

ANUARIO TEMPORADA **2014-2015**



NOVIEMBRE 2014

- **V CARRERA POPULAR Y SOLIDARIA DE LOS 1000 PASOS.**

En la mañana del domingo 02 de Noviembre ha tenido lugar la V Carrera de Los 1000 Pasos organizada por el Ayuntamiento de Salamanca con la colaboración del Club AVIVA-Sánchez Guijo, donde el objetivo era fomentar la práctica del Deporte dentro de todos los sectores sociales, y por la integración en el deporte de las personas con discapacidad intelectual, física y sensorial. Pudiendo efectuar un donativo cualquier persona en el momento de la recogida del dorsal.

Realizándose dos competiciones, en un circuito totalmente Urbano y rápido, una Participativa de 1000 Pasos (1400m) donde lo importante era correr o andar con la familia, niños, padres, abuelos, tíos, etc., y pasar un buen momento en compañía, disfrutando de todo el jolgorio que se monta tras la salida y fomentando el Deporte entre todas las personas. Y otra Competitiva de 5000 Pasos (6400m) donde los Atletas corren para disfrutar, mejorar sus tiempos, o como preparación a las carreras que están por venir, y donde los más rápidos fueron Alejandro Codesal y Marta Romo.

Por parte del Club, y siendo la primera carrera oficial de la Temporada, estuvieron participando **Mario Sánchez, Yonas Mateos, Izan Rodríguez, Jonás Rodríguez, Carlota Martín, Julia Blázquez, Lola Mateos, Sabrina El Himer, Cristian Hernández, Mónica Nieto, Alba de la Iglesia y Sergio García**, acompañados de sus Monitores y Padres durante el recorrido los más pequeños y apretando los más mayores dentro de la carrera participativa. Y por otro lado, anteriormente disputaron la carrera competitiva, **Ángel J. García** que quedó 1º en VetA, **Miguel Delgado** quedando 1º en Juvenil, **Jorge Casas** 2º en Junior, y **Pedro J. Sánchez**, y Padres del Club que se animaron a sufrir un poquito más y con muy buenas sensaciones de cara a las próximas competiciones.

ENHORABUENA A TODOS LOS PARTICIPANTES.



- **ALFREDO HERRERO EN EL MM CIUDAD DE PALENCIA.**

El domingo 02 de noviembre nuestro Atleta **Alfredo Herrero** se acercó a disputar el V Medio Maratón Ciudad de Palencia organizado por el periódico El Norte de Castilla y el C.D. Atletismo Cuatro Cantones, con la colaboración del Ayuntamiento y el Patronato Municipal de Deportes de la Ciudad, sobre un recorrido totalmente llano y muy bueno para realizar marcas para los Campeonatos que se van a disputar.

Y en concreto para Alfredo era una carrera para conseguir la mínima para el Cto. de España Absoluto de Maratón que se disputará en San Sebastián el próximo 30 de noviembre, consiguiéndolo con un registro de 1:12.23, terminando el 11º de la clasificación General Absoluta y 4º Vet M35. En la imagen, detrás con el dorsal 80.

Una carrera que ganó nuestro compañero de Macotera Roberto Bueno Losada.



- CASAS EN LA BEHOBIA-SAN SEBASTIAN.

El pasado fin de semana día 09 de noviembre se disputó la 50 edición de la famosa Behobia-San Sebastián, la cual cuenta con una gran organización, participación y una feria de corredor. Y donde estuvo nuestro Atleta **José J. Casas**, disfrutándola una año más para intentar mejorar su marca, la cual estuvo cerca con un registro de 1:25.40.

[CRONICA por José J. Casas](#)



- **IV CARRERA NOCTURNA “RIOS DE LUZ”.**

El sábado día 15 de noviembre se disputó en Valladolid la IV Carrera Nocturna Ríos de Luz, en un circuito de 5400m recorriendo las calles más céntricas y los edificios más emblemáticos de la Ciudad en la ruta de Los Ríos de Luz, iluminados para la ocasión y que los participantes y público disfrutasen del espectáculo. Donde la recaudación de la inscripción de tres euros fue repartida entre la ONG Entreculturas, la Fundación Red Íncola y Unicef, tratándose de una carrera solidaria no competitiva con una clasificación única y sin trofeos.

En la que estuvieron dos de nuestras últimas incorporaciones al Club para esta Temporada, **Hugo Tejeda** y **Borja García**, en la que consiguieron una buena clasificación, Borja logró ser 3º y Hugo 10º.



- **TALLER DE LANZAMIENTOS PARA NIÑ@S Y TALLER DE ESPALDA PARA ADULTOS.**

El sábado día 15 de noviembre el Club de Atletismo Ciudad de Peñaranda, Organizó dos de sus Actividades mensuales para toda la Temporada, impartidos por Toni Cortes. para la diversión y aprendizaje de los más pequeños y para mejorar la salud de los adultos.

AULA ACTIVA DE LANZAMIENTOS

La primera fue el Aula Activa de Lanzamientos dirigida y abierta para todos los niños y niñas que quisieran asistir, sean o no del Club, a partir de los 8 años, y que tuvo lugar en el Pabellón del Polideportivo Municipal a causa de las inclemencias meteorológicas, donde se realizaron ejercicios y técnica de Lanzamientos de Peso, Disco y Jabalina.

TALLER DE ESPALDA

La segunda fue el Taller de Espalda de adultos dirigida para cualquier persona interesada mayor de 16 años, en la que se trabajó el control postural y hábitos saludables a través de ejercicios para la espalda, y zona Abdominal, nivel iniciación para cualquier persona. Esta actividad se realizó en la sala de kárate del Pabellón Municipal Miguel A. Jiménez.

Agradecer al Ayuntamiento de Peñaranda la cesión de las Instalaciones.



- **V SANITAS MARCA RUNNING SERIES DE MADRID.**

La V Sanitas Marca Running Series de Madrid se disputó este pasado domingo día 16 de noviembre. En el Derbi entre las aficiones de los Merengues y los Colchoneros, en un circuito del Bernabéu al Calderón de 10km homologados y en la cual estuvieron otras dos de nuestras nuevas incorporaciones al Club, demostrando su buen estado de forma al comienzo de esta Temporada, acabando **Alfredo Herrero** en 34:19, 6º VetA y 16º de la General, y el Junior **Manuel Otero** logró realizar un tiempo de 35:28, 39º de la General.



- **XI CROSS INTERNACIONAL DE ATAPUERCA.**

MIEDO NUNCA, RESPETO SIEMPRE.

El pasado domingo día 16 de noviembre, se disputó el famoso Cross Internacional de Atapuerca en la provincia de Burgos, y que se organiza con el fin de promocionar los Yacimientos de la Sierra de Atapuerca que fueron declarados **Patrimonio de la Humanidad** por la UNESCO, así como para la promoción y fomento del deporte, tanto de élite como de base, por parte de la Diputación Provincial de Burgos a través del Instituto Provincial para el Deporte y Juventud.

Cuatro de nuestros Atletas, con el fin de endurecer los entrenamientos, siempre en este principio de Temporada, se preparan planificando algunos de los diferentes Croses que se puedan realizar dentro de Castilla y León, de cara a la Temporada de Pista Cubierta. Participando en Juvenil **Miguel Delgado** (46), en Veteranos **Ángel J. García** (31), en Junior **Jorge Casas** (137), y en Absoluta Femenina **Pilar García** (40) con un registro de 29:09. Todos ellos con buenas sensaciones en un día que lo molesto de este año era el viento que reinó durante toda la mañana.

<http://www.crossatapuerca.com/nw/>



- **1ª JORNADA JEE DE LA ESCUELA MUNICIPAL DEL AYUNTAMIENTO DE PEÑARANDA**

El domingo día 16 de noviembre también se disputó la 1ª Jornada de los Juegos Escolares organizada por la Diputación de Salamanca, con una desastrosa Reglamentación para esta nueva Temporada, ya que no querían dejar participar ni individualmente a las Escuelas ni Clubes, simplemente con el nombre de los Colegios.

"Yo Corro, Yo Opino....No sin mi Equipo" Queremos seguir participando como Escuela Municipal de Peñaranda en los juegos Escolares. Esa es la pancarta que llevaron nuestros chicos de la Escuela Municipal del Ayuntamiento a Béjar ante la injusta norma de una " comisión" que solo deja participar por equipos a los centros escolares. Por qué? Que nos den los motivos...lo bonito de las competiciones es que nuestros chicos aprendan a valorar el esfuerzo de todos los componentes del equipo...el trabajo de todos...la motivación. ..los juegos escolares deben fomentar esos valores educativos que nosotros y el Ayuntamiento si llevamos trabajando 6 años con los niños y niñas de Peñaranda. Mucho ánimo a todos estos pequeños grandes atletas que estuvieron en Béjar!

Los resultados de la 1ª jornada escolar en Béjar de los pequeños de la Escuela Municipal de Atletismo Ayuntamiento de Peñaranda, en un circuito resbaladizo, presenciando numerosas caídas, donde varios de nuestros niños se vieron afectados. Pero lograron terminar fenomenal!

Manuel Zaballos 15º benjamín masculino. **María Hernández** 3ª, **Vega Casas** 13ª y **Carlota Martin** 28ª en benjamín femenino. **Julia Blázquez** 19ª, **Sabrina El Himer** 22ª y **Lola Mateos** 45ª en alevín femenino. **Jaime García** con caída incluida 3º, **Santiago Zaballos** 19º, **Juan Pablo García** 34º, **Cristian Hernández** 35º en Infantil masculino. En cadete femenino **Alba de la iglesia** 12ª y en cadete masculino **Asier Bueno** 4º con dos caídas y **Sergio García** en el puesto 17º.

Enhorabuena chicos!!



- **CAMPEONATO PROVINCIAL DE 10KM.**

Esta misma mañana de domingo día 23 de noviembre, la cual amaneció lluviosa, se disputó el 2º Cross de la Liga de Cabrerizos y conjuntamente el Campeonato Provincial de 10 km, que tenía lugar en la localidad de Moriscos. Un circuito mixto de asfalto y de caminos, homologado por la Delegación, los cuales hicieron mucho más duro este Cross al estar el terreno totalmente embarrado, blando y muy resbaladizo que supuso un esfuerzo mayor para los participantes y estar toda la carrera en tensión física y mental para realizar una buena carrera.

Embarrados hasta más arriba de la cintura los primeros en completar el recorrido fueron Antonio Cuadrado y Marta Romo. Y dentro del Campeonato Provincial tres de nuestros Atletas pudieron disfrutar del circuito, proclamándose, por una parte, Campeón Provincial Absoluto el Arevalense **Borja García**, quedando 4º en la carrera con un registro de 36 minutos, también obtuvo su premio en Veterano **Ángel J. García** quedando Subcampeón Provincial con un tiempo de 38:26, y **Hugo Tejeda** terminando en 41:50.



- **LOS 10KM DE CANILLEJAS EN MADRID.**

Ayer domingo día 23 de noviembre también se disputó el XXXV Trofeo José Cano Carrera Popular de Canillejas en Madrid, en un Circuito de 10km homologado por la Federación Española de Atletismo, competición que lleva el nombre de su fundador y creador allá en el año 1980.

Hubo presencia por parte del Club y representando a la Ciudad de Peñaranda, de dos de nuestros Atletas. La conocida **Pilar García** que realizó una sensacional Marca Personal de 35:04, quedando 5ª en la clasificación femenina por detrás de las marroquí Majida Maayour, Hanane Ouhaddou, Malika Asahssah, y la Etíope Marta Tigabea, y 1ª Española, demostrando que ha comenzado la Temporada en un muy buen estado de forma con sus propios entrenamientos y muy buenas sensaciones. Y también destacar el comienzo de la Temporada representando a nuestro Club del Abulense **Pedro Iván Carmona**, que logró su Mejor Marca Personal con 34:15, en la posición 52.



DICIEMBRE 2014

- MARATON Y 10KM DE SAN SEBASTIAN Y CONTROL FAM TRES CANTOS.

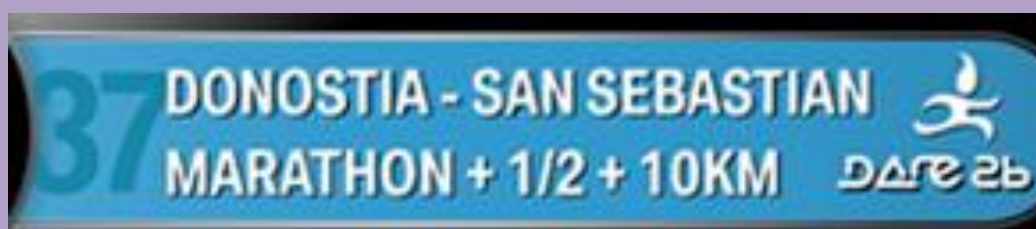
Fin de semana plagado de competiciones para los componentes del Club de Atletismo Ciudad de Peñaranda. Ayer domingo se disputó el XXXVII Maratón Internacional de San Sebastián, donde tuvo lugar también el Campeonato de España Absoluto y de Veteranos en esa distancia. **Alfredo Herrero** disputó su segundo Maratón, optando al Cto. de España Absoluto, en el cual realizó su MMP con un tiempo de 2:52.51, quedando el 28º en categoría Vet M35 y el 73º del Cto. Absoluto, sus sensaciones fueron "hasta el km30 buenas y luego por falta de fuerzas o deshidratación pagó en exceso los últimos km" ya que el paso por la Media fue de 1:18.39. También estuvo con él **José L. Hernández** que terminó su primera Maratón en un tiempo de 2:57.43 concluyendo en la posición 97º en categoría M40, siendo muy regular, pasando la Media en 1:30.18, contándonos que "estuvo bien en toda la prueba pero que a partir del km35 es donde empieza la verdadera carrera, pasando dolores" seguramente por el agotamiento.

También se disputaron el Medio Maratón y los 10km. En esta última competición estuvieron **Borja García** y **Hugo Tejeda**, los cuales realizaron unas magníficas Marcas Personales, realizando un tiempo de 33:29 y 36:10 respectivamente, quedando Borja, con un ritmo constante durante toda la carrera, en la 14ª posición y Hugo el 43º, yendo de menos a más.

Por otro lado, tuvo lugar en Tres Cantos una Reunión en Pista al Aire Libre organizada por la Federación de Atletismo Madrileña, en la cual, otro de nuestros nuevos Atletas para la Temporada estuvo disputando su primera competición en pista, en una prueba tan exigente como es el 1500ml, el Junior **Manuel Otero**. Esa falta de competición en Pista le influyó un poco en la salida, quedándose cerrado, para finalizar con un registro de 4:40.94, quedando en 4ª posición, teniendo que correr prácticamente solo en las últimas vueltas.

MARATON Y 10KM: 🏆 📷

REUNION TRES CANTOS: 🏆 📷



• EL CLUB EN LA II VUELTA PEDESTRE DE SALAMANCA.

Mañana algo lluviosa el domingo 30 de noviembre en la Capital de Salamanca, donde estuvieron las Categorías Menores del Club, pertenecientes también a la Escuela Municipal de Atletismo del Ayuntamiento de Peñaranda, y el grueso de los Atletas Sénior-Veteranos, para disputar la II edición de la Vuelta Peditre a Salamanca, en la que no faltó el buen ambiente entre participantes y público congregado en la Gran Vía y por todo el recorrido. Carrera rapidísima donde se juntan muy buenos Atletas y corredores, dando espectáculo para los espectadores.

El ganador de la prueba fue Francisco J. Alves con un tiempo de 15:02, por delante de Saúl Ordoñez y Antonio Cuadrado.

Entre nuestros Atletas, destacar a la ganadora **Pilar García** en categoría femenina con un tiempo de 17:28 por delante de Marta Romo y Leticia Martín. Llevándose también el premio de la Meta Volante, y con unas buenísimas sensaciones tras sus duros entrenamientos, a pesar de los problemas de resfriados de la época.

También destacar las actuaciones de **Pedro Iván Carmona** que realizó una sensacional Marca Personal de 16:29 quedando 13º en Sénior, **Ángel J. García** con un registro de 16:56, 4º VetA, **Miguel Delgado** también subió al Pódium en 2º lugar Juvenil con un tiempo de 17:55, **Jorge Casas** 6º Junior con 18:59, además todos ellos consiguieron premios en metálico, **José J. Casas** 42º Sénior con 19:16 quedándose a la puerta de los premios, **Mónica Nieto** 2ª en Cadete con 21:59, **Sergio García** 6º en Cadete con 22:56, **Belén Tiedra** a punto de Pódium con 23:57, 4ª VetA, y **Lorena Escribano** con 28:47 la 33ª sénior.

En las categorías menores, nutrida presencia y Premios. Sobre una distancia de 1400m, en Infantil, el ganador de la carrera fue **Jaime García** con un tiempo de 4:42, **Santiago Zaballos** fue 9º, y **Juan P. García** 17º y **Cristian Hernández** 18º. En Alevín Femenino, **Sabrina El Himer** subió al Pódium como 2ª en la categoría, **Julia Blázquez** la 15ª y **Lola Mateos** 23ª. En Alevín masculino **Ángel Zaballos** quedó en 21ª posición. En Benjamín, sobre un circuito de 600m, **María Hernández** terminó 2ª con un tiempo de 2:19, **Manuel Zaballos** el 16º, **Vega Casas** la 10ª, **Rodrigo Sánchez** 32º, **Lucía Díaz** 17ª, **Carla Terradillos** 26ª, **Pablo Encinas** el 40º. En Prebenjamín, **Mario Sánchez** 5º con 2:50, **Marwa El Himer** 3ª con 3:06, **Adrián Díaz** el 16º, **Izan Rodríguez** 18º, **Jonás Rodríguez** 20º y **Yonas Mateos** el 22º.

En total 13 Premios para los Atletas del Club. Además algunos Padres pudieron disfrutar también de la carrera para que les viesen sus hijos, ayudando también en el montaje de la Carpa y con el calentamiento y recogida de los niños@s.



- **NUESTROS ATLETAS EN EL CROSS DE ARANDA DE DUERO.**

Fresca mañana la del sábado día 06 de diciembre, donde Atletas del Club se dirigieron a disputar el XXIX Cross de la Constitución de Aranda de Duero, no sin antes realizar un buen desayuno en grupo, en una cómoda Posada, y estar con fuerzas para competir en el Circuito del Paseo Virgen de las Viñas de la localidad. Un circuito muy llamativo y rápido, dentro de un parque, con muchos giros, una bajada pronunciada y larga, con una subida fuerte, con salida y llegada en el campo de fútbol de tierra, y sobre un terreno que en lugares era compacto y en otros arena suelta.

En Benjamín Femenino, **María Hernández** terminó en 9ª posición. En Alevín Femenino, **Sabrina El Himer** quedó en la posición 27. En Infantil Masculino, **Jaime García** y **Cristian Hernández** obtuvieron la 20 y 67 posición respectivamente. En Cadete Femenino, **Mónica Nieto** entró la 30ª y **Alba de la Iglesia** la 44ª. En Cadete Masculino, **Asier Bueno** el 28ª y **Sergio García** el 55ª. En Juvenil Masculino, **Miguel Delgado** terminó 22º con un tiempo de 18:20 sobre una distancia de 5215m. En Junior Masculino **Jorge Casas** completó el circuito de 6105m en 22:48 quedando en 26ª posición. Misma distancia que realizó **Ángel J. García** en categoría de Veteranos con un registro de 20:19 obteniendo la 8ª posición de la carrera. Ya en la categoría Absoluta Masculina con un circuito de cinco vueltas a completar un total de 9985m estuvieron **Pedro Iván Carmona** concluyendo con un tiempo de 33:14 en la posición 40 y **Pedro J. Pérez** en la posición 52 con un tiempo de 37:35, compitiendo con Atletas como el ganador Samuel Tsegay, Javier Guerra, Pablo Villalobos, Manuel Olmedo, el Salmantino Dani Sanz, Tomás Tajadura, etc.

Un buen ambiente de participación de Atletas y asistencia de público, donde el Club intentará estar la próxima Temporada con un mayor número de Atletas.



- **MARCA PERSONAL PARA IVAN CARMONA EN 3000ml.**

Ayer sábado 13 de diciembre, tuvo lugar en Arganda del Rey (Madrid), un control en Pista al Aire Libre de la Federación de Atletismo de Madrid, en donde nuestro Atleta Canario afincado en Ávila, Iván Carmona, representando a nuestro Club y la Ciudad, realizó su primer contacto con la competición en Pista con un magnífico resultado, realizando una Marca Personal en el 3000ml de 9:35.08. Pasando el primer mil en 3 minutos, influyendo este en su registro final, ya que podría haber sido mejor. Pero con muy buenas sensaciones para seguir metiendo pista de cara al Autonómico de Pista Cubierta.



- **NUMEROSOS PODIUM DE NUESTROS ATLETAS EN LA JAMON VELOZ.**

Hoy domingo 14 de diciembre varios Atletas de las diferentes categorías del Club y pertenecientes a la Escuela Municipal del Ayuntamiento de Peñaranda se fueron a disputar la III Carrera Popular El Jamón Veloz en Guijuelo, mientras otros se repartieron en los Juegos Escolares, en una mañana gris, fresca y lluviosa, pero que no quitó la ilusión de nuestros deportistas por practicar el Atletismo.

Una carrera que comenzó con la Categoría Absoluta, donde se realizó un recorrido de 7km mixto por la localidad y por zonas de caminos totalmente embarrados, y que hacía depurar aún más la técnica de cada uno de los Atletas, haciéndoselo más duro. En categoría femenina **Pilar García** se alzó con la 2ª posición terminando con un tiempo de 24:51, por detrás de Gema Martín y completando el Pódium Marta Romo, un triplete salmantino de lujo para la carrera. En Masculino, **Pedro J. Pérez** completó el circuito en 26:03 quedando en 16ª posición.

Al finalizar la carrera absoluta, comenzaron las de categorías menores. En Benjamín Femenino, sobre un circuito de 600m, tres Atletas subieron al pódium, **María Hernández** 1ª, **Carlota Martín** 2ª y **Vega Casas** 3ª, completando el equipo **Carla Terradillos** en 6ª posición y **Marwa El Himer** 9ª. En Benjamín Masculino **Manuel Zaballos** finalizó en 5ª posición. En Alevín Femenino, en un circuito de 900m, **Sabrina El Himer** quedó en 1ª posición, detrás **Julia Blázquez** en 2ª posición y **Lola Mateos** 4ª. En Infantil Masculino, 1,2km de distancia, **Jaime García** ganó la carrera y **Juan P. García** y **Cristián Hernández** terminaron en 7ª y 8ª posición. Y en Cadete, 1,5km, **Mónica Nieto** y **Sergio García** completaron una mañana de premios ganando en su categoría.

9 Pódium en total para estos pequeños y grandes Atletas.



: POR ORYCRONSPORT



• CTO. PROVINCIAL DE DEPORTE EN EDAD DE INVIERNO EN PISTA.

Fría mañana la de ayer día 20 de diciembre, con niebla a lo largo de toda la mañana, en las Pistas de Atletismo del Helmántico, donde se disputó el Campeonato Provincial de Deporte en Edad de Invierno en Pista, en las categorías de Benjamín hasta Cadete, organizado por la Delegación de Atletismo de Salamanca, realizándose en total 22 pruebas convocadas de saltos, lanzamientos, velocidad, fondo y marcha.

Los Atletas del Club que participaron, pertenecientes también a la Escuela Municipal de Atletismo, derrocharon ganas y esfuerzo pese al mal tiempo en las diferentes pruebas que disputaron. En categoría Benjamín Femenino **María Hernández** 1ª en 50ml y 2ª en Salto de Longitud, **Vega Casas** 13ª en 50ml y 8ª en Longitud, **Carlota Martín** 16ª en 50ml y 22ª en Longitud, **Lucía Díaz** 21ª en 50ml y 24ª en Longitud. En Benjamín Masculino, **Manuel Cruz** 9º en 50ml y 9º en Longitud, **Manuel Zaballos** 18º en 50ml y 5º en Longitud, **Pablo Encinas** 28º en 50ml 24º en Longitud. En Alevín Femenina, **Sabrina El Himer** 8ª en 500ml y 5ª en Peso, **Julia Blázquez** 23ª en 500ml y 1ª en Peso, **Lola Mateos** 6ª en Peso y 24ª en 60ml. En Infantil Masculino, **Jaime García** 2º en 60ml y 1º en 1000ml, **Pedro González** 3º en 60ml y 5º en 1000ml, **Santiago Zaballos** 11º en 50ml y 15º en 1000ml, **Juan P. García** 19º en 60ml y 19º en 1000ml, **Cristian Hernández** 22º en 60ml y 23º en 1000ml. En Cadete Femenina, **Ana García** 6ª en 300ml y 2ª en Longitud, **Mónica Nieto** 7ª en 300ml y 4ª en 1000ml, **Alba de la Iglesia** 14ª en 300ml y 8ª en 1000ml. En Cadete Masculino, **Sergio García** 4º en 300ml y 1º en Longitud, **Asier Bueno** 5º en 300ml y 4º en 1000ml.

En total 20 representantes, los cuales consiguieron 8 pódium, tres cuartos puestos a las puertas de las medallas y cinco quintos puestos.



//



: POR DELEGACION ATLETISMO.

Destacar también la actuación de **Miguel Delgado** en el I Control Absoluto y de Categorías Menores disputado en Valladolid el mismo sábado por la tarde en las Pistas de Río Esgueva, donde realizó una marca de 2:04.59 en su primer contacto con la Pista en el 800ml, en una carrera en la que tuvo que correr solo en cabeza por el infortunio de caer en la serie más lenta.



- **OLIMPIADAS NAVIDEÑAS 2014.**

Diversión y buen ambiente dentro de la Programación Navideña que ha organizado el Servicio Municipal de Deportes del Ayuntamiento de Peñaranda de Bracamonte. Hoy viernes día 26 de diciembre, con la colaboración del Club de Atletismo Ciudad de Peñaranda, se celebraron LAS OLIMPIADAS NAVIDEÑAS en el Pabellón Miguel A. Jiménez Barcala. Donde han participado un total de 26 niñ@s nacidos entre los años 2002 y 2010.

Repartidos por edades, en cuatro grupos, se han realizado primeramente 4 postas de ejercicios, rotando entre los diferentes grupos. Carrera de fondo con juegos de calentamiento, otra de salto de Longitud, ejercicios de Propiocepción y equilibrio, y Arrastre de colchonetas trabajando la fuerza. Y después del descanso, se realizaron otras 4 postas de diferentes ejercicios como Velocidad, Salto de altura, Lanzamientos y la última con diversos Juegos.

Una mañana fría pero divertida para los niños y niñas que se acercaron al Pabellón, atentos a las indicaciones de los voluntarios del Club, y ambientada con música, finalizando con una foto de grupo, y para cada participante una botella de agua por cortesía del Ayuntamiento y un Cromo dedicado por la Atleta Peñarandina Pilar García en la participación del Campeonato de España Absoluto al Aire Libre de la Temporada 2012-13, en el cual disputó la Final de los 1500ml quedando en 11ª posición con un tiempo de 4:39.17.

Agradecer la asistencia a todos, y por el trabajo de los Monitores.



[PROGRAMACION NAVIDEÑA](#)



• **SAN SILVESTRE SALMANTINA 2014.**

Hoy domingo 28 de diciembre, con un molesto viento, se ha disputado la XXXI edición de la San Silvestre Salmantina, congregando a numerosos Atletas y Corredores Populares en una carrera con un seguimiento mediático muy grande tanto en la provincia como fuera de ella, por el nivel que existe en la competición, por la diversión de correr por la Ciudad y por el público que anima a lo largo de todo el recorrido, sobre todo a sus Atletas de la provincia.

El Pódium de la General Masculina se lo disputaron Alberto Sánchez (1º) con un tiempo de 29:30, Antonio Núñez (2º) y el salmantino Rafa Iglesias (3º). Dentro del Pódium de la General Femenina nuestra Atleta **Pilar García** (2ª) estuvo a escasos 9 segundos de ser la vencedora, pero Raquel Gómez (1ª) se impuso con un tiempo de 34:28, y la tercera fue otra salmantina, Marta Romo.

Pilar, con un tiempo de 34:37, acabó muy fuerte en la recta final, pesándola el no haber seguido a Raquel cuando cambió de ritmo, intentando controlar un poco más a las demás Atletas que iban en el grupo. Pero con muy buenas sensaciones de cara seguramente para la San Silvestre Vallecana o la San Silvestre Arevalense.

Otros Atletas del Club que disputaron la carrera fueron **Ángel J. García** 15º VetA con un tiempo de 34:36, **José L. Hernández** 18º VetB con un registro de 35:40, **Belén Tiedra** 27ª VetA con un tiempo de 51:17, y **Víctor Sánchez**. También en las Categorías Menores estuvieron **Izan Rodríguez** y **Mónica Nieto**.

Como otros muchos Peñarandinos que se acercaron al evento como Alejandra Redondo, Iván González, Juan González, Iván Mangado, Álvaro Bernal, Manuel Sánchez, Rubén Campo, César Corral, Santiago González, Roberto Pérez, José A. Rodríguez, Oscar Roderó, Roberto Macías, Fco. Javier Casas, José Mª Pérez, Luís M. Romero, José Mª Manzano, Juan Fco. Pérez, Pedro Sánchez, Mª Jesús Esteban, Fernando Torres, Francisco Sánchez, Oscar Molina, Juan G. Clavo, Pedro Bernal, Jesús Bernal, José L. Sánchez, Félix Carabias, Mª. Nieves Hernández, Juan F. Mesonero, Patricia Aguado, Manuel Hoya, José M. González, Manuel Hernández, Rocío del Pozo, David Sánchez y Esther Hernández.

Enhorabuena a todos !!!!!!!!!!!!! Esperando no haber dejado a ninguno por el camino.



ENERO 2015

- SAN SILVESTRE DE LOS LLANOS DE ARIDANE 2014.

El pasado domingo 28 de diciembre, nuestro Atleta canario afincado en Ávila **Iván Carmona**, disputó la VIII San Silvestre de Los Llanos de Aridane, municipio de la Isla de La Palma en las Islas Canarias, de donde es y en la que estuvo pasando las Navidades con su familia. Carrera con un fin solidario recaudando más de 500 kilos de alimentos para el Banco de Alimentos del Municipio, con 800 participantes.

Iván logró ser 8º de la General en un recorrido de 5km con un tiempo de 16:45.



- **SAN SILVESTRE CONEJERA 2014.**

Recién llegado de la Península de disfrutar en familia las Navidades, nuestro Atleta **Víctor Sánchez** no se lo pensó y disputó la XV San Silvestre Conejera en la localidad de Puerto del Carmen en Lanzarote, batiéndose el récord de participantes. Y la inscripción podía realizarse en metálico o donando un juguete o un lote de material escolar repartiéndose entre las ONG's del municipio de Tías. Un recorrido de 5km con una temperatura muy agradable.

Al final Víctor realizó una magnífica carrera quedando 8º en la General con un registro de 17:30.



- **SAN SILVESTRE AREVALENSE 2014.**

Ayer miércoles 31 por la tarde se disputó la VIII San Silvestre Arevalense Memorial Noemí Sánchez Díaz, organizada por el Ayuntamiento de la localidad donde una buena representación de los Atletas del Club, residentes en Arévalo y acompañándoles los de nuestra Ciudad estuvieron presentes para finalizar el año con lo que más les gusta, el Atletismo. Grupo que el próximo día 18 de enero participará en el Cto. Autonómico de Cross Corto que se disputará en Salamanca.

Carrera participativa, nocturna, con un recorrido muy favorable, totalmente llano y muy rápido de 5km que discurría por las calles de Arévalo con salida y llegada en la Plaza Real, y donde consiguieron varios pódium. En Categoría Junior **Manuel Otero** y el Juvenil **Miguel Delgado** se subieron a la 2ª y 3ª posición respectivamente. En categoría de Veteranos M35, **Ángel J. García** quedó en 1ª posición y **Alfredo González** en 2ª posición. Y en locales, **Borja García** en 1ª posición, quedando también cerca de las posiciones del grupo de la carrera y **Hugo Tejeda** en 3ª posición. Numerosos premios para estos Atletas en material deportivo y viandas, y numerosos sorteos también por parte de la organización.



- **PILAR GARCIA VUELVE A GANAR LA SAN SILVESTRE POPULAR VALLECANA.**

También ayer miércoles 31 se disputó la famosa San Silvestre Vallecana, y por su puesto nuestra Atleta **Pilar García** no quería perderselo e intentar revalidar el título conseguido la pasada edición del 2013. Y vaya que lo realizó, Ganó de nuevo la San Silvestre Popular con Marca Personal de 34:36. Saliendo rápido y en primera posición, y después fueron en grupo con ella dos mujeres más hasta el km 5, donde realizó un cambio de ritmo y se escapó sola hasta el final de la carrera. Muy buenas sensaciones y un final de año magnífico, con sus propios entrenamientos y con el 2015 por delante para conseguir más triunfos y estar en los Campeonatos de España Absolutos de Pista Cubierta y Aire Libre.

ENHORABUENA PILAR!!!!!!!!!!!!!!!



. [MANERAS DE VIVIR...ATLETISMO...RUNNING](#) por Pilar García.



: SALAMANCA24HORAS.



: TRIBUNA SALAMANCA.



: LA GACETA DE SALAMANCA



: Recortes de Prensa.



- **CROSS DE REYES EN TORDESILLAS Y CARRERA DEL ROSCON.**

Domingo el de ayer con dos competiciones para los Atletas del Club, en un día soleado y muy apetecible para correr. La primera se disputó en Tordesillas, el XV Cross Popular de Reyes, donde estuvieron tres Arevalenses representando al C.A. Ciudad de Peñaranda, donde en un circuito de 9,2km aprox. y no muy embarrado, **Borja García**, ya casi recuperado de una enfermedad, terminó 4º Sénior, **Hugo Tejada** finalizó en 10º lugar y **Alfredo González** 14º VetA, con muy buenas sensaciones de cara al Autonómico de Cross Corto Individual y por Clubes en categoría Absoluta y Veterano que se disputará en Salamanca el próximo 18 de enero.

Por otro lado también tuvo lugar la III Carrera del Roscón en la vecina localidad de Paradinas de San Juan, donde se acercaron Atletas de las Categorías Menores del Club y pertenecientes también a la Escuela Municipal del Ayuntamiento de Peñaranda, donde disputaron diferentes distancias sobre un recorrido urbano. **Mónica Nieto** finalizó 1ª en la categoría Infantil A femenina, **Cristian Hernández** fue 9º en Infantil B, e **Izan Rodríguez** y **Jonás Rodríguez** terminaron en 20º y 27º puesto respectivamente. Y ya en Absoluto, **Jesús Redondo**, concluyó su participación en el puesto 14º VetB, en un recorrido de 10km mixto de asfalto y caminos, el cual fue ganado por Roberto Bueno e Isabel Almaraz. En Juvenil destacar la actuación de la Peñarandina Marta Pescador (2ª).

Cross Reyes de Tordesillas: 🏆 📷

Carrera del Roscón: 🏆 📷 : Fotos de la Delegación de Atletismo.



- **CTO. PROV. DE INVIERNO EN PISTA Y INTERCOMUNIDADES SUB'19.**

Esta misma mañana de 10 de enero, se ha disputado en las Pistas de Atletismo del Helmántico en Salamanca, en Campeonato Provincial de Invierno en Pista y II Control Absoluto al Aire Libre, organizado por la Delegación de Atletismo de Salamanca, en la que se ha creado un buen ambiente de Atletas, sobretodo salmantinos o que tienen Licencia por Salamanca y que están en Clubes de la Provincia. Un día que no acompañaba en las primeras horas, por el frío y la intensa helada que ha caído en la pista, pero que según iba pasando el tiempo, la salida del sol ha caldeado más el ambiente en las últimas pruebas de la mañana.

Nuestro Club ha estado presente con 8 Atletas, dos de ellos en categorías menores, disputando el 600ml Cadete, **Mónica Nieto** 1:56.23 (6ª), y **Asier Bueno** con 1:42.65 (5º). Comenzaba la mañana fría y sin casi sol, **Pilar García** que disputó el 3000ml con un tiempo de 10:13.21, se proclamó Campeona Provincial de la distancia. Después pasó el turno al 3000ml Masculino donde **Ángel J. García** realizó Mejor Marca Personal con un registro de 9:36.97, **Iván Carmona** terminó con un tiempo de 9:48.02, y **José L. Hernández** y **Pedro J. Pérez** obtuvieron un crono de 10:22.85 y 10:40.09 (MMP) respectivamente. También estuvo **Manuel Otero** en el 1500ml obteniendo Mejor Marca Personal de 4:43.61 (4º).

Por otro lado se ha disputado también el Encuentro Intercomunidades Sub'19 en Pista Cubierta, en el que nuestro Atleta **Miguel Delgado** fue seleccionado por Castilla y León para disputar el 400ml y el 4x200ml. Competición que ha tenido lugar en el Palacio Municipal de los Deportes de San Sebastián (Velódromo de Anoeta). Y donde ha realizado la Mejor Marca de las dos series con un tiempo de 50.63, siendo su Mejor Marca de la Temporada e igualando su Marca Personal en Pista Cubierta, y dando 12 puntos a la Selección de Castilla y León para la clasificación.

CTO. PROVINCIAL DE INVIERNO: 🏆 📷 . Fotos por la Delegación Atletismo: 📷

ENCUENTRO INTERCOMUNIDADES: 🏆 📷



- **CTO. AUT. CROSS CORTO, CTO. PROV. ABSOLUTO Y DEPORTE EN EDAD Y JEE.**

Intensa mañana ayer domingo día 18 de diciembre en Salamanca, y no por los malos presagios sobre las predicciones meteorológicas de nieve, lluvia y frío que haría durante toda la mañana, sino por la variedad de competiciones de Campo a Través que hubo en la capital. Comenzando en primer lugar con el cuarto Cross de la Liga de Cabrerizos con un recorrido de más de 11km.

Y sobre todo, a lo largo de la mañana, todas las competiciones que se disputaron en el paraje del Prado Panaderos al lado de las Pistas de Atletismo del Helmántico organizadas conjuntamente por el Ayuntamiento de Salamanca, la Diputación de Salamanca, y la Delegación de Atletismo de Salamanca con la colaboración de la Junta de Castilla y León.

En primer lugar, desde las 11:00 de la mañana se comenzaba a disputar la tercera jornada de Campo a Través Escolar y que conjuntamente serviría para el Campeonato Provincial de Deporte en Edad de Campo a Través, donde varios de nuestros Atletas del Club y de la Escuela Municipal del Ayuntamiento de Peñaranda estuvieron compitiendo en sus diferentes carreras. En categoría Benjamín Femenina estuvieron **Carlota Martín** y **Lucía Díaz**, en Benjamín Masculino **Manuel Zaballos**, en Alevín Femenina **Sabrina El Himer**, **Julia Blázquez** y **Lola Mateos**, en Infantil Masculina **Juan P. García**, **Santiago Zaballos**, **Cristian Hernández** y **Pedro González**, en Cadete Femenina **Mónica Nieto** finalizando en 3ª posición y **Alba de la Iglesia**, y en Cadete Masculino **Asier Bueno**.

Y en segundo lugar, a partir de la 13:00 horas, comenzaron a disputarse las diferentes competiciones en categorías Absoluta y Veterana. Comenzando por el Campeonato Provincial de Veteranos Individual y por Clubes, y el Campeonato Provincial Absoluto de Campo a Través, en una distancia de 8000m en la cual venció el Macoterano Roberto Bueno, y con clasificaciones en los diferentes grupos de edad.

Después comenzaron las Mujeres, disputando el Cto. de Cross Corto Individual y por Clubes, el Cto. Aut. de Veteranas y el Cto. Provincial Juvenil, Junior y Absoluto en una distancia de 4000m donde la vencedora fue Marta Zaira, realizándose también las diferentes clasificaciones por grupos de edad. En el provincial las ganadoras fueron Ana Pérez (Juvenil), Sonia Martínez (Junior) y Laura Fontanillo (Absoluta).

Y para finalizar se disputaron el Cto. Aut. de Cross Corto Individual y por Clubes, y Provincial Juvenil y Junior sobre una distancia de 4000m. Y donde el Equipo de Sénior-Veteranos del Club estuvo a la altura para poder quedar entre los 10 primeros equipos de Castilla y León, terminando en 9º puesto (2º Equipo de la provincia) en su primer Cto. Aut. por equipos que han podido disputar en las cinco Temporadas de vida del Club, y que es de agradecer a sus participantes: **Borja García**, **Iván Carmona**, **Ángel J. García**, **Alfredo Herrero**, **Pedro J. Pérez** y **Juan Fco. Medina**, el llevar el nombre del Club y de la Ciudad a un nivel un poco más alto. Y por supuesto destacar la actuación del Junior **Manuel Otero** que se quedó a las puertas de conseguir medalla en el Provincial quedando finalmente en 4ª posición.

CTO. AUT. CROSS CORTO: 🏆 // CTO. PROVINCIAL CAMPO A TRAVES: 🏆
 CTO. PROVINCIAL DE DEPORTE EN EDAD DE CAMPO A TRAVES: 🏆 // JUEGOS ESCOLARES: 🏆
 FOTOS COMPETICIONES: 📷 // PRENSA: 📰



- **CTO. AUT. INVIERNO ABSOLUTO Y CATEGORIAS MENORES DE PISTA CUBIERTA EN PRUEBAS DE ANILLO AL AIRE LIBRE.**

Esta misma mañana de 24 de Enero se ha disputado en las Pistas de Atletismo Río Esgueva de Valladolid, el Campeonato Autonómico Absoluto y de Categorías Menores de Pista Cubierta, aunque las pruebas de anillo son al Aire Libre, por la falta de una Pista Cubierta en la Comunidad, esperando sea breve, ya que Salamanca va a disponer de una.

El Club estuvo presente con 10 Atletas de las Categorías Infantil, Cadete, Juvenil, Junior y Absoluto. Intentando realizar sus Mejores Marcas Personales y Marcas Mínimas para disputar los diferentes Campeonatos de España de Pista Cubierta. Consiguiendo dos de ellos ser Campeones Autonómicos, otro Subcampeón, y 7 Marcas Personales en un día frío pero con un sol que se agradecía y sin nada de viento.

En categorías menores del Club y Escuela Municipal, el Infantil **Jaime García** concluyó su participación como Subcampeón de 500ml con un tiempo de 1:20.78. En Cadete Femenino, **Ana García** en 300ml con un registro de 48.50 y **Mónica Nieto** (8ª) en 600ml 1:54.92 obtuvieron su MMP. En Cadete Masculino, **Asier Bueno** finalizó el 600ml (10º) en 1:39.88 también MMP y **Sergio García** en 300ml (11º) con 44.33.

Destacar la actuación de la Peñarandina Alejandra Redondo en 1000ml Cadete que se proclamó Subcampeona con un tiempo de 3:08.45.

En Juvenil, **Miguel Delgado** se proclamó CAMPEON Autonómico de la categoría en 400ml con su MMP de 49.77 y quedando 4º en Absoluto. En Júnior, **Manuel Otero** (10º) bajó su MMP en 8 segundos realizando 4:32.89 en el 1500ml quedando en 4ª posición de su categoría.

Ya en Absoluto, **Ángel J. García** (8º) y **Pedro J. Pérez** (12º) disputaron el 1500ml realizando 4:27.68 y 4:44.07 (MMP) respectivamente. Y comenzando la mañana con el frío, **Pilar García** se proclamó CAMPEONA Absoluta del 3000ml con su MMP de 10:02.46, realizando una carrera en solitario he intentado realizar la mínima para competir en el Cto. de España de Pista Cubierta.



- **VICTOR SANCHEZ EN LA DISA GRAN CANARIA MARATON 2015.**

El pasado 25 de enero se disputó en Las Palmas de Gran Canaria la VI Edición de la Disa Gran Canaria Maratón 2015, organizada por la Consejería de Deportes del Cabildo de Gran Canaria, el Maratón de los récords tanto por los vencedores como por los organizativos y los inscritos, un espectáculo donde se puede correr muy rápido, pero donde las curvas, y este año el viento que hacía, dificultaban el recorrido..

Y por supuesto, allí estaba nuestro Atleta **Víctor Sánchez**, que habiéndose preparado para un Maratón que se disputaría antes de Navidades, y que tuvo que ser suspendido por el temporal, ha optado por alargar sus entrenamientos guiados por Pilar García y competir en esta Maratón, al lado de casa, donde se trabaja mejor dicho, obteniendo un magnífico resultado, realizando su Mejor Marca Personal con 2 horas 51 minutos y 40 segundos, y finalizando en la posición 35 de la carrera Absoluta. Su primera Maratón que no olvidará.

CRONICA DE VICTOR



FEBRERO 2015

- CTO. AUTONOMICO DE CAMPO A TRAVES EN VALLADOLID.

Ayer domingo día 08 de febrero se disputó en el Circuito de la Cañada Real de Valladolid el XXIX Campeonato de Castilla y León de Campo a Través en todas las Categorías, sobre un terreno de hierba, sin barro y blando, pero con sus complicaciones de inestabilidad y pequeños montículos que hacían sufrir a los corredores. Además del intenso frío y el viento que se alargó durante toda la mañana.

Nuestro Club de Atletismo con 31 Atletas representándonos a nosotros, a la Escuela Municipal y a la Ciudad, demostraron su valentía a la hora de competir en este Cross tan duro. En cadete femenino estuvieron **Mónica Nieto** (18) y **Alba de la Iglesia** (66). En cadete masculino **Asier Bueno** (37) y **Sergio García** (74). En benjamín femenino **María Hernández** (30), **Carla Terradillos** (104), **Lucía Díaz** y **Vega Casas**. En benjamín masculino **Manuel Cruz** (57), **Manuel Zaballos** (59) y **Pablo Encinas**. En alevín femenino **Sabrina El Himer** (67), **Julia Blázquez** (82) y **Lola Mateos** (121). En infantil masculino **Jaime García** (27), **Pedro González** (88), **Santiago Zaballos** (91), **Cristian Hernández** (98) y **Juan Pablo García** (103). En prebenjamín masculino **Jonás Rodríguez** (25), **Yonas Mateos** (26), **Adrián Díaz** (29) e **Izan Rodríguez** (30). En junior **Manuel Otero** (27). También la Peñarandina Marta Pescador se proclamó Campeona Autonómica en Juvenil.

El Equipo Absoluto de Sénior-Veteranos obtuvo un gran noveno puesto, repitiendo la posición del Cross Corto, como Tercer Club de la provincia detrás de Atletismo Macotera (3) y Atlético Salamanca (8). Sus componentes fueron **Borja Yáñez** (37), **José L. Hernández** (64), **Ángel J. García** (65), **Hugo Tejeda** (71), **Iván Carmona** (75), **Paco Medina** (76), y **Pedro J. Pérez**.

Agradecer a los padres y madres la ayuda desinteresada que realizan cada vez que el Club sale con todos los Atletas de las Categorías Menores.

Y también, ese mismo día, qué decir de la Marca Personal y Mínima para el Cto. de España Absoluto de Pista Cubierta que se disputará en Antequera el próximo 21 y 22 de febrero, de nuestra Atleta **Pilar García**, con un sensacional crono de 9:42.10, terminando en tercera posición en el Control de la Federación Española de Atletismo de Medio Fondo y Fondo en Valencia.

CTO. AUT. CAMPO A TRAVES: 🏆 📷 // CONTROL MEDIO FONDO Y FONDO: 🏆



- **INTERCOMUNIDADES, CINCO LEGUAS Y CTO. ASTURIAS.**

Intenso este fin de semana del 14 y 15 de febrero para varios de nuestros Atletas en competiciones Federadas y Populares.

Comenzando con nuestro Atleta **Miguel Delgado**, que estuvo disputando en la Pista Cubierta de Zaragoza, el IV Encuentro Intercomunidades Juvenil, en el cual fue seleccionado por la Federación de Castilla y León para disputar los 400ml, donde no defraudó, consiguiendo la victoria con un registro de 50.74, logrando 12 puntos y proclamándose Vencedor con la Selección de Castilla y León. Atleta que esta Temporada aspira seriamente a las Medallas en el Cto. de España Juvenil en Pista Cubierta que se disputará en San Sebastián el 14-15 de marzo.



Destacar la actuación del Veterano M35 **Ángel J. García**, que se fue hasta Oviedo, para la preparación en las pruebas de 800ml y 1500ml, de cara al Cto. de España de Veteranos en Pista Cubierta que disputará en San Sebastián el próximo 7-8 de marzo. En la primera jornada del sábado, en la Pista Cubierta de Oviedo, donde se disputaba el Cto. de Asturias Juvenil, Junior y Veterano. Compitió por la tarde en el 800ml terminando con un registro de 2:09.66, no obteniendo buenas sensaciones, ya que ese ritmo tan alto está por entrenar. Y en la jornada del domingo por la mañana disputó el 1500ml, donde realizó Mejor Marca Personal con 4:22.58, y en este caso las sensaciones eran muy buenas. Según Pilar García su Entrenadora, para bajar de 4:20.



Y en la primera competición del XX Circuito de las Cinco Leguas Mayte Martínez, en la provincia de Valladolid, ha sido un éxito para varios Atletas de nuestro Club que la disputarán a lo largo de los próximos meses, ya que **Borja García** consiguió ganar la carrera con un magnífico tiempo de 12:59, **Hugo Tejeda** terminó 6º sénior con 18:42 y **Manuel Otero** 3º en junior con un registro de 19:03. Circuito en el cual los continuos giros por las calles de la localidad de La Parrilla y el viento, hicieron más dura la carrera, donde se compitió a un ritmo muy fuerte en las primeras posiciones.



: valladoliddeporte.es //



- **PILAR GARCIA 11ª EN EL CTO. ESPAÑA ABSOLUTO PC. TAMBIEN CTO. AUT. PC BENJAMÍN Y ALEVIN, Y LEGUA MACOTERANA.**

Intenso este fin de semana 21 y 22 de febrero, disputándose en la localidad malagueña de Antequera el 51º Campeonato de España Absoluto en Pista Cubierta, reuniendo a los mejores 600 Atletas españoles de las diferentes modalidades dentro del Atletismo, y donde nuestra Atleta **Pilar García** representó al Club y a la Ciudad, en el 3000ml, corriendo muy valiente para estar en el grupo de cabeza a un ritmo muy alto, pasando el primer km a 3:08, pero que ese ritmo pasaría facturas a las Atletas Pilar García finalizó en una fantástica 11ª posición, con un tiempo de 9:53.36, en una prueba para ella que le ha permitido estar de nuevo en lo más alto del panorama Nacional.



Esa misma mañana del sábado 21 de febrero se disputó también en las instalaciones del módulo cubierto Río Esgueva de Valladolid el Campeonato Autonómico Benjamín y Alevín, donde 7 de nuestros Atletas más pequeños del **Club y Escuela Municipal del Ayuntamiento**, compitieron en las modalidades de Velocidad, Salto de Longitud, Peso y Jabalina Vortex. **Sabrina El Himer** se clasificó para la final de 60ml con un tiempo de 9.60 concluyendo posteriormente 6ª en la Final B con 9.70, disputando también Longitud con un salto de 2.67m. **Julia Blázquez** en 60ml con 10.24, 2ª de su serie y en Peso con 4.68m, y **Lola Mateos** en 60ml realizó 10.88 y en Peso lanzó 3.58. **Manuel Zaballos** 6º de su serie en 50ml con 9.41 y en Longitud con un salto de 2.15m. **María Hernández** se clasificó para la final de 50ml siendo 2ª de su serie con un registro de 8.55, concluyendo en la Final A 8ª con 8.72 y en Longitud con 2.61m. En 50ml en Prebenjamín, **Mario Sánchez** con 10.26 y **Yonas Mateos** con 12.15 y en Jabalina Vortex Mario lanzó 7.20m y Yonas 6.80m, quedando 8º y 9º respectivamente.



Ya el domingo por la mañana, con un sol radiante aunque con algo de fresquito todavía a las 12 de la mañana, tuvo lugar la II Legua Villa Macoterana, en la que estuvieron **Belén Tiedra, Pedro J. Pérez y Ángel J. García**, disfrutando de una rápida carrera, con una primera parte urbana de 1km y después con ligera bajada hasta el km3 por caminos y el poco aire en contra. A continuación se realiza una fuerte subida para acabar llaneando hasta la Villa de nuevo y con el aire a favor. Belén concluyó en 6ª posición de la categoría Veteranas A, Pedro terminó en 11º de la categoría Sénior y Ángel subió al podio siendo 3º en Veteranos A. Los tres con muy buenas sensaciones de cara a las próximas competiciones, y viéndose así los resultados de los entrenamientos que les realiza Pilar García. Además de numerosos Peñarandinos que se acercaron para realizar esta prueba.



// Por la Delegación:  // [Video Salida](#) //



- **IVAN CARMONA 2º PUESTO EN EL I CROSS DE MONTAÑA ALDEA DEL REY NIÑO.**

El pasado día 22 de febrero también se disputó en la localidad de Aldea del Niño Rey, su I Cross de Montaña. Organizado por la Asociación de Vecinos de Aldea del Niño Rey, con la colaboración del Ayuntamiento de Ávila y la Peña San Gregorio, sobre un circuito de 8km por los caminos del municipio y con un terreno embarrado que hizo que la prueba fuese más dura todavía. Nuestro Atleta Canario afincado en Ávila Pedro Iván Carmona se acercó a disputarla, realizando una magnífica 2ª posición y demostrando su buena forma física.



MARZO 2015

- MEDIO MARATON CIUDAD DE SALAMANCA Y UNIVERSITARIO DE CAMPO A TRAVES.

Ayer domingo 01 de marzo se disputó el IV Medio Maratón Ciudad de Salamanca, una cita muy importante para los Atletas de la provincia y con gran acogida por parte del público y de los Atletas de fuera de la provincia que se acercaron a disputarla. Una mañana con buena temperatura pero con un viento molesto, que con el duro recorrido de esta prueba, se hizo más difícil para todos los Atletas, donde nuestro Padrino Rafael Iglesias obtuvo su tercera Media consecutiva venciendo con un tiempo de 1:06.45. Y donde nuestro Atleta José L. Hernández estuvo cerca de su Mejor Marca Personal terminando la prueba con un tiempo de 1:18.27, siendo 5º en categoría VetB.



El día anterior, sábado 28 de febrero, tuvo lugar en la localidad de Carrión de Los Condes, el Cto. Regional de Campo a Través Universitario, donde nuestro Atleta Borja García estuvo disputándolo con la Universidad de Valladolid y consiguiendo una magnífica 2ª posición con un tiempo de 33 minutos.



- **SUBVENCION DEL AYUNTAMIENTO AL CLUB POR LA TEMPORADA 2013-14.**

El Ayuntamiento de Peñaranda de Bracamonte ha concedido la subvención de la pasada Temporada 2013-14 al **Club de Atletismo "CIUDAD DE PEÑARANDA"**, que se recoge en el Convenio de Colaboración firmado por ambas partes, en el cual el Ayuntamiento promueve toda clase de actividades y prestación de servicios públicos que contribuyan a satisfacer las necesidades y aspiraciones en materia deportivas y tiempo libre, y el Club fomenta y divulga el ejercicio físico y del deporte en general, desarrollando actividades físico-deportivas, culturales y lúdicas, formando deportivamente en la etapa de iniciación y perfeccionamiento de sus Atletas. Promocionando así, el deporte base en la localidad y comarca, desde la perspectiva educativa, deportiva y de espectáculo del ATLETISMO.

La subvención otorgada obliga a tener establecido el domicilio social en la Ciudad y estar inscritos en el Registro de Entidades Deportivas de la Junta de Castilla y León, y presentar un Proyecto deportivo de Temporada, y sus correspondientes facturas reglamentariamente expedidas al Ayuntamiento sobre los gastos de Licencia Nacional de Club, material deportivo, transportes y listado de participantes en los distintos Campeonatos Autonómicos y Nacionales.

La cantidad total fue de 2000€, de los cuales 1500€ son en forma de Gratificaciones para los Atletas que han participado en Campeonatos Autonómicos y Nacionales con sus correspondientes marcas. 300€ de subvención para el Club y 200€ para la Temporada anterior de la Escuela Municipal de Baloncesto en la que el Club estaba involucrado mediante su sección de baloncesto.

El Club agradece la colaboración del Ayuntamiento, siendo un apoyo fundamental para el Atletismo y para la motivación de todos los Atletas pertenecientes al Club que se esfuerzan cada día en sus entrenamientos y competiciones.



- **FIN DE SEMANA PARA LAS CATEGORIAS MENORES Y ESCUELA MUNICIPAL.**

El pasado día 07 de marzo tuvo lugar en las Pistas de Río Esgueva de Valladolid, el Campeonato Autonómico Infantil-Cadete de Pista Cubierta, y el Control Cadete-Juvenil al Aire Libre, donde el Club estuvo presente con Atletas de estas categorías pertenecientes también a la Escuela Municipal.

Los Atletas que compitieron fueron. Sergio García en 60ml y Longitud (6º), Ana García en 60ml y Longitud, Mónica Nieto en Longitud y 600ml, Jaime García en 60ml, Juan P. García en 60ml, Cristian Hernández en 60ml y Peso, Santiago Zaballos en 60ml y Longitud, Alba de la Iglesia en 600ml, y Miguel Delgado (1º) en 200ml con 22:44.

Cto. Aut. Infantil-Cadete: 🏆 // Control Cadete-Juvenil: 🏆

Al día siguiente 08 de marzo le tocaba el turno a la primera jornada en Pista de los JJEE en las categorías infantil y juvenil de la Escuela Municipal del Ayuntamiento, y donde la participación quedó mermada a causa de las lesiones del día anterior de nuestros Atletas infantiles. **Pedro González** participó en 1000ml quedando en 4ª posición y 1º en Jabalina con un lanzamiento de 25.62m.



- **COMPETICIONES POPULARES DEL FIN DE SEMANA.**

Fin de semana el del día 08 de marzo lleno de Competiciones, y de nuestros Atletas llevando el nombre de la Ciudad por las provincias de Castilla y León.

En primer lugar destacar la actuación de **Pilar García**, que ha sido la vencedora de la I Carrera del Circuito de Carreras Populares del VIII Centenario de la Universidad de Salamanca, disputada en Salamanca en un circuito urbano de 8km. Pilar finalizó con un tiempo de 28:11. Este circuito consta de 4 pruebas que se disputarán en diferentes ciudades de Béjar, Ávila y Zamora.

🏆 // 📷 // 📷 : Por Orycronsport.

En segundo lugar, la actuación de **Borja García** en la II prueba del XX Circuito Las Cinco Leguas Mayte Martínez disputada en la localidad de Alcazarén en Valladolid, sobre un circuito estrecho y con pendientes, en la cual quedó en 2ª posición de la general con un tiempo de 18:02, y la 3ª posición del Junior **Manuel Otero** con un tiempo de 19:58.



Y en tercer lugar, se disputó en la Ciudad de Ávila, el II 10k Memorial Nuria Jiménez, donde **Iván Carmona** terminó en la quinta posición de la general con un tiempo de 35:47, con magníficas sensaciones.



- **CAMPEONATO DE ESPAÑA DE VETERANOS EN PISTA CUBIERTA.**

También a lo largo de todo este fin de semana, entre los días 06, 07 y 08 de marzo se ha estado disputando el XXVI Campeonato de España de Veteranos en Pista Cubierta, en la Ciudad de San Sebastián, donde Atletas de todas las edades a partir de 35 años han disfrutado y disputado sus diferentes pruebas, con un gran ambiente, donde lo más importante es la tenacidad de los deportistas, pese a la edad, de seguir realizando lo que les gusta, y también dar la posibilidad a otros Atletas que no están en la élite, pero que ven recompensado el esfuerzo de sus entrenamientos.

Dos salmantinos estuvieron compitiendo en dos modalidades diferentes, Medio Fondo, donde nuestro Atleta **Ángel J. García** (M35) participó el sábado por la noche en el 800ml disputando la Final A, realizando un tiempo de 2:08.35, Mejor Marca de la Temporada y quedando en 2ª posición y 8º en el cómputo de las dos series disputadas, con muy buenas sensaciones, corriendo con fuerza, pero pecando un poco a la hora de hacer algún cambio y sin poder mejorar su marca. Ya el domingo por la mañana compitió en la Final B de 1500ml con un registro de 4:23.49, quedando en 9ª posición y 13º en el cómputo de las dos series, llegando con poco descanso pero con muchas ganas, y controlando el tiempo en cada vuelta de cara a mejorar su marca, pero por dos veces un atleta le frenó, cambiándole el ritmo continuo que llevaba.

Y Velocidad, Andrés Vaquero (M45) del Embutidos Montemayor, participó en tres pruebas, en 60ml realizó un tiempo de 8.09 quedando en 13ª posición, en 200ml consiguiendo la Medalla de Bronce con un tiempo de 24.97 y en 400ml 4º con un tiempo de 55.48 muy cerca de otra medalla.



- **CTO. PROVINCIAL DE DEPORTE EN EDAD Y MM ZAMORA.**

El sábado 14 por la mañana, tuvo lugar desde las 10:30 horas en las Pistas del Helmántico de Salamanca, el Campeonato Provincial de Deporte en Edad en Pista, con la presencia de varios Atletas de las categorías Menores del Club y Escuela Municipal del Ayuntamiento. En una mañana fresca y soleada, donde los Atletas más jóvenes desde la categoría Benjamín hasta Cadete, disputaron las diferentes pruebas programadas y con la participación de 600 niñ@s.

Nuestros Atletas consiguieron tres Medallas: **Pedro González** Oro en Disco, **Ana García** Oro en 300mv y **María Hernández** Plata en 50ml. **Manuel Zaballos** realizó 50ml quedando en 5ª posición y en Peso 2kg (14), **María Hernández** medalla de Plata en 50ml y en Peso 2kg (11), **Carla Terradillos** en 50ml (14) y en Peso (30), **Carlota Martín** en 50ml (18) y en Peso (33), **Lucía Díaz** en 50ml (18) y en Peso (34), **Sabrina El Himer** 5ª en 500ml, **Alba Elvira** en 500ml (30), **Lola Mateos** en 500ml (35) y en Peso (10), **Pedro González** en Disco 800g medalla de Oro y en 500ml (9), **Cristián Hernández** en 500ml (24) y en Disco (13), **Asier Bueno** en 300ml (8) y en 600ml 4º puesto, **Alba de la Iglesia** en 300ml (9), **Ana García** medalla de Oro en 300mv, **Sergio García** en Jabalina 600g terminó 6º y fue descalificado en 300ml por salida nula.

Destacar la actuación de la Peñarandina Alejandra Redondo que en 1000ml consiguió la mínima para el Cto. de España Cadete con 3:05.4.



// Delegación Atletismo Salamanca:



Y el domingo 15 por la mañana se ha disputado el Medio Maratón Ciudad de Zamora, en el cual han estado dos representantes de las categorías Sénior-Veteranos del Club, con muy buena actuación por su parte, ya que **Belén Tiedra**, siendo su primera Media ha realizado un tiempo de 1:50.26, siendo Marca Personal para ella y quedando 6ª en su categoría. Y Mejor Marca Personal para **Paco Medina** con un registro de 1:21.23, finalizando 16º de su categoría.



// : Paco Medina. // Belén Tiedra:



- **TRIPLETE I CARRERA SOLIDARIA "ENREDATÉ: GOTAS PARA NIGER".**

El sábado 14 de marzo por la tarde, tuvo lugar en la localidad de Arévalo la I Carrera Solidaria "Enrédate: Gotas para Níger" a favor de Unicef y organizada por el Colegio Amor de Dios de Arévalo con la colaboración del Ayuntamiento, en la que nuestros representantes de la localidad y de Ávila estuvieron magníficos en la categoría de Adultos, en una distancia de 4,3km realizando un triplete en el pódium. **Iván Carmona 1º, Alfredo Herrero 2º y Manuel Otero 3º** demuestran que están en buen estado de forma.



- **MIGUEL DELGADO SUBCAMPEON ESPAÑA Y PILAR GARCIA EN EL NACIONAL CT.**

Miguel Delgado ha conseguido ser **Subcampeón de España** en la distancia de 400ml en el XXXVIII Campeonato de España Juvenil en Pista Cubierta, que se disputó en el Palacio Municipal de Deportes Antonio Elorza de San Sebastián, donde iba con la 8ª mejor marca en PC, y con la mejor marca al Aire Libre 49:77. En la primera jornada del sábado por la tarde se realizaron 4 series de las cuales pasaban los primeros de cada serie y los dos mejores tiempos. Miguel fue segundo de su serie con un tiempo de 50.25, siendo la 3ª mejor marca de todas las series y dándole así paso a disputar la Final del domingo por la mañana. En la cual logró una recompensa magnífica a sus duros entrenamientos a las órdenes de Pilar García, su entrenadora, concluyendo su participación como SUBCAMPEON de España y realizando su Mejor Marca Personal de 49.40.



También **Pilar García** fue seleccionada por la Federación de Castilla y León para el XCVII Campeonato de España de Campo a Través Absoluto que se desarrolló en el Parque de Andalucía de Alcobendas (Madrid) sobre un circuito de 8050m, y donde realizó una gran actuación, consiguiendo la **Medalla de Bronce por Equipos** (Jaqueline Martín (6), Nuria Lugueros (13), Gema Martín (17), Jimena Martín (33), Pilar García (39) y Lara Arias (54). Pilar finalizó el recorrido con un tiempo de 30:47, donde los continuos giros y rampas realizaban un desgaste mayor para las corredoras.



- **ENTRENO CON EL SUBCAMPEON DE ESPAÑA JUVENIL DE 400ml.**

El pasado lunes día 16 de marzo, los Atletas más pequeños de la Escuela Municipal y del Club de Atletismo, pudieron disfrutar de sus entrenamientos, realizándolos al lado del **Subcampeón de España Juvenil en 400ml Miguel Delgado**, donde pudieron correr con él y ver la medalla de Plata que consiguió en el Campeonato. Alentándolos éste, a que sigan entrenando con ganas, esfuerzo y sacrificio para poder obtener estos resultados a nivel regional y nacional, con el apoyo de sus familias y de su Entrenadora Pilar García y Monitores del Club.



- **II COMPETICION SOLIDARIA DE ATLETISMO EN SANTA MARTA.**

Ayer sábado día 21 de marzo tuvo lugar en el CEIP Miguel Hernández de la localidad de Santa Marta de Tormes, las II jornadas solidarias de Atletismo organizadas por el Ayuntamiento de la localidad y el Club VelSalamanca Run&Go a favor de la Asociación AVIVA. Invitados estaban todos los niñ@s desde los 5 años hasta sexto de primaria y abierta a todos los públicos, donde se acercaron también deportistas de dicha Asociación, realizándose juegos, pruebas de fondo y marcha atlética por categorías, en un ambiente de diversión magnífico a pesar del frío de la mañana.

Allí estuvieron las categorías menores del Club de Atletismo, pertenecientes también a la Escuela Municipal del Ayuntamiento de Peñaranda disfrutando del deporte que practican y que más le gusta.



- **MARCAS PERSONALES PARA MANUEL OTERO Y IVAN CARMONA.**

El sábado 21 de marzo por la mañana, nuestro Atleta Junior de Arévalo **Manuel Otero**, se acercaba a Madrid, a las Pistas de Moratalaz, donde disputaría un 800ml en Absoluto, obteniendo su Mejor Marca Personal, con un tiempo de 2:11, concluyendo 5º en la Final B. Una magnífica marca en su primer contacto con una distancia exigente.



El mismo día por la tarde, se disputaba la edición XIII de los 10km en ruta Villa de Laredo, en un circuito homologado y llano, organizado por la Asociación Deportiva Amigos del Deporte. Multitudinaria y con un gran nivel de Atletas, donde estuvo disputándola nuestro Atleta Sénior Abulense **Iván Carmona**, en la cual realizó una Mejor Marca Personal de 33:25, con un promedio de 3:20 el km, corriéndola con mucha cabeza fría y unas sensaciones espléndidas.



- **JUEGOS ESCOLARES EN PISTA PARA LOS ATLETAS DE LA ESCUELA MUNICIPAL.**

Ayer domingo 22 de marzo se disputó en la Pista de Atletismo de Palomares en Béjar, la primera jornada de Atletismo en Pista Alevín-Cadete de los Juegos Escolares organizados por la Diputación de Salamanca. Donde, a pesar del frío de la Sierra, los Atletas de la Escuela Municipal de Atletismo, pertenecientes también al Club, estuvieron disputando varias pruebas.

En Alevines participaron **Sabrina El Himer** en 60ml (7ª) y Longitud (14), **Julia Blázquez** en 60ml (17) y en Pelota Lastrada (19) y **Alba Elvira** en 60ml (24) y en Pelota Lastrada (14). En Cadetes compitieron con muy buenos resultados, **Sergio García** en 100ml (6) y en Longitud (1º), **Asier Bueno** en 1000ml (3º) y en Longitud (12), **Ana García** en 100ml (2ª) y en Altura (1ª), **Mónica Nieto** en 1000ml (3ª) y en Altura (5), y **Alba de la Iglesia** en 1000ml (9) y en Peso 3kg (5).



ABRIL 2015

- III CARRERA DEL HORNAZO.

Hoy domingo 12 de marzo se ha disputado la III edición de la "Carrera del Hornazo Ciudad de Peñaranda", organizada por la Concejalía de Deportes del Ayuntamiento de Peñaranda de Bracamonte, con la colaboración de entidades, empresas, clubes, asociaciones y voluntarios, sobre un circuito semi-urbano de 2 vueltas para completar un total de 10km, pasando por lugares emblemáticos de la Ciudad de Peñaranda como el [Museo Convento de las Madres Carmelitas](#), la [Plaza de Toros La Florida](#), el [Conjunto Histórico de las Tres Plazas](#), y la Plaza Nueva .Y donde el pequeño viento se hacía notar en la subida a la Plaza de toros y el Camino de Las Verónicas en una mañana con una temperatura muy buena y un gran ambiente. Enrique Merchán y Pilar García fueron los vencedores.

Por parte de nuestro Club, no pudieron estar más Atletas por coincidir con otras carreras que había cercanas a la Ciudad, pero los que pudieron participar estuvieron en lo más alto de la clasificación. Pilar García 1ª de la General y Peñarandina, Ángel J. García 3º en VetA y 7º de la general, José L. Hernández 4º VetA y 8º de la general, Pedro J. Pérez 9º sénior y 29 de la general, y Jesús Redondo 29 VetB. Además de numerosos Peñarandinos y Atletas de la Comarca y Provincia que no faltaron a la cita.

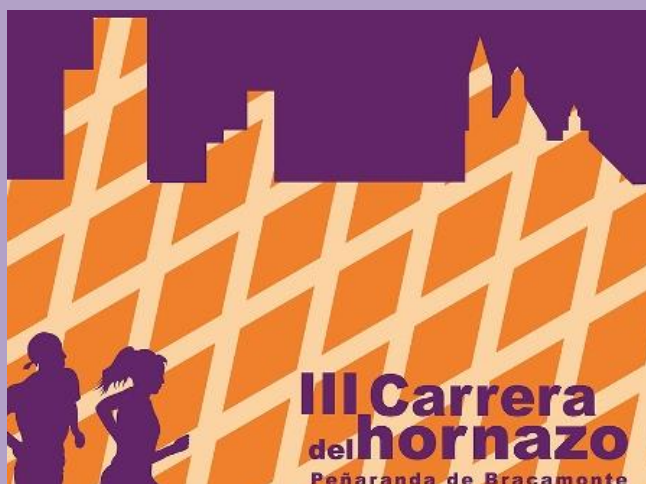
Se dio hornazo para todos los Atletas con pódium y bolsa del corredor con un pequeño Hornazo para disfrutar del [Lunes de Aguas](#).



Por Orycronsport:



Por Acufope:



- **MM SEGOVIA, SOLIDARIA PORQUE VIVEN Y JUEGOS ESCOLARES.**

El domingo día 12 fue intenso en cuanto a carreras y participación de los Absolutos, Veteranos y Categorías Menores de la Escuela Municipal de Atletismo del Ayuntamiento de Peñaranda y Club, repartiéndose por las diferentes zonas de la provincia y de la región.

En la III Carrera Solidaria Porque Viven, que se disputó en la localidad de Arévalo, estuvieron una buena representación de los Atletas del Club, copando las primeras posiciones de la General. **Borja García** se alzó con la victoria, **Alfredo Herrero** terminó en tercera posición, **Hugo Tejeda** en cuarta y **Manuel Otero** completaron la carrera en un magnífico estado de forma.



En el Medio Maratón de Segovia, **Iván Carmona**, realizó una sensacional marca en un duro circuito como son las calles de la ciudad, parando el crono en 1:20.20, terminando en 12ª posición Sénior y 35 de la General.



Y en la 2ª jornada en Pista de los Juegos Escolares de la provincia, en las categorías Infantil-Juvenil, que se disputó en las Pistas del Helmántico en Salamanca, en Infantil **Santiago Zaballos** en 80ml (12) y en Longitud (9), **Juan P. García** en 80ml (22) y en Longitud (11), **Jaime García** en 1000ml (1) y en Longitud (3), **Cristián Hernández** en 1000ml (19) y en Longitud (29), este equipo en el relevos 4x80ml quedó en 5ª posición. En Juvenil **Miguel Delgado** 1º en 100ml.



- **CTO. ESPAÑA 10KM EN RUTA, MM MEDINA DEL CAMPO Y JUEGOS ESCOLARES.**

Fin de semana este del 18 de abril con varias competiciones para Atletas del Club en categoría Veterano y Categorías Menores de la Escuela Municipal de Atletismo y del Club.

Comenzando el sábado por la tarde con el Campeonato de España de 10km en Ruta que se disputó en la ciudad de Albacete, siendo una tarde de calor y con un viento molesto, donde nuestro Atleta **Ángel J. García** estuvo compitiendo en el Cto. de España en la categoría de veteranos M35. No pudiendo conseguir, en un buen circuito, su Mejor Marca Personal, por las molestias abdominales, que sin causa justificada, le están molestando en los km finales de las últimas carreras, realizando en este campeonato un registro de 36:05, y finalizando en la posición 23 de su categoría. Y donde estuvieron otros dos salmantinos, como Antonio Cuadrado que finalizó en 12ª posición Absoluto con un tiempo de 31:42 y Gema Martín que no pudo finalizar la prueba.



En el Medio Maratón de Medina del Campo disputado el domingo 19 de abril, participó nuestro Atleta de Arévalo **Alfredo Herrero**, con un magnífico tiempo de 1:17.36, 5º en la categoría de VeteranoA y 10º de la general.



Y en la 2ª jornada en Pista de los Juegos Escolares de la provincia, los Atletas de la Escuela Municipal y del Club que estuvieron, en las categorías Alevín-Cadete, disputándose en las Pistas del Helmántico en Salamanca, terminando así con todas las jornadas de clasificación, **Lola Mateos** en 60ml (32) y Pelota Lastrada (16), **Alba Elvira** en 60ml (35) y en Longitud (32), **Sabrina El Himer** en 1000ml (1) y Pelota Lastrada (9). En Cadete, **Sergio García** en 100ml (5) y Peso (6), **Asier Bueno** en 1000ml (4) y Peso (5), **Mónica Nieto** en 100ml (3) y en Longitud (8), **Alba de la Iglesia** en 100ml (18) y en Longitud (16), **Ana García** en 100mv (1) y en Longitud (7).



MAYO 2015

• GRAN CARRERA HIJOS, PADRES Y ABUELOS.

Hoy Festividad del 1 de Mayo, y siendo una cita esperada entre los Peñarandinos, para poder disfrutar en familia de las distintas carreras para mayores de 3 años hasta Superveteranos, ha tenido lugar en la Ciudad la edición **XXIII Carrera Popular Peñarandina HIJOS, PADRES Y ABUELOS**. Organizada con esmero y dedicación por la Asociación de Madres y Padres del Colegio Público Severiano Montero y la Diputación de Salamanca, y como colaboradores el Ayuntamiento de Peñaranda, la Delegación de Atletismo, nuestro Club, Grupo Cultural Radio Ayuda, CID, BTT Peñarandina, ACUFOPE y voluntarios que llevan años dedicando su trabajo en este día, por y para la carrera, siempre echando de menos la ayuda de más Padres y Madres de la Asociación y otros voluntarios, para que no decaiga el que los niñ@s se diviertan, realicen ejercicio y practiquen el Atletismo. **MÁS VOLUNTARIOS ES MAS FACIL**, apúntate para la próxima.

Carrera gratuita, con trofeos para los tres primeros de cada categoría (excepto en chiquitín y Prebenjamín que no eran competitivas), agradeciendo a las diferentes Empresas que colaboran también con la **AMPA San Lázaro**, su aportación en forma económica, trofeos u obsequios, para que pueda haber más premios y sorteos.

Sobre diversos circuitos dependiendo de la categoría, y un circuito de 5000m, en el que se dieron 3 vueltas en la categoría absoluta masculina, y una vuelta para la absoluta femenina y Superveteranos (opcional las tres comunicándoselo a los jueces), se ha tenido nuevamente récord de participación, en un día nublado pero con una buena temperatura.

Atletas del Club estuvieron participando en esta gran cita familiar, obteniendo buenos resultados. En Chiquitines y Prebenjamines estuvieron **Izan Rodríguez, Mario Sánchez, Jonás Rodríguez, Yonas Mateos y Adrián Díaz**. En Benjamín, **Manuel Zaballos (5), Manuel Cruz (8), Rodrigo Sánchez (15), María Hernández (3), Vega Casas (10), Lucía Díaz (15), Carla Terradillos (24), Carlota Martín (27)**. En Alevín, **Sabrina El Himer (1), Julia Blázquez (5), Lola Mateos (13)**. En Infantil, **Jaime García (1), Pedro González (2), Cristian Hernández (5), Juan P. García (6)**. En Cadete, **Sergio García (7), Mónica Nieto (2), Alba de la Iglesia (4)**. En Mujeres, **Pilar García (1), Belén Tiedra (11), Carmen Tiedra (13), Lorena Redondo (28)**. En Superveteranos, **Jesús Redondo (8)**. En Promesa, **Manuel Otero (1), Miguel Delgado (3)**. En Sénior, **Iván Carmona (2), Víctor Sánchez (4)**. En Veteranos, **Ángel J. García (1)**.

Premios no acumulativos, Mejor Peñarandina Belén Tiedra y Mejor Peñarandino Víctor Sánchez.

También destacar la actuación de l@s chic@s del grupo de mantenimiento del Club, **PEÑARANDA CORRE**, que pudieron estar presenten en la carrera, realizándolo genial, simplemente por hacer ejercicio a cualquier edad, estar en forma y pasar un rato divertido, como desarrollan todos los martes y miércoles en los entrenamientos. **Belén Tiedra (11), Carmen Tiedra (13), Alba Sastre (27), Lorena Redondo (28), Isabel Sastre (32), Mercedes Várez (33), Sonia García (44)**.

Agradecer al numeroso público sus aplausos, ánimos y su comprensión. Desde la Organización, Colaboradores y Voluntarios, siempre se trata de que todo esté perfecto y que Atletas, Público y No Público estén a gusto, informados y que lo pasen bien, o interferir lo menos posible en el día a día de personas que no les gusta este tipo de acontecimientos. Siempre sale algo mal, nunca llueve a gusto de todos, pero cualquier crítica constructiva se acepta para las siguientes ediciones de la Carrera y creemos que se debe hacer llegar a los Organizadores.

Enhorabuena a todos, participantes y voluntarios!!!!!!



// [NOTICIA DELEGACION SALMANTINA DE ATLETISMO.](#)



- **FINAL EN PISTA DE LOS JEE DE LA ESCUELA MUNICIPAL DEL AYUNTAMIENTO.**

El pasado sábado día 09 de mayo, tuvo lugar en las Pistas de Atletismo del Helmántico, la Final de los Juegos Escolares pospuesta por causas climatológicas anteriormente, y en la que participaron cerca de 400 Atletas Escolares, habiéndose clasificado en las anteriores jornadas en pista con sus mejores marcas en las diferentes pruebas desde la categoría Alevín hasta Juvenil. En una gran tarde, pero calurosa, para el Atletismo Base.

Destacar la actuación, de los clasificados para esta final, pertenecientes a la Escuela Municipal de Atletismo del Ayuntamiento de Peñaranda. Habiéndose clasificado un total de 8 Atletas, algunos de ellos en diferentes pruebas y donde se consiguieron 7 Medallas y 5 Campeones Provinciales.

En Alevín, **Sabrina El Himer** se proclamó Campeona Provincial en 1000ml con un tiempo de 3:39. En Infantil, **Jaime García** también se proclamó por partida doble Campeón Provincial en 1000ml con un registro de 3:06.4 y en Longitud con un salto de 4.46. **Pedro González** acabó 4º en Jabalina 500g con un lanzamiento de 21.26 lejos de su mejor marca. En Cadete, **Sergio García** fue Campeón Provincial en Longitud con un salto de 5.11 y 6º en 100ml con 13.2. **Mónica Nieto** 6ª en 100ml con 14.4 y 5ª en 1000ml con 3:27.7. **Ana García** se proclamó Campeona Provincial en 110mv parando el crono en 18.5 y 3ª en salto de altura con un salto de 1.20, lejos de su 1.38, ya que coincidieron sus dos pruebas. **Alba De la Iglesia** finalizó en una gran 3ª posición, gracias a su trabajo en los entrenamientos, en Peso 3kg con un lanzamiento de 6.81.

Enhorabuena a todos por su esfuerzo y trabajo en los entrenamientos!!!!!!!!!!



// DELEGACION SALMANTINA DE ATLETISMO.



- **PILAR GARCIA GANA LA II EDICION DE LA CARRERA DE LAS EDADES DEL HOMBRE.**

El pasado domingo día 10 de mayo, tuvo lugar en Ávila, cuna de Santa Teresa, la II Edición de la Carrera de Las Edades Del Hombre, llenando la zona sur de la Ciudad de con 2400 atletas y numeroso público, sobre dos recorridos, uno de 5km y otro de 10km. Juan Carlos Higuero, gran referente en el Atletismo Español, siguió apostando por esta Carrera itinerante donde se realice cada año la Exposición de Las Edades del Hombre, aunque no ha obtenido el apoyo y la colaboración suficiente para que todo saliera excelente. Conjuntamente se disputaba la 3ª prueba del I Circuito de Carreras del VIII Centenario de la Universidad de Salamanca.

Cuatro de nuestros Atletas se fueron a esta cita programada ya en su calendario, para disputarla, algunos el recorrido de 5km y otros el de 10km. A pesar del calor que realizó en toda la mañana y más aún si cabe a la hora de la salida, que fue a las 13:00horas. **Manuel Otero y Pedro J. Pérez** completaron una vuelta al circuito de 5km finalizando Manuel 5º de su categoría y Pedro 17º de su categoría. En los 10km estuvieron **Ángel J. García** 19º en su categoría con un tiempo de 37:45 y la Gran vencedora de la prueba, **Pilar García** que se adjudicó la Victoria con un tiempo de 37:41, por delante de la salmantina Laura Fontanillos. Y obteniendo también el primer puesto en la 3ª prueba de la Universidad de Salamanca.

Destacar también la victoria en el 10km del salmantino Dani Sanz con un tiempo de 30:40.



[NOTICIA DIARIO DE AVILA](#)

También en la noche del día anterior, nuestro Atleta **Víctor Sánchez**, afincado en las Canarias, disputó los 10km de la Disco Night Urban Race de Ciudad de Arrecife, terminando 4º Sénior y 7º de la General con un magnífico tiempo de 35:58.



Y destacar el Subcampeonato de España de Medio Maratón de nuestro compañero Rafa Iglesias disputado en Granada el domingo 10 de mayo, obteniendo un magnífico tiempo de 1:06.39, por detrás del gran Carles Castillejo. Donde también estuvieron numerosos Atletas de la provincia de Salamanca como, Roberto y Juan Bueno, y Serafín García de Macotera, David Ruano del C.D. La Armuña, Jorge Nieto de Atletas Veteranos y alguno más. En féminas Gema Martín terminó en 8ª posición con 1:20.26.



- **PRIMER CONTROL EN PISTA PARA LOS ATLETAS DEL CLUB.**

Este pasado miércoles 13 de mayo, tuvo lugar en las Pistas de Atletismo del Helmántico, el primer Control de primavera del Ayuntamiento de Salamanca, en el cual se disputaron una selección de diferentes pruebas en pista, lanzamientos y saltos, en una tarde calurosa, y donde los Atletas buscaban una referencia en sus marcas de la temporada y su estado de forma.

Los participantes por parte de nuestro Club, en su primer contacto con la pista, sin entrenamientos específicos todavía y con un pequeño cansancio acumulado por las competiciones del fin de semana anterior, obtuvieron interesantes marcas para poder trabajar sobre su forma física de cara a Controles, Trofeos, Campeonatos Autonómicos y Nacionales que se disputarán en las próximas fechas. Hubo problemas con el cronometraje eléctrico y se tuvo que hacer manual.

Miguel Delgado en 100ml realizó 10.9 siendo la 4ª mejor marca de las series, y 48.8 en 400ml siendo la mejor marca, **Sergio García** 12.7 en 100ml y en Longitud un salto de 4.96, **Jaime García** 19.8 en 150ml siendo la mejor marca, **Juan P. García** 24.7 en 150ml, **Pedro J. Pérez** 57.6 en 400ml y 2:23.3 en 800ml, **Ángel J. García** 58.0 en 400ml y 2:15.8 en 800ml, **Manuel Otero** 2:11.7 en 400ml, **Pilar García** 10:28.9 en 3000ml y **Mónica Nieto** 12:22.3, y **Ana García** 18.1 en 100mv y 1.20 en salto de Altura.

El segundo control de primavera se disputará en el mismo escenario el próximo 27 de mayo, y el día 30 se disputará en Valladolid el Cto. Infantil y Cadete en Pista al Aire Libre, y la Reunión Internacional Ciudad de Valladolid Trofeo Ana Pérez, en la que estarán nuestros Atletas.



- **CAMPEONATO REGIONAL EN EDAD ESCOLAR.**

Esta misma mañana sábado día 16 de mayo, se ha disputado el Campeonato Regional en Edad Escolar de Atletismo en Pista, en la localidad Zamorana de Toro. Competición a la que han asistido más de 400 Atletas de todas las provincias de Castilla y León. Realizándose tres clasificaciones diferentes, por equipos de Centros Escolares y Selecciones Provinciales, y la Individual, indistintamente si eran de Centros o Selecciones.

Cuatro Atletas de nuestro Club fueron convocados para este acontecimiento, al cual pudieron asistir tres de ellos, **Jaime García** que compitió en 1000ml realizando una marca de 3:06.58, entrando en 5ª posición, **Pedro González** en Jabalina con un lanzamiento de 19.98 quedando en 8ª posición y **Sergio García** en Longitud con un salto de 4.60 en la 8ª posición.

Destacar la actuación de la Peñarandina Alejandra Redondo que realizó un tiempo en 1000ml de 3:02.96 (1ª).



- **VICTOR Y HUGO DE PUNTA A PUNTA DE ESPAÑA EN SUS COMPETICIONES.**

El pasado 17 de mayo, tuvo lugar el Medio Maratón Puertos de Las Palmas, en las Palmas de Gran Canaria, donde se encuentra afincado nuestro Atleta **Víctor Sánchez**, finalizando en 10ª posición de la General, 4º en Sénior y 1º en la categoría de trabajador portuario, con una marca de 1:19.35. Gran compañero y Atleta que con esta competición va a realizar un paréntesis en lo que al Atletismo se refiere.



Ese mismo día, nuestro Atleta **Hugo Tejeda** fue a disputar la XIV Carrera Juntas Generales de Álava en Villanueva de Valdegovía, sobre un recorrido mixto de 6km entre asfalto y tierra, con cuevas duras, realizando un tiempo de 20:52, quedando en 6º lugar y 5º Sénior, con una media de 3:29 por km. Tres primeros kilómetros de asfalto rodando por debajo de 3:25 y los tres siguientes en tierra rodando los dos primeros sobre 3:40 y el último por debajo otra vez de 3:25. Tres cuevas muy largas en el circuito pero encontrándose bien y muy fuerte.



- **2º CONTROL DE PRIMAVERA EN PISTA.**

En la tarde del pasado miércoles 27, se disputaron diversas pruebas en las Pistas del Helmántico en el II Control de Primavera del Ayuntamiento de Salamanca con una temperatura calurosa agradable pero con un ambiente muy seco. Donde, a pesar de no poder contar con cronometraje eléctrico, hubo una gran participación de 170 Atletas que disputaron sus pruebas para obtener Marcas Personales y Mínimas.

Nuestro Club estuvo representado por 9 Atletas, realizando buenas marcas. **Miguel Delgado** en 100ml realizó 10.9 y en 200ml paró el crono en 22.5, **Jaime García** en 500ml 1:17.1, **Sergio García** en 600ml 1:45.8, en un nutrido 1500ml masculino **Ángel J. García** realizó 4:23.9, **Iván Carmona MMP** con 4:28.8, **Manuel Otero MMP** con 4:32.3 y **Pedro J. Pérez MMP** con 4:41.8. En féminas, **Ana García** fue descalificada por salida nula en el 100ml, **Alba de la Iglesia** en 600ml terminó en 2:04.9, y **Mónica Nieto** en 1500 Obstáculos finalizó con 6:03.

Destacar la actuación de dos Peñarandinas, Marta Pescador en 1500ml con 4:44.5 y Alejandra Redondo en 1500 Obstáculos con 5:21.

🏆 📷 // 📷: DELEGACION.



- **CAMPEONES AUTONOMICOS EN INFANTIL.**

Agradable mañana calurosa la de hoy sábado día 30 de mayo para festejar a San Fernando fundador de la Universidad de Salamanca, y disfrutar del Campeonato Autonómico en Pista al Aire Libre en categorías Infantiles y Cadetes en las Pistas de Atletismo de Río Esgueva en Valladolid, con numerosos Atletas clasificados para este evento y salmantinos en los primeros puestos, además de mucho público acompañándoles.

Atletas de nuestro Club en las dos categorías realizaron marcas mínimas para poder disputar esta competición. En Cadete estuvieron, **Sergio García** en 100ml realizando una marca de 13.35 y en Longitud con 4.91 no pudiendo pasar a la mejora (lástima porque en los tres primeros saltos no pisó tabla y podría haber estado en Marca Personal), **Mónica Nieto** en 1500 Obstáculos (4ª) repitiendo marca del miércoles pasado en Salamanca con 6:03, **Ana García con Mejor Marca Personal** en 100mv, 17.96, se quitó la espinita de la Altura, ya que terminó su participación en la altura de 1.26 lejos de su Marca que es 1.38.

Ya en Infantil, dos **CAMPEONES AUTONÓMICOS**, **Pedro González Campeón Autonómico en Disco** con un lanzamiento de 28.73 **Mejor Marca Personal** (Atleta que se espera mucho de él en los Lanzamientos con entrenamientos específicos) y **Jaime García Campeón Autonómico en 150ml** parando el crono en 19.59, consiguiendo ser 3º también en 500ml realizando una marca de 1:16.85, pero con malas sensaciones en el calentamiento después de haber participado en el 150.

Destacar la actuación en 1500 Obstáculos de la Peñarandina Alejandra Redondo, Campeona Autonómica, que finalizó con un tiempo de 5:18.1, y de numerosos Atletas salmantinos del Embutidos Montemayor, Rincón Oeste, Atlético Salamanca, La Armuña y At. Ianuarius.

Y por la tarde, en la XXV Reunión Internacional Ciudad de Valladolid Trofeo Ana Pérez, Mejor Marca Personal para **Miguel Delgado** en 400ml con un registro de 48.97, finalizando en 2º lugar del Trofeo, con mucho calor, teniéndoles a los Atletas mucho tiempo parados antes de dar la salida.



TROFEO ANA PEREZ:



JUNIO 2015

- DIVERSAS COMPETICIONES ESTE FIN DE SEMANA.

Comenzar por el Encuentro Intercomunidades en las categorías Infantil-Cadete-Juvenil disputado el sábado día 06, en el Estadio de los Pajaritos de Soria. Uno de los mejores encuentros de selecciones autonómicas de España, donde Castilla y León obtuvo la victoria global por equipos, por delante de Madrid. Y dos de nuestros Atletas fueron partícipes de este logro, siendo convocados en la categoría infantil **Jaime García** participando en el 500ml, finalizando con un tiempo de 1:15.10 en tercera posición, a 36 centésimas de la victoria, logrando 8 puntos vitales para la selección de nuestra Comunidad y así poder quedar en primer lugar por delante de Madrid por tan solo un punto de diferencia. Y **Miguel Delgado** en la categoría juvenil, participando en el 400ml, realizando un tiempo de 49.15 en primera posición, dando así los 12 puntos para que Castilla y León quedara en primera posición también.

Destacar la participación también con la Selección de Castilla y León de la Peñarandina, categoría cadete, de Alejandra Redondo, que participó en 1000ml con un registro de 3:10.61 (4ª), y de Mario García de Villar de Gallimazo, que compitió en 1500ml realizando 4:10.37 (1º).



También el mismo sábado por la tarde, se disputó en las Pistas del Helmántico, el Trofeo Internacional Ciudad de Salamanca, Memorial Carlos Gil Pérez, en el cual se consiguieron extraordinarias marcas, con un gran nivel de Atletas, y donde estuvieron otros de nuestros Atletas en la prueba de los 1500ml, el veterano **Ángel J. García** que finalizó con una marca de 4:28.36 y el sénior **Borja García**, en su primera actuación en Pista, logrando una magnífica Marca Personal de 4:23.25. Estas marcas podrían haber sido mejores sino hubiera sido por el retraso acumulado que se llevaba en las pruebas, y sobre todo por el cambio brusco de tiempo que surgió momentos antes de comenzar esta prueba, con fuerte viento y algo de lluvia durante la carrera, un cúmulo de malas condiciones climatológicas.

Aunque este mal tiempo no logró que la Peñarandina Marta Pescador consiguiera proclamarse Campeona Autonómica en los 2000 Obstáculos con un registro de 6:54.18, marca que la ha permitido lograr un pasaporte para los Mundiales que se disputarán en Cali (Colombia).



Ya el domingo 07, también otro de nuestros Atletas sénior, estuvo disputando en la zona de la Castellana de Madrid, la Carrera Solidaria Cívico-Militar Corre Con Todas Tus Fuerzas, se trata de **Hugo Tejeda**, disputando la distancia de los 5km (algo más) finalizando en tercera posición con un tiempo de 17:43, en un recorrido donde la primera parte era cuesta arriba para terminar bajando la segunda parte. Carrera muy masificada con problemas en la salida, intentando encontrar el hueco y así evitar las caídas.



- **FIESTA FIN DE TEMPORADA DE ESCUELAS 2014-15.**

Finalizado el mes de mayo, con la conclusión de las Escuelas Deportivas del Ayuntamiento de Peñaranda y de la Escuela Municipal de Atletismo, el Club organizó el martes día 09, la Fiesta de fin de la Temporada 2014-15 en lo que se refiere a la Escuela y Escuela Baby-Run, ya que habrá Atletas que seguirán participando en las competiciones Federadas de los próximos meses y en Carreras Populares.

A pesar de las inclemencias meteorológicas, teniendo que anular la ruta en bici hasta el Parque de El Inestal, todos los pequeños Atletas (y grandes) y Padres y Madres, disfrutaron de las actividades que se realizaron en la pista del Comarcal con la bici y diversos juegos. Para después, seguir alegrándose con una merienda en el Aula del Club, ambientado con música y baile para los presentes.

A la terminación de la merienda, se realizó un Mercadillo Solidario de Ropa Deportiva, en el cual el Club puso a disposición prendas de otras Temporadas nuevas y usadas, y otro tipo de prendas de deporte a un precio irrisorio y muy bajo, para que tanto niñ@s y adultos den uso de estas prendas.

Enhorabuena a todos los Atletas por el entrenamiento, sacrificio y resultados obtenidos esta Temporada. A los Padres y Madres que los animan, ayundan y acompañan. A los Entrenadores y Monitores. Y a las Empresas que han colaborado con el Club para que estos pequeños Atletas sigan adelante con el Atletismo.

Os esperamos a todos y más para la próxima temporada. Abriendo las inscripciones en Septiembre. Cualquier información no dudéis en poneros en contacto con nosotros.



- **AULA ACTIVA DE SALTO DE LONGITUD Y TRIPLE SALTO.**

El Club de Atletismo organizó ayer miércoles día 10 de junio, un Aula Activa de Salto de Longitud y Triple Salto, con la presencia de un Campeón de España en Triple Salto, el Abulense Santiago Moreno, Recordman Nacional desde el 4 de julio de 1991 hasta 2014, con un salto de 16.93m, poseedor del Record hasta que Pablo Torrijos, actual Campeón de España de Pista Cubierta en 2014, realizó un salto de 17.03.

Santi Moreno, Olímpico en Barcelona'92 y Entrenador de Saltadores, nos transmitió, tanto a los Entrenadores, Monitores y Atletas, los conocimientos de dos de las modalidades más bellas y fascinantes del Atletismo, mezcla de velocidad, explosividad y coordinación, disciplinas que requieren de mucha técnica y cualidades físicas.

Esta actividad se realizó, a causa de la lluvia, a caballo entre en foso de arena y el interior del pabellón del Polideportivo Municipal de la localidad. En dos grupos, PreBenjamines, Benjamines y Alevines, y de las Categorías Infantil, Cadete y Juvenil. El Club quiso tener un detalle con un gran saltador como Santi, regalándole una placa con la imagen del Templete de la Ciudad.

Agradecidos con él, esperemos tener su presencia en más Aulas Activas de saltos.



- **MILLA URBANA BARRIO DEL OESTE EN SALAMANCA.**

Esta misma mañana, festividad de San Juan de Sahagún en Salamanca, se disputaba la Milla Urbana del Barrio del Oeste, organizada por la Asociación de Vecinos ZOES y la Asociación de comerciantes Wences Moreno y Plaza del Oeste, donde se podían disputar tres carreras diferentes, la Milla, la Triple Milla y la Carrera Familiar (no competitiva) y carreras infantiles y juveniles, con premios y regalos no acumulativos en las diferentes categorías y sorteos de productos.

Dos de nuestros Atletas se acercaron hasta la capital, para competir y disfrutar del ambiente, y con carácter donativo la inscripción. **Pedro J. Pérez** y **Pilar García**, que realizaron un buen papel en la Triple Milla, finalizando Pedro en el tercer puesto y Pilar subiendo a lo más alto del cajón.

🏆 📷 // 📷 : DELEGACION



- **AULA ACTIVA DE LANZAMIENTOS Y TALLER DE ESPALDA Y LEGUA NOCTURNA.**

Hoy viernes 12 de junio, el Club de Atletismo organizó un Aula Activa de Lanzamientos abierta para todos los niñ@s a partir de 8 años, practicando las diferentes disciplinas de Peso, Disco y Jabalina. Se realizó en el Polideportivo Municipal. El lanzador Toni Cortes enseñó a mejorar la técnica de cada modalidad de lanzamientos.

Y para los Adultos a partir de 14 años, Toni trabajó el control postural y hábitos saludables a través de ejercicios para la espalda, y zona Abdominal, nivel iniciación para cualquier persona, en el pabellón del Polideportivo Municipal.



También nuestros Atletas Arevalenses **Borja García** y **Hugo Tejeda** disputaron en Alcobendas junto a otros amigos, la V Legua Nocturna, finalizando con muy buenos resultados, Borja logró el segundo puesto en la clasificación y Hugo quedó en séptimo lugar, a un ritmo de 3:20 y 3:30, con un circuito duro.



- **CTO. AUT. BENJAMIN Y ALEVIN EN PALENCIA.**

Mañana agradable la es este sábado día 13 de junio en Palencia, con cielo encapotado y sol de vez en cuando, para que los Atletas más pequeños participaran en el Campeonato Autonómico Benjamín y Alevín que se realizaba en las Pistas de Atletismo del Campo de la Juventud. Con numeroso público y los mejores Atletas del futuro.

Tres de nuestras Atletas consiguieron meterse en el Cto. realizando las marcas mínimas que exigía la Federación. **Julia Blázquez** (11) participó en Peso Alevín, una disciplina técnica, con falta de entrenamientos, con un lanzamiento de 5.21. **María Hernández** (8) logró clasificarse para la Final de 50ml en Benjamín, realizando un tiempo de 8.40. Y **Sabrina El Himer** no pudo disputar en condiciones los 1000ml Alevín con un tiempo de 4:09.92, ya que en el calentamiento y en carrera estuvo con un dolor en el costado.

Enhorabuena por los resultados en vuestro Cto. Autonómico y seguir entrenando y disfrutando del Atletismo en sus diferentes modalidades !!!!



- **ANGEL J. GARCIA CAMPEON Y SUBCAMPEON AUT. Y CTO. PROVINCIAL EN PISTA.**

Mañana deportiva la de este día 14 de junio en las Pistas, tanto de Río Esgueva de Valladolid, como en las Pistas del Helmántico en Salamanca, donde se disputaban el Campeonato Autonómico de Veteranos y el Campeonato Provincial respectivamente.

Destacar la gran actuación de nuestro Atleta Veterano **Ángel J. García**, que con valentía y tenacidad, ya que pasó un día anterior con problemas estomacales, decidió competir en las dos pruebas en las que estaba inscrito en el Cto. Aut. de Veteranos, el 1500ml y el 800ml. Teniendo que afrontar primero una prueba, la de 1500 muy exigente, en la que se logró colgar la medalla de Plata, siendo **Subcampeón Autonómico** en la categoría M35 con un registro de 4:22.86 Mejor Marca Personal. Y una hora después, no con muy buenas sensaciones, ya que era realizar, a la finalización del 1500, un desalentamiento para estirar un poco y volver a calentar con un poco de técnica, para competir en la prueba que más le gusta, el 800ml, esperando ver lo que pasaba. Consiguiendo ser por cuarto año consecutivo en la categoría M35 **CAMPEON Autonómico** con una marca de 2:08.59, pasando el 400 a 1:03, cambiando en ese mismo instante para realizar un último 400 con muy buenas sensaciones y más rápido, marcando en el cronometraje electrónico de pista 2:05.66. El oficial 2:08.59 Mejor Marca de la Temporada pero no contento por los fallos electrónicos.

Subcampeón en 800ml quedó otro salmantino, Rubén Barroso del Embutidos Montemayor, y Campeona Autonómica Femenina en el 800ml Lourdes Morán del Atletismo Macotera con una marca de 2:45.66 en la categoría W45.



En el Campeonato Provincial en Pista de Salamanca, hubo más de 200 Atletas de la provincia, Extremadura, La Rioja, Cantabria y Madrid, compitiendo en las diferentes modalidades que aporta el Atletismo en busca de marcas mínimas para los Ctos. de España que se disputarán próximamente y con un vientecillo que no era delicia de los corredores. Nuestros Atletas que se acercaron a esta cita fueron, **Miguel Delgado** en el 200ml quedando **Subcampeón Provincial** con una marca de 22.53, **Pedro J. Pérez** en el 200ml con un registro de 26.82 MMP y en el 400ml con un tiempo de 58.74, **Sergio García** en Longitud con un salto de 4.91 y **Pilar García Campeona Provincial** en el 800ml con un tiempo de 2:19.50, intentando reencontrarse con ese Medio Fondo, aunque pasándole algo de factura la Triple Milla que ganó el día anterior.

Destacar la actuación de las Peñarandinas Marta Pescador Subcampeona en 1500ml con un registro de 4:55.87 y de Alejandra Redondo en el 1000ml Cadete, 1ª con un tiempo de 3:04.60.



: DELEGACION.



- **MIGUEL DELGADO SUBCAMPEON AUT. Y LA NORTE & SUR DE MADRID.**

Ayer domingo día 21 de junio, se celebraba el Campeonato Autonómico Juvenil de Pista al Aire Libre, en las Pistas del Campo de la Juventud en Palencia, donde nuestro Atleta **Miguel Delgado**, logró ser **Subcampeón Autonómico** en 200ml con un registro de 22.59, siendo esta una prueba preparatoria para el próximo Campeonato de España que disputará la próxima semana en Ciudad Real en la modalidad de 400ml, donde parte con la segunda mejor marca del Ranking Nacional.



También se disputó la Carrera de Madrid Norte & Sur de 10km, en la que estuvieron disputándola dos de nuestros Atletas Arevalenses, **Borja García** y **Hugo Tejeda**, una carrera dura por el calor y los toboganes de calles a lo largo del recorrido, en la que estuvieron muy fuertes, terminando con un tiempo de 33:02 Borja y 35:25 Hugo.



- **BRONCE DE MIGUEL, MMP DE ANGEL J. Y RECORD DE KM DE VICTOR.**

Fin de semana intenso con los Campeonatos de España Juvenil y de Veteranos, y las 24 horas run de las Palmas de Gran Canarias.

El primero en correr fue nuestro Atleta **Miguel Delgado** en los 400ml disputados en Ciudad Real en el LXIV Campeonato de España Juvenil, con una magnífica actuación en la semifinal que disputó el sábado por la tarde, ganando su serie con la mejor marca de las dos que se disputaron y **consiguiendo la mínima para el Mundial de Cali en Colombia**, parando el crono en **48.74 MMP**. Ya el domingo por la tarde en la Final, el "Expreso Peñarandino" logró colgarse la **Medalla de BRONCE** en una rapidísima carrera con un tiempo de 48.80, obteniendo un merecido premio a la Temporada, y a la espera de saber este miércoles si es convocado para el Mundial por la Federación Española. Que sería el broche de Oro para él, su Entrenadora Pilar García y su familia que tanto le apoya.

También estuvieron la Peñarandina Marta Pescador en el 2000 Obstáculos, colgándose la Medalla de Plata con un registro de 7:10.70, confirmando con esa 2ª posición su plaza para el Mundial. Y el de Villar de Gallimazo, Mario García que fue 4º en los 1500ml con un tiempo de 4:00.35.



En el L Campeonato de España de Veteranos realizado en Alcobendas, nuestro Atleta **Ángel J. García** de categoría M35 disputó el sábado por la noche el 1500ml realizando una marca de 4:26.12 (17º), con un ambiente muy seco, siendo difícil la respiración, no pudiendo conseguir su Mejor Marca Personal. Ya el domingo por la mañana, con un calor asfixiante, participó en el 800ml, pero con muy buenas sensaciones y un calentamiento un poco más corto, consiguió su **Mejor Marca Personal** parando el crono en 2:05.90 (16º), finalizando con alegría este campeonato por el esfuerzo y los objetivos que al final se obtienen a las órdenes de su Entrenadora Pilar García, y donde se ven verdaderos Atletas Veteranos con mucha gasolina por exprimir aún a sus 50, 60, 70 u 80 años, esforzándose y divirtiéndose en cada una de las modalidades del Atletismo.



Y también el sábado a las 12 horas comenzaba la Primera Carrera 24 horas de Las Palmas, individual o por equipos, donde se tenían que realizar el máximo de km en un circuito de 1km en el Parque Romano de Las Palmas de Gran Canarias, ganando el que más vueltas diera durante esas 24 horas. Y allí estuvo nuestro Atleta **Víctor Sánchez**, con el objetivo de hacer 100km. En 4 horas consiguió 51km, y se fue a descansar, y a la mañana siguiente concluyó los 49km que le quedaban en 3 horas y 50 minutos.

[ENLACE de la Carrera](#) //



JULIO 2015

- PILAR GARCIA VENCE EN SU SEGUNDO MEDIO MARATON.

Ayer domingo día 05 de julio, tuvo lugar el VI Medio Maratón de La Reserva de Cuatro Calzadas, sobre un circuito duro, con constantes subidas y bajadas, totalmente por caminos y disfrutando de las tierras y montes de encinas de Buenavista y Martinamor. Con buena temperatura al recoger dorsales, pero que a medida que pasaban los minutos, justo cuando se daba la salida ya hacía demasiado calor para la carrera, aunque se pudo disfrutar gracias a una brisilla que daba en algunos puntos del recorrido y por los manguerazos y avituallamientos de paisanos y la organización.

Tres de nuestros Atletas estuvieron en la competición, **Ángel J. García** (1:31.31) y **Pedro J. Pérez** (1:32.28), arroparon y acompañaron a **Pilar García**, la cual no pudo superar su MMP, pero que se alzó con la victoria con un tiempo de 1:32.29.

Semana de relax, entre comillas, metiendo volumen de km, para estos tres Atletas, que en los próximos días entrenarán y disputarán dos competiciones en pista de cara a mejorar sus Mejores Marcas Personales y en el caso de Pilar intentar, si sale, la mínima para disputar el Campeonato de España Absoluto.

🏆 📷 // 📷 : DELEGACION.



- **BUENAS SENSACIONES PARA NUESTROS ATLETAS IVAN Y HUGO.**

Fin de semana para el reencuentro, de dos de nuestros Atletas, con la competición en ruta, después de unas semanas de lesiones y de pocos entrenamientos.

El sábado día 11 de julio, **Iván Carmona**, se acercó a la localidad de Arenas de San Pedro a disputar la XII edición de la Carrera Popular de la localidad, con buenas sensaciones después de dos meses sin competir y quedando el 13º de la General con un tiempo de 36:05, finalizando 9º en categoría Sénior, yendo con el grupo de cabeza hasta el tramo final de la carrera donde el circuito se empina en una cuesta muy dura de más de un km, donde perdió bastantes posiciones, acusando el esfuerzo.



Ya el domingo por la mañana, **Hugo Tejeda** se fue hasta Valladolid a competir en la VI Legua del Barrio de Las Delicias, en un circuito llano, donde pecó, después de haber estado con problemas las últimas semanas, de salir muy fuerte los tres primeros kilómetros, por debajo de 3:20, aunque con buenas sensaciones, y finalizando 7º en la General y 3º en categoría Sénior.



- **CRITERIUM DE VERANO DEL AYUNTAMIENTO DE SALAMANCA.**

Ayer miércoles día 15 de julio, tuvo lugar el Critérium de Verano en Pista del Ayuntamiento de Salamanca, organizada por la Delegación de Atletismo de Salamanca, que se disputó en las Pistas Municipales del Helmántico, con poca participación gracias a que la Federación de Castilla y León no dejó que se inscribiera nadie de fuera de la provincia. Aun así, los Atletas salmantinos que buscaban alguna marca mínima o marca personal, entorno al centenar, pudieron disfrutar del ambiente y la buena temperatura que se quedó a lo largo de la tarde.

Por parte del Club, algunos de nuestros Atletas, que querían cerrar la Temporada con una de las últimas competiciones en Pista, se acercaron a disputar las pruebas de 1500ml en masculino y femenino. **Pilar García**, no estando en su mejor momento físico ahora, realizó una marca de 4:47.27. **Iván Carmona** realizó su **MMP** en la distancia con un magnífico registro de 4:20.50, **Ángel J. García** terminó con 4:24.47 y **Pedro J. Pérez** finalizó con un tiempo de 4:52.36.

Estos últimos tres Atletas junto con Miguel Delgado, finalizarán la temporada en Pista, este domingo por la tarde en el Critérium de Ávila. Disputando el 800ml y 400ml, en busca de su Mejor Marca Personal.

🏆 📷 // 📷: DELEGACIÓN.



- **QUEDADA RUNNING EN SANTIAGO DE LA PUEBLA.**

Esta misma mañana del 18 de julio, Atletas de nuestro Club se han acercado a rodar hasta Santiago de la Puebla, en la I Quedada Running de 6km que ha tenido lugar por las calles del pueblo y caminos, apoyando esta iniciativa de los Organizadores y Voluntarios para que se siga realizando este tipo de eventos con el fin de pasar una mañana agradable entre amigos y compañeros de las zapatillas.

En una mañana agradable y con buena temperatura, estando el cielo nublado durante la carrera, se realizó primero una marcha ciclista para niños de 3km con un buen ambiente, y después la Quedada de 6km saliendo desde la Plaza, recorriendo calles del pueblo hacia el camino de Tordillos que discurre al lado del río entre la sombra de los árboles. Recorrido de dos vueltas muy llano para correr con mucha facilidad.

Pedro J. Pérez y **Ángel J. García** completaron el recorrido a una media de cuatro minutos el km. Acompañados de **Miguel Delgado**, que dio el pistoletazo de salida y que se les unió en la segunda vuelta. Miguel será la semana que viene el Pregonero de las Fiestas del Pueblo, ya que sus raíces paternas se encuentran aquí, junto a Pilar García.

Enhorabuena a los Organizadores!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!



- **XVIII GRAN PREMIO AYUNTAMIENTO DE AVILA.**

Ayer por la tarde, tuvo lugar en las Pistas de la Escuela de Policía de Ávila, el Critérium de Verano Autonómico y XVII Gran Premio Ayuntamiento de Ávila, donde hubo un gran nivel entre los Atletas que se acercaron a este evento para despedir casi por completo la Temporada en Pista al Aire Libre.

Es el caso de los Atletas de nuestro Club que se acercaron para disputar la última prueba en Pista de una muy buena Temporada en lo referente a marcas, objetivos, entrenamientos y sensaciones, **Ángel J. García, Iván Carmona y Pedro J. Pérez** realizaron la prueba del 800ml, Ángel no con muy buenas sensaciones por molestias en el femoral terminó con 2:08.07, Iván en su primer 800 realizó una magnífica Mejor Marca Personal con un registro de 2:09.55, finalizando así una última semana con marcas personales y sensaciones que le animaban a competir más en Pista, y Pedro con 2:15.54, Mejor Marca Personal, remató su mejor temporada. Atletas que agradecen el entrenamiento que reciben de su Entrenadora Pilar García y que les hará mejorar de cara a la próxima Temporada 2015-16.

Aun así, les quedan competiciones pendientes en Ruta para finalizar el verano, después descansar 10 ó 15 días, y volver a comenzar en septiembre a las órdenes de Pilar.



- **RUNNER's A LA AVENTURA CON BTT.**

Ayer domingo día 26 de julio, dos de nuestros Atletas, una vez finalizada la Temporada en Pista, cambiaron las zapatillas por las ruedas para realizar la "Ruta Circular Teresiana" Peñaranda-Alba-Peñaranda, ellos dos solos, sin aficionarse nadie más, pero abierta a cualquier persona interesada en disfrutar de la naturaleza, el campo, los paisajes, los monumentos y del deporte.

Después de quedar en el Comarcal hacia las 8 de la mañana, y que Aurelio ya levantado les hiciera unas fotos, la salida la realizaron desde el [Museo-Convento de Las Madres Carmelitas](#), dirección el Camino Norte de la Ruta Teresiana hacia la Nava de Sotrobal, pasando por [Coca de Alba](#), Peñarandilla, Garcihernández, hasta [Alba de Tormes](#) y vuelta por el Camino Sur pasando por Garcihernández, La Lurda, [Tordillos](#) (donde se encontraron con Justi "Gerrerillo", [Macotera](#) y [Mancera de Abajo](#), hasta [Peñaranda](#).

Realizando paradas en las Iglesias de todos pueblos para la foto de rigor, disfrutando del camino. En Alba de Tormes realizaron una parada más larga para almorzar algo y después la vuelta a Peñaranda por el Camino Sur en dirección contraria a la Ruta Teresiana. El kilometraje de la Ruta eran 72km con un primer tramo de 41km hasta Alba de Tormes, pero la poca señalización en los pueblos, llevo a alguna confusión en algún tramo, realizando al final 85km de ruta.

Esperando que se animen tod@s los que estén dispuestos a disfrutar de esta Ruta el año que viene. Os dejamos su [CRONICA](#).



● RECONOCIMIENTO A ATLETAS PEÑARANDINOS.

Esta misma tarde, el Ayuntamiento de Peñaranda de Bracamonte Homenajeó a los Atletas Peñarandinos que han disputado esta Temporada 2014-15 los Campeonatos de España en sus diferentes categorías y modalidades dentro del Atletismo. La Alcaldesa, concejales y representantes de la nueva Corporación reconocieron el esfuerzo y sacrificio en los entrenamientos y competiciones de estos Atletas, llevando el nombre de la Ciudad al panorama Nacional e Internacional, y el apoyo de sus familiares.

Alejandra Redondo, del CA. Valladolid, en el Cto. de España Cadete de PC en Sabadell, en 1000ml fue 5ª de su serie, con un tiempo de 3:06.24, clasificándose para la final, logrando la 11ª posición con un registro de 3:10.98. Y en el Cto. al Aire Libre en Valladolid participó en el 1500 Obstáculos, finalizando 6ª con 5:18.26. Además de ser Campeona Autonómica en 1500 Obstáculos, Campeona Provincial en 1000ml, 1ª en el Regional de Deporte en Edad en 1000ml y 6ª en el Cto. de España por Selecciones Autonómicas.

Marta Pescador, del Playas de Castellón, finalizó 2ª en la prueba de 3000ml en el Cto de España Juvenil PC en San Sebastián con un tiempo de 10:23.62. Y 3ª en 2000 Obstáculos en el Cto. de España AL de Ciudad Real con un registro de 7:10.70. Además de ser Internacional participando en el Cto. del Mundo en Cali, 10ª de su serie en 2000 Obstáculos, 1ª en 3000ml de la Copa de Clubes Junior, y 2ª en el Cto. España de Campo a Través por Clubes.

Miguel Delgado, el Expreso Peñarandino del **CA. Ciudad de Peñaranda**, en el Cto. de España Juvenil PC en San Sebastián, logró ser 2º de su serie y 2º de la final con un tiempo de 50.25 y 49.40 respectivamente en los 400ml. Y en el Cto. de España AL en Ciudad Real, sobre la misma distancia, finalizó 1º de su serie con 48.74 MMP y 3º en la final con 48.80. Participando también en el Intercomunidades Sub19 PC (1º), el Intercomunidades PC (1º), Campeón Autonómico de invierno, e Intercomunidades AL (1º).

Lorena Martín, CA. Valladolid, disputando el 800ml en el Cto. de España Junior en Valladolid con un tiempo de 2:15.58, 2ª de su serie y 5ª en la final con un registro de 2:14.90.

Ángel J. García, Veterano M35 del **CA. Ciudad de Peñaranda**, concluyendo en el Cto. de España PC en San Sebastián en 1500ml 9º de su serie con 4:23.49 (13º final), y en 800ml 2º de su serie (8º final) con 2:08.35. Y en el Cto de España AL en Alcobendas en 1500ml 4º de su serie (17º final) con 4:26.12 y en 800ml 5º de su serie (16º final) con su MMP de 2:05.90. Además de ser por cuarto año consecutivo Campeón Autonómico M35 AL en 800ml y también Subcampeón Autonómico M35 AL en 1500ml (tres veces Subcampeón y otra Campeón).

La Concejala de Deportes, Pilar García, reitera que Peñaranda y su Comarca es un referente a nivel Regional, Nacional e Internacional, teniendo a varios Atletas Peñarandinos y de la Comarca en estas competiciones.



- **VIII CARRERA POPULAR VILLAR DE GALLIMAZO.**

Un año más, en la vecina localidad de Villar de Gallimazo, se disputó la VIII edición de la Carrera Popular organizada por el Ayuntamiento de la localidad sobre un circuito urbano de 4 km. Antesala de las Fiestas del pueblo, más de 200 Atletas, 120 de ellos en categoría Absoluta, pudieron disfrutar del ambiente que respiraba con el numeroso público que asistió para poder ver el nivel que esta carrera está cogiendo con el paso del tiempo.

Atletas de nuestro Club en todas las categorías estuvieron participando y apoyando esta carrera, que es de las pocas que siguen siendo gratuitas en la provincia, con algunas más de nuestra Comarca, con el fin de seguir fomentando el deporte y la vida saludable desde los más pequeños hasta los más veteranos.

En categoría Absoluta los vencedores fueron Ignacio González (12:24) y nuestra Atletas **Pilar García** con un tiempo de 15:08. Destacar la actuación de **Ángel J. García** (6º) con 13:20, **Pedro J. Pérez** (11º) con 14:14, **Belén Tiedra** (3ª) con 18:35, **Jesús Redondo** (26º) con 18:44, **Jesús Zaballos** (30) con 20:27, **Lorena Redondo** (7ª) con 22:59. Ya en las categorías menores, en Prebenjamín, **Yonas Mateos** (10º), **Marwa El Himer** (3ª). En Benjamín, **María Hernández** (1ª). En Alevín, **Sabrina El Himer** (1ª), **Julia Blázquez** (2ª) y **Lola Mateos** (6ª). En Infantil, **Jaime García** (1º), **Santiago Zaballos** (2º), **Cristian Hernández** (6º) y **Juan P. García** (7º). En Cadete, **Sergio García** (4º). En total 8 Pódium para nuestros Atletas.

Además también triunfos para los Peñarandinos Alejandra Redondo (1ª) y Manuel Pescador (1º).



//



: DELEGACIÓN.



- **RUTA BTT FAMILIAR Y SOLIDARIA.**

Ayer domingo día 2 de Agosto, tuvo lugar una Ruta en Bicicleta Familiar apoyando el Deporte y la Solidaridad. Organizada por el Ayuntamiento de Peñaranda de Bracamonte y la Asociación BTT Peñarandina, consiguieron 230 litros de leche y otros alimentos no perecederos, que se almacenaron en la Base del Banco de Alimentos de la Ciudad en el Comarcal, con una participación total de 60 personas.

Comenzaron la Ruta Abuelos, Padres, Madres, Hij@s y Voluntarios todos juntos desde el Comarcal hacia el Parque de El Inestal. Se trataba de realizar dos rutas diferentes. Los más pequeños con algunos padres llegarían hasta pasado el Pinar y volverían al Inestal para estar durante la mañana practicando juegos deportivos y medioambientales con la ayuda de las Concejales Laly y Ángela, y la colaboración de integrantes del Club de Atletismo como Miguel y Merche, además de los padres y madres, en total 20 personas.

La segunda Ruta sería de 20km donde niñ@s que tuviesen ganas y demás personas aficionadas, realizaron un circuito por caminos, hasta llegar a la Planta Fotovoltaica de la carretera de Alba, gestionada por la Empresa Slartec Renovables para conocer la instalación en una visita guiada por el personal de la misma, entendiendo así algo más de la energía solar.



AGOSTO 2015

- **TRIANGULAR AMISTOSO DE BALONCESTO.**

En la tarde de ayer viernes día 07 de agosto, dentro de las Actividades Deportivas organizadas por el Ayuntamiento de Peñaranda, con la colaboración del Club de Atletismo, se disputaron varios amistosos de Baloncesto en el Pabellón Miguel A. Jiménez, donde más de 60 jugadores y numeroso público disfrutaron de este deporte en la Ciudad.

Primeramente se jugaron entre los equipos mixtos Alevín-Infantil de la Escuela Municipal de Peñaranda, y el CD Promesas de Villoria, un triangular, aportando dos equipos Villoria. A continuación se disputó un encuentro entre los equipos Cadetes de la Escuela Municipal y del CD Cabrerizos. Y finalmente se realizó un concurso de Triples en ambas categorías.

El parón de vacaciones no se hizo notar en la intensidad de los partidos y la técnica de los jugadores, reportando así continuidad en el juego de estos chic@s para la próxima temporada en sus diferentes equipos y competiciones.

La Concejala de Deportes, Pilar García, hizo entrega de unos Trofeos, a los diferentes equipos, en agradecimientos a su disposición. Así como a los ganadores y segundos, terceros, cuartos y quintos de los concursos de Triples.



- **SAN ROCADA MACOTERANA 2015.**

Ya el viernes 07 de agosto, nuestro Atleta **Hugo Tejeda**, recuperado de sus problemas, y nuevamente compitiendo al nivel que nos tiene acostumbrados esta temporada, se acercó hasta la localidad de Crespos para realizar 3km en ruta, quedando en la 3ª posición de la General con un tiempo de 9:36. Y al día siguiente, con fuerzas para competir de nuevo, estuvo en la IX edición de la Carrera Popular de Aragonenses en Segovia. Un circuito de 10km al que había que dar 4 vueltas con una rampa dura de 900m, yendo en grupo y con fuerzas para atacar en el último km y ganar la carrera con un registro de 37:40



Y que contar de la ya tradicional San Roca en su VII edición. Gran ambiente de participación, con un gran nivel, y numeroso público en todo el recorrido, fenomenal la organización y el trato recibido. Allí estuvieron muchos integrantes de nuestro Club desde las categorías menores hasta los Veteranos, copando algunos pódium en las diferentes categorías.

En la General Absoluta ganaron Alejandro Codesal del Atlético Salamanca y nuestra Atleta **Pilar García**, con un tiempo de 28:37 y 34:48 respectivamente, por delante de Nacho Sánchez y Isabel Almaraz, y Roberto Bueno y Laura Vicente. Los demás Atletas de nuestro Club estuvieron genial, **Ángel J. García** subió al Pódium en VetA, con un tiempo de 31:15, quedando 3º y recibiendo el premio de segundo por premios acumulativos, **Pedro J. Pérez** 10º sénior con 33:31, **Jesús Redondo** con 49:28, y en las Categorías Menores, **Jaime García** terminó 1º, **Sabrina El Himer** 2ª y **Julia Blázquez** 3ª, y **María Hernández** 1ª. Participando también **Marwa El Himer**, **Adrián Díaz**, **Mario Sánchez**, **Yonas Mateos**, **Ángel Zaballos**, **Manuel Zaballos**, **Lucia Díaz**, **Lola Mateos**, **Juan P. García**, **Santiago Zaballos**, **Cristian Hernández**, **Sergio García** y **Asier Bueno**. Una muy buena participación de todo el Club



- **CARRERA POPULAR EN CANTARACILLO.**

Con motivo de sus Fiestas Patronales, el pasado viernes día 14 de agosto, en Cantaracillo organizaron una Carrera Popular para niñ@s y adultos. Sobre un circuito de 4 vueltas para completar 5,5km para los adultos. Atletas de nuestro Club se acercaron arrastrados por Pedrito, para disfrutar de lo último de la temporada, donde se acercaron también otros buenos amigos Peñarandinos.

Los cuatro integrantes del Club consiguieron premio, ya que quedaron **Ángel J. García, Pedro J. Pérez y Miguel Delgado**, primero, segundo y tercero respectivamente. Y en la categoría con menos de 16 años, el primero fue **Álvaro Coronado**. Buen final de Temporada para estos Atletas y merecido descanso para ellos estos últimos días de agosto.



- **ANGEL J. GARCIA SEGUNDO EN LA V MILLA URBANA DE BLASCOMILLAN.**

El pasado viernes día 21 de agosto, con motivo de las fiestas de verano de Blascomillán, el Ayuntamiento de la localidad, junto con las Peñas, organizaron un año más la V Milla Urbana. Tuvo lugar en la Plaza Mayor, en las categorías, Junior hasta 14 años y Sénior. Obteniendo premios los tres primeros clasificados, Jamón, Lomo y Chorizo.

Sobre un circuito de 5 vueltas, con tres giros bruscos y una pendiente para subir a la Iglesia que hacia mella en los corredores, nuestro Atleta Veterano **Ángel J. García**, se acercó para disputarla, finalizando segundo, en una prueba muy rápida y con nivel.

Ángel: " La problemática de este circuito tan corto fue, que se dio una vuelta de más sin avisar, y los corredores apuramos el fuerte ritmo que llevamos a la distancia que vamos a correr, con lo cual es un problema que no se avise con antelación y cuando se va a llegar a la meta te digan que te queda otra vuelta".

Buen ambiente y animación de todas las personas del pueblo, dando ánimos a tod@s los corredores. Un aplauso para ellos.



SEPTIEMBRE 2015

- **INSCRIPCIONES NUEVA TEMPORADA 2015-16. ESCUELAS Y CLUB.**

Abiertas las Inscripciones para la Escuela Municipal de Atletismo, Escuela Baby-Run, Categorías Menores y Sénior-Veteran@s del Club.

Un años más, **Ayuntamiento y Club de Atletismo "CIUDAD DE PEÑARANDA"**, crean un Convenio de Colaboración, para el Fomento del Atletismo en la Ciudad y la Comarca, conscientes de la importancia de la práctica deportiva en edades estudiantiles como elemento impulsor de la calidad de vida y hábitos saludables y educativos.

Las inscripciones podrán ser para:

Solo Escuela Municipal: 12€ al mes, de Octubre a Mayo, con competiciones de Juegos Escolares de Campo a Través y Pista. Incluye camiseta de entrenamiento del Ayuntamiento y Traje competición del Club con la Temporada completa, Monitores y Ficha Escolar.

[TRIPTICO ESCUELA](#) // [HORARIOS](#)

Club de Atletismo y Escuela Municipal: Cuota de 120€ anuales. Se podrá pagar en una cuota o en varias cuotas (60€ antes del 10 de Octubre, 30€ en Enero y 30€ en Marzo). Competiciones JJEE y Federadas. Incluye Chándal y Traje de competición, Ficha Escolar y Federada (50% para los socios Sénior-Veteran@s del Club a partir del segundo año). Entrenadores y Monitores, Actividades, Talleres de Lanzamientos y Espalda, nutrición, etc., Cursos de formación al Atletismo, Ofertas en nuestras Empresas Colaboradoras, Tienda del Club para los socios, etc.

[CARTEL TEMPORADA 2015-16](#) // [TRIPTICO](#) // [HORARIOS](#).

Os esperamos !!!!!!!!!!!!!!!



- **INSCRIPCIONES PARA EL GRUPO DE MANTENIMIENTO FISICO DEL CLUB.**

Abiertas las Inscripciones para el Grupo de Mantenimiento físico del Club de Atletismo "**PEÑARANDA CORRE**", a partir de los 16 años en todos los niveles, Hombres y Mujeres, que tendrá lugar todos los Martes y Jueves de 20 a 21 horas en el Pabellón del Polideportivo Municipal, desarrollando el entrenamiento en grupo con un calentamiento en carrera o andando, Circuitos de condición física, Fuerza y Control postural.

Inscripciones en: directiva@atletismociudadpenaranda.com ó en los teléfonos 606098921 (Ángel) / 654060148 (Pilar).

Cuota: 12€ al mes.

Comienzo de la Actividad: Octubre hasta Junio.

HORARIOS

Os esperamos!!!!!!!!!!.



MANTENIMIENTO FÍSICO-RUNNING ADULTOS

Octubre a Mayo

MANTENIMIENTO FÍSICO Y RUNNING a partir de 15 años

LUGAR: Pabellón Polideportivo Municipal

HORARIOS: Martes y Jueves de 20 a 21

CUOTA: 12 euros al mes

EDADES: a partir de 15 años todos los niveles

ACTIVIDAD: circuitos de condición física, fuerza, control postural, running, entrenamientos en grupo...

INSCRIPCIONES: directiva@atletismociudadpenaranda.com

Contacto: 606098921- 654060148



- **CARRERA HIGUERO RUNNING FESTIVAL.**

El pasado 27 de septiembre, comenzando o terminando la Temporada, según se mire, dos de nuestros Atletas con gran proyección, estuvieron en la localidad de Aranda de Duero disputando la Carrera Popular Higuero Running Festival, en los 10km, donde **Hugo Tejeda** finalizó en la 9ª posición en categoría sénior con un tiempo de 35:57 y **Manuel Otero** en una magnífica primera posición en categoría Júnior con un tiempo de 38 minutos.



OCTUBRE 2015

- HUGO TEJEDA EN EL MM DE VALENCIA.

Ayer domingo día 18 de Octubre tuvo lugar en la Ciudad de Valencia el XXV Medio Maratón Trinidad Alfonso, una multitudinaria y rápida prueba, confirmándose la Ciudad más rápida del Mundo, en la que el vencedor realizó un estrambótico tiempo de 59:10, el Keniata Abraham Cherobem. Y donde nuestro Atleta Arevalense **Hugo Tejeda** estuvo disfrutando del gran ambiente y temperatura, yendo muy cómodo y a ritmo hasta el km 11 (tiempo km10 37:19), pero a partir de ahí se quedó vacío, llamado también "El Hombre del Mazo".

Fuese por la humedad o por la deshidratación tuvo que bajar el ritmo e intentar llegar a la meta, finalizando con un tiempo de 1:22.50. Una carrera para él de fin de Temporada para poder descansar unos días merecidos por la buena temporada realizada a pesar de algunas lesiones.



- **JOSE L. Y JESUS EN EL MM DE LA DIPUTACION DE SALAMANCA.**

Ayer domingo día 18 de Octubre también tuvo lugar en el XXXII Medio Maratón de la Diputación de Salamanca, con salida de nuevo en la localidad de Babilafuente, pero con nuevo recorrido más llevadero y finalizando en la localidad de Santa Marta de Tormes. Siendo los ganadores Antonio Cuadrado con un tiempo de 1:08.26 (salmantino y muy buen Atleta, a pesar de que algún periodista en un artículo publicado no diera nombres de posibles favoritos a la victoria de esta prueba ya que posiblemente no conociese a ninguno) y Gema Martín con un registro de 1:21.51. Habiendo un premio especial de 300€ por el Ayuntamiento de Huerta al primer y primera Atleta a su paso por la localidad. Y también al finalizar hubo premios para los tres primeros equipos clasificados.

Nuestro Atleta **José L. Hernández** estuvo en la carrera, con muy buenas sensaciones después de un verano con pocos entrenos, y retomando ahora el buen nivel de entrenamientos, terminando en 11ª posición en categoría VetB con un crono de 1:20.45. Y también estuvo **Jesús Redondo** realizando su Mejor Marca Personal de 1:44.38 y finalizando en 73ª posición en VetD.



- **EL CLUB EN LA VI CARRERA DE LOS 1000 PASOS.**

El pasado domingo 25 de octubre, con una hora más para descansar por el cambio de horario, el Club de Atletismo estuvo participando y apoyando a la Asociación AVIVA en una nueva edición de la carrera popular y solidaria por la integración en el Deporte. Participando tanto en la carrera competitiva de 5000 pasos (6400m) y en la solidaria de los 1000 pasos (1400m), con 25 Atletas de todas las categorías, además de los padres y madres que se aficionaron a acompañar a sus hijos.

En la carrera competitiva, los primeros en cruzar la meta fueron, Alberto Moral (Running Bedunia) con un crono de 21:16 y nuestra Atleta **Pilar García** con un tiempo de 26:31. Y donde también estuvieron, **Iván Carmona** 4º Sénior y 5º de la General con un tiempo de 22:08. **Ángel J. García** 2º VetA y 11º de la general con 23:02. **Manuel Otero** 3º en Júnior con 24:18. **Álvaro Coronado** 2º Juvenil con 25:11. **Asier Bueno** 4º Juvenil con 26:23. **Javier Sánchez** 5º Juvenil con 26:25. **Sergio García** 8º en Juvenil con 31:01. **Mónica Nieto** 1ª en Cadete con 31:03.

