

Éxito de la San Silvestre de Alcobendas 2009

Tratándose de la segunda edición de la carrera, la organización, El Club Deportivo Alcobendas, vio superadas sus más optimistas previsiones.

El año 2009 finalizó en Alcobendas con la segunda San Silvestre, prueba de 10 kilómetros disputada el 31 de diciembre, en las inmediaciones de la Cuidad Deportiva de Valdelasfuentes y que contó con el apoyo institucional del Ayuntamiento de Alcobendas, Comunidad de Madrid e importantes firmas comerciales.

Pese a la mala climatología, 526 atletas, de un total de 800 inscritos llegaron a la línea de meta. La carrera, que discurrió bajo intensa lluvia casi hasta el final de su recorrido, fue un tremendo éxito de participación.

Para una segunda edición la llegada de 500 atletas a meta es una cifra muy prometedora de cara al objetivo final de la carrera alcobendense: convertirse en una alternativa sólida a la mítica pero masificada San Silvestre Vallecana.

En categoría masculina el vencedor fue Enrique Martín monto, seguido de Víctor Quiñones Acin y Raúl Rodríguez Antón. La primera mujer fue Silvia Perich Krsnik. La carrera fue organizada por el Club de Fútbol Deportivo Alcobendas y contó con cronometraje oficial y homologación de la Federación de Atletismo de Madrid.

Como participantes de honor cabe destacar al Alcalde, Ignacio G^a de Vinuesa, al Concejal de Deportes, Pablo Salazar, al Primer Teniente de Alcalde, Ramón Cubián y al Viceconsejero de Deportes de la Comunidad de Madrid, Javier Hernández, máxima autoridad política del deporte en la Comunidad de Madrid ya que desde la dimisión del que fuera Consejero de Deportes, Alberto López Viejo, este cargo ha quedado sin designación.

La recaudación de la carrera se destinará a la promoción del fútbol base de la localidad de Alcobendas.

Una competición para divertirse y aprender

MIC, Mediterranean Internacional Cup. En este torneo se enfrentan algunos de los mejores clubes del mundo contra otros clubes del fútbol base mundial en sus categorías inferiores. Sobretudo en este torneo se aprende a convivir y a competir.

El torneo de fútbol base organizado por Microcéfalo celebra en 2010 su décima edición convertido ya en referente del fútbol base mundial al más alto nivel. Cuenta con cuatro categorías diferentes y se celebrará del 30 de marzo al 4 de abril en la Costa Brava.

En el torneo compiten los mejores equipos y selecciones del mundo junto con otros equipos de fútbol base. El objetivo del MIC es dar la oportunidad a jóvenes de cualquier club del mundo de poder convivir y a la vez competir con los grandes.

El MIC reúne algunos de los mejores combinados tanto a nivel nacional (FC Barcelona, Real Madrid, RCD Español, Atlético de Madrid, Valencia) como extranjeros (Ajax, Manchester United, Internazionale Milano, Lokomotiv de Moscú, Oporto, etc) y cuenta, además, con la participación de selecciones nacionales de Brasil y de México; hace del torneo una cita ineludible para todos aquellos amantes y profesionales del mundo del fútbol.

Sin embargo, lo que hace aún si cabe más especial la competición es su afán por juntar el fútbol de élite con la ilusión de clubes más modestos llegados de todas partes del planeta.

El Mic, retransmitido por televisión en toda España y cubierto por los medios de comunicación de más prestigio, es sin duda un escaparate y oportunidad impresionante para todos los jugadores de demostrar su talento.

Algunos de los alumnos de nuestro instituto han participado en esta competición y reconocen que es un torneo muy especial y único porque tienes la posibilidad de jugar con equipos de muy alto nivel y la posibilidad de ser observado por ojeadores de otros equipos.

Aunque todos coinciden en que lo más importante es la experiencia que vives con tus compañeros de equipo ya que estas durante varios días junto a ellos conviviendo en un hotel día y noche y pasándotelo realmente en grande.

Los participantes recomiendan a los equipos que crean que sus chavales se merecen un premio que les lleven a este torneo porque os lo agradecerán.

Los jóvenes de Sanse nos volcamos en el deporte

Entrevista con Andrés Rodas

Hemos tenido la oportunidad de contactar con Andrés Rodas, actual director de la asociación de escalada de nuestro municipio, San Sebastián de los Reyes. Nos ha hablado de diferentes temas, todos de mucho interés.

Esta asociación surge en el año 2005, por la necesidad de fomentar la escalada en "Sanse". Nos ha contado que lleva vinculado a esta asociación de escalada cinco años, prácticamente desde su fundación.

Esta asociación organiza numerosas expediciones de escalada cada fin de semana y por toda Europa. Para Andrés el mayor atractivo de practicar la escalada es la superación personal y el esfuerzo al límite. Eso fue lo que le llevó a practicar este deporte y, aunque muchas veces pasan miedo, los escaladores deben aprender a vivir con ello.

A esta asociación pertenecen unas doscientas personas en clases de entreno, luego, en total (rocódromo, colegios, clases, ...) son aproximadamente seis mil personas. Y según afirma, la escalada en un futuro cercano logrará la misma popularidad que cualquier otro deporte en nuestro país, nos contó que en Francia la escalada está tan considerada como el fútbol.

Por último, se refiere a las instalaciones del Polideportivo Municipal Dehesa Boyal: están en buen estado, aunque se pueden mejorar.

Acción y adrenalina en el deporte

Se denomina deporte de riesgo o extremo a todos aquellos deportes o actividades de ocio con algún componente deportivo que comportan una real o aparente peligrosidad por las condiciones difíciles o extremas en las que se practican. Bajo este concepto se agrupan muchos deportes ya existentes que implican cierta dosis de exigencia física y muy peligrosa, sobre todo, mental.

DEPORTES AÉREOS

Son aquellos que se practican en el aire la gran parte del deporte, como por ejemplo: el puenting. El puenting comienza en el inicio de la década de 1970 en Annecy, Suiza, con el escalador alemán Helmut Kiene. Las primeras caídas controladas se realizan en la década de los ochenta y a partir de aquí este deporte ha ido evolucionando a toda máquina hasta convertirse en nuestros días en uno de las actividades que más expectación levanta. Para realizar esta actividad se exige un certificado médico en el que se determine que la persona no sufre ningún tipo de afección cardíaca, también para cada salto será necesario la presencia de un mínimo de tres personas: el saltador se coloca en una de las partes del puente armado con un arnés al que se une uno de los cabos de la cuerda de escalada, alguien que se coloque sobre el puente para ir soltando la cuerda una vez se ha completado el salto, y una tercera persona que se colocará bajo el puente ir recogiendo cuerda.

DEPORTES TERRESTRES

Son aquellos que se practican en la tierra, como por ejemplo: el descenso de cañones.

El descenso de cañones es un actividad con historia, los franceses ya se dedicaban al descenso de sus cañones a principios del siglo XX, fue durante la década de 1970 cuando se desarrolló propiamente la técnica del descenso de cañones, este deporte consiste en descender a lo largo de los tajos naturales que hay en la montaña, producidos, casi siempre, por la erosión del agua, este exige un buen conocimiento de técnicas especiales de descenso como "el rápel" en cascadas de agua y también un buen conocimiento del comportamiento dinámico del agua, se realiza caminando hasta encontrar un desnivel de altura considerable que exija el uso de alguna de las técnicas especiales de progresión: rápel, salto o tobogán. Para rapelar en seco se coloca una cuerda en doble, sujeta a un anclaje y pasada por la mitad. Nunca debe pasarse directamente por los anclajes, a menos que tengan anillas. Se lanzan los dos extremos de la cuerda hacia abajo y se desciende por ella, por la complejidad de esta actividad nunca se deberá iniciar un descenso en solitario.

El equipo necesario para practicar este deporte es arneses, mosquetones de seguridad, un descendedor, cinta o cabo de anclaje, bloqueadores de ascensión, martillo, espitador, casco y cuerdas.

Todos podemos practicar deportes de riesgo. Usa la cabeza



Participantes en el MIC