesaba la risueña gallega.

El Open de los jóvenes al sólo 11 centésimas tras nadar 1.500 metros en 15 minutos 9 segundos y 51 centésimas (15.09.40). Fue tercero en los 400 estilos notando la decepción de la primera jornada.

También el corazón en un puño de más de uno y una en las gradas abarrotadas de Can Llong tras no lograr el tiempo en los 200 mariposa **Judit Ignacio**. Marcó medio segundo más (2.09.15) en su prueba favorita para ser segunda tras Mireia. Mucha tensión.

Nueve triunfos del Club

En cuanto a triunfos del Club, la extremeña **Fátima Gallardo** lleva dos. En los 50 libres con récord de España por sus 25*43 fulminando el registro del 2009 de los bañadores milagro. Y en el hectómetro de crol (55*19) sin batir su plus-marca. Fue tercera en 200 libres con el agónico triunfo de Melani Costa (UCAM)

Aschwin Wildeboer ganó los 50 espalda con 25*37, tres años después de su último triunfo en un Open.

El polaco **Konrad Czerniak** arrasó con tres triunfos (21.95 en 50 libre; 51.31 en 100 mariposa y 100 libre 48*56).

Judit Ignacio ganó los 100 mariposa con 59*25 y sin rivales no pudo con su récord de España que tiene desde el 2013 (58*87). Fue tercera en los 100 metros libre (56.39).

Merche Peris venció en los 50 espalda con 28.18 y más de un segundo de ventaja sobre la segunda.

El uruguayo **Martín Melconian** se impuso en los 50 braza en la tarde del lunes con un crono de 28.15.

Erika Villaécija fue segunda en los 1.500 por delante de Jimena Pérez en un emocionante mano a mano (16.23.19)

DS

César Castro, África Zamorano, Hugo González y Joan Pons, el futuro

tras Mireia Belmonte.

Miguel Durán fue tercero en los 200 libre y **Joan Casanovas** cuarto en otra exhibición del extremeño César Castro.

María Alcalde, quinta en 200 espalda, el día de su 18 cumpleaños.

Fin de fiesta

Este martes (eliminatórias a las 10 y finales a las 17.30 h.) el colofón con el duelo entre **Jéssica Vall** y **Marina García** en 200 braza; el 400 libre femenino donde se la juega **Melani Costa** y, sobretudo, el 400 libre masculino con **Marc Sánchez**, **Miguel Durán**, **Joan Casanovas** al ataque. La oportunidad para **Merche Peris** en el 100 espalda y el colofón con **Aschwin Wildeboer** nadando la última prueba y con su hermano **Olaf** en las gradas.

Además por la mañana se lanzarán varios relevos para intentar clasificarse ■

Las gradas repletas de la piscina Carles Ibars de Can Llong durante las tres jornadas

- El Mundo Deportivo:

Joan Lluís Pons: "Estar en unos Juegos es el sueño que siempre quise cumplir"

- El nadador mallorquín ha dado una de las grandes alegrías del Open a la natación española



20/03/2016 19:15

El nadador mallorquín **Joan Lluís Pons** ha calificado de "sueño" lo conseguido en la **final de los Campeonatos de España de 400 estilos**, al **batir el récord de España** y conseguir la **mínima olímpica** con un tiempo de **4:15.49**.

"Estar en unos Juegos Olímpicos es el sueño que siempre quise cumplir desde que me entreno, y lo de hoy en Sabadell ha sido increíble", ha manifestado el nadador, de 19 años.

Pons ha redondeado su fenomenal clasificación rebajando en 15 centésimas el anterior récord que poseía su amigo Marc Sánchez. "Si la mínima olímpica ya era complicada, el récord nacional...", ha comentado.

El nadador mallorquín lleva dos años entrenándose en el CAR de Sant Cugat a las órdenes del José Antonio del Castillo. Pons ha reconocido que en este tiempo que lleva en el centro de alto rendimiento "he cambiado mucho y he aprendido a afrontar situaciones como esta cuando tienes que competir por unas marcas".

Pons reconoce que vive mucho la natación "en su día a día, y estoy satisfecho de haber realizado este cambio".

Con Joan Lluís Pons ya son tres los nadadores menores de 20 años que han conseguido su clasificación para los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro después de que ayer lo consiguieran Hugo González en los 200 espaldas y César Castro en los 1.500 libres.

"Los nadadores jóvenes estamos teniendo una proyección muy buena y estamos pegando fuerte", ha concluido el nadador.

- Rtve.es:

Natación | Campeonato de España

Belmonte brilla en los 400 estilos y María Vilas y Joan Lluís Pons estarán en Río

- Los nadadores españoles suman diez mínimas para los JJ.OO.
- **Joan Lluís Pons** consigue el billete con un récord nacional en 400 estilos

20.03.2016 | actualización 20h28

RTVE.ES / EFE

Mireia Belmonte ha vuelto a ser la **protagonista en la segunda jornada del Campeonato de España** que se celebran en Sabadell al lograr este domingo por la mañana la mínima olímpica en los 400 estilos y ganar la final de esta prueba por la tarde con la segunda marca mundial de la temporada con 4:33.42.

La subcampeona olímpica sigue cumpliendo con su guión particular y ya tiene las mínimas en los **400 estilos**, los 200 mariposa y los 800 libres. Este lunes se lanzará a la piscina a por la mínima olímpica de los 200 estilos y el título nacional de 1.500, prueba que no forma parte del calendario olímpico.

La segunda jornada del campeonato ha vuelto a confirmar a la **nueva generación de jóvenes nadadores** menores de 20 años con la clasificación para los Juegos Olímpicos de Río de María Vilas, segunda en la final de los 400 estilos, y de Joan Lluís Pons también en esa misma prueba.

Con estos dos nadadores, ya son **ocho los nadadores clasificados** para los Juegos y diez las marcas mínimas conseguidas, si se tiene en cuenta que Mireia Belmonte ya tiene tres.

Joan Lluís Pons, además, ha batido también el **segundo récord de España** de estos campeonatos con un tiempo de 4:15.49, rebajando en 15 centésimas la anterior plusmarca que tenía Marc Sánchez desde hace dos años.

César Castro, que nel sábado consiguió la mínima en los 1.500 libres, ha ganado los 200 libres con un tiempo de 1:49.31, por lo que tiene **plaza segura en el relevo 4x200 libres** de Río de Janeiro. Albert Puig, Miguel Durán y Joan Casanovas han quedado por detrás de Castro y son los mejores situados para completar el relevo.

La decepción de la jornada ha sido Melani Costa que, a pesar de ganar la final de los 200 libres, no ha conseguido la mínima ni para los Juegos Olímpicos ni para el próximo Europeo de Londres al realizar un tiempo de 1:58.78.



- Diari de Sabadell:

Dimarts, 22 - Dimecres, 23 de març del 2016 ESPORTS Diari de Sabadell 27

NATACIÓ ▶ CAMPEONATO DE ESPAÑA

Diez imágenes, diez emociones



Doblete de la extremeña del Club Fátima Gallardo (centro) junto a M.González y Judit Ignacio

FOTOS: LLUÍS PARRICO Y JOBY SÁNCHEZ



Jéssica Vall (Sant Andreu), la primera en clasificarse para Río



Eduardo Solaeché (Canoe) récord y mínima en 200 estilos



En el nombre de Paulus, su padre. Ashwin Wildeboer (CNS) lo dará todo hoy para ir a Río



Duane da Rocha (UCAM), mínima en 200 metros espalda



Judit Ignacio venció los 100 mariposa y tiene varias opciones para ir a los Juegos



La gran Erika Villaécija está a un paso de sus cuartos Juegos



Podios con el polaco del Club, Konrad Czerniak, las revelaciones Hugo González, Joan Pons y Marc Sánchez que luchará hoy al igual que Merche Peris en 100



- IB3:

Jocs Olímpics de Rio

20/03/2016 20:45h

El jove mallorquí **Joan Lluís Pons** s'ha imposat a la prova dels 400 estils i ha aconseguit la mínima per als **Jocs Olímpics de Rio**. El nedador del Club Natació Palma, a més, **ha batut el rècord d'Espanya** amb una marca de 4.15.49, i millora així el registre que tenia fins ara el també mallorquí Marc Sánchez, que avui ha estat tercer a la mateixa prova. Pons ha estat una de les grans sorpreses d'aquesta jornada, en què la mallorquina Melanie Costa ha guanyat els 200 lliures, tot i que no ha aconseguit la mínima per accedir als Jocs Olímpics

Jocs de Rio

Melani Costa i **Joan Lluís Pons** celebren la classificació per als Jocs de Rio

Creix la representació balear als Jocs Olímpics de Rio d'aquest estiu. **Dos nedadors mallorquins seran al Brasil després d'aconseguir la mínima a l'Obert d'Espanya de Natació. Melani Costa** ho va fer ahir als 400 metres lliures i diumenge ho aconseguí **Joan Lluís Pons** als 400 metres estils. El solleric va tenir una gran rebuda anit.

- Diari de Sóller:

Dissabte, 26 de març del 2016

ESPORTIU



OLÍMPIC!!!

Joan Lluís Pons entra de ple dins la història, convertint-se en el primer sollerenc que participarà a uns jocs olímpics: els de Rio 2016

Arrassà contra tot pronòstic a la final dels 400 estils, proclamant-se Campió d'Espanya, fent el rècord nacional (4:15.49), i aconseguint la mínima pels jocs



Foto: EFE

NATACIÓ

Joan Lluís Pons, primer solleric que participarà a una olimpíada

Després de proclamar-se campió i batre el rècord d'Espanya dels 400 estils fent la mínima per els Jocs de Rio

Miquel Àngel Canals

El nedador solleric Joan Lluís Pons va fer diumenge història en convertir-se en el primer esportista solleric que aconsegueix la fita de classificar-se per uns Jocs Olímpics, els que es faran aquest proper estiu a Rio de Janeiro, i ho feu després de proclamar-se campió d'Espanya dels 400 estils i batre el rècord d'Espanya de la prova.

Va ser a Sabadell, en el marc dels Campionats d'Espanya deixant el nou rècord d'Espanya dels 400 estils amb un temps de 4:15.49 amb el qual ha guanyat la final de la prova.

El nedador solleric va rebaixar en 15 centèsimes el rècord d'Espanya que tenia des d'abril del 2014 el també mallonquí Marc Sánchez, que va ser tercer en la final, i que ha quedat fora dels Jocs.

Va ser capaç de superar a una de les sensacions d'aquests Campionats d'Espanya, el nedador del Real Canoe Hugo González d'Oliveira, amb un temps de 4:18.29 amb la qual va millorar la seva millor marca personal aconseguida en les sèries del matí (4:22.55) i va aconseguir la mínima per als Europeus del proper mes de maig a Londres.

Joan Lluís no s'acabava de creure la marca, i val a dir que rebé les felicitacions de tot-



Joan Lluís Pons durant la prova que l'ha portat a la glòria, els 400 estils. Per davant l'esperen quatre mesos prou durs per a preparar el Jocs.

hom, i el moment més emocionant fou quan tocà la campana que indica que ha batut un rècord d'Espanya. De l'emoció tirà tan fort que caigué la campana. No fou més que una anècdota.

Gran quantitat de sollerics l'han felicitat a través de les xarxes socials i ara també en persona, ja que gaudeix d'uns

dies de merescut descans a Sóller amb la seva família.

Altres medalles

Prèviament, a la primera jornada dels Campionats, Joan Lluís Pons ja va destapar l'olla en els 200 papallona. A les sèries classificatòries va batre el rècord de Balears

amb un crono de 2:00:33 que el feu passar a la final amb el tercer millor temps.

A la final, Joan Lluís va batre per segona vegada el rècord de Balears, acabant en segona posició i amb un espectacular crono d'1:58:56. Aquesta marca el converteix en el segon nedador més ràpid de la història espanyola

als 200 papallona.

I un nou èxit, ja que dil·lus va aconseguir la medalla de plata absolut jove als 200 estils i de passada també va batre el rècord de Balears.

Finalment, dimarts va optar en no participar a la prova dels 200 braça com tenia previst, i el mateix dia vingué cap a Mallorca, essent

rebut amb tots els honors a l'aeroport per familiars, amics i els seus companys del Club Natació Palma, que dimecres li feren una festa.

I avui dissabte a les 11 h, serà l'Ajuntament i el poble de Sóller qui faran el reconeixement al que s'ha convertit en el seu primer esportista olímpic.



Al podi mostrant el diploma que l'acredita com a nou rècordman i olímpic.



Abraçat el seu padri Mateu a l'arribada a l'aeroport. Darrera el seu pare i la padrina.

L'entrevista

“Quan ned pareix que els sollerics han nedat i gaudit tant com faig jo”

M.A.C./JAC

Joan Lluís Pons s'ha convertit en el primer sollerí que ha aconseguit classificar-se per a uns Jocs Olímpics, els quals es faran a Rio de Janeiro el mes d'agost. Habitualment entrena al CAR de Sant Cugat i on va preparar els Campionats del passat cap de setmana.

Era diumenge capvespre quan es va viure el moment històric. Havia preparat bé la prova i sabia el que havia de fer. Després d'anar quart i tercer a les primers 200 metres, després va remuntar i als darrers 150 ho va donar tot fins aconseguir ser campió d'Espanya, batre el rècord nacional, que per cert tenia un altre mallorquí, Marc Sánchez, que sortia com a més favorit i en canvi no es classificà pels jocs i, sobretot, fer la mínima que el permetrà participar als Jocs de Rio. Recent arribat a Sòller per gaudir d'uns dies de merescut descans amb la família i amics, abans d'afrentar els durs entrenaments que l'esperen aquests mesos, ens visità a la nostra redacció i ens contà la gran experiència viscuda a Sabadell.

- Acabes d'arribar a Sòller, com et trobes?

- Bastant bé. Des de Nadal no he aturat preparant l'Open i tenia ganes de venir a Sòller. Amb tot el que he passat aquests mesos no em puc trobar millor que a casa. Tenia ganes de competir i tornar.

- Baixar ens 15 cts. i fer rècord d'Espanya, ho espe-

raives?

- Aquests mesos he treballat fort per fer la mínima pels jocs de Rio, quan veus que fas el rècord d'Espanya és un orgull, ja que ser l'espanyol més ràpid en els 400 estils, encara et dona més confiança cap als Jocs de Rio i fins i tot intentar encara millorar-lo.

- Què suposa per tu ser el primer esportista sollerí que participarà a uns Jocs Olímpics?

- Un orgull i fa que encara sigui més especial i que em faci més il·lusió.

- La mínima per Rio estava en 4'16", tu hi veies possibilitats per arribar en aquest registre?

- La meua marca estava enfora, però amb els bons entrenaments que he fet m'havien donat indicis de que el podia millorar. A més, parlant amb el tècnic havíem decidit que s'havia d'aprofitar que era any olímpic i entrenar molt per intentar la mínima i s'ha aconseguit. La gent veu que he fet el temps, però no veu la dura feina que he fet aquests mesos per aconseguir-la. A més, el passat desembre a Israel, arribar a la final em va motivar molt, tot i que era en piscina curta i això em va donar la idea que a la llarga podia fer mínima.

- Tenies la prova preparada i estudiada?

- Sabia com anirien els altres participants i vaig lluitar, veia difícil rebaixar 4 segons, però mai cinc.

- Hi ha possibilitat de baixar el 4'15" per optar a medalla?



“Ser l'espanyol més ràpid en els 400 estils em dona més confiança per Rio”

“Quan surts i sents el teu nom als altaveus et sents el protagonista”

- Amb 19 anys que tenc sé que les opcions a medalla són gairebé nul·les, però sé que ara em toca entrenar molt dur i allí intentar rebaixar la marca, sabent que si ho faig puc fer un nou rècord d'Espanya.

- Quan arribes al final de la prova, te n'adones que l'has guanyada?

- Al final veus que treus un poc als altres, que toques i al crono veus que has fet mínima. A 150 metres no pots més i puges, ja que penses que no has fet la feina per ara deixar-ho anar, i va donar el resultat esperat.

- I del registre, te n'adones quan ho diuen pels altaveus? Què sents en aquell moment?

- És una passada. Quan surts i sents que diuen pels altaveus el teu nom i que has fet mínima et sents protagonista. T'ho has currat i has demostrat tot el que has donat a la prova.

- La reacció del públic quan toques la campana és molt positiva, què penses en aquell moment?

- És quelcom espectacular, toques la campana i veus que tothom està pendent de tí.

“És gratificant competir, obrir el mòbil i veure que els amics et segueixen”

“No negaré que tenc ganes que arribin els Jocs, però abans hi ha uns mesos durs”



Breument

Tens parella? No

Quin cinema t'agrada?
Ciència ficció.

Darrer llibre que has llegit?
Juego de tronos

On aniries de vacances?
A Menorca per estar tranquil

Un lloc per viure: Mallorca

Programa de televisió? No la mir

Llegeixes premsa? Quan puc st.

Un dia de la setmana:
Dimecres, tenc el capvespre lliure

Un lloc per passejar:
Anar per la Plaça de Sòller

Un menjar? Tumbet

Una beguda? Llimonada

Una festa? Es Firo

Un cantant? Bob Dylan

Una cançó?
M'agrada i Like a Rolling Stone

- Ja et prepares pels Jocs de Rio, o encara no?

- Bé, sé que en arribar després d'aquests dies de vacances, hauré d'estar cada dia al 100%, la feina serà més dura, hi haurà més concentracions i viatges. Tot i això, serà continuat, però amb més traí, unar més per amunt i per avall. Tindrà la seva part positiva ja que et seguirà més gent i sorgiran més patrocinadors.

- Frisses que arribi el 5 d'agost per competir als Jocs de Rio?

- No puc negar que tenc moltes ganes que arribin els Jocs de Rio, però abans hi ha per davant quatre mesos que seran molt durs, però és la recompensa del que he aconseguit. En qualsevol cas, el que tenc clar és que disfruitaré a

Rio i, sobretot, tindrè l'ocasió de viure una experiència única compartint amb els millors esportistes del món.

- Ara Sòller viurà molt més les olimpíades amb la teua participació, això et donarà més ànims a l'hora de competir?

- Sense cap mena de dubte m'animarà molt més. No pot ser més gratificant competir, fer-ho bé i després obrir el mòbil i veure que els teus amics estan pendents de tu, que et segueixen i sempre t'animen.

- A part d'aquest èxit, quina valoració fas de les altres proves a les que has participat?

- Bé, sobretot he de parlar dels 200 papallona, que ha quedat eclipsada per la mí-

ma dels 400 estils, però he de dir que vaig aconseguir la segona millor marca històrica nacional. Hauré estat una cosa sempre secundària, però fer-ho abans dels 400 estils em va donar molta confiança per aquesta prova.

- Un missatge per la gent de Sòller i per tots els qui no aturen de felicitar-te?

- Sí, els vull donar les més sinceres gràcies. Realment pareix que han nedat i han gaudit tant com jo. Tot i que darrerament puc estar molt poc a Sòller, molt menys del que voldria, pels entrenaments i competicions, sempre els not al meu costat.

Moltes gràcies, Joan Lluís per dedicar-nos aquests minuts i molta sort en tot el que et ve per davant.



- Diari de Mallorca:

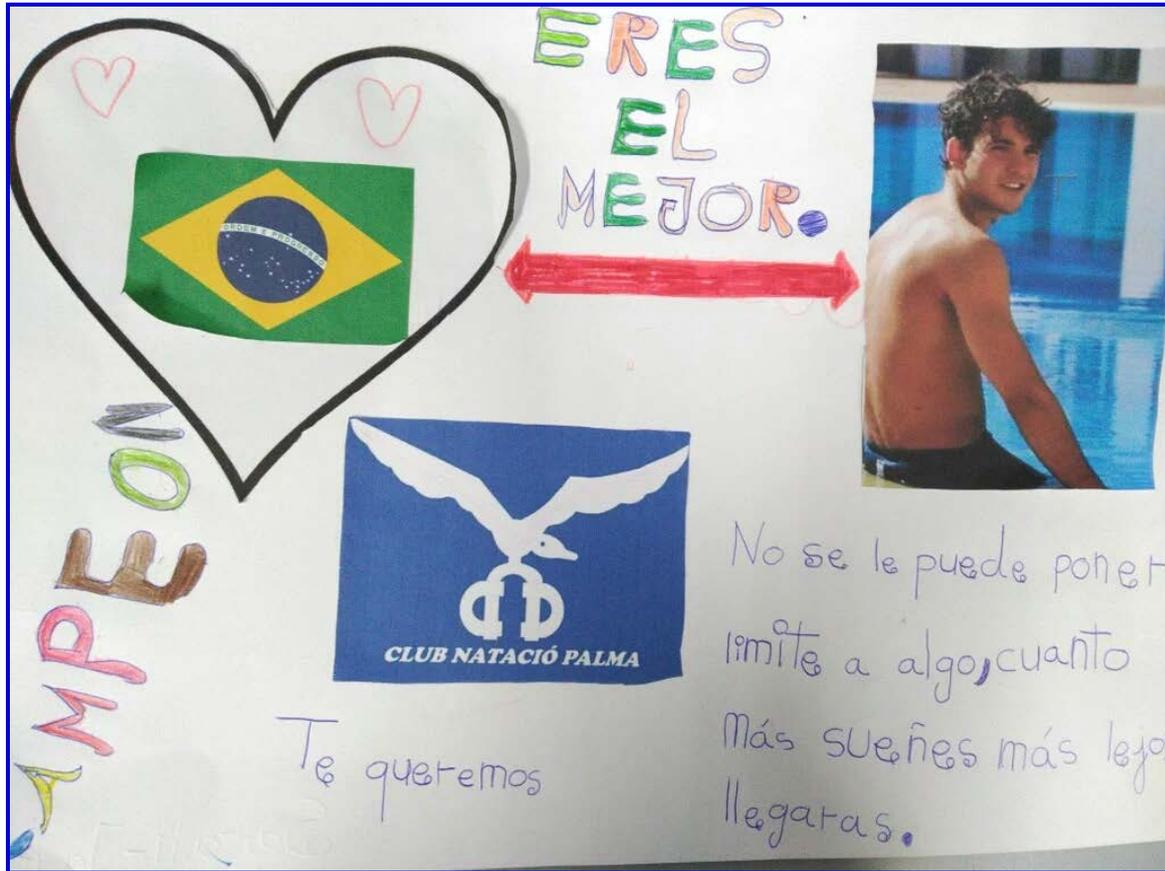
La emoción de los campeones

T. Jaume | [@ToloJaume](#) | Palma | 23/03/2016

Joan Lluís Pons y Melani Costa llegaron este martes a Palma con el billete para los Juegos de Río dentro del equipaje. El **solleric** ha sido uno de los grandes animadores del Campeonato de España y la calvianera logró la clasificación olímpica en una vibrante jornada final antes de recibir múltiples muestras de cariño en Son Sant Joan. Melani Costa, con una gran sonrisa a pesar del cansancio acumulado, y Pons, exultante, no podían ocultar su emoción. Recibieron una agradable sorpresa al aterrizar en Son Sant Joan, ya que allí les esperaban amigos y familiares para felicitarles en una sorpresa en la que colaboró activamente el Club Natación Palma.







Joan Lluís amb Raúl García (President FBN), Joan Noguera (Gerent Fundació Balear de l'Esport), Xim Hierro i Ramón Rubio (President i Vicepresident del Club).



Aina amb Raúl García (President FBN) i Joan Noguera (Gerent Fundació Balear de l'Esport)

Costa, Durán y Vall, los últimos en obtener la clasificación

- **Once nadadores con billete para Río**

Los Campeonatos de España finalizaron ayer en una jornada en la que, además de Melani Costa en 400 libre, Miguel Durán (400 libre) y Jessica Vall (200 braza) consiguieron las últimas mínimas para Río. En el equipo femenino están Mireia Belmonte (200 mariposa, 800 libres y 200 y 400 estilos), Jessica Vall (100 y 200 braza), Duane da Rocha y África Zamorano (200 espalda), María Vilas (400 estilos) y Melani Costa (400 libre). Mientras que en el equipo masculino han conseguido el billete para Río de Janeiro el solleric **Joan Lluís Pons** (400 estilos), Hugo González de Oliveira (200 espalda), César Castro (1500 libres), Eduardo Solaache (200 estilos) y Miguel Durán (400 libre).

- El Mundo Balears:

ENTREVISTA

Deportista olímpico de Sóller

Joan Lluís Pons: "Me sentía reventado pero seguí adelante y lo conseguí"



G.

MERCÈ

Sóller

28/03/2016 11:42

Con tan sólo 19 años de edad, **Joan Lluís Pons** ha recorrido un camino digno de envidia para cualquier deportista. Un duro camino que **empezó a los 2 años** como un juego, para aprender a nadar, y que a partir de los 7 supone entrenos diarios y competiciones. El domingo pasado realizó un giro crucial en su trayectoria al clasificarse para participar como miembro de la **Selección Española en las Olimpiadas de Río de Janeiro** del próximo mes de agosto. El martes comienza para Pons un pesado sprint para intentar conseguir el mejor papel posible en Río.



¿Qué cambios supone haberse clasificado para ir a Río?

Hasta ahora, la mentalidad era de entrenar para hacerlo bien, pero ahora ya es de entrenar para hacer el mejor papel en los Juegos Olímpicos, y la cosa cambia. Los ojos también están puestos en los Europeos de Londres del mes de mayo, que serán una buena preparación de cara a las Olimpiadas.

¿Cómo aguanta tantos entrenamientos y tanta presión?

Si sólo lo hiciera para conseguir medallas, no vale la pena tanto esfuerzo. Me apetece el camino, la preparación. Si al final del día no estás satisfecho con lo que haces, no vale la pena meterse en este mundo. Y yo estoy bien, me gusta lo que hago.

¿Cómo fue el momento en que se clasificó para ser olímpico?

Durante la prueba ya fui viendo que me encontraba bien, que sacaba ventaja a los demás. Estaba reventado, pero ni me daba cuenta y seguía adelante. Y luego, cuando llegas a la pared, ves que lo has conseguido, que la grada entera te está aplaudiendo, y te das cuenta que has conseguido lo que hace tanto tiempo que deseabas y por lo que luchabas, y que lo has hecho ante tanta gente... fue un momento muy especial.

¿Desde cuando tenía en mente poder acceder a las olimpiadas?

Siempre es algo que he tenido en mente. De hecho, todo acaba siendo una preparación para llegar a unos juegos olímpicos. Desde que accedí al centro de alto rendimiento de Sant Cugat, hace dos años, estaba en el programa España 2016, donde se seleccionan los mejores nadadores del país en vistas a las olimpiadas.

¿Cuándo vio que era una posibilidad ir a Río?

Al final de la temporada pasada mi entrenador, José Antonio del Castillo, que además es el director técnico de la Federación Española, tuvo una charla muy seria conmigo y vi que confiaba mucho en mi potencial. Fue entonces cuando tomé conciencia de que era posible y puse aún más ganas.

¿Ha sido duro?

Desde entonces ha habido muchas concentraciones, entrenamientos en altura, en la Sierra Nevada, pero también he detectado que depositaban mucha confianza en mí.

¿Pensaba que lo conseguiría?

No era tan obvio que lo pudiera conseguir. Era difícil. Mi marca estaba a cuatro segundos de lo que se exigía para ir a las olimpiadas y, a pesar de entrenar mucho, me veía muy lejos. Realmente en el mundo de la alta competición hay gente muy buena, muy preparada.

¿Qué supone para un deportista ir a unas olimpiadas?

Es la máxima aspiración. Sólo es cada cuatro años y es lo más importante que puede conseguir un deportista. Además, el atletismo y la natación se puede decir que son las estrellas de unas olimpiadas. Es brutal poder asistir y poder presenciar el resto de las pruebas, ya que formaré parte de la delegación española y no volveremos hasta que no terminen todas las disciplinas.

¿Se sabe ya cuándo serán las pruebas de natación?

Todavía no lo sé, pero suelen ser los primeros días. De hecho, no podré asistir al acto inaugural porque estaré concentrado y, además, no puedo estar tanto tiempo de pie a días de una competición.

¿Cuál es su especialidad?

Participaré en los 400 estilos, que es como he conseguido la mínima para ir a Río. Pero también es probable que compita en 200 mariposa, ya que soy el segundo mejor de España.

¿Hay otros representantes mallorquines?

Estará Melanie Costa. Pero los demás compañeros no llegaron al mínimo exigido.

¿Ha conseguido algún español medalla en natación en anteriores olimpiadas?

No. En natación sincronizada sí, pero en natación no.

¿No es muy joven para ir a unas olimpiadas?

Mis olimpiadas ideales serían las de 2020. Realmente soy un poco joven, pero en el equipo hay integrantes más jóvenes que yo y otros de 28 o 29 años.

¿Qué cualidades debe tener un buen nadador?

La capacidad aeróbica es muy importante, pero también la buena coordinación y la flexibilidad. Además debes ser capaz de ser resistente al esfuerzo, saber aguantar esos cuatro minutos con suficiente fuerza, al máximo. Y también, la técnica se debe tener muy interiorizada para no tener que perder tiempo y esfuerzo en pensar.

¿Prefiere el mar o la piscina?

El mar. Pero no va bien para los entrenos.

¿Quién más le ha ayudado en este camino?

Los entrenadores, sin ninguna duda. Sin los técnicos en este deporte no se puede hacer nada.

¿Cuánto tiempo suele entrenar cada día?

Hace tiempo que ya hacemos doble sesión, mañana y tarde. Dos sesiones de agua de dos horas y media, más media hora de calentamiento, una hora de gimnasio y cuarenta minutos de correr. Suelen ser unas siete horas diarias de lunes a viernes.

¿Tiene la sensación de que se está perdiendo algo de la vida?

No, veo los amigos y no tengo la sensación de que me esté perdiendo gran cosa. Pude tener otra vida, pero he elegido ésta.

¿Le queda tiempo para estudiar?

En el centro de alto rendimiento nos dan las máximas facilidades para compaginar estudios y entrenamientos, y lo llevo así como puedo. No me gusta estar el 100% pendiente de la natación, me gusta estar con otra gente que no esté hablando siempre de natación. Y también soy muy consciente de que una lesión me puede dejar fuera de este mundo y quedarme sin beca y que dentro de unos años me tendré que dedicar a otra cosa.

■ Felicitacions:

Sampol felicita a Joan Lluís Pons por su clasificación para los

Juegos Olímpicos de Río



Gabriel Sampol i Joan Lluís



Gabriel Sampol, Joan Lluís i Xim Hierro

23/03/2016

El presidente de Sampol, Gabriel Sampol, se ha reunido hoy con el joven nadador Joan Lluís Pons, para felicitarle por su reciente clasificación para los Juegos Olímpicos de Río (Brasil). Pons empezó su carrera deportiva en el Club de Natación Palma, patrocinado por Sampol desde 2013.

Joan Lluís Pons consiguió este fin de semana la marca mínima para participar en los Juegos Olímpicos de Río en la prueba de 400 estilos. Además, se proclamó campeón de España Absoluto y batió el récord de España en esta misma prueba. Gabriel Sampol se ha mostrado encantado con los logros del joven nadador, al que ha felicitado con entusiasmo. Ambos han tenido ocasión de comentar los resultados del deportista así como las últimas tendencias en natación.

Desde la pasada temporada 2014-2015, Pons entrena en el Centro de Alto Rendimiento de San Cugat, donde compagina estudios universitarios y entrenamientos. Por este motivo, Sampol ha querido aprovechar las vacaciones de Semana Santa para reunirse con el nadador. Durante el encuentro ha estado presente también el Presidente del Club de Natación Palma, Joaquín Hierro, quien se ha mostrado muy satisfecho con esta clasificación.

Gabriel Sampol, nadador del Club Natación Palma en su juventud, ha recordado que el acuerdo de patrocinio del Club es una apuesta por los valores que transmite el deporte a los jóvenes. El Palma está integrado por más de 600 personas entre socios, abonados y cursillistas.

CNPalma&Sampol

Gabriel Sampol , nadador del Club Natació Palma en la seva joventut , ha recordat que l'acord de patrocini del Club és una aposta pels valors que transmet l'esport als joves.

Palma de Mallorca a 21 de Marzo de 2016

Apreciado Club Natación Palma de Mallorca,

Como presidente del Club Natación Voltor Balear y en representación del mismo, querría transmitirles la felicitación y mi más sincera enhorabuena por la consecución de su nadador D.Joan Lluís Pons Ramón, de una plaza para participación el los próximos JJOO que darán lugar el próximo verano en la ciudad de Río de Janeiro.

De igual modo extendemos y estimamos hagan llegar esta felicitación al Sr. Pons y a su familia, así como a todos los miembros del Club que han contribuido a la formación del nadador para la consecución de tan importante logro.

Atentamente;

José Antonio Ruiz
Presidente CN Voltor Balear



■ **Visita d'en Joan Lluís als grups d'entrenament:**



PISCINA CLUB





Son Hugo





CTEIB

■ Entrevistes:

- *Cadena Ser:*



NATACIÓ

Melani Costa: “Tenía mucha presión porque me veía fuera de los JJOO”

La mallorquina y **Joan Lluís Pons** visitan Radio Mallorca tras clasificarse para los JJOO de Río de Janeiro



Pedro Fullana / Cadena SER

La natación balear sigue siendo un referente a nivel nacional e internacional y prueba de ellos son los resultados conseguidos en el Open de España en el que la delegación balear ha conseguido unos resultados sobresalientes. Por encima de todos destacan **Melani Costa** y **Joan Lluís Pons** que han conseguido clasificarse para los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro y que lo han celebrado en *SER deportivos Balears* nada más llegar a Mallorca.

Melani, que vivirá sus terceros JJOO ha reconocido que “me he levantado pesando una tonelada menos. **Fue mucha tensión, lo pasé fatal. Tenía mucha presión porque me veía fuera. Había hecho tantos intentos ya que no podía más.** Mi cabeza iba a reventar de tanta presión. Al final estuve pensando en otras cosas y ya dejé de pensar para que fuera lo que fuera, y eso fue la clave, me quité esa presión y me tiré a la piscina”. La mallorquina ha reconocido que “el objetivo será diferente en Río porque fui a los primeros JJOO a disfrutar y me lo pasé muy bien. En los segundos, fui con el objetivo de meterme en la final y me quedé a las puertas. **Ahora me toca luchar como mínimo por un diploma olímpico**”.



Además, Melani Costa quiere conseguir plaza en los 200 metros libre al margen de los 400 en el próximo Campeonato de Europa: “**Ahora tengo tiempo hasta mayo para corregir los errores y afinar mejor para clasificarme en los 200 libre**” afirma, a la vez que añade que “ahora me da tantas fuerzas que no quiero parar, quiero seguir y mejorar, no quiero descansar”.

Sobre su compañero de viaje Joan Lluís Pons, la mallorquina afirma que **“lo que ha hecho Joan Lluís es muy difícil**. Se le ve que no tiene miedo. Entreno con él todo los días, le veo como entrena, le animo y sé perfectamente que es un campeón y le queda mucho recorrido porque sufro al lado de él”

Melani Costa ha aprovechado para hacer un llamamiento a las instituciones para que mejoren su política de cara a los deportistas: **“Siempre ha habido un nivel muy bueno en Baleares pero a ver si ahora con los recortes no va a peor. Ahora que estoy fuera me doy cuenta de todo lo que está pasando y veo que hay peligro**. Las cosas ya no están tan bien. Es gracias a un centro porque en un club pequeño no habría salido un Joan Lluís Pons. A ver si aprietan con las subvenciones porque hay peligro ahora”.

Pons: “Trabajaba pensando en 2.020. Era mi objetivo”

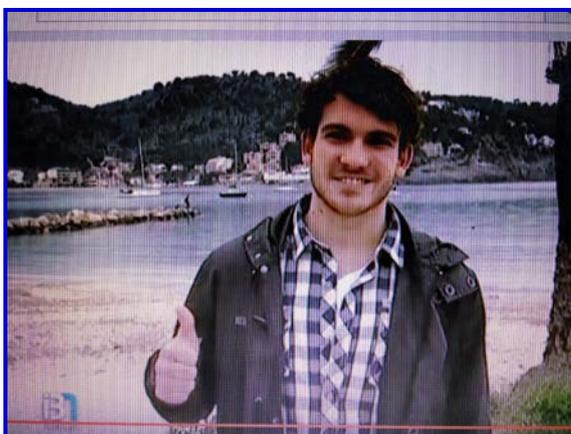


Joan Lluís Pons ha compartido los micrófonos de Radio Mallorca con Melani Costa como los dos grandes triunfadores de la natación balear. Pons, de 19 años, ha reconocido que no esperaba clasificarse para los Juegos Olímpicos porque “es mi segunda temporada en el centro de alto rendimiento. **Prácticamente trabajaba pensando en 2.020, era mi objetivo**”.

Pons ha afirmado que **“mi entrenador tenía más fe que yo en lo que podía hacer”** y que ahora “con bajar mi marca en los JJOO ya estaré contento”. Además ha desvelado que **“me planteo nadar los 200 mariposa en el Europeo para conseguir otra marca mínima”**.

El solleric ha reconocido que la buena relación que mantiene con Melani Costa y con el resto de nadadores mallorquines les ayuda a la hora de preparar retos tan complicados: “No me hubiera imaginado estar al lado de Melani. Preparar los Juegos al lado de Melani ha ayudado mucho” y ha añadido que “le he preguntado bastante a Melani sobre los JJOO pero aún queda tiempo para preguntarle muchas cosas” y asegura que **“Melani la va a liar parda en Río”**.

- **IB3:** Entrevista en el Port de Sóller



■ Receptions:

- Ajuntament de Sóller:



Pons, rebent un rellotge de mans del batle Servera.



26/03/2016 | 16:06

Sóller amb l'olímpic

G.M.

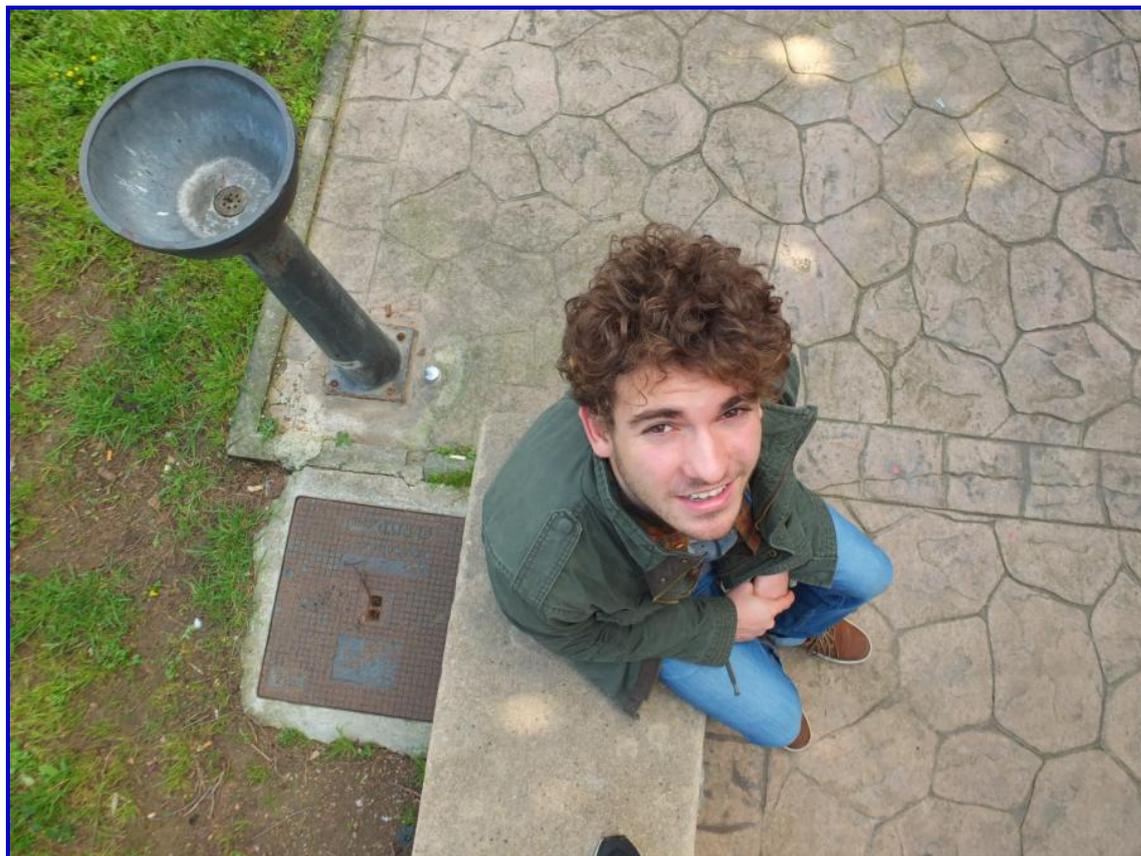
L'Ajuntament de Sóller ha ofert avui migdia una recepció al nedador Joan Lluís Pons, que el diumenge passat va obtenir el passí a les olimpíades de Río de Janeiro que es celebraran el proper mes d'agost.

El batle, Jaume Servera, ha regalat en nom de tots els sollerics un rellotge al campió i l'hi ha dit que aquest objecte l'ha d'esperonar a poder rebaixar encara més la seva marca.

Per la seva banda, Pons ha dit que sempre s'ha sentit molt recolzat pels sollerics i ha assenyalat que les mostres de suport i reconeixement que ha rebut aquests darrers dies per part dels sollerics han estat les que més l'han recomfortat.

Pons ha estat rodejat en la recepció per la seva família i amics. Per part del consistori únicament el batle Servera ha pres part de l'acte institucional.





24/03/2016 | 20:19

Joan Lluís Pons:

"L'esport només per aconseguir medalles no val la pena, t'ha d'agradar el camí"

G.M.

Amb tan sols 19 anys d'edat, Joan Lluís Pons ha recorregut un camí digne d'envejar per a qualsevol esportista. Aquest no ha estat exempt d'espines i, de fet, aquest mes de març comença un feixuc esprint per intentar aconseguir el millor paper possible amb la Selecció Espanyola a les Olimpíades de Río de Janeiro el proper mes d'agost.

Pregunta.- Quins canvis suposa haver-se classificat per anar a Río?

Resposta.- Fins ara, la mentalitat era d'entrenar per fer-ho bé, però ara ja és d'entrenar per fer el millor paper als Jocs Olímpics, i la cosa canvia. Els ulls també estan posats en els Europeus de Londres del mes de maig, que seran una bona preparació de cara a les Olimpíades.

P.- Com aguanta tants entrenaments i tanta pressió?

R.- Si només ho fes per aconseguir medalles, no val la pena tant esforç. Em fa ganes el camí, la preparació. Si al final del dia no estàs satisfet amb el que fas, no val la pena ficar-se en aquest món. I joestic bé, m'agrada el que faig.

P.- Com va ser el moment en què es classificà per ser olímpic?

R.- Durant la prova ja vaig anar veient que em trobava bé, que treia avantatge als demés. Estava rebentat, però ni me n'adonava i seguia endavant. I després, quan arribes a la paret, veus que ho has aconseguit, que la graderia sencera t'està aplaudint, i te n'adones que has aconseguit allò que fa tant temps que desitjaves i per la qual cosa lluitaves, i que ho has fet davant tanta gent... Va ser un moment molt especial.

P.- Des de quan tenia en ment poder accedir a les olimpíades?

R.- Sempre és una fita que he tengut en ment. De fet, tot acaba essent una preparació per arribar a uns jocs olímpics. Des que vaig accedir al centre d'alt rendiment de Sant Cugat, fa dos anys, estava en el programa Espanya 2016, on es seleccionen els millors nedadors del país en vistes a les olimpíades.

P.- Quan va veure que era una possibilitat anar a Río?

R.- Al final de la temporada passada el meu entrenador, José Antonio del Castillo, que a més és el director tècnic de la Federació Espanyola, va tenir una xerrada molt seriosa amb mi i vaig veure que confiava molt en el meu potencial. Va ser aleshores quan vaig prendre consciència que era possible i hi vaig posar encara més ganes.

P.- Ha estat dur?

R.- Des d'aleshores hi ha hagut moltes concentracions, entrenaments en altura, dalt de la Sierra Nevada, però també he detectat molta confiança en mi.

P.- Pensava que ho aconseguiria?

R.- No era tan obvi que ho pogués aconseguir. Era difícil. La meva marca estava a quatre segons del que s'exigia per anar a les olimpíades i, malgrat entrenava molt, encara em veia molt enfora. Realment en el món de l'alta competició hi ha gent molt bona, molt preparada.

P.- Què suposa per a un esportista anar a unes olimpíades?

R.- És la màxima aspiració. Només és cada quatre anys i és el més important que pot aconseguir un esportista. A més, l'atletisme i la natació es pot dir que són les estrelles d'un esportista. És brutal poder-hi assistir, i poder presenciar la resta de les proves, ja que formarà part de la delegació espanyola i no tornarem fins que no acabin totes les disciplines.

P.- Se sap ja quan seran les proves de natació?

R.- Encara no ho sé, però solen ser els primers dies. De fet, no podré assistir a l'acte inaugural perquè estaré concentrat i, a més, no puc estar tant temps dret davant una competició.

P.- Quina és la seva especialitat?

R.- Participaré en els 400 estils, que és com he aconseguit la mínima per anar a Río. Però també és probable que competeixi en 200 papallona, ja que som el segon millor.

P.- Hi ha altres representants mallorquins?

R.- Hi haurà Melanie Costa. Però els demés companys no varen arribar al mínim exigít.

P.- Ha aconseguit algun espanyol medalla en natació en anteriors olimpíades?

R.- No. En natació sincronitzada sí, però en natació no.

P.- No és molt jove per anar a unes olimpíades?

R.- Les meves olimpíades ideals serien les de 2020. Realment som un poc jove, però en l'equip encara n'hi ha de més joves que jo i d'altres de 28 o 29 anys.

P.- Quines qualitats ha de tenir un bon nedador?

R.- La capacitat aeròbica és molt important, però també la bona coordinació i la flexibilitat. A més s'ha de ser capaç de ser resistent a l'esforç, de saber aguantar aquells quatre minuts amb suficient força, al màxim. I també, la tècnica s'ha de tenir molt interioritzada per tal de no haver-hi de pensar.

P.- Prefereix la mar o la piscina?

R.- La mar. Però no va bé per fer-hi entrenaments.

P.- Qui més l'ha ajudat en aquest camí?

R.- Els entrenadors, sense cap dubte. Sense els tècnics en aquest esport no es pot fer res.

P.- Quan temps sol entrenar cada dia?

R.- Fa temps que ja feim doble sessió, matí i capvespre. Dues sessions d'aigua de dues hores i mitja, més mitja hora d'encalament, una hora de gimnàs i quaranta minuts de córrer. Solen ser unes set hores diàries de dilluns a divendres.

P.- Té la sensació que s'està perdent alguna cosa de la vida?

R.- No, veig els amics i no tenc la sensació que m'estigui perdent gran cosa. Hauria pogut tenir una altra vida, però he elegit aquesta.

P.- Li queda temps per estudiar?

R.- En el centre d'alt rendiment hi ha les màximes facilitats per compaginar estudis i entrenaments, i ho duc així com puc. No m'agrada estar el 100% pendent de la natació, m'agrada estar amb altra gent que no estigui parlant sempre de natació. I també som molt conscient que una lesió em pot deixar fora d'aquest món i que d'aquí a uns anys m'hauré de dedicar a una altra cosa.

- *Conselleria de Participació, Transparència i Cultura.*



Joan Lluís Pons: "Sé que soy muy joven, pero todo es posible"

El joven nadador Joan Lluís Pons se ha entrevistado hoy con la consellera Camps, que le ha deseado suerte para los juegos olímpicos

29.03.2016 | 12:33



Joan Lluís Pons: "Sé que soy muy joven, pero todo es posible"

diariodemallorca.es/Efe.Palma

"Sé que **soy muy joven, pero todo es posible**; ahora tengo que centrarme en los próximos meses de entrenamientos y concentraciones para sacarlo adelante", ha declarado el joven nadador solleric **Joan Lluís Pons**, clasificado para participar con la Selección Española de Natación en los **Juegos Olímpicos de Río de Janeiro**.

El mallorquín se ha entrevistado hoy con la consellera de Participación, Transparencia y Cultura, **Esperança Camps**, y el director general de Deportes y Juventud, **Carles Gonyalons**, quienes le han **deseado "mucha suerte"** para esta nueva etapa. En un comunicado, el Govern ha informado que la consellera y el director general han recibido hoy en el Palma Arena al deportista, que **el pasado día 20 se clasificó en Sabadell para los juegos olímpicos** con un récord nacional en los 400 estilos. El joven nadador ha comentado que, "vista la evolución desde el año pasado, **veíamos posible alcanzar la marca mínima para acceder a Río**".

Pons entrena desde hace dos años en el Centro de Alto Rendimiento de Sant Cugat, estudia un grado universitario y se plantea la meta olímpica con ilusión.

El Govern anima a Joan Lluís Pons

CAIB



► **EL NADADOR SOLLERIC, QUE LOGRÓ EL PASAPORTE A RÍO 2016** en el Nacional de Sabadell la semana pasada, fue recibido ayer por la mañana en la Conselleria de Participació, Transparència i Cultura. La consellera Esperança Camps y el director general d'Esports, Carles Gonyalons, le agradecieron su visita al Palma Arena y le desearon "suerte" en los Juegos Olímpicos. "Es lo menos que podemos hacer por ellos, animarles e impulsar el ejemplo que representan para la sociedad", señaló la consellera Camps.

Despedida al nadador **Joan Lluís Pons**, olímpico de Río 2016 .

La consellera de Participación, Transparencia y Cultura, Esperança Camps, el director general de Deportes y Juventud, Carles Gonyalons, y el gerente de la Fundación Balear para el Deporte, Joan Noguera, han recibido este martes en el Palma Arena al joven nadador **Joan Lluís Pons**, clasificado para participar con la Selección Española de Natación en los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro el próximo mes de agosto.

Después de unos días de descanso, el joven nadador se prepara para los entrenamientos olímpicos. Pons se clasificó el pasado día 20 en Sabadell con un récord nacional en los 400 estilos, logrando la marca de 4:15.49, que le dio la mínima para iniciar su camino hacia Río, informa el Govern en un comunicado. El joven nadador ha comentado que "vista la evolución desde el año pasado, veíamos posible poder alcanzar la marca mínima para acceder a Río". Con 19 años, el joven sollerense, que desde hace dos entrena en el Centro de Alto Rendimiento de Sant Cugat y estudia un grado universitario, se plantea la meta olímpica con ilusión. "Sé que soy muy joven, pero todo es posible. Ahora tengo que centrarme en los próximos meses de entrenamientos y concentraciones para sacarlo adelante", ha añadido al respecto. Tanto la consellera como el director general Carles Gonyalons han querido agradecerle su visita al Palma Arena, deseándole mucha suerte en esta etapa. Desde la Conselleria, han señalado que se hará un seguimiento exhaustivo de los deportistas isleños que se clasifiquen para Río, y hacerles un acompañamiento antes, durante y después de los Juegos Olímpicos. "Es un orgullo y una alegría poder tener personas tan jóvenes y brillantes como Joan Lluís, y que lleven el nombre de las Islas hasta Río", ha afirmado Camps. "Es lo menos que podemos hacer por ellos, animarles e impulsar el ejemplo que representan para la sociedad", ha apostillado.

Ver más en: <http://www.20minutos.es/noticia/2707732/0/despedita-al-nadador-joan-lluís-pons-olimpico-rio-2016/#xtor=AD-15&xts=467263>

- Última Hora:



■ RFEN:

NATACION

CONVOCATORIAS CLASIFICADOS JJOO Y LONDRES

30/03/2016 - La Comisión Técnica de Natación RFEN ha dado a conocer este miércoles, en base a los criterios de selección y tras los resultados cosechados en el reciente Open de Primavera — Cto. de España Sabadell 2016, las convocatorias de nadadores clasificados para los JJOO de Río 2016 (6–13 de agosto) y los Campeonatos de Europa Absolutos de Londres (16–22 de mayo), así como los convocados para un stage de preparación en Tenerife Top Training del 1 al 9 de abril.

CLASIFICADOS PARA LOS JJOO RÍO 2016 (6-13 Agosto):

Equipo Femenino:

Mireia Belmonte (UCAM Fuensanta), Melani Costa (UCAM Fuensanta), Duane da Rocha (UCAM Fuensanta), Jessica Vall (CN Sant Andreu), María Vilas (CN RIveira) y África Zamorano (CN Sant Andreu).

Equipo Masculino:

César Castro (CN Plasencia), Miguel Durán (CN Sabadell), Hugo González (Real Canoe NC), Carlos Peralta (Real Canoe NC), **Joan Lluís Pons** (CN Palma de Mallorca) y Eduardo Solaache (Real Canoe NC).

<http://www.rfen.es/publicacion/userfiles/16-021%20XXXI%20Juegos%20OI%20C3%ADmpicos-Rio%20de%20Janeiro%20%28Brasil%29-06%20al%2013%20agosto%202016-Web.pdf>

CLASIFICADOS PARA LOS EUROPEOS ABSOLUTOS LONDRES 2016 (16-22 Mayo):

En pruebas individuales:

Equipo Femenino:

Mireia Belmonte (UCAM Fuensanta), Melani Costa (UCAM Fuensanta), Duane da Rocha (UCAM Fuensanta), Judith Ignacio (CN Sabadell), Jimena Pérez (CD Gredos San Diego), Jessica Vall (CN Sant Andreu), María Vilas (CN RIveira) y África Zamorano (CN Sant Andreu).

Equipo Masculino:

Antonio Arroyo (CN At.-Barceloneta), César Castro (CN Plasencia), Miguel Durán (CN Sabadell), Hugo González (Real Canoe NC), Carlos Peralta (Real Canoe NC), **Joan Lluís Pons** (CN Palma de Mallorca), Marc Sánchez (CN Sabadell) y Eduardo Solaache (Real Canoe NC).

En pruebas de relevos:

Equipo Femenino:

Patricia Castro (CN Terrassa), Fátima Gallardo (CN Sabadell), Marta González (CN Sant Andreu) y Lidón Muñoz (CE Mediterrani).

Equipo Masculino:

Oskitz Aguilar (CD Bidasoa XXI), Márkel Alberdi (CD Bidasoa XXI), Víctor M. Martín (CN Churriana), Aitor Martínez (CN Sabadell), Miguel Ortiz-Cañavate (Real Canoe NC), Bruno Ortiz-Cañavate (Real Canoe NC) y Albert Puig (CN Terrassa).

http://www.rfen.es/publicacion/userfiles/16-014%20Cto_%20Europa%20Abs_-Londres%20%28GBR%29-16%20al%2022%20mayo%202016-Web%282%29.pdf

CONVOCADOS PARA EL STAGE TENERIFE TOP TRAINING (1-9 Abril):

Grupo JJOO:

Equipo Femenino:

Melani Costa (UCAM Fuensanta), Duane da Rocha (UCAM Fuensanta), Jessica Vall (CN Sant Andreu) y África Zamorano (CN Sant Andreu).

Equipo Masculino:

César Castro (CN Plasencia), Miguel Durán (CN Sabadell), Hugo González (Real Canoe NC), Carlos Peralta (Real Canoe NC) y **Joan Lluís Pons** (CN Palma de Mallorca).

Grupo Europeo Abs.:

Equipo Femenino:

Fátima Gallardo (CN Sabadell), Lidón Muñoz (CE Mediterrani) y Marta González (CN Sant Andreu).

Equipo Masculino:

Oskitz Aguilar (CD Bidasoa XXI), Víctor M. Martín (CN Churriana), Aitor Martínez (CN Sabadell), Miguel Ortiz-Cañavate (Real canoe NC), Bruno Ortiz-Cañavate (Real Canoe NC), Albert Puig (CN Terrassa) y Marc Sánchez (CN Sabadell).

Equipo Oficiales:

José Antonio del Castillo (Dir. de Alto Rendimiento CAR Samt Cugat-RFEN), Bart Kizierowski (Entrenador CAR Blume Madrid-RFEN), Serafín Calvo (Ent. Centro de Tecnificación de Cáceres), José I. González (Entrenador Real Canoe NC, del 3 al 9), Jordi Jou (Entrenador CN Sant Andreu), Alejandro López (Entrenador CAR Sant Cugat-RFEN), Andreu Roig (Biomecánico CAR Sant Cugat, del 3 al 9), José Daguerre (Médico RFEN), Raúl Moreno (Fisioterapeuta CAR Blume Madrid-RFEN) y Enrique Sánchez (Psicólogo, del 5 al 9).

<http://www.rfen.es/publicacion/userfiles/16-011%20Stage%20de%20preparaci%C3%B3n-JJOO-Tenerife-12%20abril%20al%2018%20abril%202015-Web.pdf>

Comunicación RFEN. Fuente: Comisión Técnica RFEN.



- Diari de Mallorca:

Natación

La Española convoca oficialmente a Melani Costa y Joan Lluís Pons para Río

31.03.2016 | 01:48



Joan Lluís Pons, durante el reciente Nacional en Sabadell. **efe**

redacción palma

Los mallorquines Melani Costa y Joan Lluís Pons fueron ayer oficialmente convocados para los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro de este verano tras ser incluidos por la Comisión Técnica de Natación de la Federación Española, en base a los criterios de selección y tras los resultados cosechados en el reciente Open de Primavera –Campeonato de España Sabadell– disputado en Sabadell.

Hugo González, nacido en la isla, y formado en Madrid, también aparece en una lista que completa Mireia Belmonte, Duane da Rocha, Jessica Vall, María Vilas, África Zamorano, César Castro, Miguel Durán, Carlos Peralta y Eduardo Solache.

Estos nadadores, además, disputarán los Campeonatos de Europa Absolutos de Londres, entre el 16 y 23 de mayo, junto a otros que buscan la mínima para la cita olímpica. Entre ellos figura el mallorquín Marc Sánchez, que trabaja para asegurarse el billete a Brasil. La inquera Catalina Corro se queda fuera de esta lista para el Europeo al sufrir problemas físicos.

La Española convoca oficialmente a Melani Costa y Joan Lluís Pons para Río

Natación
 OLIMPISMO

REDACCIÓN PALMA

Los mallorquines Melani Costa y Joan Lluís Pons fueron ayer oficialmente convocados para los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro de este verano tras ser incluidos por la Comisión Técnica de Natación de la Federación Española, en base a los criterios de selección

y tras los resultados cosechados en el reciente Open de Primavera –Campeonato de España Sabadell– disputado en Sabadell. Hugo González, nacido en la isla, y formado en Madrid, también aparece en una lista que completa Mireia Belmonte, Duane da Rocha, Jessica Vall, María Vilas, África Zamorano, César Castro, Miguel Durán, Carlos Peralta y Eduardo Solache.

Estos nadadores, además, disputarán los Campeonatos de Europa Absolutos de Londres, entre el 16 y 23 de mayo, junto a otros que buscan la mínima para la cita olímpica. Entre ellos figura el mallorquín Marc Sánchez, que trabaja para asegurarse el billete a Brasil. La inquera Catalina Corro se queda fuera de esta lista para el Europeo al sufrir problemas físicos.



Joan Lluís Pons, durante el reciente Nacional en Sabadell. **EFE**

■ José Antonio Rodríguez Hidalgo

31 març 2016



Ha mort José Antonio Rodríguez Hidalgo , pare de Juan Pablo i Luis Rodriguez Adalia , grans nedadors del Club Natació Palma en els anys 80 i 90 .

José Antonio va estar molt vinculat al nostre club com a soci i pare. Va ser periodista esportiu al **Diario de Mallorca** i una de les persones que millor informaven i més sabien de natació a nivell nacional. Durant molts d'anys promocionà aquest esport a través de les seves extraordinàries cròniques.

Des d'aquí volem tenir un record per a ell i donar el condol a tota la seva família.

Descansa en pau José Antonio. Sempre et recordarem

- Diari de Mallorca:

Obituario

Muere José Antonio Rodríguez Hidalgo

Vinculado durante medio siglo a Diario de Mallorca, fallece a los 78 años un clásico del periodismo mallorquín

01.04.2016 | 02:40



Rodríguez Hidalgo trabajando en su mesa de redacción, en las actuales instalaciones de Diario de Mallorca, en el Polígono de Levante.

Por Ricard Cabot

José Antonio Rodríguez Hidalgo, periodista de Diario de Mallorca durante cinco décadas, falleció ayer en Sabadell a la edad de 78 años. Con su desaparición, el periodismo mallorquín pierde a un referente, un periodista de los de antes, culto y siempre atento a la actualidad.

Nacido en Tordesillas (Valladolid), llegó muy joven a Mallorca, guiado por un tío sacerdote. Titulado por la antigua Escuela de Periodismo, de lo que podían presumir muy pocos en Mallorca, lo fue todo en el diario en el que aterrizó al poco tiempo de cumplir la veintena. Desde director durante unas pocas semanas a la espera del nombramiento de uno nuevo hasta redactor de cierre, o de platina, como se conocía en sus tiempos. Pero fue en su cargo de redactor jefe de la sección de Deportes donde realmente se dio a conocer con su afilada pluma, primero en la redacción de la Rambla, luego en Conflent y posteriormente en el Polígono de Llevant.

Rodríguez Hidalgo, que trabajó en Deportes como lo podría haber hecho en la sección de Política o de Cultura —era una enciclopedia andante—, sabía de todo. Más que nadie de natación, deporte del que era un auténtico experto, como quedó reflejado en sus miles de crónicas. No se le escapaba campeonato en el calendario, por pequeño que fuera, siempre pendiente de lo que hicieran los mallorquines. Precisamente, el Club Natación Palma, club al que estuvo vinculado como periodista, socio y padre de nadador, se acordó ayer de "una de las personas que mejor informaban y más sabían de natación a nivel nacional". Padre de Cristina, Toño —futbolista—, Juan Pablo y Luis, estos dos últimos nadadores, estuvo casado con María del Pilar Adalia, jefa de Enfermería del Joan March.

Cronista de fútbol durante muchos años, contaba el otro lado de los partidos en su popular sección 'Block de notas', una visión diferente a las crónicas del también recordado Marc Verger. Junto a Tomeu Garcías y Paco Riutord, y anteriormente Bernat Comas, formaron un equipo de Deportes de primerísimo nivel.

Durante más de dos décadas fue también el responsable de la sección de Motor, que le permitió viajar por medio mundo para asistir a las presentaciones de las marcas automovilísticas.

Enamorado de su profesión —lo primero que hacía al llegar a la redacción era hojear de arriba a abajo todos los diarios— y fiel al periódico hasta el último día, en junio de 2002 —en sus inicios repartía diarios cuando acababa su jornada laboral, que se sabía cuándo empezaba, pero no cuándo terminaba—. Experto en cocina, era un conversador inagotable. Lo pudo comprobar, entre muchos otros, Amador Cortés, exjugador del Mallorca, Atlético de Madrid y Deportivo, de la Casa Gallega, de la que era un habitual. Con su muerte, desaparece todo un clásico del periodismo mallorquín. Descanse en paz.