



CLUB DE NATACIÓN POZUELO.- RESUMEN TEMPORADA 2012-2013.- SECCIÓN DE NATACIÓN

www.cnpozuelo.es

natacionpozuelo@cnpozuelo.es



Trofeo Arganda.- Buen balance de medallas para los nadadores del CN Pozuelo

El sábado 6 de octubre llegó la primera competición de la temporada, El XI Trofeo Ciudad de Arganda, que se ha saldado con una lluvia de medallas para el CN Pozuelo.

Un equipo muy unido y motivado que cosechó un montón de medallas

individuales y por equipos. Todos los equipos de relevos mixtos (2 chicas y 2 chicos), obtuvieron la primera posición (alevín, infantil y absoluto) o la segunda posición benjamín y júnior).

VIII Trofeo de Invierno Circuito Open Comunidad de Madrid

El VIII Trofeo de Invierno Circuito Open Comunidad de Madrid, contó con la presencia de una treintena de nadadores del Club Natación Pozuelo entre chicas y chicos, consiguiendo entrar en finales un total de 12 nadadores. A destacar las participaciones de Leyre Requeta, Carmen Alonso, Carlota Perla, Clara Sánchez Calero y Eduardo Lafuente.



COPA DE MADRID DE CLUBES

Los días 22 y 23 de diciembre se celebró la Copa de Madrid de Clubes en sus tres categorías.

Las chicas, que competían en la presente edición en la Primera División, mantienen la categoría después de una emocionante segunda jornada, en la que mejoraron significativamente respecto a la primera jornada.

Disputaron la competición un total de trece chicas. A nivel individual Ana Fernández, Leyre Requeta y Carmen Alonso fueron las nadadoras que más puntos aportaron a la clasificación final.



Los chicos no pudieron defender con éxito su puesto en la División de Honor, que mantenían por tercer año consecutivo. Los chicos fueron séptimos en la clasificación final.



Alan Jiménez, Mario Blázquez y Alberto Gómez fueron, por este orden, los nadadores que más aportaron a la clasificación final. El equipo estuvo integrado por doce chicos.

Participaron un total de 37 clubes masculinos y 38 femeninos en la presente edición de la Copa.

Las dificultades para puntuar en las pruebas largas resultaron, al final, un hándicap insalvable.

Equipo femenino: Elena Puebla, Marina Alonso, Patricia Salido, Leyre Requeta, Carmen Alonso, Ana Fernández, Clara Sánchez-Calero, Ana suja, Carlota Perla, Gadea Gómez, Mónica García, Cristina Gómez y Marta Varona

Equipo masculino: Mario Blázquez, Alberto Gómez, Daniel Rodríguez, Fernando López, Nacho López, Alan Jiménez, Felipe Vázquez, Thomas Bouladou, Álvaro Palomo, Fernando Vázquez, Iván Cerdeño y Javier Lavín.

Trofeo de Navidad EXCELENTE 6º PUESTO DE PABLO LÓPEZ CABAÑAS

El 15 de diciembre se celebró en la piscina M-86 el Trofeo de Navidad para nadadores de categoría prebenjamín.

prueba de 50 m. libre, con un tiempo de 40.35

Este resultado debe servir de a todos los nadadores prebenjamines y benjamines.



El nadador del Club PABLO LÓPEZ CABAÑAS (2004) tuvo una excelente actuación quedando en 6ª posición en la



Felicidades a Pablo que, a pesar de su juventud, cumple ya su tercera temporada en el Club, estuvo acompañado por sus entrenadores Mario Blázquez y Javier Lavín.

CAMPEONATO DE MADRID ALEVIN DE INVIERNO Y TROFEO NADADOR COMPLETO ALEVÍN (chicos 2001 y chicas 2002)

Los días 2 y 3 de febrero celebró el Campeonato de Madrid Alevín de Invierno y el Trofeo Nadador Completo Alevín, con la participación de 13 nadadores del Club de Natación Pozuelo.

Los mejores resultados vinieron de parte de LORENA GARCÍA PÉREZ (2001), 6ª clasificada en la prueba de 100 m. braza y de CLAUDIA PALOMO ITURBE (2002), 6ª clasificada en el prueba de 100 m. braza de Nadador Completo. El Club Natación Pozuelo fue 16º en la clasificación general conjunta.



Nadadores participantes:

Campeonato de Madrid Alevín de Invierno

Lorena García, David Aguado, Álvaro Iglesias, Javier Pardo, Mar Chocán, Silvia Puebla, Elena Morales, María Carrero, Andrea Paniagua, José María Varona, Juan Pedro López, Alejandro Santos y Claudia Palomo.

Trofeo Nadador Completo (fem. 2002).

Claudia Palomo Iturbe



TRES MEDALLAS PARA EL CLUB DE NATACIÓN POZUELO EN EL TERRITORIAL INFANTIL-JUNIOR-ABSOLUTO DE INVIERNO 2013.

LEYRE REQUETA JEREZ, bronce en 100 m. braza categoría infantil, LUIS GARCÍA LIZARÁN, plata en 100 m. mariposa categoría absoluta, y el EQUIPO MASCULINO ABSOLUTO (Mario Blázquez, Alberto Gómez, Luis García y Alan

Jiménez) plata en el 4x100 estilos, han sido los medallistas en el Campeonato de Madrid Infantil Junior Absoluto de Invierno que se ha disputado del 7 al 10 de febrero en la Piscina M-86.



LUIS GARCÍA LIZARÁN, con su plata individual y la plata del relevo de estilos, ha sido el nadador más destacado. Por parte de las chicas lo ha sido LEYRE REQUETA JEREZ.



Aunque no se llegó a las 7 medallas conseguidas en la edición del año 2012, hay que valorar positivamente los trofeos obtenidos.

Otros resultados destacados fueron los siguientes:

Categoría Infantil:

Leyre Requeta, 4ª en 200 m. braza, 6ª en 100 m. libres y 8ª en 50 m. libre

Carmen Alonso, 6ª en 100 m. braza.

Fernando Vázquez, 8º en 100 m. braza

Daniel Rodríguez, 10º en 1.500 m. libre

Categoría Infantil: Leyre Requeta, Carlota Perla, Carmen Alonso, Carla Arús, Samantha Dies, Eduardo Lafuente, Diego Ceballos, Fernando Vázquez y Daniel Rodríguez.

Categoría Junior:

Alfonso Serrano, 5º en 50 m. libre

Categoría Absoluta:

Luis García Lizarán, 4º en 100 m. mariposa

Alberto Gómez, 6º en 50 m. braza y 7º en 100 m. braza, Mario Blázquez, 7º en 50 m. espalda, Ignacio López Cabañas, 8º en 50 m. braza y Alan Jiménez, 8º en 50 m. mariposa.

Han Participado un total de 29 nadadores:



El nadador del Club Natación Pozuelo TOMÁS RODRÍGUEZ BELTRÁN bate el record autonómico en las pruebas de 100, 200 y 400 m. libre de FEMADDI

El nadador del Club de Natación Pozuelo TOMÁS RODRÍGUEZ BELTRÁN estableció tres nuevas mejores marcas autonómicas en las pruebas de 100 m. libre (1' 09,47"), 200 m. libre (2' 27,50") y 400 m. libre (5' 27,34"), en las competiciones organizadas por FEMADDI.



Tomás, con un grado de discapacidad del 33% (discapacidad de tipo intelectual) consecuencia de tener hidrocefalia desde su nacimiento, ha empezado esta temporada a participar en las competiciones de la Federación Madrileña

de Deportistas con Discapacidad Intelectual FEMADDI, en el nivel S14.

Tomás (año 1998) lleva varias temporadas en el Club de Natación Pozuelo, participando en las competiciones de la Federación Madrileña de Natación, con nadadores sin ningún tipo de discapacidad. Esta temporada, Tomás y su hermano Daniel, entrenan con el grupo de nadadores de categoría infantil, junior y absoluta de mayor nivel en el Club, con los entrenadores Carlos Salvador y Luis de Dios "Luiso".

Tomás constituye un ejemplo para todos los nadadores, por la disciplina y pundonor con que ejecuta todos los entrenamientos, lo que le ha servido para ganarse el reconocimiento y el cariño de todos sus compañeros y de los entrenadores.

Desde el Club nuestra felicitación más sincera a Tomás, a sus entrenadores y a su familia.

EXCELENTE PARTICIPACIÓN DE LUIS GARCÍA LIZARÁN EN EL CAMPEONATO DE ESPAÑA OPEN DE PRIMAVERA EN PONTEVEDRA

Del 22 al 25 de marzo se han celebrado en Pontevedra Los XIV Campeonatos de España Open de Primavera. El nivel de competición fue muy alto como demuestran las 27 mínimas conseguidas

por los nadadores españoles para el Campeonato de Mundo de Barcelona.

El Club de Natación Pozuelo contó con la participación de Luis García Lizarán que nadó la prueba de 50 m. mariposa.



Luis tuvo una participación sobresaliente, batiendo por dos veces su mejor marca personal; en cuartos de final con 25:10 y en semifinales con un excelente 24:90 que le daría el paso a la final, en la que fue 9º. Siempre es una satisfacción contar la participación de los nadadores del Club en las competiciones de carácter nacional, aún más si, la actuación es destacada.

CAMPEONATO DE ESPAÑA UNIVERSITARIO DE NATACIÓN 2013

Los días 4 y 5 de mayo se ha celebrado en las piscinas Inacua de Murcia el Campeonato de España Universitario, en el que participaron dos nadadores del Club de Natación Pozuelo representando a la Universidad Pontificia de Comillas: LUIS GARCÍA LIZARÁN y ALBERTO GÓMEZ POSTIGO, y representando a la Universidad Politécnica de Madrid JAVIER LÓPEZ MARIÑO.

LUIS GARCÍA LIZARÁN tuvo un excelente concurso resultando tercer clasificado en la prueba de 100 m. mariposa, en la que consiguió la medalla de bronce y cuarto en la prueba de 50 m. mariposa, a sólo 4 centésimas del metal.

ALBERTO GÓMEZ POSTIGO se clasificó 9º en la prueba de 50 m. braza y

ORO PARA EL EQUIPO PREBENJAMÍN DEL CLUB DE NATACIÓN POZUELO EN LAS PRIMERAS JORNADAS DE NATACIÓN ESCOLAR DE POZUELO



natación escolar en la que han participado varios cientos de escolares de todas las categorías, pertenecientes a numerosos colegios y clubes deportivos de la zona noroeste.

El Club de Natación Pozuelo ha presentado únicamente 6 nadadores de categoría prebenjamín: cinco chicos y una chica.

El día 26 de abril se ha celebrado en Pozuelo de Alarcón una competición de

Nuestros nadadores se proclamaron vencedores en la prueba de 6x25 m. libre categoría prebenjamín.

El equipo estaba integrado por: RAFAELA CÓRDOVA ALMENDRAS, PABLO LADRÓN DE GUEVARA, PABLO LÓPEZ CABAÑAS, MARCOS CABAÑAS GRANDE, JOSÉ RECALDE VÁZQUEZ- AÑON y JAVIER SEGURA CUBELLS.

Además, también hubo medallas individuales para

PABLO LÓPEZ CABAÑAS: Plata en 25 m. libre benjamín.

MARCOS CABAÑAS GRANDE: Oro en 25 m. libre prebenjamín.

JAVIER SEGURA CUBELLS: Bronce en 25 m. libre prebenjamín.



Recibieron su medalla, contentos y muy orgullosos, de manos del Concejal de Deportes de Pozuelo, Pablo Gil.

Buen balance para el CN Pozuelo en el Trofeo Ferias de Mayo de Talavera.



El 4 de mayo se celebró en la piscina El Prado de Talavera el Trofeo Ferias de Mayo.

En esta ocasión el Club acudió con un equipo integrado por 34 nadadores de

todas las categorías excepto chicas de categoría absoluta.

Nuestros nadadores lograron un buen puñado de medallas que llevaron al Club de Natación Pozuelo a la tercera posición por equipos, a pesar de que

otros clubes presentaban una participación más amplia.



En relevos hubo medallas para todos los equipos, desde categoría benjamín hasta absoluta.

En el plano individual a destacar la participación de los prebenjamines Rafaela Córdova y Pablo López Cabañas y los primeros puestos de Álvaro Ovejas en 100 m. libre categoría absoluta, Mario Blázquez en 100 m. espalda absoluta, Alberto Gómez en 100 m. braza absoluta y de Lorena García Pérez en 100 m. braza alevín.

Pero hubo muchos segundos y terceros puestos en todas las categorías! Lo mejor de todo fue la jornada de convivencia y que los nadadores más pequeños pudieron ver competir a los nadadores mayores y a sus entrenadores Mario y Javier.

Copa Federación Benjamín Grupo A.- El C. N. Pozuelo 12º clasificado

Los días 8 y 9 de junio se ha disputado la Copa Federación para categoría benjamín, que es la máxima competición por equipos en esta categoría.



El Club de Natación Pozuelo quedó encuadrado en el Grupo A al quedar ente los 12 mejores equipos en la liga regular.

Nuestros nadadores tuvieron una buena actuación. Finalmente, después de las dos jornadas de competición, el Club de Natación Pozuelo se clasificó 12º en este Grupo A.

El Club valora positivamente esta clasificación, si se tiene en cuenta que en categoría benjamín algunos clubes cuadruplican en número de licencias al Club de Natación Pozuelo.

Felicidades a los nadadores y a los entrenadores Mario Blázquez y Javier Lavín por el trabajo realizado durante la temporada. En este trabajo resulta fundamental la disciplina en los entrenamientos.

TOMÁS RODRÍGUEZ BELTRÁN CON EL EQUIPO DE LA COMUNIDAD DE MADRID EN EL CAMPEONATO DE ESPAÑA POR COMUNIDADES AUTÓNOMAS

Nuestro nadador, Tomas Rodríguez Beltrán (1998), ha sido convocado por la Federación Madrileña de Deportes para personas con Discapacidad Intelectual (FEMADDI) para formar parte del equipo de natación de la Comunidad de Madrid en los Campeonatos Nacionales por Comunidades Autónomas que se ha disputado en Cádiz.

Tomás nadó las pruebas de 400, 200 y 100 metros libres, además de los dos relevos de Madrid: 4x100 libre y 4x100 estilos, en el que nadó la posta de espalda.

Tomás ha realizado una excelente competición ganando las pruebas de 100

m. libre y 200 m. libre y fue segundo en el 400 m. libre. Además, en la prueba de 200 m. libre, su tiempo de 2:31.56 constituye mínima B para acceder a competiciones internacionales según la normativa del Comité Paralímpico Internacional (IPC International Paralympic Committee).

Ojalá que próximamente se produzca la convocatoria por parte de la FEDDI (Federación Española de Deportes para personas con Discapacidad Intelectual) para dichas competiciones.

En la competición Madrid quedó en segunda posición.

PRIMER TROFEO POZUELO DE ALARCÓN

El 2 de junio se celebró en nuestra instalación del Polideportivo El Torreón El Primer Trofeo Pozuelo de Alarcón, organizado por nuestro Club, con la colaboración del Ayuntamiento de Pozuelo de Alarcón, y que contó con el aliciente de cronometraje electrónico.

El evento contó con la presencia de Paloma Adrados, alcaldesa de Pozuelo de Alarcón, Pablo Gil, concejal de deportes y Juan José Dueñas, presidente de la Federación Madrileña de Natación que hicieron la entrega de los trofeos.



Participaron 250 nadadores de los clubes, Alcobendas, Las Matas, Colmenar Viejo, Encinas de Boadilla, Torrijos y Pozuelo,

que como organizador contó con la presencia de sus 120 nadadores.



El Trofeo fue un éxito absoluto de participación y público.



Se hizo entrega de un premio especial al nadador del Club Tomás Rodríguez Beltrán, por la excelente temporada realizada en el ámbito de FEMADDI. Entre otros éxitos, Tomás ha batido los records autonómicos de 100, 200 y 400 m. libre. Tomás participa en las competiciones de la Federación Madrileña de Deportistas con Discapacidad Intelectual FEMADDI, en el nivel S14.



Trofeo de Verano VIII Circuito Open Comunidad de Madrid. Luis García vencedor en la prueba de 50 m. mariposa.

Los días 8 y 9 de junio se celebró en la Instalación M-86 el Trofeo de Verano del VIII Circuito Open Comunidad de Madrid. El Club de Natación Pozuelo participó con un nutrido grupo de 25 chicos y chicas que entraron en 12 finales

Luis García Lizarán, se impuso en la prueba de 50 m. mariposa y fue 3º en 100 m. mariposa.



Daniel Rodríguez Beltrán, Record del Club y mínima para el Campeonato de España Infantil en 1.500 m. libre



Daniel Rodríguez Beltrán (1998), con un tiempo de 17:18.81 se impuso en la prueba de 1.500 m. libre en el Trofeo Coslada mejorando el record del Club en esta prueba y, además, consiguió la marca mínima para participar en el Campeonato de España Infantil de Verano que se disputaría en Pontevedra.

CINCO MEDALLAS PARA EL C. N. POZUELO EN EL CAMPEONATO DE MADRID DE VERANO ABSOLUTO Y JUNIOR

Excelente resultado para el C. N. POZUELO en el Campeonato de Madrid de Verano Absoluto y Junior.



En la sesión del viernes plata para el relevo 4x100 Absoluto Masculino integrado por Alberto Gómez, Mario Blázquez, Luis García y Álvaro Ovejas.

En la jornada del sábado, **LUIS GARCÍA** obtenía la plata en el 100 mariposa.

En la sesión del domingo **NACHO LÓPEZ CABAÑAS** obtenía otra plata y la mínima

para el Campeonato de España, en la prueba de 50 m. braza, **LUIS GARCÍA**



conseguía también la plata en la prueba de 50 m. mariposa y remataba la competición el relevo masculino del 4x100 m. estilos integrado por **Mario Blázquez, Alberto Gómez, Luis García y Álvaro Ovejas** que conseguían la quinta plata.

Buenas actuaciones, también, de Alberto Gómez finalista en los 50 m. libre, en los que fue 5º, consiguiendo la mínima para el Campeonato de España Absoluto, y finalista, también, en los 50 m. braza en los que fue 6º.

Mario Blázquez, 6º en la final de 50 m. espalda.

Alfonso Serrano que obtenía la mínima para el Campeonato de España Junior en los 50 m. libre.

Además conseguían la marca mínima los relevos masculinos 4x50 m. libre y 4x50

m. estilos que estarán completados por **MARIO BLÁZQUEZ FRAILE y ÁLVARO OVEJAS PÉREZ.**



Han participado Clara Sánchez Calero, Javier Planas Villagrasa, Ana Fernández Peña, Gadea Gómez Vallejo, Patricia Salido Sobrino, Mónica García Pérez, Javier Lavín de los Llanos y Ana Suja Lucía.

TRES MEDALLAS PARA EL CLUB DE NATACIÓN POZUELO EN EL CAMPEONATO DE MADRID INFANTIL

Buen resultado del Club en el Territorial Infantil disputado los días 6 y 7 de julio, en el que nuestros nadadores han obtenido tres medallas.



Excelente participación de LEYRE REQUETA, que se clasificó segunda en la

prueba de 100 m. braza y primera en la de 200 m. braza, con gran superioridad en esta última, obteniendo la plata y el oro respectivamente.

Buena participación de EDUARDO LAFUENTE, bronce en la prueba de 100 m. braza en la que fue tercero.

También cabe destacar la actuación de DANIEL RODRÍGUEZ BELTRÁN, cuarto en la prueba de 400 m. libre en la que se quedó a sólo 4 décimas de la mínima de la prueba para el Campeonato de España, aunque estaría en el “milqui” después de su excelente tiempo de unas semanas antes.

Buenos resultados para una corta participación integrada por tan solo nueve nadadores.

A los citados hay que añadir: Carmen Alonso Borrego, Carlota Perla Peña, Marta Varona Siles, Natalia Rodríguez Alonso, Fernando Vázquez Rodríguez y Juan Miguel Robledo Cabezas.



CAMPEONATOS DE ESPAÑA DE VERANO ALEVÍN, INFANTIL Y ABSOLUTO 2013.

BUENA ACTUACIÓN DE LOS NADADORES DEL CLUB DE NATACIÓN POZUELO

Un total de 12 nadadores del Club participaron en los Campeonatos de España de verano en las diversas categorías.



La gira la iniciaron los nadadores alevines. A la localidad de Manresa, que acogió el **Campeonato de España Alevín** entre el 12 y 14 de julio, asistieron David Aguado Cabañas, que disputó la prueba de 100 m. braza y las chicas del equipo femenino clasificadas para el relevo 4x100 libre, integrado por Claudia Palomo Iturbe, Silvia Puebla Puchol, Lorena García Pérez y Andrea Paniagua Pinero.

David con un tiempo de 1.22:68 fue 77º en la prueba. Las chicas con un tiempo de 4.50:47 fueron 40º en la prueba de relevos.

Del 23 al 26 de julio se disputó en Pontevedra el **Campeonato de España Infantil**. Participaron Leyre Requeta Jerez y Daniel Rodríguez Beltrán.



Leyre disputó los 100 y los 200 m. braza y tuvo una gran actuación. Con unos tiempos de 1.20:59 y 2.53.45

respectivamente, estuvo muy cerca de sus mejores marcas, quedándose en ambas pruebas a un solo puesto de entrar en la final y clasificándose 11ª.

Daniel, que llegó al final de temporada con un excelente estado de forma, participó en el 1.500 m. libre, ganando su serie con 17.34:54 y rebajando su mejor marca y el record del Club. Se clasificó en 20ª posición.

Por último, del 8 al 10 de agosto se celebró en Las Palmas de Gran Canaria el **Campeonato de España Absoluto** al que acudieron con mínima individual Luis García Lizarán, que nadó el 50 y 100 m. mariposa, Ignacio López Cabañas que participó en el 50 m. braza y Alberto Gómez Postigo que disputó los 50 m. libre.

Se clasificó 8º en 50 m. mariposa con un tiempo de 25.15 y 6º en el 100 m. mariposa con un tiempo de 55.43, que constituye un nuevo record del Club. Ignacio fue 20º en el 50 m. braza con 31.30 y Alberto fue 34º en 50 m. libre con 24.82.



Los dos relevos tuvieron una excelente actuación. El 4x50 estilos integrado por Mario Blázquez Fraile, Ignacio López Cabañas, Luis García Lizarán y Alberto Gómez se clasificó 11º, con un tiempo de 1.47:22

También quedó en 11ª posición con un tiempo de 1.36:47 el relevo 4x50 libre, integrado por Álvaro Ovejas Pérez, Mario Blázquez Fraile, Luis García Lizarán y Alberto Gómez Postigo.

Tanto los puestos de Luis García como los de ambos relevos constituyen la mejor participación del Club en unos campeonatos de España Absolutos, llevando al Club de Natación Pozuelo al 16º puesto de la clasificación general masculina.



También participaron Álvaro Ovejas Pérez y Mario Blázquez Fraile que completaron los relevos 4x50 m. libre y 4x50 m. estilos, que también se habían clasificado para esta competición.

Luis tuvo una excelente actuación entrando en las finales de ambas pruebas.

CAMPUS DEL C. N. POZUELO CON ERIKA VILLAÉCIJA



El 28 de septiembre se celebró en El Torreón un Campus con Erika Villaécija, que posee un palmarés impresionante de en la natación española, con 11 temporadas en la élite mundial y Campeona del Mundo en Dubai 2010 en la prueba de 800 m. libre.

Erika se metió enseguida en el bolsillo a los más de 40 participantes con su cordialidad y simpatía.



Dirigió la sesión de calentamiento, se metió en la piscina con el grupo de pequeños, practicando volteos con ellos y comentando con los mayores los aspectos técnicos de las salidas y los volteos.

Después de la merienda que todos acogieron con mucho interés después de más de dos horas de duro entrenamiento, se estuvieron visionando las filmaciones que se realizaron durante el entrenamiento, aprovechando también para mejorar la técnica.

La jornada finalizó con una multitudinaria sesión de firma de autógrafos en fotos, camisetas, gorros e incluso en chanclas y tablas de entrenamiento.