

CD

LA CIUDAD Y EL DEPORTE

Número 120
Octubre, noviembre y diciembre 2022
Año XXX. Sexta Época



**INSTALACIONES
DEPORTIVAS EN
ESPACIOS URBANOS**

**CURSOS
DEPORTIVOS PARA
JÓVENES /ADULTOS**

**CLUB DE OCIO Y
TIEMPO LIBRE**

**SIEMPRE ACTIVOS
(MAYORES DE 60 AÑOS)**

Ayuntamiento  de Valladolid

FMD Fundación Municipal
de Deportes

VA!
VALLADOLID
ciudad amiga del deporte

Autor: Javier Enrique
Camacho Gimeno
Título: Escalera al cielo
4º PREMIO
XXX CONCURSO DE FOTOGRAFÍA
DEPORTIVA 2021

A. COMODÍN, S.L.



- Limpieza y Mantenimiento
- Oficinas - Locales - Comunidades
- Escaparates y Cristales
- Limpieza de Garajes
- Tratamiento de Suelos
- Jardinería

Certificado en ISO 9001:2000

983 345 018

Pº Zorrilla, 22 - 47006 VALLADOLID
www.comodinv.es



instalaciones deportivas

- CAMPOS DE FÚTBOL
- PISTAS DE PÁDEL
- PISTAS POLIDEPORTIVAS
- PISTAS DE TENIS
- SKATE PARK

obras de urbanización
obras especiales
obras hidráulicas
movimientos de tierra

Darle importancia al deporte
no es sólo hablar del mismo,
sino vivirlo, sentirlo y
apoyarlo en todas las ramas



www.toyrsa.es

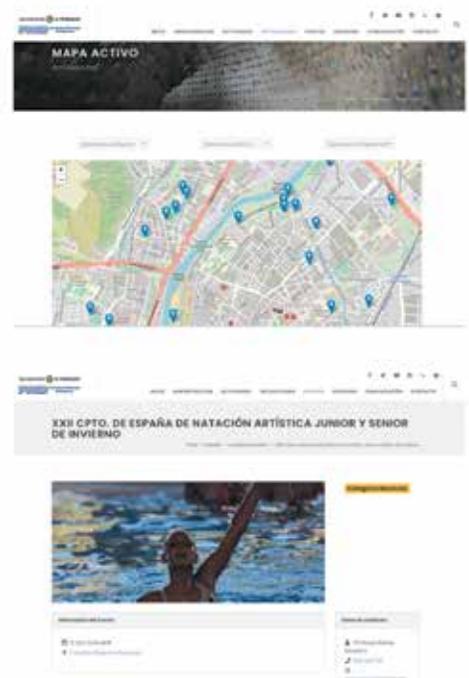
Portal WEB de La FMD

www.fmdva.org



Ayuntamiento  de Valladolid

 Fundación Municipal de Deportes





Número 120
Octubre, noviembre y diciembre 2022
Año XXX. Sexta Época

COORDINACIÓN Y REDACCIÓN:

Sección de RR. HH. y
Tecnología Informática
de la Fundación Municipal de
Deportes del Ayuntamiento de
Valladolid
Mercedes Rosón Covarrubias

FOTOGRAFÍA DE PORTADA:
Javier Enrique Camacho Gimeno
Escalera al cielo
4º PREMIO
XXX CONCURSO DE FOTOGRAFÍA
DEPORTIVA 2021

REALIZA E IMPRIME:
Imprenta Manoleta S.L.
C/ Pilar Miró, 1
47008 Valladolid

Depósito Legal: VA-158/1994
Ayuntamiento de Valladolid

FMD Fundación Municipal
de Deportes



VALLADOLID
ciudad amiga del deporte

C/. Joaquín Velasco Martín, 9
47014 Valladolid
Tfno.: 983 426311
Fax: 983 426327
www.fmdva.org
correo-e: rhumanosfmd@ava.es

SUMARIO

ACTIVIDADES DE LA F.M.D.

2

- **Cursos deportivos para jóvenes/adultos**
 - Club de Ocio y tiempo libre
 - Siempre activos (mayores de 60 años)

MOMENTOS DEPORTIVOS

13

- **Calendario de eventos (Octubre-Noviembre- Diciembre 2022)**
- **FUE NOTICIA**
 - Record de medallas para el Rolling Lemons en Ciudad Real.
 - Iziar Martínez. Bronce en el Campeonato de Europa Juvenil de Escalada de Dificultad.

GALERÍA DE DEPORTISTAS

17

- **Lidia Castro. Campeona de España de ciclismo en ruta y contrarreloj.**
- **David Piquero. Organizador del torneo de balonmano playa Arena Ciudad de Valladolid.**
- **Mónica Santos. Piragüista del Club Deportivo Cisne.**
- **Alberto Amigo. Presidente Federación de Piragüismo de CyL.**
- **Amancio del Castillo. Presidente Federación Triatlón de CyL.**
- **Marcos Caballero. Tres medallas en el Campeonato del Mundo de piragüismo.**

ENTIDADES DEPORTIVAS

20

- **E-Triatlón Valladolid C. D. Estrival.**

UN DEPORTE

21

- **Salvamento y Socorrismo.**

¿QUÉ FUE DE?

24

- **Fernando Redondo Barcenilla. Ex entrenador del Real Valladolid.**

PERSONAJES DEPORTIVOS

26

- **José María Valentín Gamazo. Presidente Club Rugby VRAC Quesos Entrepinares.**

INSTALACIONES DEPORTIVAS

28

- **Estadística de las piscinas de verano.**
 - **Instalaciones deportivas en espacios urbanos.**

ACTIVIDADES DE LA F.M.D.

CURSOS DEPORTIVOS PARA JÓVENES/ADULTOS OTOÑO 2022

Los **cursos deportivos de otoño 2022** constan de las siguientes modalidades: **aikido, bádminton, billar, body rolling, calistenia, escalada, escuela de espalda, gimnasia para embarazadas, golf, hipopresivos, marcha nórdica, patinaje, pilates, tiro con arco, yoga y yogalates.**

¡ACTÍVATE! Equilibrio, bienestar y salud

PROCEDIMIENTOS DE INSCRIPCIÓN

Inscripción presencial: en el Módulo de Atención al Público del Polideportivo Huerta del Rey, situado en la calle Joaquín Velasco Martín, nº 9, de lunes a viernes, de 8:30 h a 14:30 h.

Requisitos:

- DNI del participante.
- Pago del curso en efectivo o con tarjeta bancaria. Se recomienda el pago con tarjeta.

Online:

- Registro previo en la aplicación cursosdeportivos.fmdva.org.
Se recomienda registrarse unos días antes del comienzo de las inscripciones.
- Pago del curso mediante tarjeta bancaria.

— En el caso de **inscripciones presenciales**, cada persona, podrá efectuar la inscripción **a dos participantes**, en cuantos cursos deseen cada uno de ellos, salvo miembros de la misma unidad familiar.

— **Listas de espera.** Cuando un curso se completa, automáticamente se crea una lista de espera. En el momento en que quede una plaza libre se envía un sms por riguroso orden de inscripción a las personas inscritas en lista de espera. Si la inscripción en la lista de espera se hubiera realizado online, el plazo para inscribirse en la plaza libre desde la recepción del sms informativo es de 2 días naturales. Si la inscripción a la lista de espera fue presencial el plazo para inscribirse en la plaza libre es de 2 días hábiles. Pasado este tiempo se pierde cualquier derecho a inscribirse en el curso y se envía un sms informativo a la siguiente persona inscrita en la lista de espera.



OTOÑO 2022

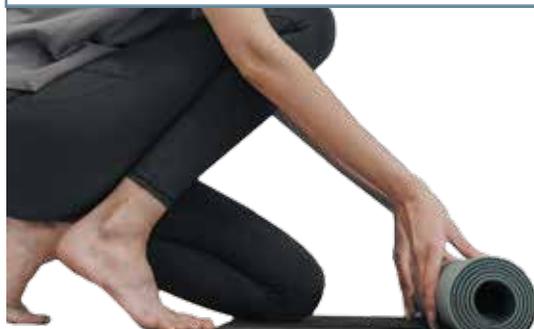
Cursos para participantes a partir de los 16 años,
excepto en aquellos que indiquen expresamente otra edad

YOGA	
C. M. José Luis Mosquera C/ Pío del Río Hortega, 13 T. 983 426 313	
Sala Participación Ciudadana	
<p>Lunes y Miércoles: De 11 a 12 h. De 12 a 13 h. Del 3 de octubre al 21 de diciembre (el 31 de octubre, 5 y 7 de diciembre no hay actividad)</p> <p>Martes y Jueves: De 17 a 18 h. De 18 a 19 h. Del 4 de octubre al 20 de diciembre</p>	
Precio: 46 €	Plazas: Mínimo 10 y máximo 12 personas
Materiales: Cada asistente deberá llevar una toalla	

AIKIDO	
Polideportivo Canterac Juan Carlos I, 16 T. 983 477 904	
Lunes y Miércoles: De 20 a 21 h.	Del 3 de octubre al 14 de diciembre (el 7 de diciembre no hay actividad)
Precio: 52 €	Plazas: Mínimo 12 y máximo 20 personas
Polideportivo Pisuerga Plaza de Méjico s/n T. 983 476 366	
Sala C	
Martes y Jueves: De 20 a 21 h.	Del 4 de octubre al 20 de diciembre
Precio: 52 €	Plazas: Mínimo 10 y máximo 16 personas

BÁDMINTON	
Polideportivo Pajarillos C/ Escribano, 9 T. 662 143 986	
Miércoles: De 19 a 20 h.	Del 5 de octubre al 21 de diciembre (el 7 de diciembre no hay actividad)
Precio: 20 €	Plazas: Mínimo 8 y máximo 12 personas
Objetivos: Iniciación técnica básica. Conocimiento de las reglas del juego.	

YOGALATES	
Polideportivo Pisuerga Pza de México, sn Tfno: 983 476 366	
Lunes y Miércoles: De 19 a 20 h.	Del 3 de octubre al 19 de diciembre (el 5 y 7 de diciembre no hay actividad)
Precio: 46 €	Plazas: Mínimo 10 y máximo 16 personas
Materiales: Cada asistente deberá llevar una toalla	



BODY ROLLING	
C.M. José Luis Mosquera C/ Pío del Río Hortega, 13 Tfno: 983 426 313	
Sala Participación Ciudadana	
Martes: De 18 a 19:30 h.	Del 4 de octubre al 20 de diciembre
Precio: 48 €	Plazas: Mínimo 10 y máximo 12 personas
Centro Cívico José M ^a Luelmo C/ Armuña, nº 3 T. 983 426 313	
Martes: De 20 a 21:30 h.	Del 4 de octubre al 20 de diciembre
Precio: 48 €	Plazas: Mínimo 10 y máximo 12 personas
Requisitos específicos para la participación: Las personas que repitan curso tienen que traer pelota	
Observaciones: Ejercicio indicado para todo tipo de personas	

GIMNASIA PARA EMBARAZADAS

C.C. Canal de Castilla P.º Jardín Botánico, 4
T. 983 424 200

Martes y Jueves:
De 18:15 a 19:15 h.

Del 18 de octubre al 29 de noviembre

Precio:
36€

Plazas:
Mínimo 8 y máximo 12 personas

Objetivos:

Mejor condición física cardiovascular y muscular.
Recuperación más rápida del parto.
Vuelta más rápida al peso y a los niveles de fuerza y flexibilidad previos al embarazo.
Fase activa del parto más corta y con menor dolor.
Mejor ánimo y autoestima.

Observaciones:

Ejercicio físico indicado desde la semana 9 a 12 de gestación (después de la primera visita perinatal) hasta la semana 38-39 de embarazo.

CALISTENIA

Moreras Parque de Felipe II
T. 665 391 086

Sábados:
De 11:00 a 12:15 h.

Del 1 de octubre al 19 de noviembre

Precio:
30 €

Plazas:
Mínimo 5 y máximo 10 personas

Observaciones:

Las sesiones del curso se impartirán en diferentes parques de calistenia:

- 1º y 2º sesión en Moreras
- 3º y 4º sesión en Parquesol (Parque los Almendros)
- 5º y 6º sesión en Delicias (Parque de la Paz)
- 7º y 8º sesión en Pisuerga

HIPOPRESIVOS

Polideportivo Parquesol C/ Padre Ilanos, nº1
Tfno: 983 352 611

Sala Piscina

Lunes y Miércoles:
De 19 a 20 h.

Del 5 de octubre al 19 de diciembre
(7 de diciembre no hay actividad)

Precio:
58 €

Plazas:
Mínimo 10 y máximo 16 personas

Observaciones:

Contraindicado para: embarazadas, hipertensos y personas con enfermedades autoinmunes del aparato digestivo.

ESCALADA

Rocódromo Municipal Callejón de la Azucarera s/n
"Álvaro Paredes Izquierdo" Tfno. 648 236 803

Las Norias

De Lunes a Jueves:
De 19:30 a 22:00

Del 14 al 24 de noviembre

Precio:
90€

Plazas:
Mínimo 4 y máximo 6 personas

Objetivos y contenidos:

Que los alumnos sepan y puedan escalar de 1ª cuerda y con seguridad, rutas cortas y equipadas. Breve historia de la Escalada. Material y equipamiento. Técnica de progresión. Seguridad.

Requisitos específicos:

Imprescindible ropa y calzado deportivo (flexibles y ligeros) adecuados para escalar.

MARCHA NÓRDICA

Playa Las Moreras Avda. Isabel la Católica
T. 658 097 758

Jueves:
De 10:30 a 11:30 h.

Del 29 de septiembre al 15 de diciembre
(8 de diciembre SI hay actividad)

Precio:
48€

Plazas:
Mínimo 5 y máximo 10 personas

Objetivos:

Mejorar las capacidades físicas.



TIRO CON ARCO

Complejo Deportivo Ciudad de Valladolid (Campo de tiro) C/ Renedo

Martes:

De 19 a 21 h.
Del 4 de octubre al 29 de noviembre

Sábados:

De 10 a 12 h.
Del 8 de octubre al 26 de noviembre

Precio:
80€

Plazas:
Mínimo 4 y máximo 6 personas

Objetivos:

Conocer técnica básica y normas de seguridad.
Obtener acreditación necesaria para poder conseguir la licencia federativa.

Materiales:

La delegación aportará todo el material que sea necesario durante la actividad.

BILLAR

Antiguo CEIP del Pío Río C/ Villabáñez, 151
Hortega T. 685 831 174

Iniciación al Billar a partir de 10 años

Domingo:

De 10 a 12 h.

Del 16 de octubre al 27 de noviembre

Precio:
35€

Plazas:
Mínimo 4 y máximo 8 personas

Objetivos:

Iniciación al conocimiento del billar, técnicas, mecanismos, tácticas y estrategias del juego. Introducción a las reglas de las principales modalidades.

PILATES

C.M. José Luis Mosquera C/ Pio del Rio Hortega, 13
Tfno: 983 426 313

Gimnasio

Martes y Jueves:

De 12 a 13 h.
Del 4 de octubre al 20 de diciembre

Sala Participación Ciudadana

Lunes y Miércoles: De 17 a 18 h.
De 19 a 20 h.

Del 3 de octubre al 21 de diciembre
(el 31 de octubre, 5 y 7 de diciembre no hay actividad)

Lunes: De 18 a 19 h.

Del 3 de octubre al 19 de diciembre
(el 31 de octubre y 5 de diciembre no hay actividad)

Viernes: De 17 a 18 h.

De 18 a 19 h.
Del 7 de octubre al 16 de diciembre
(el 9 de diciembre no hay actividad)

Plazas:

Gimnasio: Mínimo 12 y máximo 20 personas
Sala Part. ciudadana: Mínimo 10 y máximo 12 personas

Polideportivo Gregorio C/ India, 3,
Fernández T. 618 509 452

Martes y Jueves: de 18 a 19 h.

Del 4 de octubre al 20 de diciembre

Miércoles y Viernes: de 17 a 18 h.

Del 5 de octubre al 16 de diciembre
(7 de diciembre no hay actividad)

Plazas:

Mínimo 12 y máximo 20 personas

Polideportivo Parquesol C/ Padre Llanos, nº 1
T. 983 352 611

Sala Piscina

Lunes y Miércoles: De 20 a 21 h. Del 3 de octubre al 19 de diciembre (el 5 y 7 de diciembre no hay actividad)

Martes y Jueves: De 19 a 20 h. Del 4 de octubre al 20 de diciembre

Jueves: De 20 a 21 h. Del 6 de octubre al 15 de diciembre

Plazas:

Mínimo 10 y máximo 16 personas

Polideportivo Pilar C/ Boedo, 7
Fernández Valderrama T. 983 247 632

Gimnasio

Martes y Jueves: De 20 a 21 h. Del 4 de octubre al 20 de diciembre.

Plazas:

Mínimo 12 y máximo 20 personas

Precio:

Una hora a la semana: 28 € - Dos horas a la semana: 56 €



GOLF

Campo de Prácticas de Golf
Complejo Deportivo Ciudad de Valladolid Crt. de Renedo, km 3,7

Iniciación

Lunes: De 17 a 19 h.

Del 26 de septiembre al 28 de noviembre

Martes: De 15 a 17 h

Del 27 de septiembre al 29 de noviembre

Miércoles: De 17 a 19 h.

Del 28 de septiembre al 30 de noviembre

Jueves: De 10 a 12 h.

Del 29 de septiembre al 1 de diciembre

Viernes: De 17 a 19 h.

Del 30 de septiembre al 2 de diciembre

Sábados: De 10 a 12 h

Del 1 de octubre al 3 de diciembre

En los días festivos no se suspende la actividad a la finalización de los cursos, se hará un pequeño torneo para todos los participantes en los cursos de iniciación.

Precio:
80€

Plazas:
Mínimo 5 y máximo 6 personas

Materiales:

Las bolas corren a cargo del usuario

Observaciones:

La actividad no se suspende por causas meteorológicas

Objetivos y contenido:

Iniciación. Aspectos técnicos. Reglas de golf. Reglas de cortesía. Cada sesión finaliza con la salida al campo de prácticas para realizar un recorrido de 6 hoyos. Se conseguirá el hándicap si el alumno supera la prueba la última sesión.

ESCUELA DE ESPALDA

C.M. José Luis Mosquera C/ Pio del Rio Hortega, 13
Tfno: 983 426 313

Sala Participación Ciudadana

Martes y Jueves:

De 9:30 a 10:30 h.

De 10:30 a 11:30 h.

De 11:30 a 12:30 h.

De 12:30 a 13:30 h.

Del 4 de octubre al 20 de diciembre

Precio:
60 €

Plazas:
Mínimo 10 y máximo 12 personas

C.C. Canal de Castilla P.º Jardín Botánico, 4
T. 983 424 200

Lunes y Miércoles:
De 17 a 18 h.

Del 5 de octubre al 21 de diciembre
(31 de octubre y 7 de diciembre no hay actividad)

Precio:
60 €

Plazas:
Mínimo 12 y máximo 16 personas

Objetivos:

Mejorar la postura.
Desarrollar el sentido del movimiento.
Aliviar la tensión muscular y mejorar la coordinación del movimiento.

PATINAJE

Polideportivo Los Cerros Avda. Los Cerros, 8
T. 983 426 313

Domingos: de 4 a 16 años

De 16 a 17 h.

De 17 a 18 h.

De 18 a 19 h.

De 19 a 20 h.

Domingos: de 17 a 40 años

De 20 a 21 h.

Del 9 de octubre al 18 de diciembre
(el 11 de diciembre no hay actividad)

Precio:
30€

Plazas:
Mínimo 11 y máximo 15 personas

Materiales:

Los participantes deberán llevar sus patines, casco y protectores
(el Club ofrece asesoramiento sobre el material más adecuado)



CLUB DE OCIO Y TIEMPO LIBRE

Del 12 de septiembre de 2022 al 30 de junio de 2023

Desde la Fundación Municipal de Deportes, entendiendo que la salud es el bienestar global de la persona y desde el conocimiento de que para conseguirlo el ejercicio físico es fundamental, se ofrece a los ciudadanos la posibilidad de su práctica regular a través de las actividades colectivas e individuales del Club de Ocio y Tiempo Libre.

El Club de Ocio y Tiempo Libre es un programa de ejercicio físico, dirigido a mayores de 14 años, por el que la Fundación Municipal de Deportes, facilita a sus abonados la práctica de la actividad física encaminada a la mejora de la salud.

La oferta del Club de Ocio y Tiempo Libre posibilita en una gran amplitud de horarios e instalaciones repartidas por toda la ciudad la práctica de una gran diversidad de actividades encaminadas a la mejora de la condición física y la salud, consiguiendo así una mayor calidad de vida.

¡ACTÍVATE! Equilibrio, bienestar y salud

REQUISITOS PARA LA INSCRIPCIÓN

- Presentar **D.N.I. y una fotografía a color** de tamaño carné **reciente**.
- Si ha sido abonado/a con anterioridad: aportar el **antiguo carné...**
- Abonar **20 €** en concepto de **matrícula** y el importe del abono. **La matrícula estará bonificada para personas desempleadas, o afectadas por ERTE o ERE, de nueva inscripción**, previa presentación de documento justificativo actualizado (esta bonificación podrá aplicarse una sola vez dentro del mismo año natural).

IMPORTE DEL ABONO

El pago es cuatrimestral. En el momento de la inscripción se abonará, además de la matrícula, la parte proporcional del mes en curso y los meses completos que resten hasta finalizar el cuatrimestre natural (enero-abril, mayo-agosto y septiembre-diciembre).

- Empadronados en Valladolid: 15,20 €/mes (60,80 € cuatrimestrales)
- No empadronados: 25,50 €/mes (102 € cuatrimestrales)

La demora en el pago de las cuotas en las fechas que se indican, implicará la pérdida de todos los derechos, incluida la matrícula.

CAMBIO DE ACTIVIDAD

Los abonados podrán cambiarse, **sin necesidad de abonar nueva matrícula**, a las siguientes actividades de la FMD: Programa Siempre Activos (mayores de 60 años), Programa Combinado Valladolid + Deporte + Salud, abono de piscina o cursos de natación de mantenimiento (sin devolución del periodo no disfrutado del abono en este último caso).

Para realizar el cambio **deberá aportarse**, en todo caso, **el recibo pagado del cuatrimestre en curso** del Club de Ocio y Tiempo Libre.

El cambio de actividad se realizará el primer día hábil del mes. En caso de que el abonado desee cambiarse **cualquier otro día del mes, se devolverá a partir del mes siguiente**, no pudiendo acceder a las actividades del Club de Ocio y tiempo Libre y **debiendo pagar la nueva actividad desde el mismo día del cambio.**

Polideportivo Canterac

Juan Carlos I, 16
T. 983 477 904

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Ubicación
10	TBC	AER	MNT	AER-Z	RES/GAP	Pista
11	MNT	PIL/STR	RES/GAP	MNT	MNT	Pista
17	MNT		RES/GAP		TBC	Pista
17		PIL/STR		PIL/STR		Gimnasio
18	RES/GAP		MNT		PIL/STR	Gimnasio
19	AER		AER		EI	Gimnasio
19		EFS		EFS		Pista
20	MNT	RES/GAP	MNT	MNT		Pista
21	EFS		EFS			Pista

Polideportivo Lalo García

Enrique Cubero, 7
T. 660 325 806

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Ubicación
9	MNT	AER-Z	RES/GAP	AER-Z	TBC	Gimnasio
10	RES/GAP	MNT	PIL/STR	RES/BODY	MNT	Gimnasio
18	PIL/STR		PIL/STR			Gimnasio
19	AER-Z		AER-Z			Gimnasio
20	TBC		RES/GAP			Gimnasio
21	MNT		TBC			Gimnasio

Polideportivo Gregorio Fernández

India, 3
T. 618 509 452

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Ubicación
9	MNT		RES/GAP		PIL/STR	Pista
10	MNT	TBC	RES/BODY	MNT	MNT	Pista
16		PIL/STR		PIL/STR		Pista
17		MNT		MNT		Pista
18	PIL/STR		MNT			Pista
19	MNT		RES/GAP			Pista

Polideportivo Huerta del Rey

Joaquín Velasco Martín, 9
T. 983 426 305

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Ubicación
8	MNT	EI	MNT	RES/GAP	EFS	Gimnasio
9	RES/GAP	MNT	PIL/STR	MNT	TBC	Gimnasio
10	MNT	RES/GAP	MNT	PIL/STR	MNT	Gimnasio
16	PIL/STR		PIL/STR			Gimnasio
17	MNT	RES/GAP	TBC	MNT		Gimnasio
18	RES/GAP		MNT		TBC	Gimnasio
19	EFS	RES/BODY	AER	EI	EFS	Gimnasio
20	MNT	TBC	MNT	RES/GAP	MNT	Gimnasio
21	RES/GAP	EFS	PIL/STR	EFS		Gimnasio

Polideportivo Miriam Blasco

Covadonga, 16
T. 680 441 149

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Ubicación
9		MNT		RES/GAP		Pista
10	AER	PIL/STR	AER	MNT	AER	Pista
11	MNT	TBC	MNT	PIL/STR	MNT	Pista
16	MNT	RES/GAP	TBC	RES/BODY		Pista
17	RES/GAP	MNT	MNT	MNT	MNT	Pista
18	AER	PIL/STR	AER	PIL/STR		Pista
19	PIL/STR		PIL/STR			Pista

Polideportivo Parquesol

Padre Llanos, s/n
T. 983 352 611

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Ubicación
9	AER	RES/GAP	AER	MNT	AER	Gimnasio
10	MNT	PIL/STR	MNT	PIL/STR	MNT	Gimnasio
17	TBC		RES/GAP			Gimnasio
18	MNT	AER-Z	TBC	AER-Z		Gimnasio
19	RES/GAP	MNT	PIL/STR	EI		Gimnasio
20		PIL/STR		PIL/STR		Gimnasio

Polideportivo José Luis Mosquera

Pío del Río Hortega, 13
T. 690 170 413

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Ubicación
10	MNT	AER-Z	RES/GAP	AER-Z	PIL/STR	Gimnasio
11	TBC		PIL/STR		MNT	Gimnasio
18		MNT		MNT		Gimnasio
19		PIL/STR		PIL/STR		Gimnasio
20		AER-Z		AER-Z		Gimnasio

Polideportivo Pilar Fdez-Valderrama

Boedo, 7
T. 983 247 632

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Ubicación
9	MNT	RES/GAP	PIL/STR	MNT	MNT	Gimnasio
10	MNT		MNT		PIL/STR	Gimnasio
18	MNT	MNT	RES/GAP	MNT	MNT	Gimnasio
19	PIL/STR	EI	TBC	RES/GAP	PIL/STR	Gimnasio
20	MNT		PIL/STR			Gimnasio

Polideportivo Pisuegra (*)

Plaza Méjico, s/n
T. 983 476 366

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Ubicación
10	MNT		TBC		MNT	Pista
10		AER		AER		Gimnasio
19	EFS	AER-Z	EI	AER-Z		Sala
20	MNT	EFS	MNT	EFS		Sala

(*) Sábados, de 11 a 12 h. (EFS en Sala).

Polideportivo Rondilla

Torquemada, 63
T. 680 441 148

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Ubicación
10	MNT	AER-Z	RES/GAP	AER-Z	MNT	Gimnasio
11	PIL/STR		PIL/STR		PIL/STR	Gimnasio
20	MNT		MNT	MNT		Gimnasio
21	EI		RES/BODY			Gimnasio

Centro Municipal Puente Duero (*)

C/ Real, 105
T. 983 405 133

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Ubicación
18		PIL/STR		PIL/STR		Gimnasio
19		MNT		MNT		Gimnasio

(*) Comienzo el 4 de octubre de 2022.

Polideportivo San Isidro

Sta. M.ª de la Cabeza, 4
T. 649 828 162

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Ubicación
9	MNT		TBC		RES/GAP	Pista
10	AER-Z		AER-Z		AER-Z	Pista

Polideportivo La Victoria

Comuneros de Castilla, 2
T. 609 614 864

Hora	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Ubicación
8	MNT	EI	MNT	EFS	MNT	Pista
9		PIL/STR		MNT		Pista
18	MNT	TBC	MNT	RES/GAP	EI	Pista
19	AER-Z	RES/GAP	AER-Z	PIL/STR	PIL/STR	Pista

Si desea más información e inscribirse en este programa, puede hacerlo en:

el **Módulo de Atención al Público de la FMD (Polideportivo Huerta del Rey),**

en el teléfono **983 426 313**

en la web: www.fmdva.org o

en el correo electrónico: adultosfmd@ava.es

ABREVIATURAS

AER	Aeróbic.
AER-Z	Aerozumba.
EI	Entrenamiento interválico (alta intensidad).
EFS	Entrenamiento fuerza en suspensión (TRX).
MNT	Actividad encaminada al entrenamiento funcional en la que se trabajan todos los cuidados de salud global.
RES/GAP	Resistencia, glúteos, abdominales y piernas.
PIL/STR	Pilates, estiramientos.
RES/BODY	Resistencia, fuerza tren superior.
TBC	Trabajo corporal total.



PROGRAMA SIEMPRE ACTIVOS

Del 12 de septiembre de 2022 al 30 de junio de 2023

A los 60 años una persona tendrá aproximadamente la mitad de fuerza que en su juventud. Las personas más activas, que realicen entrenamiento físico habitual, tienen una tendencia mucho menor a perder fuerza y mantienen una mejor actitud postural y mayor autonomía

**¡ACTÍVATE!
¡El movimiento es vida!**



REQUISITOS PARA LA INSCRIPCIÓN

- Presentar **D.N.I. y una fotografía a color** de tamaño carné **reciente**.
- Si ha sido abonado/a con anterioridad: aportar el **antiguo carné...**
- Abonar **20 €** en concepto de **matrícula** y el importe del abono. **La matrícula estará bonificada para personas desempleadas, o afectadas por ERTE o ERE, de nueva inscripción**, previa presentación de documento justificativo actualizado (esta bonificación podrá aplicarse una sola vez dentro del mismo año natural).

IMPORTE DEL ABONO

El pago es semestral. En el momento de la inscripción se abonará, además de la matrícula, el mes completo de la inscripción, más los meses que resten hasta finalizar el semestre natural.

Empadronados en Valladolid:

3 días/sem.: 6,20 € al mes (dos cuotas semestrales de 37,20 €)

2 días/sem.: 4,70 € al mes (dos cuotas semestrales de 28,20 €)

No empadronados en Valladolid

3 días/sem.: 15 € al mes (dos cuotas semestrales de 90 €)

2 días/sem.: 12 € al mes (dos cuotas semestrales de 72 €)

La demora en el pago de las cuotas en las fechas que se indiquen, implicará la pérdida de todos los derechos, incluida la matrícula.

Los abonados que se inscriban en junio y diciembre, abonarán, además de la matrícula, el mes en curso y el semestre siguiente.

LUGAR DE INSCRIPCIÓN

La inscripción se realizará en el **Módulo de Atención al Público de la FMD**, C/ Joaquín Velasco Martín, nº 9 (Polideportivo Huerta del Rey), **de lunes a viernes, de 8:30 a 14:30 h.**

Polideportivo Canterac

Juan Carlos I, 16
T. 983 477 904

Hora	Días de actividad
9	Lunes, miércoles y viernes
9	Martes y jueves
10	Lunes, miércoles y viernes
10	Martes y jueves
11	Lunes, miércoles y viernes
11	Martes y jueves
12	Lunes, miércoles y viernes
18	Martes y jueves

Polideportivo Gregorio Fernández

India, 3
T. 618 509 452

Hora	Días de actividad
9	Martes y jueves
11	Lunes, miércoles y viernes
11	Martes y jueves
12	Lunes, miércoles y viernes
12	Martes y jueves

Polideportivo Rondilla

Torquemada, 63
T. 680 441 148

Hora	Días de actividad
9	Lunes, miércoles y viernes
9	Martes y jueves
10	Lunes, miércoles y viernes
11	Lunes, miércoles y viernes
11	Martes y jueves

Polid. José Luis Mosquera

Pío del Río Hortega, 13
T. 690 170 413

Hora	Días de actividad
9	Lunes, miércoles y viernes
11	Martes y jueves
12	Lunes, miércoles y viernes

Polideportivo Parquesol

Padre Llanos, s/n
T. 983 352 611

Hora	Días de actividad
11	Lunes, miércoles y viernes

Polid. Pilar Fdez-Valderrama

Boedo, 7
T. 983 247 632

Hora	Días de actividad
10	Martes y jueves
11	Lunes, miércoles y viernes

Centro Municipal Puente Duero (*)

C/ Real, 105
T. 983 405 133

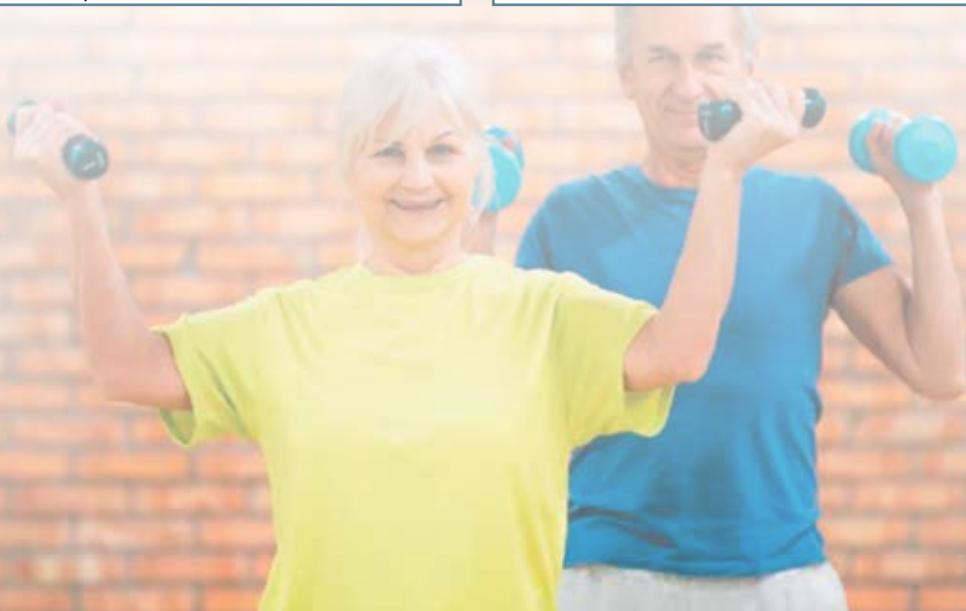
Hora	Días de actividad
10:15	Martes y jueves

(*) Comienzo el 13 de septiembre de 2022

Polideportivo San Isidro

Sta. M.ª de la Cabeza, 4
T. 649 828 162

Hora	Días de actividad
11	Lunes, miércoles y viernes



Polideportivo Huerta del Rey *Joaquín Velasco Martín, 9
T. 983 426 305*

Hora	Días de actividad
11	Lunes, miércoles y viernes
11	Martes y jueves
12	Lunes, miércoles y viernes
12	Martes y jueves
18	Martes y jueves

Polideportivo Miriam Blasco *Covadonga, 16
T. 680 441 149*

Hora	Días de actividad
9	Lunes, miércoles y viernes
12	Lunes, miércoles y viernes
12	Martes y jueves
13	Lunes, miércoles y viernes
13	Martes y jueves

Polideportivo Pisuerga

*Plaza Méjico, s/n
T. 983 476 366*

Hora	Días de actividad
10	Lunes, miércoles y viernes
11	Lunes, miércoles y viernes
11	Martes y jueves

Polideportivo La Victoria

*Comuneros de Castilla, 2
T. 609 614 864*

Hora	Días de actividad
9	Lunes, miércoles y viernes
18	Martes y jueves

Polideportivo Lalo García

*Enrique Cubero, 7
T. 660 325 806*

Hora	Días de actividad
11	Lunes, miércoles y viernes

SALAS DE TONIFICACIÓN - MUSCULACIÓN - CARDIOVASCULAR

Polideportivo Canterac

- Lunes a viernes, de 8 a 12 h
- Lunes a jueves, de 17 a 19 h

Polideportivo Huerta del Rey

- Lunes a viernes, de 8 a 12 h
- Lunes a jueves, de 17 a 19 h

Polideportivo Miriam Blasco

- Lunes a viernes, de 8 a 12 h
- Lunes y miércoles, de 17 a 19 h

Polideportivo Parquesol

- SALA MULTIDISCIPLINAR
- Martes y jueves, de 18:15 a 19 h

Polideportivo Pisuerga

- Lunes a viernes, de 9 a 12 h
- Lunes a jueves, de 17 a 19 h

Polideportivo Rondilla

- Lunes a viernes, de 10 a 12 h

Por qué hacer ejercicio

La actividad física aporta beneficios para la salud y mejora de calidad de vida. Debemos adoptar hábitos saludables, con ejercicio regular, que contribuyan a un envejecimiento activo.

Quién debe hacer ejercicio

La práctica de la actividad física beneficia a todas las personas. Es recomendable seguir un programa de ejercicio regular, moderado y adecuado a sus características.

Qué clase de ejercicio físico es recomendable

Los más adecuados son aquellos que aumentan moderadamente los latidos de su corazón y movilizan los grandes grupos musculares, mejorando su elasticidad y aumentando su fuerza.

MOMENTOS DEPORTIVOS

CALENDARIO DE EVENTOS OCTUBRE, NOVIEMBRE Y DICIEMBRE 2022

FECHA	ENTIDAD	ACTIVIDAD	UBICACIÓN
Octubre			
01 oct	C.D. Atletaria Isaac Viciosa	XVI Milla Urbana de Valladolid. Premio Escuela Isaac Viciosa	Salida Campo Grande
1 y 2 oct	C.D. Valladolid Club de Esgrima	Torneo Nacional de Ranking de Espada Femenina Individual y Equipos	Polideportivo Lalo García
1 y 2 oct	Fed. Tiro Olímpico	Cpto. De España de Equipos Autonómicos Foso Universal	Campo de Tiro El Rebollar
1ª semana	Fed. Deportes Autóctonos CYL	XXXV Cpto. Autonómico 2022	Terradillos
08 oct	C.D. Ajedrez Promesas	XV Torneo de la Vendimia de Ajedrez Infantil	Polideportivo Pilar Fernández V.
09 oct	Fed. Tiro Olímpico	Cpto. Autonómico de Pistola Libre 50m.	Campo de Tiro El Rebollar
12 oct	Fed. Baloncesto CYL	Junior NBA 2022	Polideportivo Pisuerga
16 oct	Real Valladolid-Madison	Carrera Pucela Run 2022	Acera Recoletos
23 oct	Fed. Tiro Olímpico	Cpto. Autonómico de Armas Históricas Piñal	Campo de Tiro El Rebollar
23 oct	C.D. Bomberos Valladolid	XXVI Memorial Vidal - Matarranz	Proximidades Parque de Bomberos
24 oct	Fed. Natación CYL	2ª J. Copa Invierno Clubes F. Clasificatoria	Piscina Huerta del Rey
24 oct	Fed. Natación CYL	1ª Jornada Liga Nacional Benjamín-Pre Benjamín	Piscina Huerta del Rey
Noviembre			
03 al 06 nov	C.D. Federado CBS Five Va	Campeonato de España de Sófbol Modificado	Soto de Medinilla y Puente Duero
06 nov	AEECC	XI Marcha Valladolid contra el Cáncer	Salida Acera de Recoletos
06 nov	Fed. Natación CYL	3ª J. Copa Invierno Clubes F. Clasificatoria	Piscina Benito Sanz de la Rica
07 nov	Fed. Natación CYL	4ª J. Copa Invierno Clubes F. Clasificatoria	Piscina Ribera de Castilla
13 nov	Fed. Tiro Olímpico	Cpto. Autonómico de Pistola Fuego Central	Campo de Tiro El Rebollar
13 nov	C.D. Triatlón Pisuerga (Tripi)	XX Duatón de Promoción Pinar de Antequera y Prueba de Menores	Pinar de Antequera
14 nov	Fed. Natación CYL	1ª Jornada Liga Territorial Infantil	Piscina Benito Sanz de la Rica
14 nov	Fed. Natación CYL	2ª Jornada Liga Nacional Alevín	Piscina Benito Sanz de la Rica
14 nov	Fed. Natación CYL	2ª Jornada Liga Nacional Benjamín - Pre Benjamín	Piscina Benito Sanz de la Rica
18 nov	Fed. Tenis CYL	XXIV Torneo Nacional de Tenis Femenino "Ciudad de Valladolid - Open CYL"	Pistas Covaresa
18 nov	Fed. Tenis CYL	VII Torneo Nacional de Tenis Masculino Ciudad de Valladolid - Open CYL	Pistas Covaresa
18 nov	Fed. Tenis CYL	Master Nacional XIV Circuito de Promoción Juvenil de Tenis de CYL	Pistas Covaresa
20 nov	Fed. Tiro Olímpico	Cpto. Autonómico de Pistola Standard	Campo de Tiro El Rebollar

MOMENTOS DEPORTIVOS

FECHA	ENTIDAD	ACTIVIDAD	UBICACIÓN
Diciembre			
1 al 6 dic	Fed. Tenis CYL	Master Nacional del Circuito de Aficionados de la RFET	Pistas Covaresa
03 dic	Fed. Tiro Olímpico	Cpto. Autonómico de Armas Neumáticas Pistola y Carabina	Campo de Tiro El Rebollar
04 dic	Fed. Tiro Olímpico	Cpto. Autonómico de Pistola Deportiva 9mm	Campo de Tiro El Rebollar
6 al 8 dic	Fed. Tenis CYL	Master Futuro Nacional Mapfre 2022	Pistas Covaresa
9 al 13 dic	Fed. Tenis CYL	I Touchtennis World Cup Finals (Selecciones Nacionales)	Pistas Covaresa
10 y 11 dic	C.D. Rugby El Salvador	Torneo Mele de Cantera (S6-S12)	Campos de Rugby Pepe Rojo
15 al 18 dic	Pole Dance Valladolid	Pole Art Spain 2022	Centro Cívico Canal de Castilla
16 al 18 dic	C.D. Rolling Lemons	Liga Europea de Clubes Inline Freestyle	Polideportivo Pilar Fernández V.
18 dic	Fed. Tiro Olímpico	Cpto. Autonómico de Armas Históricas Piñal	Campo de Tiro El Rebollar
27 al 30 dic	Fed. Voleibol de CYL	Copa de España de Voleibol Junior, Juvenil y Cadete Masculino y Femenino	Polideportivo Pisuerga y otros
29 dic	Fed. Voleibol de CYL	All Star Superliga Femenina	Polideportivo Pisuerga
31 dic	C.D. Rondilla	38 Cross Rondilla Las 12 Uvas	Parque Ribera de Castilla



FUE NOTICIA



CAMPEONATO DE ESPAÑA INLINE FREESTYLE RECORD DE MEDALLAS PARA EL ROLLING LEMONS EN CIUDAD REAL

-El pabellón Puerta de Santa María de Ciudad Real acogió del 7 al 10 de julio el Campeonato de España en el que participaron 31 patinadores del club vallisoletano.

-Los 'limones' lograron 22 metales, repartidos en 7 oros, 7 platas y 8 bronces, logrando así el record de preseas del club hasta la fecha.

El Rolling Lemons logró otro resultado histórico superando las expectativas previas a la competición. Los patinadores repartidos en categorías infantil, juvenil, junior, senior y master representaron al club en todas las pruebas en al menos una categoría.

El intenso calor y las jornadas maratónicas no frenaron a los patinadores, quienes recibieron desde la grada el apoyo constante de sus compañeros.

El mayor número de medallas llegaba con el speed slalom, prueba talismán para los limones. El dominio quedó patente en el medallero de esta modalidad donde el Rolling Lemons casi conseguía la mitad de los podios en liza. El resto de metales vinieron en las pruebas de salto, derrapes y parejas.

El club lograba dos "tripletes" ocupando los tres cajones del podio en junior masculino y en junior femenino de la prueba de speed slalom.

Se proclamaron campeones de España Javier Sordo en speed slalom senior masculino, Álvaro Nieto en speed

slalom junior masculino, Adriana Nieto en speed slalom junior femenino, Álvaro Gerbolés en speed slalom infantil masculino, Abel San Honorio por partida doble en salto y speed slalom master y Edna Suso en salto femenino junior.

Las platas fueron para Lucía Rodríguez y Laura Morentin en classic parejas junior, Lucía Barrientos en salto femenino junior, Eva Jiménez en speed slalom senior femenino, Guille Masa en speed slalom junior masculino, Silvia Gerbolés en speed slalom junior femenino, Claudia Garayo en speed slalom infantil femenino y Beatriz Merino en speed slalom master.

Por su parte lograron la medalla de bronce, Samuel García en speed slalom y derrapes junior masculino, Llara Gómez en speed slalom junior femenino, Lorena Olmos en speed slalom juvenil femenino, Verónica Martín en speed slalom infantil femenino, Laura Morentin en derrapes juvenil femenino, Álvaro Nieto en salto junior masculino y Álvaro Gerbolés en derrapes infantil masculino.



**Iziar Martínez,
bronce en el Campeonato de Europa Juvenil de
Escalada de Dificultad**

La escaladora vallisoletana se convierte en la primera española en conseguir una medalla en esta competición

La escaladora vallisoletana Iziar Martínez logró el sábado 9 de julio la medalla de bronce en el Campeonato de Europa Juvenil de Dificultad que se celebró en la localidad alemana de Ausburg.

Iziar, que superó con solvencia el corte en la fase clasificatoria y en semifinales, accedió a la final como cuarta clasificada con el claro objetivo de acercarse a un podio en el que la eslovena Sara Copar y la italiana Alessia Mabboni partían como favoritas dado el gran nivel que habían mostrado en las rondas previas.

La vallisoletana consiguió superar a la escaladora checa Arina Jurcenko y asegurarse las medallas con una puntuación de 50+, mejorada posteriormente por la propia

Alessia Mabboni, a la postre campeona con 52+, y la subcampeona Sara Copar (51).

De este modo Iziar se ha convertido en la primera escaladora española en conseguir una medalla femenina en un Campeonato de Europa de Dificultad en esta categoría, mostrándose muy satisfecha con su actuación. "En estos días me he encontrado bastante bien", comentaba en declaraciones a la Federación Española de Deportes de Montaña y Escalada, pudiendo sacar "todos los entrenamientos que llevaba encima durante estos meses de preparación".

GALERÍA DE DEPORTISTAS



LIDIA CASTRO DE LA SERNA

Campeona de España de ciclismo en ruta y contrarreloj

Nació bajo una luna roja durante un eclipse en febrero de 2008. Desde muy pequeña mostró sus habilidades para la práctica deportiva: patinaje, fútbol, pádel, frontenis son algunos de los deportes que ha practicado. Con 5 años se introdujo en el mundo del triatlón, que practicó durante dos temporadas, para finalmente decantarse por el ciclismo, ingresando en la Escuela de Ciclismo de Arroyo, dirigida por Juan Carlos Domínguez en 2017. Desde entonces ha practicado las disciplinas de ciclismo en ruta y en pista, cambiando la bicicleta de carretera por la de montaña en los meses más fríos del año.

Consigue su primer campeonato de Castilla y León en Aguilar de Campoo en 2017 en la modalidad de ruta, repitiendo triunfos en Salamanca (2018), Castellanos de Moriscos (2021) y en el Barraco este año.

En la modalidad de BTT consigue la primera posición en los campeonatos de Castilla y León en Benavente (2018), en Torre de Bierzo (2019) y Bembibre (2021 y 2022).

En 2019, con 11 años, el primer año en el que pueden empezar a competir en pista, consigue dos campeonatos de Castilla y León en dos modalidades de la misma. Tras el parón por el covid se retoman las competiciones repitiendo triunfo en 2021.

Un total de 12 campeonatos de Castilla y León en sus distintas modalidades en 5 años.

En cuanto a los campeonatos de España es convocada por la selección de Castilla y León en 2021, su primer año de infantil, consiguiendo un meritorio bronce en la prueba contra el crono, y un decimoprimer puesto en la prueba en línea, además de la medalla por equipos junto con sus compañeras de selección. Su participación en este campeonato acrecentó sus ganas de practicar el ciclismo al verse con posibilidades de poder conseguir un triunfo en el nacional, por lo que fijó sus objetivos deportivos en el mismo, doblemente ilusionada por el hecho de que se celebraban “en casa”.

Así en julio de 2022, y tras superar una caída que casi da al traste con su preparación, se presenta en el campeonato de España de ciclismo en ruta, llena de ilusión. Durante la carrera lo intentó hasta en tres ocasiones: probó suerte con un ataque de salida que el pelotón no permitió. Reincorporada a la disciplina del grupo, y unas vueltas después, volvió a probar suerte, para esta vez sí conseguir dejar atrás al pelotón, rodando varias vueltas en solitario. La tenacidad del pelotón en darle caza, y al no conseguir aumentar su ventaja, hizo que cediera en su empeño, para volver al grupo, recuperarse del esfuerzo unas vueltas, y proclamarse vencedora finalmente al sprint. Ejemplar trabajo del equipo de féminas Castellano-leones que llevó al éxito de su corredora, consiguiendo además la medalla de plata por equipos. La modalidad contra el reloj de los campeonatos nacionales se celebró al día siguiente. En categoría infantil, dicha prueba incluye al principio unos juegos de habilidad, para después realizar la crono en ruta propiamente dicha. Con una amplia ventaja de 13 segundos se proclamó de nuevo campeona de España de esta modalidad.

A fecha de hoy permanece invicta en todas las carreras de féminas que ha corrido este año.

Para el próximo año debutará en la categoría cadete, disputando pruebas a nivel nacional, entre ellas participará en una nueva modalidad: la copa de España de ciclocrós.

MONICA SANTOS RODRIGUEZ

Piragüista del Club Deportivo Cisne

Nacida en Aguilar de Campoo (Palencia), iniciándose en este deporte a la edad de 14 años en el club Los Águilas de su ciudad natal. Con 17 años, se traslada a estudiar a Valladolid, fichando con el Club Deportivo Cisne, participando en sus primeros campeonatos de España de Sprint y de fondo en la categoría de juvenil. En 2021 empieza a participar también en descensos de aguas bravas, aun sin dominar la técnica necesaria para estar en lo más alto del panorama nacional, pero en 2022 gana el campeonato de España

de Descenso en aguas del río sil, en la localidad lucense de O Barco de Valdeorras, aun siendo sub23, lo que le dio la oportunidad de formar parte del equipo nacional sub23 en el europeo que se celebró en la localidad de Banja Luka en Bosnia, participando en las modalidades de Sprint y clásica así como formando patrulla con Emma Devesa y Andrea Aguera donde se clasificaron en la 7ª posición.





ALBERTO AMIGO

Presidente Federación de Piragüismo de CyL

Natural de Zamora, el piragüismo ha formado parte de su vida desde muy joven, iniciándose en el arbitraje hace más de 30 años, lo que le permitió conocer a fondo la gestión de todo lo que rodea a la competición, y de la que no se ha apartado hasta la fecha.

Su compromiso con este deporte le llevó a formar parte de los diferentes estamentos federativos, pasando del colectivo arbitral a la Junta Directiva desde el año 2000, compaginando su labor directiva con la

Presidencia de la Delegación Provincial de Zamora. Una etapa en la que como Delegado asumió la organización del Mundial de Maratón 2002, que no pudo celebrarse en Praga debido a las inundaciones en Centroeuropa, y que en menos de un mes se ponía en marcha en el circuito zamorano de los "Tres Árboles", con el reconocimiento del Presidente de la Federación Internacional, el Ayuntamiento de Zamora y las instituciones regionales y provinciales.

Este éxito organizativo sirvió para consolidar la gestión de la Delegación Provincial en el panorama internacional, logrando que Zamora fuera sede en 2006 de la Copa del Mundo de Maratón, así como de diferentes Copas y Campeonatos de España que se han venido celebrando durante este período, y que le llevó en 2008 a alcanzar la vicepresidencia de la Federación Regional.

También en este periodo, además de los éxitos organizativos se sumaron los deportivos, incrementándose el número de deportistas de Castilla y León en los equipos nacionales de Sprint, Maratón y Slalom, destacando Emilio Merchán y Diego Cosgaya que se proclamaron campeones del mundo de K2 1000m en 2009, una de las pruebas más exigentes del Programa olímpico.

En 2015 asume la Presidencia de la Federación, y es reelegido en 2016 y 2020, con el compromiso de recuperar, por un lado, el crecimiento deportivo y económico tras la crisis de 2011-2013, y por otro, devolver la presencia de nuestros palistas en los JJOO, objetivo que vino de la mano del segoviano David Llorente, primer finalista olímpico de Slalom, en Tokio 2020, de la historia de la Federación.

La consolidación del Canal de Slalom de Sabero en León, el mejor canal natural de slalom de España, sede desde 2016 los Campeonatos de España Promesas y Absolutos, y sede además del Campeonato de Europa de Descenso de Aguas Bravas, así como el prestigio internacional de eventos como la Regata Internacional de Sanabria, que cumple 60 años, el Descenso Ibérico del Duero en Zamora o el Gran Premio de Castilla y León de K4 en Valladolid y Sanabria, son parte del patrimonio acumulado por Alberto Amigo, que puede presumir además de contar con deportistas internacionales de la talla de Carlos Garrote, Eva Barrios o Laura Pedruelo que ha visto crecer como palistas en su Zamora natal.

DAVID PIQUERO FADRIQUE

Organizador del torneo de balonmano playa Arena Ciudad de Valladolid

Nacido en septiembre de 1.987 en Valladolid, empezó a jugar a los 9 años a balonmano, siguiendo los pasos de su hermano Raúl, en La Salle, el colegio de toda su vida. Allí jugaría en todas las categorías inferiores hasta su último año de juvenil, donde ficharía por el Balonmano Valladolid, participando en el Campeonato de España a las órdenes de "Jota".

En los años siguientes jugó en varios equipos como La Salle, Viana o Quintanilla de Onésimo en las categorías Provincial y Segunda División ganando varios campeonatos.

En estos años tuvo una lesión de gravedad, rotura de ligamento cruzado anterior, de la cual se recuperó y jugó varios años más. Puso punto y final a su carrera deportiva cuando creó su propia empresa, Riberwine, dedicada a los eventos, viajes y exportación de vino.

Fue años después, en el 2018, cuando su amigo Nacho Monroy, ex árbitro internacional y por aquel entonces uno de los máximos responsables de la RFBM de balonmano playa, le propuso organizar un torneo Arena 500 en Valladolid. David no se lo pensó dos veces y junto a su hermano Raúl y su amigo Miguel A. Álvarez Soria decidieron embarcarse en este proyecto. Sabían que iba a ser difícil, ya que era arrancar desde cero puesto que esta disciplina en Valladolid no tenía apenas seguimiento ni participación. Fue a hablar y a exponerle el proyecto a Carlos Sainer, Presidente de la FCyL de balonmano en esos momentos, el cual decidió darle todo su apoyo y colaboración, el torneo estaba en marcha. Acto seguido fue a hablar con la Fundación Municipal de Deportes, la cual también decidió apoyarles desde el minuto uno hasta el día de hoy. No podríamos hablar de este torneo en Valladolid sin la colaboración de la FMD.

El primer año fue una edición con pocos participantes, pero un éxito de organización, siendo felicitados por todas las organizaciones, equipos y jugadores. Fue la primera piedra de lo que estaba por venir. Las siguientes ediciones fueron superándose una tras otra, hasta convertirse en un torneo importante en el mundo del balonmano playa. Con el cambio de directiva en la Federación se retomó el apoyo al torneo y se le incluyó en el circuito territorial "Summer Handball Tour". El año pasado el torneo contó con 600 participantes, todo un logro para un torneo de balonmano playa en una ciudad de interior. Este año ya ha celebrado su IV edición, con 500 participantes y un kids day con unas masterclass para seguir potenciando el balonmano playa en la ciudad.

El torneo está dentro de dos circuitos, el ya mencionado "Summer Handball Tour" y el más importante, el "European Beach Tournament (EBT)", circuito europeo dependiente de la EHF.

David también ha sido seleccionador de Castilla y León de la categoría Cadete Femenino de balonmano playa, participando en el Campeonato de España de La Manga del Mar Menor.

Y su último proyecto ha sido el de la creación de un club deportivo exclusivo de deportes de playa con la intención de, con los años, convertirse en uno de los clubs más grandes de España. Han arrancado con la disciplina del balonmano Playa participando ya en los torneos de Villacelama (León), Suances (Cantabria), Valladolid y Paredes (Portugal).

Seguiremos trabajando y rodeándonos de los mejores para que tanto el club como el torneo sigan creciendo. Paso a paso, pero con firmeza.





AMANCIO DEL CASTILLO SERRANO

Presidente Federación Triatlón de CyL.

Madrileño con raíces segovianas, esta es su 14ª temporada como presidente de la Federación de Triatlón y Pentatlón Moderno de Castilla y León.

Su atracción por el triatlón comenzó en 1996, cuando aún practicaba ciclismo. En 1997, sacó su primera licencia de deportista en Castilla y León, en el año en que se fundó la Federación Autónoma, haciéndolo a través del Club Triatlón T3-Ávila. "Eran años en los que se viajaba por toda España para poder competir y donde nos conocíamos todos, en un deporte que estaba naciendo", recuerda. Ya en el año 2000 se hizo oficial en la Federación madrileña, acudiendo a arbitrar en varias competiciones a Castilla y León.

En 2003, con sus estudios de Biología finalizados e inmerso en los de Medio Ambiente, dejó su trabajo en Madrid y trasladó su residencia a Castilla y León, fijando su residencia en la provincia de Burgos, junto a Aranda de Duero. Durante este periplo se inició en la organización de competiciones, con el Duatlón en Moraleja de Coca en 2006, que un año más tarde se convertiría en una prueba nacional. En 2008 fue nombrado Delegado provincial de Segovia de la Federación regional y un año más tarde accedió a la presidencia de la misma. Una vez de presidente siguió su formación, obteniendo el título de entrenador y adquiriendo el nivel internacional de oficial, lo que le ayudó conocer más facetas del deporte y mejorar la gestión de la Federación.

En 2010 comenzó a trabajar en la Federación Española de Triatlón como secretario de competiciones, poniendo en funcionamiento, entre otras cosas, el circuito nacional de triatlón popular SERTRI, en colaboración con la Cadena Ser. Posteriormente, abandonaría la Federación Nacional para presentarse a la presidencia dos años más tarde. Elecciones que perdió, pero que sirvieron para tensar el triatlón nacional y provocar un cambio de rumbo años más tarde. Eso también produjo que volviese en 2015 a la Federación Nacional, de nuevo al Departamento de Competiciones, donde ha estado colaborando muy estrechamente hasta que llegó la pandemia.

Durante esos años, en Castilla y León se fue creciendo en competiciones, tecnificación, licencias, resultados deportivos, trabajo de menores y clubes con estructura, entre otros aspectos. Fueron años muy buenos donde el triatlón evolucionó rápidamente y se consiguió ir profesionalizando poco a poco la Federación dentro de las modestas dimensiones de la misma.

La pandemia ocasionó dos situaciones adversas. Por un lado y como presidente, vio cómo se paró la actividad deportiva durante mucho tiempo, lo que hizo que se desmontase toda la estructura que se había alcanzado en la Federación territorial y que tanto había costado conseguir. Y a nivel personal, quedándose sin trabajo al no celebrarse ningún evento deportivo, lo que le obligó a buscar empleo para poder subsistir. Esto hizo que su dedicación al triatlón se redujera considerablemente.

A pesar de todo, incluidos nuevos compromisos profesionales, y gracias a su formación académica, propició que la Federación de Triatlón de Castilla y León se adaptara lo más rápido posible a la organización de pruebas deportivas en condiciones sanitarias de seguridad contra el COVID. Esta determinación, así como en otras cuestiones organizativas y económicas, fueron determinantes para que la organización pudiera continuar con su labor deportiva.

El futuro lo ve de forma positiva: "Lo mejor de volver a empezar desde abajo, es que todo es mejorar". Aún le quedan dos años más de mandato y su objetivo es dedicar más tiempo a la Federación autónoma. Siempre que le queden ganas, ilusión e ideas, seguirá metido en el deporte que ha supuesto gran parte de su vida, y que, además, seguirá practicando en lo que la salud se lo permita.

MARCOS CABALLERO

Tres medallas individuales, oro, plata y bronce en el Campeonato del Mundo de Piragüismo

Natural de Valladolid, Marcos Caballero ha vivido pegado al río Pisuerga desde que era un niño. La afición a la piragua de su padre, Javier, quiso que el destino del piragüismo se cruzase en su vida desde muy pequeño, aprendiendo a dar las primeras paladas en el Club Cisne.

Muy pronto llegaron las primeras competiciones y, siempre de la mano de su progenitor, Marcos iba progresando y haciéndose con los primeros títulos provinciales y regionales de su categoría, dando muestras de un talento especial que, con tan sólo 11 años, ya apuntaba maneras.

El paso a la categoría infantil le dio la oportunidad, por primera vez, de medirse con palistas de toda la geografía española, ganando todas las carreras de la Liga Nacional en las que participó y obteniendo los títulos de campeón de España en 2017 y 2018. Estos primeros éxitos a nivel nacional venían a corroborar su versatilidad tanto en las distancias largas de 3000m, como en las medias de 1000m, y que continuaron en la categoría cadete donde ya en su primer año pulverizó los tiempos de la distancia olímpica de 1000m marcando 3'47" con tan sólo 15 años, y conquistando los dos títulos en juego de campeón de España de 2019.

La pandemia por Covid-19 durante la temporada 2020 no le permitió seguir sumando títulos a su ya extenso palmarés, pero a pesar de las dificultades pudo continuar con su progresión hacia el alto nivel gracias a la beca en el Centro Nacional de Tecnificación de Trasona (Asturias) por sus resultados anteriores, uno de los núcleos fetiche de la Federación española donde se prepara el K4 español capitaneado por el campeón olímpico Sául Craviotto.

Recién estrenada la categoría Junior, llegaron los primeros éxitos internacionales formando parte de una magnífica selección nacional, dirigida con gran maestría por el asturiano Ángel López, uno de los mejores técnicos nacionales.

En su primera gran cita internacional, el Europeo Junior, Marcos alcanzaba la plata en K2 1000m junto a su compañero Ernesto Goribar, quien le acompañaría más tarde en su hazaña para lograr el oro Mundial en la misma prueba de K2 1000.

El Canal de Regatas portugués de Montemor O Velho, fue el escenario de la espectacular remontada en la que superaron a los campeones de Europa para alzarse con el oro. Un gran éxito internacional en un difícil año 2021 de convivencia aún con el Covid-19.

Y en la temporada 2022 llegaba para Marcos la mayoría de edad, y con ella la posibilidad de afrontar uno de los mayores retos en nuestro deporte, competir en K1 en las tres distancias de 500, 1000 y 5000 en un mismo Campeonato del Mundo. Algo reservado a las grandes figuras internacionales del Piragüismo Mundial. Su paso firme por las competiciones nacionales, selectivas para el europeo y Mundial, dejaban a Marcos la vía libre para defender las tres distancias, teniendo como objetivo intermedio el Campeonato de Europa en el mes de junio. A pesar de llegar con una buena forma, su paso por el europeo le dejó un sabor agri dulce, alcanzando un gran resultado con la plata en la prueba olímpica de K1 1000m, pero lejos de las medallas en el K1 500m.

Con esta valoración, y a dos meses del Mundial, Marcos inició su última etapa de preparación final en Asturias, logrando unos resultados extraordinarios con tres medallas individuales, oro, plata y bronce, en un mismo Campeonato del Mundo, ganadas además en el "santuario del piragüismo mundial" como es el Canal de Regatas Húngaro de Szeged.

Un hito en nuestro deporte que le confiere a Marcos Caballero ser uno de los palistas más completos y versátiles de los últimos tiempos, y que le ha servido para continuar su preparación el próximo año en el CAR de Madrid, donde tendrá la posibilidad de seguir progresando hacia el máximo nivel del piragüismo mundial.





E-TRIATLON VALLADOLID C.D. ESTRIVAL

En la primavera del año 2015 nace el E-TRIATLON VALLADOLID para llenar un vacío que existía en Valladolid con el triatlón en las categorías menores al no existir ningún club que se dedicara específicamente a trabajar con ellos. Bajo el amparo de la Federación de Triatlón de Castilla y León el club nace de la mano de Rubén de la Fuente, Eva María Heras e Israel García con unos objetivos concretos como el de promover la práctica del triatlón como algo saludable donde los deportistas más pequeños aprendan desde el deporte los valores del mismo, esfuerzo, disciplina, compañerismo, solidaridad y respeto tanto en los entrenamientos como en las competiciones.

El periodo 2015- 2018 se puede considerar como de crecimiento, donde un puñado de pequeños triatletas empiezan su aparición y evolución en las distintas competiciones que se desarrollan por nuestra comunidad y el club es conocido como "la escuela", haciendo ese seudónimo claramente referencia a su filosofía como club. También el E-TRIATLON VALLADOLID decide desde sus inicios competir en los distintos campeonatos de España, en edad escolar ya que todos los deportistas que componen el club son de esas categorías y ya en el año 2016 presenta equipos tanto femenino como masculino en los Campeonatos de España de Duatlón y Triatlón que se celebran.

En este periodo el club tiene en Esther Gómez a su buque insignia pues a pesar de su juventud ya destaca en los campeonatos nacionales lo que la lleva a ser convocada a nivel internacional, convirtiéndose en un ejemplo a seguir para el resto de nuestros deportistas. En el año 2019 el club inicia una nueva etapa con una nueva junta directiva y siendo un club totalmente

independiente y comenzando nuevos retos como consolidar el club tanto a nivel regional como nacional gracias a la incorporación de deportistas absolutos de elite, pero sin perder de vista su filosofía de escuela de triatlón. Gracias a ello el E-TRIATON VALLADOLID consigue convertirse en uno de los clubes de mayor crecimiento y con mayor número de licencias en Castilla y León y ganar en el año 2019 el Ranking de Clubes de Castilla y León en su primera edición, revalidándolo posteriormente año tras año. Sus deportistas van ganando también los rankings individuales demostrando que el trabajo realizado va dando sus frutos. Todo este trabajo tiene su recompensa a nivel nacional consiguiendo el equipo absoluto femenino el ascenso a 2ª división nacional tanto en duatlón como en triatlón y los equipos de talentos de chicas como de chicos el ascenso a 1ª división nacional, donde este año las chicas han luchado por el título quedando finalmente subcampeonas de España en 1ª División. Igualmente se han conseguido pódiums individuales y por equipos en los distintos campeonatos nacionales que se han ido celebrando a lo largo de estos años, y el año pasado se consiguieron medallas en el Campeonato del mundo que se celebró en el Anillo (Cáceres) todas ellas con deportistas muy jóvenes, destacando a Zoila Sicilia y a Fernando Carmona.

Finalmente siguiendo con su filosofía de cuidar la carrera el club consigue en el año 2021 ser reconocido por la Federación Española de Triatlón con el máximo galardón que concede, el certificado de Excelencia Fetri en la categoría Oro, que es un reconocimiento nacional como consecuencia de un trabajo impecable por la formación de los jóvenes triatletas.





SALVAMENTO Y SOCORRISMO, UN DEPORTE QUE SALVA VIDAS

El salvamento y socorrismo es una modalidad deportiva que nació de la necesidad que tenían los socorristas profesionales para mejorar y perfeccionar las técnicas de rescate, es por ello que se divide en dos disciplinas: pruebas de piscina y pruebas de playa, entre las que se encuentran los eventos de arena y de aguas abiertas. Aunque en los últimos años ha tomado más protagonismo, la Federación de Salvamento y Socorrismo de Castilla y León se fundó hace más de 25 años, concretamente el 15 de julio de 1994, con la aparición de cinco clubes deportivos: Club Cisne SOS de Ávila, Club Albatros de León, Club Oca SOS de Palencia, Club Delfín SOS en Salamanca

y Club Pingüinos SOS en Valladolid, hoy en día desaparecido.

La misión de la entidad federativa, desde su fundación, ha estado centrada en la creación de una cultura del salvamento basada en cuatro pilares fundamentales: educativo, humanitario, deportivo y profesional; siendo capaces de asumir responsabilidades sociales en beneficio del ser humano.

El trabajo constante y la impecable trayectoria de sus dirigentes y deportistas durante estos más de 25 años han hecho posible que el Salvamento y Socorrismo a nivel territorial y provincial haya crecido hasta convertirse en un referente a nivel nacional e internacional.

Escuelas Deportivas de Valladolid, una apuesta por el deporte base

La Federación ha luchado desde sus inicios por crear una amplia base deportiva y entre sus planes decidió apostar por el fomento de la actividad deportiva desde edades tempranas. Esta labor ha conseguido que en la actualidad la Federación de Salvamento y Socorrismo de Castilla y León (FECLESS) cuente con 16 centros de actividad deportiva de salvamento y socorrismo repartidos en 6 provincias de la Comunidad Autónoma: Ávila, Burgos, León, Palencia, Salamanca y Valladolid. La Delegación de Valladolid, gracias a la colaboración del Ayuntamiento de Valladolid a través de la Fundación Municipal de Deportes (FMD), puede desarrollar el deporte en las siete Piscinas Municipales de la capital vallisoletana (Benito Sanz de la Rica, Parquesol, La Victoria, Canterac, Ribera de Castilla, Huerta del Rey y Henar Alonso Pimentel) contando con

un alumnado cercano a 300 escolares y donde se realizan un total de cuatro jornadas de juegos escolares. Las escuelas de salvamento y socorrismo tienen un doble objetivo, por un lado, conocer y practicar el deporte de los socorristas de una forma divertida y por otro el acercamiento a las técnicas básicas de primeros auxilios y el conocimiento de los protocolos a seguir cuando nos encontramos ante un accidente en el medio acuático. Por todos estos valores que se transmiten durante la práctica deportiva, nuestra modalidad se considera “algo más que un deporte”, un calificativo con el que cuentan pocas disciplinas deportivas.

La actividad que está estructurada en diferentes niveles, desde la iniciación en las técnicas básicas del

salvamento y socorrismo hasta el perfeccionamiento, se desarrolla en horario de tarde y está dirigida a escolares de edades comprendidas entre 6 y 16 años. Aunque el ánimo de las escuelas no es el alto rendimiento, durante el año escolar se celebran las jornadas de Juegos Escolares, que comprenden tres sesiones de piscina, donde los escolares demuestran su habilidad en las pruebas individuales y de relevos; y una sesión de arena, en la cual los deportistas practican las pruebas de banderas y sprint. Estas jornadas están pensadas para que los escolares puedan moti-

varse a nivel deportivo, conocer a otros compañeros que desarrollan la actividad en otras piscinas y mostrar a sus familiares lo que han aprendido durante el curso escolar.

Todos aquellos interesados en practicar un deporte donde se aprende a salvar vidas, pueden dirigirse a la Delegación de Valladolid de Salvamento y Socorrismo, situada en el Paseo Juan Carlos I, s/n, Polideportivo Canterac, llamar al teléfono 983223462 o escribir al correo electrónico escuela2@fecless.com.



Promoción deportiva, otra forma de acercar el deporte a los escolares

La ayuda desde la Fundación Municipal de Deportes por la promoción deportiva en los centros escolares ha contribuido en el aumento de socorristas que practican salvamento y socorrismo en Valladolid. Estas actividades están dirigidas a despertar el interés y la motivación de los escolares hacia el deporte, a conocer y comprender las normas de uso de las instalaciones acuáticas y la importancia del respeto de las medidas de prevención de accidentes, así como el aprendizaje de las técnicas más básicas de primeros auxilios, como la reanimación cardiopulmonar.

Las jornadas de promoción deportiva están dirigidas principalmente a escolares que cursan 4º, 5º y 6º de Educación Primaria, de 4º de la E.S.O. y 1º de Bachillerato, donde se incluyen contenidos teóricos que se desarrollan en las aulas, y en algunos casos también se incluyen contenidos prácticos, que se realizan en

la piscina, donde los participantes no solo tienen la oportunidad de conocer el deporte "in situ", sino aprender el carácter humanitario inherente en el salvamento y socorrismo.

Además, existen otras formas de conocer el deporte que salva vidas, gracias a la organización por parte de la Fundación Municipal de Deportes de los Cursos y el Campus Deportivo dentro del Programa Tiempo de Verano. Estos programas, desarrollados durante la época estival, pretenden igualmente ofrecer la oportunidad de conocer la modalidad deportiva y poder profundizar en las habilidades acuáticas tanto generales como específicas de piscina (el remolque de maniquí, buceo o nado con aletas); y de playa, tales como el manejo del nipper y la tabla de rescate, iniciación a la técnica de carrera y la práctica de la prueba de banderas.

Clubes deportivos en Valladolid, evolución del deporte federado

Salvamento y Socorrismo nació siendo un grupo muy reducido de personas que comenzaban a practicar un deporte poco común, pero que por los valores que transmite, la multiplicidad de pruebas que tiene y su carácter novedoso, consiguió atraer a centenares de deportistas y se han podido organizar en la ciudad de Valladolid eventos nacionales de primer nivel, como Copas de España, Campeonatos de España de Piscina e incluso Campeonatos de España de Aguas Abiertas, concretamente de pruebas de larga distancia, siendo referentes estatales e internacionales en múltiples facetas deportivas y formativas. El interés por este deporte en la ciudad de Valladolid podemos datarlo en 1992, con la celebración del Campeonato de España de Salvamento y Socorrismo, donde participaron figuras tan relevantes como el actual presidente de la Federación de Salvamento y Socorrismo de Castilla y León, Ignacio Retuerto Marqués.

En Valladolid el primer club de salvamento y socorrismo fue el C.D. Pingüinos SOS, que contribuyó a la consolidación y fundación de la estructura federativa en Castilla y León. En la actualidad existen dos clubes federados: el C.D. Unión Esgueva SOSVA y el C.D. Almar SOS, este último casi sin actividad deportiva.

El vigente C.D. Unión Esgueva SOSVA nace de la fusión de dos clubes destacados en la provincia de Valladolid, por un lado, el C.D. Unión Esgueva y, por otro lado, el C.D. SOSVA. Actualmente, el club vallisoletano tiene de más de 100 socorristas que entrenan en las Piscinas Municipales de La Victoria y Ribera de Castilla, en horario de tarde de lunes y a viernes (desde las 18.30 a las 22.30 horas dependiendo de los días y edades de los grupos).

Entre los logros más destacados de la pasada temporada está su victoria en el Campeonato de Castilla y León de Verano de las categorías cadete y absoluta; y su tercer puesto en la clasificación general del Campeonato de España juvenil de verano. Además, el club cuenta con varios de sus integrantes en los grupos de seguimiento de la Real Federación Española de Salvamento y Socorrismo y en el Centro de Tecnificación de Castilla y León, que tiene su sede principal en Valladolid, en el Centro Especializado de Alto Rendimiento de "Rio Esgueva".

Todos aquellos que les guste nadar, practicar multitud de pruebas divertidas y distintas; así como adquirir los conocimientos para salvar una vida practicando deporte, pueden ponerse en contacto con el C.D. Unión Esgueva SOSVA a través del teléfono 636 475 603 o por el email cdunionesgueva@cdunionesgueva.es

La entidad federativa, al igual que apuesta por el fomento del deporte base, también tiene entre sus objetivos destacados crear un calendario de competiciones lo suficientemente extenso para que los socorristas de Castilla y León puedan obtener buenos resultados a nivel nacional. Valladolid sigue siendo la ciudad de referencia para la práctica de este deporte, siendo el territorio que más eventos acoge. Y no solo a nivel autonómico, sino que ha sido la ciudad donde más veces se ha celebrado el Campeonato de invierno de España Infantil y Cadete. El calendario deportivo de la recién estrenada temporada 2022-2023, proyecta 20 eventos, encuadrados en 9 Jornadas de Liga Española de Clubes, 6 Campeonatos de Castilla y León, 2 Open de la Comunidad y 4 trofeos provinciales, entre los que se encuentra el Trofeo Ciudad de Valladolid, organizado por el C.D. Unión Esgueva SOSVA.



FERNANDO REDONDO BARCENILLA

El palentino fue el entrenador del Real Valladolid en su único título oficial, la Copa de la Liga. Ha vivido en primera persona dos de las tres finales que ha disputado la entidad.

Año 1984. El estadio José Zorrilla alberga el partido de vuelta de la final de la Copa de la Liga, un encuentro que enfrenta al conjunto local, el Real Valladolid, con el Atlético de Madrid de Arteché, Landáburu o el mismísimo Hugo Sánchez. Y a los mandos de la nave colchonera uno de los mejores técnicos que ha dado el fútbol español, Luis Aragonés. Aunque los rojiblancos son los grandes favoritos, el 0-0 del partido de ida deja abierta la final. El Real Valladolid juega sin complejos ante uno de los grandes de Europa. Los 90 minutos reglamentarios acaban con un empate sin goles. Nos vamos a la prórroga.

En el minuto 98 salta la sorpresa cuando Votava introduce el balón en el fondo de su propia portería. En el 106', Fortes pone el dos a cero para los blanquiuioleta y antes del pitido final, Minguela cierra la gesta y el marcador.

Con ese 3-0 el Real Valladolid se proclama Campeón de la Copa de la Liga. Fenoy en portería; Aracil, Gail, García Navajas y Richard en defensa; con un medio campo formado por Jorge Alonso, Moré y Eusebio; y una delantera de ensueño con Yáñez, Da Silva y López, más las aportaciones de Minguela y Fortes desde el banquillo, dan al Real Valladolid su primer, y hasta la fecha, único título oficial de su historia. Y como director de orquesta, un jovencísimo entrenador llamado Fernando Redondo.

“Aunque, por supuesto me llena de orgullo, también es cierto que me da cierta pena que ese sea el único título de mi club”. Son las palabras del mismísimo Fer-

nando Redondo quien a sus cercanos 80 años mantiene intacta la enciclopedia futbolística que alberga en su cabeza. Hablar con esta leyenda del Real Valladolid es aprender de historia, pues cada una de sus frases

guarda una pequeña lección de sabiduría. “En su momento me dijo Vicente Cantatore que había conseguido ser profeta en mi tierra porque lograr un título con un club como el Real Valladolid era algo impensable”, expone el que fuera místico pucelano, que desvela su receta para el éxito. “Ganamos teniendo en el campo a seis jugadores de nuestra cantera. En la mejor clasificación del Real Valladolid en su historia, temporada 62/63, la práctica totalidad de la plantilla procedía de la casa”.

Pero la historia del Real Valladolid con Fernando Redondo Barcenilla (14 de abril de 1944, Renedo de la Vega, Palencia) no acaba en 1984 y mucho menos empieza

ahí. Siguiendo un orden cronológico nos remontamos a principios de la década de los 60 cuando con 18 años, un casi imberbe Redondo es recomendado por sus propios amigos para jugar en el Arces. “Vine a hacer la prueba en el campo de Las Heras un jueves, me hicieron la ficha un viernes y el domingo debuté ante la Ferroviaria, donde marqué dos goles”, recuerda Redondo, que prosigue con su historia. “Terminó el partido y dos hombres se acercaron. Eran Antonio Merino Cadetano y Julio Rodríguez, presidente y vicepresidente del Europa Delicias”. Algo vieron ambos dirigentes, porque le ofrecieron firmar un día después con el Recreativo Europa Delicias, nombre oficial del Real Valladolid hasta el año 1973.



Redondo, que juega en el centro del campo, debuta con el Real Valladolid en 1964 y permanece en la disciplina blanquvioleta hasta 1967, cuando firma por el Sevilla, donde se queda otras tres campañas antes de poner el punto y final a su carrera en las filas del Calvo Sotelo en 1971. “Tuve una hernia discal y entonces ese tipo de lesiones eran muy complicadas, y como era un hombre precavido decidí dejarlo”, confiesa el ex medio centro, quien llegó a defender los colores de la Selección Olímpica Española y que estuvo en la órbita del mismísimo Real Madrid. “Venía de jugar en Francia con la selección y me quedé en Madrid porque su ojeador quería ficharme, pero no se dio. El Valladolid tenía tres jugadores blancos cedidos y en Madrid se quería compensar la deuda con mi fichaje, pero no se llegó a un acuerdo”. Una oportunidad perdida que no dejó espina alguna en nuestro protagonista. “No, porque el fútbol antes no estaba tan profesionalizado”.

Fernando Redondo aprovecho su estancia en Sevilla para sacarse el carnet de entrenador y no le daría tiempo de coger polvo porque en 1974 toma las riendas del Real Valladolid, con sólo 30 años y convirtiéndose en el místico más joven de la historia pucelana. Lo haría en cinco ocasiones más, para un total de seis, lo que hace de Fernando Redondo el entrenador que más veces ha dirigido al cuadro castellano en diferentes ocasiones. “Era el entrenador bombero, cuando había algún fuego intentaban que lo apagara yo”, comenta entre risas Fernando, quien se sentó en el banquillo en las campañas 73/74, 83/85, 89/90 y 94/95. “De quién más he aprendido en mi vida es de Johan Cruyff. Hablar con él durante cinco minutos era como hablar con cualquier otro entrenador cinco años. Guardaba con él una magnífica relación y siempre que visitaba Valladolid charlábamos hasta las dos de la mañana”.

El ex medio campista y entrenador del Real Valladolid cerraría el círculo ocupando un puesto en la secretaría técnica del club de sus amores. Redondo fue el arquitecto de aquel equipo que jugó la final de la Copa del Rey de 1989 frente al Real Madrid y en la que los blanquvioleta, con Vicente Cantatore en el banquillo, perdieron ante los merengues por 1-0. “Salvo contadas excepciones de futbolistas que quedaban libres, yo no firmaba a nadie con más de 25 años porque tenía claro que la filosofía del Real Valladolid era hacer cantera. Los mejores resultados en este equipo se han dado cuando ha tirado de la cantera”, sentencia Fernando Redondo, quien matiza el significado de la palabra cantera. “Para mí era toda la comunidad y Madrid, pues era un paraíso donde la cantidad hacía la calidad. Luego ya te fijabas en algún jugador del resto



Fernando Redondo con Juan Zarza en su etapa en el Sevilla Fútbol Club

de España que despuntara e intentabas adelantarte a todos los demás”.

Fernando Redondo fue el responsable de fichajes como los de Amavisca, Caminero, Fernando Sánchez Cipitria o Peña entre muchos otros. “El mayor aporte que he hecho yo al Real Valladolid no ha sido ganar un título, el mayor aporte ha sido el económico. Conmigo se invirtieron 450 millones en fichajes y se vendió por valor de 4.625 millones de las antiguas pesetas, con Marcos Fernández como presidente”, remarca el que fuera secretario técnico, recordando ventas como las de César Sánchez, Amavisca o Benjamín. El buen ojo de Redondo a la hora de contratar jóvenes promesas llegó a cerrarle las puertas de la Ciudad Deportiva del Real Madrid. “Miguel Malbo, que fue el creador de la cantera del Real Madrid, llegó a dar la orden de no dejarme pasar porque decía que le quitaba a las promesas. Lo único que hacía yo era intentar verlas antes que el resto y actuar con total legalidad”. En 1995 le ofrecieron nuevamente la secretaría técnica del club.

Ahora, con 80 años y tras “perder hace dos años al amor de mi vida”, disfruta de sus hijos y nietos. Fernando practica tres días a la semana al golf, juega todavía al fútbol sala y disfruta de las tertulias de bar con sus amigos de toda la vida. “Gozo de buena salud y me mantengo en forma, conservando el mismo peso que tenía cuando jugaba, aunque mi esfuerzo me cuesta”, sonríe Fernando Redondo, un icono del Real Valladolid que ha vivido en primera persona dos de las tres finales que ha jugado el conjunto pucelano en sus casi 100 años de historia. Y aunque apenas guarda relación con la actual directiva, “Carlos Suárez me llamaba e incluso me pedía opinión en algunos aspectos”, el corazón de Fernando Redondo Barcenilla siempre será blanco y violeta.



J. Oliver González
(Periodista)

JOSÉ MARÍA VALENTÍN, PRESIDENTE DEL VRAC QUESOS ENTREPINARES



Un equipo como el nuestro no puede salir con objetivos parciales

Tras un verano largo e intenso, arranca una nueva temporada para los equipos de rugby de la ciudad. Silverstorm El Salvador y VRAC Quesos Entrepinares lucharán nuevamente por hacerse con un título de liga que se les escapó a ambos en su última edición. Para el conjunto quesero se presenta la oportunidad de redimirse tras el mal curso anterior, en el que no fue capaz de clasificarse para los playoff por el título, algo que sorprende aún más si tenemos en cuenta que había ganado los últimos cinco de manera consecutiva. “De todo debe aprenderse. Tal vez se había creado un hábito o costumbre por parte de nuestros aficionados, patrocinadores e instituciones a ganarlo todo y eso deslucía en cierto modo, o no ponía en valor, el auténtico esfuerzo”, afirma el presidente del VRAC, José María Valentín Gamazo.

Sin olvidar el “fiasco” de la última campaña, en la que “se dio un cúmulo de circunstancias que nos hicieron no estar ahí arriba, entre ellas las lesiones”, el cuadro vallisoletano se presenta para esta nueva campaña con once refuerzos. “Muchos de nuestros jugadores habían cumplido ya su ciclo con nosotros, por lo que hemos tenido que hacer una remodelación de la plantilla, apostando por gente de la casa y nacional”, corrobora José María, quien a su vez explica las renovaciones que han permitido mantener la columna

vertebral de su equipo intacta. “Es una de las conclusiones que sacamos al finalizar la pasada campaña: Es importante mantener el grueso del equipo, pero también lo es la renovación de la plantilla. No es lo mismo un jugador que lo ha ganado todo que un jugador que no ha levantado todavía un título. La ambición no es la misma”.

La directiva del Quesos Entrepinares ha optado por la remodelación parcial de sus jugadores, pero en el banquillo seguirá contando con Diego Merino, hombre de la casa y quien ha llevado al equipo a estar en lo más alto. “Es de justicia. Las cosas deben verse con perspectiva y en este caso analizar toda una carrera. No podemos juzgar la película por un solo fotograma. El trabajo de Diego en todos los equipos es impecable y no genera ningún tipo de dudas. La confianza es del 100 por 100”, sentencia el mandatario. No hay que olvidar que, aunque el curso pasado no fuera bueno, el VRAC lo cerró con la conquista de la Copa Ibérica. “Es un título que nos gusta mucho. Portugal tiene un nivel cuanto menos igual que el nuestro o incluso un poco por encima, diría yo. Es un título que nos debe hacer sentir orgullosos, aunque cuando ganas tres o cuatro por temporada es cierto que puede saber a poco”.

La ambición que antes mencionaba José María Valentín ha llevado al VRAC Quesos Entrepinares a planificar

la temporada de una manera mucho más meticulosa. El objetivo, según explica el propio dirigente, es claro: “Llevar al VRAC donde realmente se merece, a ganar el mayor número de títulos posibles”. La temporada comienza a rodar el 2 de octubre en Pepe Rojo frente al CR Complutense Cisneros, y los queseros lucharán únicamente por dos entorchados: Liga y Copa del Rey. “En el deporte siempre hay que salir a por todas. Luego depende de cómo lo interpretes si lo consigues o no. Un equipo como el nuestro no puede salir con objetivos parciales, vamos a por los dos títulos”.

La empresa se antoja complicada dado que el nivel de todos los clubes ha subido mucho en los últimos años. La hegemonía del rugby vallisoletano se encuentra en entredicho, algo que beneficia a la competición, como demuestra el máximo responsable del VRAC. “Personalmente llevaba desde hacía algún tiempo avisando de que el nivel del rugby nacional estaba subiendo y que había partidos e incluso títulos que se ganaban por pequeños matices. Basta como ejemplo la recta final de la campaña anterior en la que no estuvieron claras las posiciones hasta finalizar la última jornada”.

Cambiando de tercio, las relaciones entre VRAC Quesos Entrepinares y Silverstorm El Salvador se han enturbiado tras romperse un pacto no escrito que duraba ya varios años; no fichar jugadores del eterno rival. Los chamizos han incorporado para este curso al sudafricano John-Wessel Bell, un golpe que los queseros han devuelto con la incorporación de Miguel Lainz. “Hablé personalmente con el presidente de El Salvador, expusimos nuestras posturas y evidentemente quedó anulado ese pacto. Somos conscientes de que hay jugadores que se han ofrecido al rival, pero donde antes frenabas en seco ahora pasaremos a escuchar esas ofertas”, sentencia Valentín Gamazo, al mismo tiempo que expresa el temor de que todo lo sucedido traiga otro tipo de consecuencias. “Creo que puede ser un error a medio y corto plazo. Valladolid es un

lugar muy atractivo para venir a jugar. Hay dos grandes clubes con una gran rivalidad, una buena afición y la cobertura de los medios de comunicación. Es un ecosistema muy atractivo para el deportista que viene de fuera y al que le da igual vestir de azul que de blanquinegro, pero tal vez no estemos preparados para ciertas cosas”.

Al margen de todo eso, el VRAC Quesos Entrepinares lanzó durante la pretemporada su campaña de abonados, una campaña que mantiene los precios ante una crisis global que afecta a todos los bolsillos. “No es momento para subidas, pero tampoco podíamos bajarlo más”, expresa un José María preocupado ante los asientos libres en las gradas de Pepe Rojo. “Hay que retomar la ilusión por volver al campo. Ahora mismo la tecnología nos permite ver desde casa todo lo que queremos, pero hay que darse cuenta que no es comparable ver un partido en casa sólo o con un amigo que ir al Pepe Rojo con otros 1.500 espectadores”. Para el mandatario el rugby “debe ser un espectáculo deportivo y social”.

Nuevos aires en la Federación. El pasado 30 de julio, Juan Carlos Martín ‘Hansen’ fue elegido nuevo presidente de la Federación Española de Rugby. El vallisoletano sustituía en el cargo a Alfonso Feijoo, tras su dimisión una vez que World Rugby dejó a España sin mundial por alineación indebida. La llegada de ‘Hansen’ a dicho organismo nacional, en palabras de José María Valentín, “es una bocanada de aire fresco. Es lo que la Federación necesita. Un cambio y nuevas ideas e ilusiones. Ahora tiene un carácter más moderno y profesional. En el poco tiempo que lleva como presidente, la Federación y el rugby nacional han avanzado más que en los últimos seis años”. Y es que las relaciones con la anterior junta directiva se habían complicado mucho. “Era la crónica de una muerte anunciada. Desde el VRAC llevábamos unos años denunciando el mal hacer y la falta de profesionalidad de la anterior junta y eso creó muchos roces de la Federación hacia nosotros. Fuimos incómodos, pero desde el punto de vista constructivo”.

La polémica alineación indebida de Gavin Van Der Berg, tras la manipulación del pasaporte por parte del Alcobendas Rugby, ha provocado un cisma en el mundo del oval. El descenso administrativo del Alcobendas puede acabar con una División de Honor en la que militarían 13 equipos, en lugar de 12. Gernika RT y Pasek Belenos jugarían en la máxima categoría tras la decisión tomada por el Comité Nacional de Disciplina Deportiva.



J. Oliver González
(Periodista)



INSTALACIONES DEPORTIVAS

ESTADÍSTICA USUARIOS DE PISCINAS DE VERANO

Finalizada la Campaña de Verano que organiza la FMD para toda la ciudadanía, presentamos los datos de usuarios habidos en las diferentes piscinas de verano municipales: Canterac, Rondilla, Juan de Austria y Puente Duero.

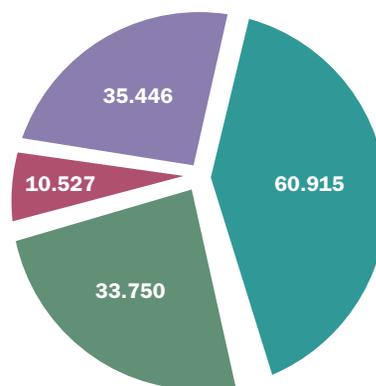
Y además, procedemos a anunciar que ha sido adjudicada la “Obra de remodelación de la parcela de la antigua piscina de “Río Sol” a la empresa Cotodisa Obras y Servicios S.A., por un importe de 822.528,08 € que, previsiblemente estará en funcionamiento para la temporada estival 2023.

Nº TOTAL DE USUARIOS PISCINAS VERANO TEMPORADA 2022

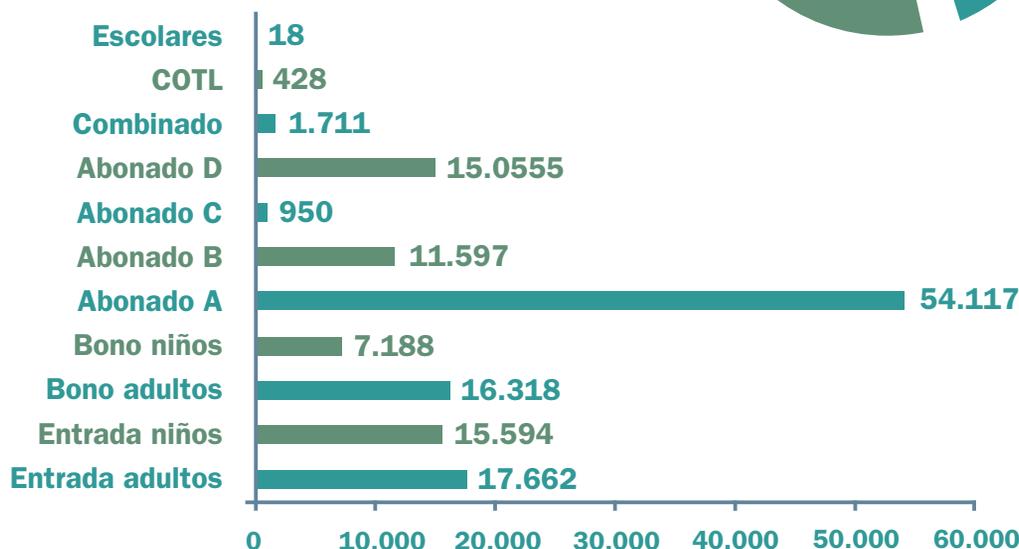
	Juan de Austria	Canterac	Rondilla	Puente Duero	TOTAL
Entrada adultos	6.123	5.171	4.150	2.218	17.662
Entrada niños	4.308	6.322	3.903	1.061	15.594
Bono adultos	5.041	4.709	4.409	2.159	16.318
Bono niños	1.730	2.457	2.195	806	7.188
Abonado A	11.763	25.521	13.355	3.478	54.117
Abonado B	2.863	5.910	2.387	437	11.597
Abonado C	69	367	512	2	950
Abonado D	3.260	8.912	2.557	326	15.055
Combinado	236	1.251	195	29	1.711
COTL	50	295	76	7	428
Escolares	3	0	11	4	18
TOTAL	35.446	60.915	33.750	10.527	140.638

Total usuarios 2022 por piscina

- Juan de Austria
- Canterac
- Rondilla
- Puente Duero



Total usuarios 2022 por tipo de acceso



COMPARATIVA DE USUARIOS DE PISCINAS DE VERANO 2021-2022 POR TIPO DE ACCESO

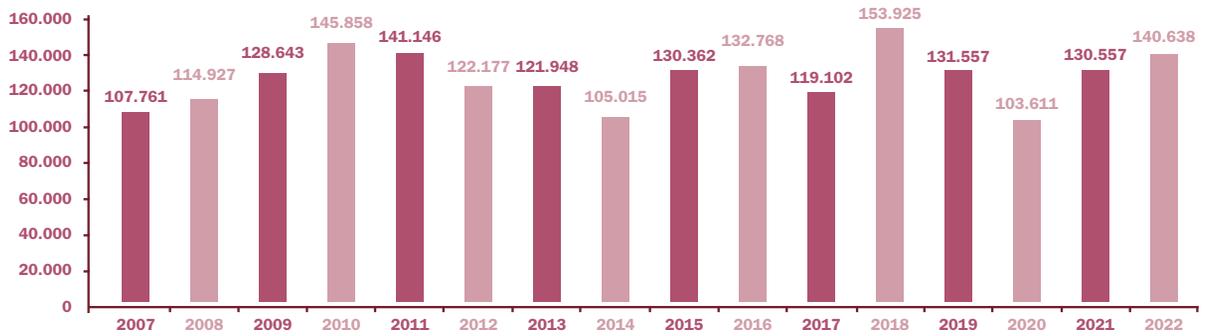
	TOTAL USUARIOS 2022	TOTAL USUARIOS 2021	DIFERENCIA
Entrada adultos	17.662	0	17.662
Entrada niños	15.594	0	15.594
Bono adultos	16.318	29.093	-12.775
Bono niños	7.188	15.521	-8.333
Abonado A	54.117	57.183	-3.066
Abonado B	11.597	12.059	-462
Abonado C	950	1.064	-114
Abonado D	15.055	14.017	1.038
Combinado	1.711	1.227	484
COTL	428	393	35
Escolares	18	0	18
TOTAL	140.638	130.557	10.081



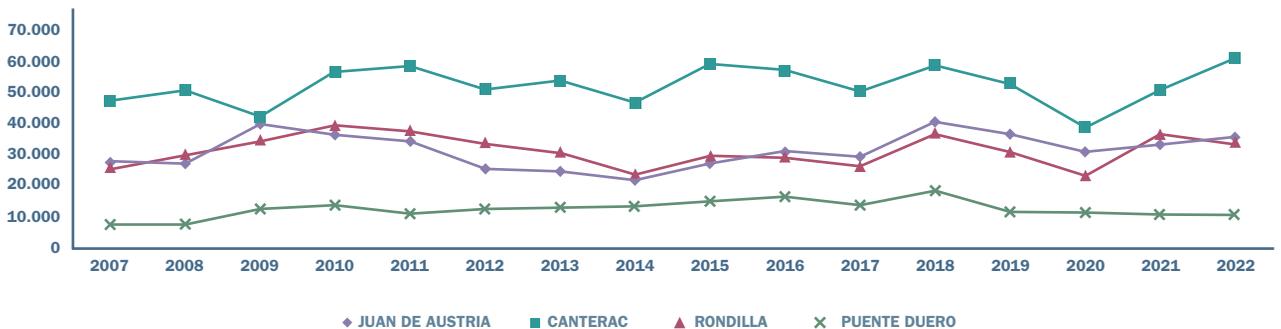
COMPARATIVA DE USUARIOS DE PISCINAS DE VERANO AÑOS 2021-2022 POR PISCINA

PISCINA	TOTAL USUARIOS 2022	TOTAL USUARIOS 2021	DIFERENCIA
Juan de Austria	35.446	33.000	2.446
Canterac	60.915	50.585	10.330
Rondilla	33.750	36.303	-2.553
Puente Duero	10.527	10.669	-142
TOTAL	140.638	130.557	10.081

EVOLUCIÓN DEL NÚMERO DE USUARIOS DE PISCINAS DE VERANO POR AÑOS



EVOLUCIÓN DE N° DE USUARIOS POR PISCINA



INSTALACIONES DEPORTIVAS EN ESPACIOS URBANOS

¡Me bajo a la calle!

Esta era la expresión cotidiana en nuestra infancia que avisaba en casa que nos íbamos un buen rato a disfrutar de los amigos y las aventuras. Vamos, que no se preocuparan.

También había una serie de órdenes que no tenían discusión y no se podían desobedecer. O sí.

Podías bajar a la calle, pero: no jugar cerca de la vía del tren, ni en la ribera del río, ni cerca del canal, ni cruzar las calles o los paseos más transitados por coches, ni tirar piedras, ni romper cristales con el balón, etc.

En esos tiempos la calle era nuestro espacio vital y de juegos por excelencia pues nos ofrecía una multitud de posibilidades de entretenimiento y de relación con amigos y vecinos.

Con cualquier cosa se armaba una competencia que si bien contaba con un espacio definido, no con un final concreto en el tiempo. En verano, entrada ya la noche, eran muy frecuentes las llamadas a voces para ir a cenar desde la ventana o el balcón. La respuesta siempre era: ¡ya voy! Varias veces.

Sin tener en cuenta que se jugaba al balón en cualquier calle, solar o trasera con unas porterías hechas con cualquier piedra, cartera o torre de libros y cuadernos que acababan des encuadrados a balonazos, según la fecha y la estación del año se podía jugar en la calle a distintos juegos, de los que recordamos unos pocos:

Los chicos

- Canicas
- Peonza
- Chapas de refresco. Se reproducían etapas de la Vuelta ciclista a España y del Tour de Francia en la que, sorprendentemente, siempre ganaban las chapas de los mejores ciclistas de la época después de pelear por sinuosos circuitos en los que el atajón se repetía. También había una versión futbolística del juego con la cara de los futbolistas encajada en la chapa y el campo pintado en la acera con tiza.
- Hingue o clavo

Las chicas

- Tanga o rayuela con un trozo de piedra para recorrer una cruz de cuadrados numerados
- La goma
- La comba
- Agujones o alfileres

Todos juntos y nada revueltos:

- Churro media manga o manga entera
- Gallinita ciega
- La cadena
- El bote

Estos últimos servían como primer acercamiento aunque a los chicos nos costara no resultar un poco brutos.

En esa misma línea, hacíamos la primera versión de callejeros viajeros cuando íbamos al barrio de al lado y se producía la “cantea” o batalla a pedradas. Así como lo oyen.

El triunfo era volver sin ningún escalabrado producto de un cantazo en la cabeza que precisaría de puntos en la Casa de Socorro o en el hospital del Dr. Quemada.

Otro día podríamos hablar de armas como el “tirador” y su fabricación.

Estos dos últimos ejemplos, obviamente, por su peligrosidad no se consideraban juegos, pero también formaban parte de las experiencias callejeras (las violentas) de alguna generación que hoy ya peinamos canas.

Con estos ejemplos se pretende hacer una breve reseña de lo que eran estos juegos de habilidad, de velocidad, o de picardía y sobre todo de ayuda para facilitar la sociabilidad en épocas pretéritas, en los que la calle era el elemento fundamental.

Sirva este preámbulo para mostrar, someramente, la necesidad que hemos tenido siempre de utilizar la calle y todas sus posibilidades, para desarrollarnos tanto física como socialmente.

Lo de jugar en la calle, que antes eran muy común, se fue diluyendo con el paso del tiempo y era frecuente que los más mayores recordáramos con nostalgia lo bien que lo pasamos en nuestra infancia y juventud jugando en ella.

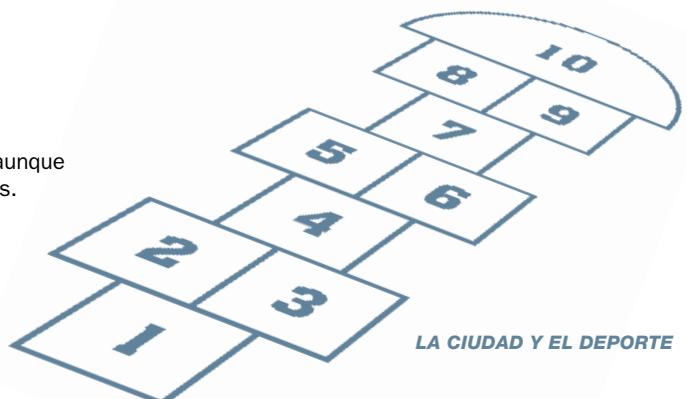
Esas conversaciones solían acabar con un comentario repriminatorio hacia la “play” y a la “tablet” como enemigos a batir.

Llegó la dura y dolorosa pandemia y el “covid” consiguió que, de repente, se masificara el uso de la gran cantidad de pistas exteriores con que cuenta nuestra ciudad, pues los espacios cerrados no se podían utilizar.

Aunque este tipo de disciplinas deportivas urbanas de las que hoy tratamos (parkour, calistenia, pumptrack) ya existían, se aprovechó esa inercia para recuperar la calle y fomentar la construcción de más instalaciones desde la administración local.

Estos deportes de calle que vamos a describir, someramente a continuación, son muy diferentes a los juegos que hemos contado al inicio de este artículo de manera espero que un poco entretenida desde la nostalgia.

La diferencia fundamental con la época pasada es que los nuevos deportes urbanos han precisado de la intervención de los ayuntamientos para su ejecución pues necesitan de una serie de elementos, muy concretos, que deben ser construidos en esos espacios que dan lugar al título de este comentario: **“INSTALACIONES DEPORTIVAS EN ESPACIOS URBANOS”**.



CALISTENIA

Se define como una sucesión de ejercicios físicos en los que se utiliza el propio peso corporal.

Etimológicamente la palabra calistenia proviene del griego kalos (belleza) y sthenos (fortaleza).

En este sistema, el interés está en los movimientos de las cadenas musculares que componen el cuerpo, el cual ejerce como resistencia, trabajando así tanto la fuerza como la capacidad cardiovascular.

El objetivo es la adquisición de fuerza, resistencia, agilidad, equilibrio, coordinación y flexibilidad

Dicen los entendidos que hay cinco ejercicios de calistenia conocidos por los deportistas como "básicos", los cuales son: las dominadas en barra, los fondos en paralelas, las flexiones de brazos, los remos australianos y las sentadillas. Para ello estos gimnasios "callejeros" suelen contar con elementos como las barras paralelas, espaldera, escalera horizontal doble, banco de abdominales y barras flexibles entre otros.

Nuestra ciudad cuenta con las siguientes instalaciones de calistenia:

- **Calle Rododendro en Covaresa**
- **Playa Moreras**
- **Parque del Mediodía en Parquesol**
- **Paseo Pérez de Ayala en Covaresa**
- **Parque de la Paz en barrio Delicias**
- **Parque de Ribera de Castilla (junto piscina climatizada)**
- **Plaza de Cuba en barrio Arturo Eyríes**
- **Calle Peñavieja en barrio Pinar del Jalón**

EL PUMP TRACK

No se asusten por el nombre pues cuando éramos pequeños y corríamos en bicicleta por las "montañas" de un solar, ya estábamos practicando ciclismo en pista urbana sin legalizar.

Fuimos los precursores del BMX y del PUMP TRACK sin saberlo y a nuestro aire.

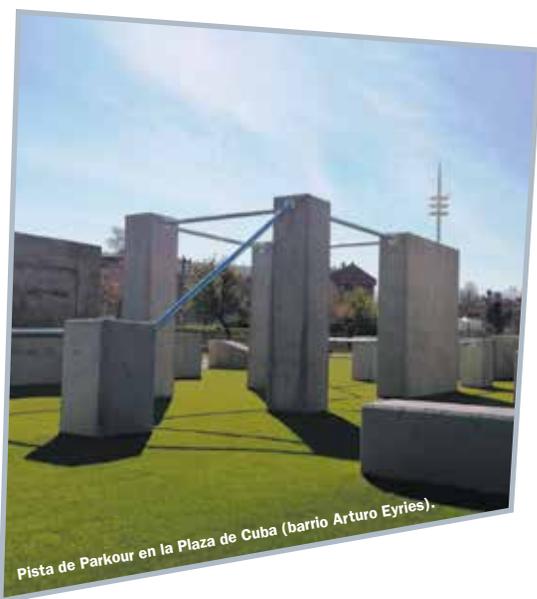
Esta es una modalidad deportiva que tiene sus orígenes en la práctica conocida como BMX cuyo origen es australiano/norteamericano como muchas de las nuevas prácticas deportivas.

La pista de PUMP TRACK es un circuito de asfalto, frecuentemente, de reducidas dimensiones que se puede recorrer en bicicleta o monopatín impulsándose solamente mediante la inercia adquirida en los saltos y peraltes del circuito y la propia habilidad del patinador o el ciclista. La norma obligatoria y principal es la prohibición de darse impulso o pedalear.

Cada circuito es distinto dependiendo de las condiciones del terreno, su longitud de rectas y diseño de curvas, por lo que cada obstáculo y peralte pueden tener altura y pendientes diferentes dependiendo del nivel de rapidez o dificultad que se les quiera dar. El diseño de estas instalaciones y sus elementos tan técnicos (peraltes, mesetas de saltos, rampas, recepciones y taludes de seguridad, requiere de la participación en su construcción de la colaboración de ciclistas expertos en la especialidad que aportarán sus conocimientos a los técnicos en construcción para la elaboración del proyecto que ordena los movimientos de tierras, perfilado, asfaltado, drenaje, aceras, alumbrado, cerramientos, etc. Del buen diseño y ejecución del circuito dependerá su futuro éxito entre los usuarios.

La ciudad de Valladolid cuenta con los siguientes circuitos de PUMP TRACK:

Plaza de Cuba en Barrio Arturo Eyríes y Calle Astrofísico Carlos Sánchez Magro en barrio Santos Pilarica.



PARKOUR

Parkour es una palabra francesa que significa recorrido y que tiene su origen en el entrenamiento militar. Siguiendo en la línea de la nostalgia, esas prácticas, de ir de un lado para otro, también las llevábamos a cabo en nuestra infancia sin saber el nombre y solía terminar con el comentario: "este niño, no para".

La transformación en PARKOUR sirve para definir una disciplina urbana que consiste en ir de un sitio a otro superando los obstáculos y dificultados del trazado para encontrar la manera más fluida y rápida en hacerlo.

El "traceurs" (así se denomina al practicante de esta disciplina) debe desplazarse superando los obstáculos que encuentre en el camino, generalmente, urbano (también puede llevarse a cabo en el espacio rural) como escaleras, muros, vallas, barandillas, etc. Para ello deben combinar fuerza, habilidad, velocidad, agilidad, control, coordinación. Como una carrera de obstáculos.

Para la iniciación de este deporte, los ayuntamientos construyen parques especialmente diseñados para la práctica del parkour en los que se combina actividades como correr, saltar, trepar y rodar, para permitir a los que lo practican superar cualquier obstáculo que se encuentre en su camino.

En estos espacios se construyen una serie de módulos contruidos en acero (marcos y barras) y paredes, plataformas de hormigón, postes de goma y elementos naturales. La superficie del suelo suele ser de manto goma ecológica y césped para amortiguar los impactos de las caídas.

En la ciudad de Valladolid contamos con un parque de parkour en la plaza de Cuba (barrio Arturo Eyríes):

Este tipo de instalaciones son construidas, generalmente, en parques o en la calle y se han convertido en la alternativa económica a los tradicionales gimnasios de aparatos, máquinas y actividades dirigidas en las que es necesario pagar para acceder a ellos.

Todas estas disciplinas están tomando, entre la población infantil y juvenil, una gran importancia pues se está generando un movimiento social entre sus practicantes, constituyendo una alternativa de ocio para muchos de ellos a los que ayuda a socializarse.

Esperamos que todos los ciudadanos disfruten de todas ellas y las cuiden como se merecen pues de ello depende que se puedan construir en mayor número y que recuperemos la calle como espacio de disfrute, de ocio y deporte venciendo la batalla al sedentarismo y la falta de relaciones sociales que provocan otras ofertas.

Alfredo Roldán Fernández

Jefe de Centro de Instalaciones Deportivas de la FMD.



G E S E I N S A
Gestión de Servicios Integrales

Geseinsa es una empresa de soluciones de mantenimiento para polideportivos, jardines, piscinas, e infraestructuras similares con la experiencia como aval y la calidad como tarjeta de presentación.



Paseo de Zorrilla, 54
Centro Comercial Avenida, 2ª planta
47006 Valladolid

Teléfono: 983 47 52 90
Fax: 983 45 80 36

Web: geseinsa.com



PAVIMENTOS DEPORTIVOS

CÉSPED ARTIFICIAL

EQUIPAMIENTO DEPORTIVO

MONDO SMART SYSTEMS

MONDO
WE INNOVATE. YOU WIN

(+34) 976 465 300
info@mondosiberica.com
www.mondoworldwide.com

**MUCHAS GRACIAS,
POR PENSAR TAMBIÉN
EN LOS DEMÁS.**

Cada vez más ciudadanos utilizan las instalaciones de la FMD.

El buen uso y cuidado de ellas por parte de todos, se traduce en una convivencia mejor, en un gasto menor de mantenimiento y en sentirnos partícipes de lo que nosotros mismos disfrutamos.

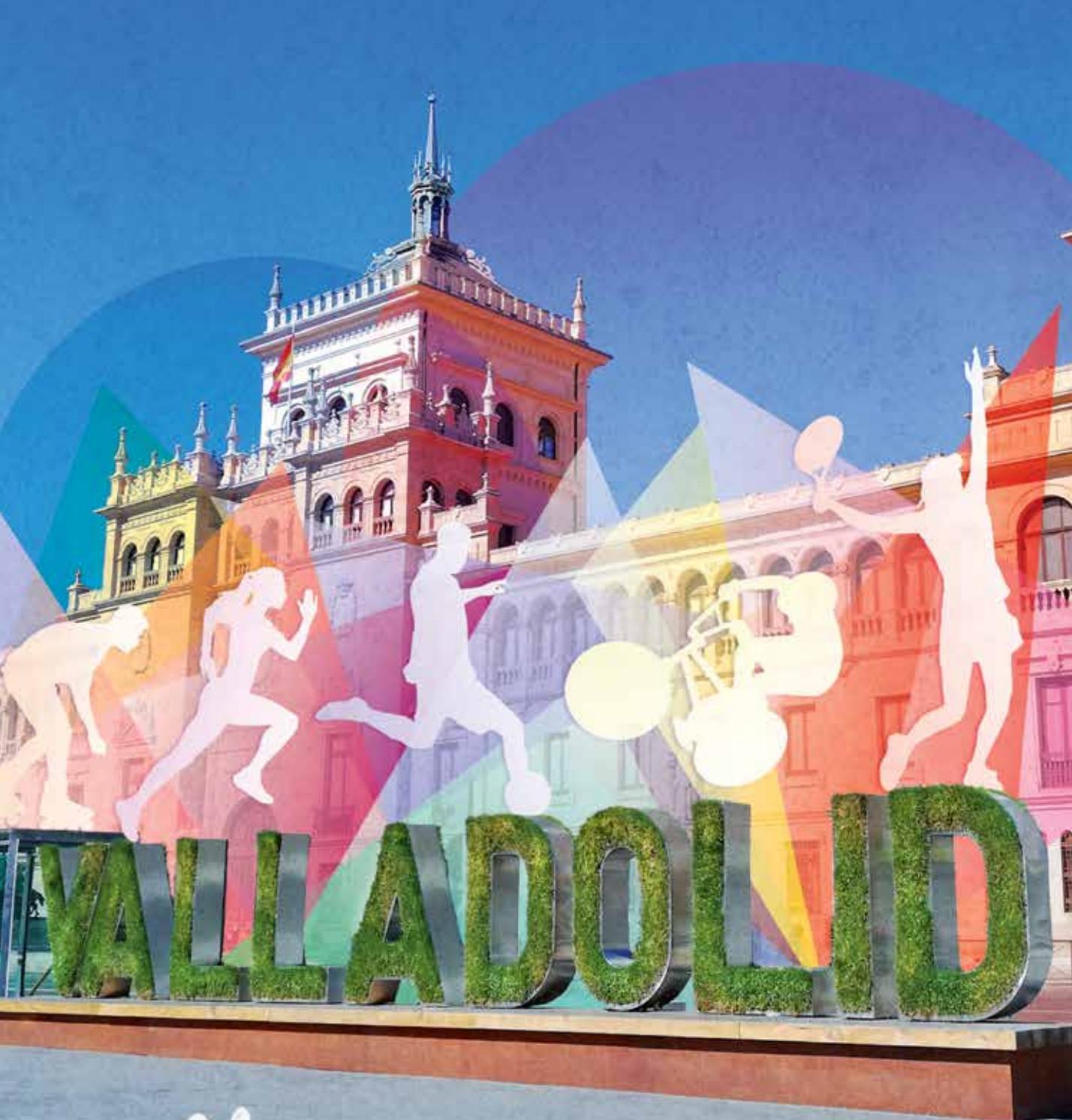
Este año las actividades de la Fundación te esperan.

Ayuntamiento  de **Valladolid**

FMD Fundación Municipal
de Deportes

CUIDAR LAS INSTALACIONES
ES DISFRUTAR DE ELLAS





*Ahora más que
nunca con el*
DEPORTE