

ANUARIO TEMPORADA

2017-2018



NOVIEMBRE 2017

- CROSS INTERNACIONAL DE ATAPUERCA.

El pasado domingo día 12 de noviembre, tuvo lugar en Atapuerca (Burgos) su XIV Cross Internacional, con el fin de promocionar los yacimientos de la Sierra de Atapuerca, que son Patrimonio de la Humanidad. Y como no la promoción y el fomento al deporte desde el deporte Base al de Elite.

A este primer Cross de la Temporada se acercaron algunos componentes de nuestro Club en la categoría Juvenil (Sub18), con la finalidad de un entrenamiento de endurecimiento. **Jaime García** (155) en una distancia de 4km, finalizaba con un tiempo de 15:04. Y las integrantes del equipo femenino, sobre una distancia de 3km. **Alejandra Redondo** (43) concluía con un crono de 11:52, **Sara Izquierdo** (66) con 12:19 y **Mónica Nieto** (90) con 12:46, realizando una carrera buena en la salida, con sufrimiento en un recorrido duro, con buenas sensaciones y acabando con fuerzas.



Enhorabuena !!!!



- **MI PRIMERA BEHOBIA-SAN SEBASTIAN.**

También el domingo día 12 de noviembre, nuestro Atleta Veterano José Arias de Santiago de la Puebla, se acercó a participar en la 53ª edición de la Behobia-San Sebastián, una dura prueba en ruta en la que quería competir, disfrutar y comprobar sus sensaciones en este tipo de recorrido con duras rampas. José finalizaba con un magnífico tiempo de 1:43:29, en una carrera con más de 25.000 participantes



Enhorabuena!!!!



- **DURO ENTRENAMIENTO DE CUESTAS EN SANTIAGO DE LA PUEBLA.**

El pasado sábado por la tarde, día 19 de noviembre, varios componentes de nuestro Club, se acercaron a las inmediaciones de Santiago de la Puebla, alentados por nuestro Atleta Veterano de la localidad José Arias, en una zona de monte, a realizar un entrenamiento de cuestas largas y cortas, con una pendiente máxima del 20% y una media del 10% sobre una distancia de 500m, donde se dejó ver el sufrimiento que conlleva este tipo de entrenamiento, pero apto para tod@s, ya sean Atletas Federados como componentes del Grupo de Mantenimiento.



- **PRIMERA JORNADA DE CAMPO A TRAVES PARA NUESTROS ESCOLARES.**

El fin de semana del día 19 de noviembre, tuvo lugar la primera jornada de Campo a Través de los Juegos Escolares, organizado por la Diputación de Salamanca, en Aldehuela de Bóveda, en la Finca de Castro Enríquez, donde en un circuito algo sinuoso para la competición de Escolares, no faltaron nuestros pequeños Atletas de la Escuela del Club y del Ayuntamiento de Peñaranda.

En Benjamín estuvieron en equipo mixto, **Mario Sánchez** (10º), **Alvar Iglesia** (14), **Leire Hernández** (55), y **Naiara López** (58), quedando 2º por equipos. En Alevín Femenino, **Marwa El Himer** (14). En Infantil, el equipo femenino, **Paula Hernández** (4ª), **Sabrina El Himer** (5ª), **Julia Blázquez** (14) y **Alba Elvira** (18), quedando Primeras por equipos. En Cadete, **Cristian Hernández** (23) y **Rodrigo Iglesia** (24).



Enhorabuena!!!!!!!!!!



- **SEGUNDO TALLER DE LANZAMIENTOS Y ESPALDA.**

Este mismo día 25 de noviembre, tuvo lugar en el Polideportivo Municipal de la Ciudad, una nuevo Taller de Lanzamientos para nuestros Atletas, realizado por nuestro Entrenador colaborador Toni Cortés, como continuación del primer entrenamiento. Aplicando la técnica de lanzamiento a las diferentes disciplinas de Disco, Peso y Jabalina.

Después, en el Pabellón del mismo, Toni realizó otra magnífica sesión de Taller de Espalda, para seguir corrigiendo esas malas posturas del día a día, mediante una serie de ejercicios de fortalecimiento y abdominales.



TALLER DE ESPALDA

SABADO 25 DE NOVIEMBRE

19.00HORAS

Pabellón Polideportivo
Carretera de Salamanca

Cuota: 5 euros
Socios club gratis
Inscripciones en
654960148

ESCUELA DE ESPALDA

Mejorar la flexibilidad de la zona lumbar y cervical, fortalecer la musculatura profunda y superficial de la espalda, mejorar la postura, prevenir lesiones, etc.





Ejercicio de la espalda: se comienza en una posición supina, con las rodillas flexionadas y los brazos extendidos hacia arriba, se realiza un movimiento de flexión de la cadera y se eleva la pelvis, se repite el ejercicio varias veces.





Ejercicio de la espalda: se comienza en una posición supina, con las rodillas flexionadas y los brazos extendidos hacia arriba, se realiza un movimiento de flexión de la cadera y se eleva la pelvis, se repite el ejercicio varias veces.





Ejercicio de la espalda: se comienza en una posición supina, con las rodillas flexionadas y los brazos extendidos hacia arriba, se realiza un movimiento de flexión de la cadera y se eleva la pelvis, se repite el ejercicio varias veces.

- **CARRERA PEDESTRE DE SALAMANCA.**

El pasado domingo día 26 de noviembre, se realizó una nueva edición de la Carrera Peditre de Salamanca. Una rapidísima carrera en la que se dan cita muchos de los mejores Atletas de la provincia y de fuera, y también corredores Populares que disfrutan de una gran carrera como antesala a la San Silvestre Salmantina.

Este año pudieron disfrutarla nuestras corredoras, **Belén Tiedra** que finalizaba 6ª en categoría VetB con un magnífico tiempo de 24:08, y **Lorena Redondo** concluyendo 17ª en categoría VetA con un tiempo de 30:07. Disfrutando de la carrera, el ambiente y de sus entrenamientos.



Enhorabuena!!!!!!!!!!



DICIEMBRE 2017

• PRIMER CONTROL INVERNAL EN PISTA AIRE LIBRE DE LA TEMPORADA.

El sábado día 02 de diciembre, tuvo lugar en las Pistas del Helmántico en Salamanca, el primer Control al Aire Libre para todas las categorías organizado por la Delegación Salmantina de Atletismo, con muy buena participación, casi 400 Atletas, en un día con helada a primera hora de la mañana y tiempo fresco durante todo el día, aunque magnífico para correr. Y donde se acercaron unos cuantos, de nuestro Club, disputando más de una prueba de modo entrenamiento tipo Test, que sirve para ver cómo ha ido la Pretemporada de entrenamiento y de carga, y de cara a las próximas competiciones, habiendo numerosas Marcas Personales para ell@s.

En Benjamín Sub10, estuvieron en 50ml **Alvar Iglesia** con una marca de 9.80 **MMP**, **Mario Sánchez** con 8.80 **MMP**, **Jonás Rodríguez** con 9.60 **MMP**, **Leire Hernández** con 9.30 **MMP** y **Naiara García** con 11.70 **MMP**. Repitiendo en Longitud con un salto de 1,68m **Naiara MMP** y 1,59m **Leire MMP**. También repitieron en Longitud **Mario** con 2,76m **MMP**, **Jonás** con 2,31m **MMP** y **Alvar** con 2,07m **MMP**.

En Alevín Sub12, **Marwa El Himer** en 60ml realizaba 10.00 **MMP**.

En Infantil Sub14, en 60ml **Sabrina El Himer** marcaba un crono de 8.30 **MMP**, **Alba Elvira** con 10.00 **MMP**, **Julia Blázquez** con 9.10 **MMP**. En 60mv **Paula Hernández** con 11.50 **MMP**. En Longitud repetían **Julia** con 4,07m **MMP**, **Sabrina** con 3,57m **MMP**, **Paula** con 3,44 **MMP** y **Alba** con 2,93m **MMP**. Y en Peso (3kg) **Julia** 5,66m **MMP**, **Sabrina** 5,41m **MMP**, **Alba** 5,11m **MMP** y **Paula** 4,82m **MMP**.

En Peso (4kg) Cadete Sub16 **Cristian Hernández** lanzó 6,79m. Y en Peso (5kg) Juvenil Sub18, **Pedro González** con 8,99m.

En el 150ml estuvieron **Miguel Delgado** realizando 16.70 **MMP**, **Jaime García** con 18.00 **MMP**, **Rodrigo Iglesia** con 21.70 **MMP** y **Sara Izquierdo** con 20.10 **MMP**. En 200ml participaron **Tomás del Río** con una marca de 25.30 **MMP**, **Sergio García** con 25.60 **MMP** y **Pedro J. Pérez** con 27.00 **MMP**. En 300ml **Álvaro Coronado** con 41.70 **MMP**, **Ángel J. García** con 45.10 y **Cristian Hernández** con 47.70 **MMP**. En 500ml repetían prueba **Miguel** que marcaba 1:06.20 **MMP**, **Jaime García** 1:07.70, **Tomás** 1:13.50 **MMP**, **Álvaro** 1:14.20 **MMP**, **Pedro** 1:14.90 **MMP**, **Ángel** 1:18.40 **MMP** y **Sara** con 1:21.70 **MMP**. En 1000ml **Mónica Nieto** conseguía 3:42.90. Y en Longitud **Sergio** saltaba 5,49m y **Rodrigo** 3,80m **MMP**.



- **CROSS NACIONAL DE CANTIMPALOS 2017.**

El pasado viernes día 08, como es costumbre en este día, se presentaba el XLVI Cross Nacional Ayuntamiento de *Cantimpalos*, donde en un circuito magnífico pero duro a la vez, se daban cita algunos de los mejores Atletas de élite junto a todas las categorías menores y escolares, en un día fresco a primera hora de la mañana, pero que según iba pasando, el viento daba una sensación térmica más baja, respetando las nubes sin que cayera la lluvia.

Un grupo de nuestros Atletas se acercaron a participar en este Cross habitual, después de cuatro años de su última participación como grupo. En PreBenjamín y Benjamín Sub10, **Valeria Sánchez** concluía en una grande 4ª posición con premio de un chorizo en el pódium, **Leire Hernández** la 17ª, **Mario Sánchez** finalizaba en una espléndida 6ª posición subiendo al Pódium y llevándose un chorizo de la localidad como premio y **Alvar Iglesia** terminaba el 22º. En Alevín Sub12 **Marwa El Himer** entraba en la posición 35. En Infantil Sub14 correrían **Sabrina El Himer** 19ª y **Julia Blázquez** 28ª.

En categoría Cadete Sub16, **Cristian Hernández** finalizaba en la posición 31ª y **Rodrigo Iglesia** en la 36ª. En Juvenil Sub18, **Alejandra Redondo** concluía en 8ª posición, **Sara Izquierdo** 9ª y **Mónica Nieto** 14ª. En Júnior Sub20, **Álvaro Coronado** con una magnífica actuación, fue 8º con un tiempo de 21:54 en los 6km del recorrido, junto a los Veteranos **Ángel J. García** con un crono de 23:28 finalizando en la posición 42ª, **Pedro J. Pérez** con 23:51 en la 46ª y **Jesús Redondo** con 28:11 en la 65ª.



Enhorabuena a todos !!!!!!!!!!!



- **PRIMER CONTROL ABSOLUTO EN LA PISTA CUBIERTA.**

Ayer sábado día 16 de diciembre, tuvo lugar el primer Control Autonómico Absoluto en la Pista Cubierta de Salamanca, donde una vez más, la Federación de Castilla y León deja mucho que desear en el tema de las inscripciones de este tipo de competición, dejando fuera de este control a Atletas de la Comunidad que intentan conseguir sus mínimas de cara a los Ctos. de España, pero si admitiendo a otros de fuera de Castilla y León, y no dejando inscribirse a los veteranos en una primera instancia. Agradecer la buena actuación del Comité Provincial de Jueces Salmantinos, que una vez más deja ver que se vuelcan con la organización de este tipo de eventos.

Pero volviendo a lo que es el Atletismo y sus pruebas. Nuestros Atletas estuvieron magníficos después de unas semanas con mucha carga, incluso alguno de ellos doblando en pruebas. Participando en este Control, **Sergio García** en 60ml con un tiempo de 7.87 y en 200ml con 25.45 **MMP**, **Tomás Del Río** en 60ml con 7.84 **MMP** mínima para el Cto. de España Máster a disputar en esta misma Pista y en 400ml con 57.05 **MMP**, **María Cano** en 60ml con 8.68, **Miguel Delgado** en 200ml con 23.14 y en 400ml con 49.74, **Jaime García** en 200ml con 24.28 **MMP** y en 800ml con 2:06.70 **MMP**, **Sara Izquierdo** en 200ml con un crono de 28.38 **MMP** y en 800ml con 2:31.63 **MMP**, **Pedro J. Pérez** en 800ml con 2:13.96 y **Ángel J. García** también en la misma prueba con 2:14.24, **Alejandra Redondo** en 1500ml con 5:09.95 **MMP**, y **Ana García** en Altura con 1,49m.



: Por Delegación Salmantina de Atletismo.

Enhorabuena a todos !!!!!!!!!!!



- **TROFEO DE NAVIDAD CARRERA DEL TURRON 2017 EN LUMBRALES.**

Esta tradicional prueba organizada por la Diputación de Salamanca tuvo una animada participación en las nueve carreras que se disputaron, con un total de 12 categorías diferentes, y con el merecido premio a todo el que cruzaba la meta de una tableta de Turrón, además de trofeos a los tres primeros de cada categoría y una mochila con productos navideños. Y numerosos sorteos, el premio gordo de dos bicicletas.

Hasta Lumbrales se acercó nuestro Atleta Cadete **Cristian Hernández**, donde finalizaba en la 19ª posición de su categoría. Destacar que toda su familia estuvo también participando en esta carrera familiar en sus diferentes categorías, José A. padre (28) e hijo (30) y Mª. Ángeles (13). Disfrutando todos en conjunto de una maravillosa prueba.

Además, decir, que estando algo lejos de nuestra Ciudad, la carrera Absoluta, tanto la Femenina como la Masculina, fueron ganadas por dos Peñarandinos, Marta Pescador y Fran Blázquez.



: Por Delegación.



- **III MILLA NOCTURNA SOLIDARIA "UNA ZANCADA, UNA ILUSION" DE PEÑARANDA.**

Ya llegan las Fiestas Navideñas, y una vez más, tendrá lugar la **III edición de la Milla Nocturna Solidaria "Una Zancada, Una Ilusión"**, que organiza el **Club de Atletismo "Ciudad de Peñaranda"** junto con el **Ayuntamiento de la Ciudad y la Diputación de Salamanca**.

Esta competición se realizará el próximo viernes día 22 de diciembre, y las inscripciones se podrán realizar en la web de la [Delegación de Atletismo](#) hasta el día 20, donde podréis encontrar toda la información además de en nuestra web del Club. Esta inscripción se realizará de forma Solidaria con la recogida de **1kg de Alimento No Perecedero** en el Centro Integral Deportivo o en la misma salida a la recogida del dorsal, en el Pabellón Miguel A. Jiménez a partir de las 19:00h.

la **III Milla Nocturna Solidaria Participativa y Familiar** (1609m) dará comienzo a las 20:30h, invitando a tod@s las personas, a que, en un ambiente familiar, festivo y solidario, participen corriendo o andando, con disfraces o calentando para la segunda prueba que dará comienzo una vez finalizada esta.

Y a las 20:50h se dará el pistoletazo de salida a la **II Doble Milla Nocturna Competitiva** (3200m), donde se verán a todas las categorías (7 en concreto), desde Cadete (2004-2003) hasta Máster 55 (1962 y anteriores), con trofeos para los tres primeros de cada una de ellas, realizados por los chic@s de la cantera de la **Asociación ASPACE**. Además de ser una competición computable para el **Circuito de Carreras Populares de la Diputación de Salamanca**.

Con Chokolatada al finalizar la competición y Sorteos de lotes navideños y regalos de varias empresas colaboradores en la espera de las clasificaciones finales y entrega de trofeos.

Este día 22 de diciembre, además de ser conocido como el día del Gran Sorteo de Navidad, estará completado por varias Actividades a lo largo de la mañana y de la tarde, organizando el **Centro Integral Deportivo, "El Día del Deporte Solidario"**, comenzando en sus instalaciones de la Calle San Juan a las 12:;15h con Aquazumba para todos, a las 17h con Parque Acuático (6 a 11 años), 19:30h Spinning con reserva anticipada y a las 19:30h en el pabellón una Máster-Class de Zumba. Más info en el [Reglamento](#) de la Milla.

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



- **III MILLA NOCTURNA SOLIDARIA "UNA ZANCADA, UNA ILUSION" DE PEÑARANDA.**

Con motivo de las Fiestas Navideñas, el pasado viernes día 23 de diciembre, tuvo lugar la **III edición de la Milla Nocturna Solidaria "Una Zancada, Una Ilusión"**, que organizó el **Club de Atletismo "Ciudad de Peñaranda"** junto con el **Ayuntamiento de la Ciudad y la Diputación de Salamanca**.

Esta competición trató de unir Deporte y Solidaridad a favor del Banco de Alimentos de Peñaranda, siendo la inscripción mediante **1kg de Alimento** No Perecedero por el Dorsal, finalizando esta con récord de la prueba, contabilizando más de 500kg recogidos.

la **III Milla Nocturna Solidaria Participativa** (1609m) fue la primera en ver la salida, con un gran ambiente familiar, festivo y solidario, donde se congregaron 230 personas con la inscripción, más la mayoría de los corredores de la Competitiva, participando corriendo, andando o los más jóvenes en carrito, con disfraces o calentando para la segunda prueba que dio comienzo a continuación.

Una carrera puntuable para el V circuito de Carreras Populares de la Diputación, la **II Doble Milla Nocturna Competitiva** (3200m), con una participación de 140 inscritos en 7 categorías diferentes, desde Cadete (2004-2003) hasta Máster 55 (1962 y anteriores), con trofeos para los tres primeros de cada una de ellas, realizados por los chic@s de la cantera de la **Asociación ASPACE**. Y con Sorteos para tod@s los participantes como unos cascos inalámbricos y un reloj digital cortesía de la empresa Pepe Castillo, tres cestas de Navidad por cortesía de Carnicería Várez Barroso de Salvadios y el Club de Atletismo, dos botellas de vino cortesía del Club de Atletismo, dos cajas de pastas cortesía de la empresa Dulces Tiedra y un vale descuento cortesía de la empresa Zapatería Arco Iris.

Muchos fueron los participantes Peñarandinos y de la Comarca que se acercaron, junto con otr@s de la Provincia y de fuera de ella. Y donde nuestros Atletas, además de colaborar como voluntarios, estuvieron participando, desde los más pequeños y corredores del Grupo de Mantenimiento del Club en la Participativa, hasta los que estuvieron en la Competitiva, con muchos pódium, como **José Arias** 8º en M35, **Belén Tiedra** 1ª en M35, **María García** (del Grupo de Mantenimiento del Club) 3ª en M35, **Jesús Redondo** 10º en M45, **Pedro A. Bernal** 6º en M55, en Cadete **Cristian Hernández** 2º y **Juan P. García** 4º, En Juvenil **Jaime García** 1º, **Pedro González** 2º, **Alejandra Redondo** 1ª, **Sara Izquierdo** 2ª y **María Cano** 3ª, y en Júnior **Álvaro Coronado** 1º y **Lucía Ávila** 2ª.

Monchi y operarios del Ayuntamiento, nos obsequiaron con una Chocolatada, lazos y Bizcochos al finalizar la competición y durante la entrega de los trofeos y el sorteo de regalos de los diferentes colaboradores.

Además el día estuvo completado por varias Actividades a lo largo de la mañana y de la tarde, organizado el **Centro Integral Deportivo, "El Día del Deporte Solidario"**, comenzando en sus instalaciones con Aquazumba para todos, Parque Acuático (6 a 11 años), Spinning con y en el pabellón una Máster-Class de Zumba.

FELIZ NAVIDAD Y PRÓSPERO AÑO 2018.

"Hay quienes traen una Luz tan grande... que incluso después de haberse ido esa Luz permanece".



//



: Por Delegación.



- **OLIMPIADAS NAVIDEÑAS 2017.**

Un año más, el Club de Atletismo en Colaboración con el Ayuntamiento de Peñaranda de Bracamonte, realizaron en el Pabellón Miguel A. Jiménez de la Ciudad las Olimpiadas Navideñas, en las que los participantes pudieron disfrutar de diversas pruebas que engloban el Atletismo, comenzando con varios juegos como calentamiento y después con carreras de Velocidad, Saltos de Longitud, Saltos de Altura y Pértiga, carreras de Vallas y de Relevos y Lanzamientos. Todo amenizado con música y para finalizar agua y pastas para hidratarse y recuperarse.

FELIZ NAVIDAD Y PRÓSPERO AÑO 2018.



- **LA SANSILVESTRE SALMANTINA MAS SANSILVESTRE QUE NUNCA.**

El pasado domingo día 31 de diciembre, tuvo lugar la edición XXXIV de la San Silvestre Salmantina, en un día especial, ya que el último día del año se celebra su fiesta como santo. Con un récord otro año más de participación, con más de 7500 dorsales para todas las categorías. Y como no, a esta cita no faltaron varios de nuestros Atletas y Peñarandinos que se acercaron a disfrutar del ambiente, de su carrera, en compañía de amigos y familiares, a pesar del frío y viento molesto que hizo durante la carrera.

En la categoría absoluta estuvieron, **Ángel J. García** con 37:20 siendo 15º VetB, **Alberto Galán** con 37:30 fue 37º en Sénior, **Álvaro Coronado** realizaba un tiempo de 37:52, **Pedro J. Pérez** fue 63º en VetA con 41:08, **José Arias** el 190º en VetB con un crono de 47:26, **Jesús Redondo** el 76º en VetD con 47:45, **Pedro Bernal** el 125º VetE con 57:17, **Pilar García** 15º de la General y 3ª VetA con 40:55, **Belén Tiedra** con 51:38 fue 29ª VetB y **María Tiedra** con 51:38 fue 22ª VetC, **Lorena Redondo** con 1:02:30 finalizaba en 116ª posición en VetA y **Sonia García** con 1:06:42 fue 142ª VetB.

Y entre los más pequeños estuvieron **Izan Rodríguez** 24º en Sub10 con 4:35 y **Álvaro De Dios** el 81º en Sub10 con 5:32



Enhorabuena a tod@s !!!!



ENERO 2018

- TALLER DE PSICOLOGIA DEPORTIVA.

El pasado jueves día 04 de enero, varios componentes de nuestro Club de Atletismo, comenzaron el año con una jornada de entrenamientos en grupo por la mañana en el Polideportivo Municipal, seguido de una comida de confraternidad en Los Álamos, uno de nuestros Patrocinadores, y donde los chic@s pudieron degustar un menú sano y rico.

Y posteriormente en la Sala del Centro Social del Teatro Calderón, el Psicólogo Deportivo Fabián Sáinz Modinos, realizaba un Taller de Psicología Deportiva, tratando temas como la motivación, los objetivos de cada uno, gestión del estrés y la competición, además de repartir unas pautas de trabajo para una nueva sesión de trabajo, y que los chic@s pongan ya en práctica esos objetivos en las diferentes competiciones en las que ya están compitiendo, para mejorar sus resultados y su actuación, y disfrutar haciendo lo que más les gusta.



- **CARRERA DEL ROSCON.**

El pasado sábado día 13 de enero, habiendo tenido que ser modificada, por el temporal de nieve que azotó la provincia en el día de Reyes, la VI Carrera Del Roscón de Paradinas de San Juan, pudo celebrar en jornada de tarde su competición, con frío y respetando la lluvia, sobre un circuito de 10km por las calles y caminos de la localidad, donde al finalizar la misma, tuvieron los más pequeños tres carreras diferenciadas por categorías, y en las cuales, la primera fue competitiva dirigida a niñ@s de los años 2003-2004-2005-2006, donde unos de nuestros Atletas Cadetes, subió a lo más alto del Pódium, **Cristian Hernández**, merecido premio por la continuidad y la perseverancia en las competiciones de Croses, Pista y Ruta en las que participa.

Todos los participantes recibieron un Roscón de Reyes, y al finalizar la entrega de trofeos, un gran sorteo de regalos y una macarronada para tod@s.

🏆 📷 // 📷 : Por Orycronsport.

Enhorabuena a tod@s !!!!



- **II CONTROL AUTONOMICO ABSOLUTO Y MASTER.**

El pasado sábado día 13 de enero, también en jornada de tarde, varios fueron los Atletas del Club que se acercaron hasta la Pista Cubierta de Salamanca a disputar las diferentes pruebas del II Control Autonómico Absoluto y Máster de Carreras. Jornada en la que hubo Récord de España Júnior Femenino en 400ml y Absoluto de 400mv, prueba que no estamos acostumbrados a ver bajo techo.

Nuestros Atletas que se acercaron fueron, el Promesa **Miguel Delgado** en 400ml con un crono de 49.57, el Juvenil **Jaime García** con un tiempo de 52.59 **MMP** en 400ml, el Veterano M40 **Tomás del Río** con 56.71 **MMP** en 400ml. En 800ml **Pedro J. Pérez** con un registro de 2:11.18 y **Álvaro Coronado** con 2:11.19 **MMP**. En 1500ml **Ángel J. García** con 4:43.57. En 60ml **María Cano** realizaba 8.57. **Ana García** en 200ml con 29.70 **MMP** y en Altura 1,55m **MMP**. **Sara Izquierdo** en 400ml concluía con 1:02.15 **MMP**. Y en 800ml Alejandra Redondo con 2:28.57 y la reaparición en competición en Pista de **Pilar García** con un crono de 2:27.87 en el 800ml.



Enhorabuena a tod@s !!!!



- **III JORNADA DE LOS JUEGOS ESCOLARES EN PEÑARANDA.**

El pasado domingo día 14 de enero, tuvo lugar la tercera jornada de los Juegos Escolares en Campo a Través en nuestra Ciudad de Peñaranda, concretamente en la finca de "El Pradohorno", donde la Concejala Pilar García, Operarios Municipales e integrantes de nuestro Club, montaron durante 2 días un circuito de 1000m y 1500m diseñado por la Delegación de Atletismo y la Diputación de Salamanca. Jornada de Campo a Través que se hacía de rogar ya en nuestra Ciudad por parte de la Diputación, siendo esta finca un perfecto escenario para albergar este tipo de pruebas escolares.

En esta ocasión participaron, de cara a la próxima Final de los JJEE en Campo a Través el próximo día 28 de enero, nuestros Atletas del Ayuntamiento de Peñaranda en las Categorías inferiores con muy buen resultado. En Benjamín, **Mario Sánchez** (3), **Alvar Iglesias** (28), y **Álvaro De Dios** (29), segundos por equipos con opciones de subir al pódium en la final y **Naiara López** (25). En Alevín, **Marwa El Himer** (9) y **Vega Casas** (13). En Infantil, **Julia Blázquez** (3), **Sabrina El Himer** (6), **Paula Hernández** (7) y **Alba Elvira** (8), primeras por equipos y con muchas opciones de subir al pódium en la final. En Cadete, **Santiago Zaballos** (10), **Cristian Hernández** (12) y **Rodrigo Iglesias** (15). Y en Juvenil, **Alejandra Redondo** (4), **Sara Izquierdo** (9) y **Jaime García** (8).



Enhorabuena a tod@s !!!!



- **CTO. PROVINCIAL DE CROSS Y I CROSS POPULAR CIUDAD DE PEÑARANDA.**

El pasado domingo día 14 de enero, también tuvo lugar, paralelamente a la tercera jornada de los Juegos Escolares en Campo a Través, el Cto. Provincial Júnior Sub20, Absoluto y Máster de Cross organizado por la Delegación Salmantina de Atletismo y conjuntamente el I Cross Popular Ciudad de Peñaranda organizado por el Ayuntamiento de Peñaranda, en ese magnífico circuito alfombra de "El Pradohorno", rápido, cómodo y nada que envidiar a circuitos como el de Atapuerca. Para la ocasión se dispusieron de Wc's portátiles, Zona de Carpas y Bar, donde los participantes y acompañantes pudieron disfrutar del Caldo calentito gratuito gracias al Laboratorio Gastronómico de Los Alamos y de café y bocadillos.

La pobre inscripción tanto en el Cto. Provincial como en el Cross Popular, ya que el día anterior por la tarde y el mismo día por la mañana se realizaron dos pruebas aplazadas por el temporal de nieve, además de Pista Cubierta para categorías menores, y que mermaron la participación de más Atletas, fue reconocida por los que sí pudieron estar compitiendo, disfrutando del circuito y del magnífico día que estuvo para las carreras, faltando algo de sol, agradeciendo a todos los voluntarios de la organización la preparación de estos eventos en nuestra Ciudad.

Los participantes en la categoría masculina Federada, sobre una distancia de 6km fueron, en Júnior Sub20 **Álvaro Coronado** (9) finalizando 3º con un tiempo de 21:33. En Máster M35 **Pedro J. Pérez** (14) fue 2º con un crono de 23:00. En Máster M40 en lo más alto del pódium estuvo **Ángel J. García** (12) con 22:41. Y en el Cross Popular, **Pedro A. Bernal** (30) fue 5º con 31:10.

En categoría femenina, en el Cross Popular de 4,5km, en Sénior **Lucía Ávila** finalizaba 2ª con 24:20 y **Lorena Redondo** fue 3ª con un crono de 27:10. en VetA **María Tiedra** del grupo de mantenimiento fue 2ª y **Belén Tiedra** 3ª con 20:42 y 21:35 respectivamente.



Enhorabuena a tod@s !!!!



- **CTO. PROVINCIAL DE PISTA CUBIERTA.**

Ayer sábado día 20 de enero, en jornada de tarde, se disputaba en la Pista Cubierta de Salamanca, el Campeonato Provincial en Pista Cubierta, con el aliciente del 300ml Elite organizado por la Delegación donde **Oscar Husillos** intentaría batir el Récord de España en esa distancia, consiguiéndolo de forma magnífica parando el crono en 32.39, en una serie donde estuvo acompañándole nuestro Atlela Promesa Sub23 **Miguel Delgado** concluyendo en 5ª posición con excelentes Atletas especialistas en Velocidad realizando 35.50 **MMP**.

Y en lo que se refiere a nuestros demás Atletas, estuvieron espléndidos mejorando marcas personales y con muy buenas sensaciones de cara a los próximos Campeonatos Autonómicos y de España. En Benjamín, **Mario Sánchez** 4º en Longitud con un salto de 2,50m **MMP** y en 50ml con un crono de 8.82 **MMP**, **Jonás Rodríguez** (9) en Longitud con 2,23m **MMP** y en 50ml con 9.17 **MMP**, **Álvaro de Dios** (19) con 1,77m **MMP** y en 50ml con 9.42 **MMP**, y **Nayara García** en 50ml con 9.66 **MMP**.

En Peso 4kg Cadete Sub16, **Juan P. García** (1) con un lanzamiento de 8,42m **MMP**, **Cristian Hernández** con 6,45m y **Rodrigo Iglesias** con 5,52m **MMP**. En Peso 5kg Juvenil Sub18, **Pedro González** lanzaba 10,58m **MMP**.

En 60ml, **Tomás del Río** realizaba 7.75 **MMP** y en 200ml con 25.55 **MMP**, **Sergio García** con 7.91 y en Longitud con un salto de 5,95m **MMP**, **Jaime García** con 7.54, **Pedro J. Pérez** con 8.06 **MMP** y en 400ml con 57.56 **MMP**, **Pedro González** con 8.08, **María Cano** con 8.41 mejorándola en la final con 8.40 **MMP** y en 200ml con 28.45 **MMP**, **Ana García** con 8.81 y en Altura con 1,50m y **Sara Izquierdo** con 8.44 **MMP** y en 200ml con 26.93 **MMP**. en 1500ml **Álvaro Coronado** concluía con una marca de 4:32.48 **MMP**, y **Alejandra Redondo** y **Pilar García** con 5:02.39 **MMP** y 5:05.25 respectivamente. **Ángel J. García** en 800ml con 2:13.04 y en 200ml con 27.82. Y **Jaime García** en 200ml con 23.49 **MMP**.

🏆 📷 // 📷 : Por Delegación.

Enhorabuena a tod@s !!!!



- **1ª JORNADA DE LOS JUEGOS ESCOLARES EN PISTA CUBIERTA.**

Ayer domingo día 21 de enero, tuvo lugar la primera jornada de los Juegos Escolares en Pista Cubierta en las categorías Alevín, Infantil, Cadete y Juvenil, organizado por la Diputación y el Ayuntamiento de Salamanca con más de 600 participantes, contando con varios de ellos en dos o tres pruebas. Y donde muchos de los niños y niñas pisaban por primera vez el tartan de la magnífica Pista Cubierta.

Nuestros Atletas que participaron por el Ayuntamiento de Peñaranda fueron, en Alevín, **Marwa El Himer** en 60ml con un tiempo de 10.71 y en 1000ml con 4:33.69 **MMP**, y **Vega Casas** en 60ml con 10.99 **MMP** y en 1000ml con 4:23.50 **MMP**. En Infantil, en 500ml **Sabrina El Himer** (2) con un registro de 1:33.05, **Julia Blázquez** (4) con 1:34.81 **MMP**, **Alba Elvira** con 1:42.38 **MMP** y **Paula Hernández** con 1:42.55 **MMP**. Repitiendo en Longitud **Julia** (1) con 4,36m **MMP**, **Sabrina** (5) con 3,82m **MMP** y **Paula** (7) con 3,55m **MMP**. Y **Alba** (7) en Peso 3kg con 5,72m **MMP**.

En Cadete, en 60ml **Cristian Hernández** realizaba 8.71 **MMP**, **Santiago Zaballos** con 8.77 **MMP**, y **Rodrigo Iglesia** con 9.03 **MMP**. Repitiendo en los 1000ml **Santiago** con una marca de 3:23.91 **MMP** y **Cristian** con 3:37.55 **MMP**. Y en Altura **Rodrigo** con un salto de 1,29m **MMP**. En Juvenil, **Pedro González** en 400ml acabó con 59.73 **MMP** y en Peso 4kg lanzó 10,48m, y en 400ml **Alejandra Redondo** paraba el crono en 1:04.59, **Mónica Nieto** en 1:09.45 **MMP** y **María Cano** en 1:11.93 **MMP**.



: Por Delegación.

Enhorabuena a tod@s !!!!



- **CTOS. AUTONOMICOS PISTA CUBIERTA Y JORNADA LANZAMIENTOS AIRE LIBRE.**

Ayer sábado día 27 de enero, en una intensa jornada diaria, tuvo lugar en Salamanca, la II Jornada de Liga Autonómica de Invierno de Lanzamientos en las instalaciones de la Aldehuela y diversos Campeonatos Autonómicos en la Pista Cubierta como fueron el Infantil Sub14, Cadete Sub16, Juvenil Sub18 y Júnior Sub20, además del Promesa Sub23 y Absoluto, donde los mejores Atletas de Castilla y León se dieron cita, participando varios de nuestros Atletas, consiguiendo magníficas Marcas Personales y Medallas Autonómicas.

Nuestros Atletas que se dieron cita en este intenso día, comenzando en la jornada matutina de Lanzamientos, estuvo **Pedro González** (3º) en Disco 1,5kg en categoría Juvenil Sub18 con un lanzamiento de 36,99m en su primera competición de la temporada.

Siguiéndole otros Atletas, en un horario algo inusual, entre las 14h y las 17h, dentro de la Pista Cubierta, como **Luisa Rincón** en 300ml Cadete Sub16 con un tiempo de 49.08 MMP. **Sabrina El Himer** en 500ml Infantil Sub14 con un crono de 1:33.39.

Miguel Delgado en 400ml Promesa Sub23 finalizaba **Subcampeón Autonómico Absoluto** y Promesa con un tiempo de 49.46, y **Jaime García** en 400ml Juvenil Sub18 fue 5º con un crono de 51.69 MMP y mínima para el Cto. de España. **Álvaro Coronado** en 1500ml Júnior Sub 20 concluía 5º con 4:31.52 MMP. **María Cano** en 200ml Juvenil Sub18 con 27.98 MMP. **Sara Izquierdo** realizaba también mínima para el Cto. de España en 400ml Juvenil Sub18 con 1:00.87 MMP consiguiendo el **Bronce** en su categoría. **Alejandra S. Redondo** en 1500ml Juvenil Sub18 **Subcampeona Autonómica** con 5:02.20 MMP. Y en Altura Júnior Sub20 **Ana García** finalizaba consiguiendo el **Bronce** con un salto de 1,49m.



: Jornada de Lanzamientos.



: Ctos. Aut. Infantil y Cadete.



: Ctos. Juvenil, Júnior, Promesa y Absoluto



//



: Por Delegación.

Felicitaciones a tod@s por su esfuerzo !!!!



- **FINAL DE LOS JUEGOS ESCOLARES EN CAMPO A TRAVES.**

El pasado domingo día 28 de enero tuvo lugar en el Campo de Golf de Zarapicos, la Final de los Juegos Escolares de Campo a Través, donde nuestros Atletas que se clasificaron para dicha final estuvieron a un buen nivel en un día fresco y soleado, tanto a nivel individual como por equipos.

En Benjamín, **Mario Sánchez** se proclamaba **Subcampeón Provincial**, y junto a **Leire Hernández** (38) y **Nayara López** (49) en equipo Mixto, conseguían ser también **Subcampeones Provinciales por Equipos**. En Alevín, **Marwa El Himer** finalizaba la 22ª. El Equipo Infantil Femenino compuesto por Alba Elvira (8), Sabrina El Himer (14), Julia Blázquez (16) y Paula Hernández (45) conseguían ser **Campeonas Provinciales** pese al mal estado en esta jornada que se encontraban todas con fiebre o recuperándose. En Cadete, **Cristian Hernández** fue 15º y **Rodrigo Iglesia** 16º.



: Resultados Individuales.



: Resultados Por Equipos.



//



: Por Delegación.

Enhorabuena a tod@s !!!!



- **PROYECTO SALVAVIDAS DESFIBRILADORES.**

Ayer miércoles día 31 de enero, tuvo lugar en el Ayuntamiento de Peñaranda, la presentación del Desfibriladores, idea surgida por el **Club de Atletismo Ciudad de Peñaranda**, implicando al **Club de Fútbol Peñaranda** como club de referencia y de Base, como el de Atletismo, y al **Centro Integral Deportivo**, con la Colaboración del Ayuntamiento de la Ciudad. Una iniciativa Social para concienciar a las personas de la necesidad de aprender técnicas de reanimación y primeros auxilios.

Este Proyecto es una iniciativa para obtener un **Espacio Cardioprotegido**, con núcleo en el Centro Integral Deportivo, mediante la obtención de un **Desfibrilador** con la venta de 1500 pulseras por parte de las tres entidades a un precio de 3€ cada una, obteniendo con cada pulsera una papeleta para un posterior sorteo de regalos donados por los dos Clubes, el Cid y Ayuntamiento, a realizar en la semana de Ferias en agosto.

El desfibrilador llegará una vez estén vendidas las 1500 pulseras y estará ubicado en el CID para cualquier posible emergencia que pueda haber, tanto en sus instalaciones como en los alrededores de la zona, utilizándose también en cualquiera de las actividades organizadas por el Club de Atletismo y el Club de Fútbol, como en otros eventos Deportivos que tengan lugar en la Ciudad. Además, una vez recibido se formarán a 8 personas de estas entidades en un Curso de Soporte Vital Básico y para aprender el manejo de este aparato, aportando los conocimientos y las destrezas necesarios para poder realizar una primera atención de la parada cardíaca hasta el momento de la llegada de los equipos especializados.

Desde aquí pedimos el apoyo de tod@ los Peñarandin@s a involucrarse en este Proyecto para obtener el Espacio Cardioprotegido con su Desfibrilador, pudiendo comprar estas pulseras en el CID, solicitándolas al Club de Atletismo o al Club Deportivo de Fútbol, o siendo como es, un proyecto abierto, estas entidades dejarán cajas en las Empresas Colaboradoras o Entidades que nos lo soliciten y estén interesadas en vender las pulseras.

"Todos podemos salvar una Vida, esa Vida puede ser de un Amigo, un Hermano, un Hijo o la Tuya propia".



FEBRERO 2018

- MAGNIFICAS MARCAS EN EL III CONTROL AUTONOMICO EN PISTA CUBIERTA.

Comenzaba la mañana del pasado sábado día 03 de febrero con la III Jornada GP Invierno de Lanzamientos al Aire Libre, donde competía nuestro Atleta Juvenil Sub18 **Pedro González** en la especialidad de Disco 1,5kg, en la que realizaba un lanzamiento de 37,79m finalizando en 3ª posición.



Y ya por la tarde, en la Pista Cubierta de Salamanca, tuvo lugar el III Control Autonómico, donde el Veterano M40 **Tomás del Río** en 60ml realizaba una marca de 7.65 **MMP** y en 200ml con 25.19 volvía a realizar **MMP**, el Júnior **Sergio García** en 60ml concluía con 7.78 y en Longitud con 5,59m. También **Ana García** competía en 60ml con 8.51 y en Altura con un salto de 1,58m **MMP** y mínima para el próximo Cto. de España Júnior en Orense. **Pedro J. Pérez** en 200ml finalizaba con 26.02 **MMP** y en 400ml con 56.49 doblaba con otra **MMP**. **Jaime García** en 200ml con 23.58. **Sara Izquierdo** en 400ml concluía con 1:00.92.

Metidos en el medio fondo, **Álvaro Coronado** participaba en 800ml realizando 2:07.75 **MMP**. En 1500ml **Ángel J. García** marcaba 4:35.44. Y **Pilar García** en 3000ml con 11:05.03.



// : Por Delegación.

Enhorabuena a tod@s !!!!



- **EL EQUIPO JUVENIL SEPTIMO EN EL CTO. AUT. DE CAMPO A TRAVES.**

El pasado domingo día 04 de febrero, se disputaba el Campeonato Autonómico de Campo a Través Individual y por Clubes en Valladolid, donde nuestro **Equipo Juvenil Sub18** tenía opciones para clasificarse como equipo para el próximo Cto. de España de Campo a Través.

Una buena actuación de las cuatro integrantes en la carrera, sobre un circuito de 4km, estando todas en un buen estado de forma, mejorando a nivel personal y entrando en Meta por delante de Atletas destacadas en las competiciones de Croses. **Alejandra Redondo** fue 8ª con un tiempo de 16:20, **Sara Izquierdo** 15ª con 16:58, **Mónica Nieto** 31ª con 18:24 y **María Cano** 50ª con 19:40. Para sumar un total de 150 puntos, a las puertas de la 6ª plaza que daba acceso al Cto. de España de Campo a Través por Equipos, a tan solo 6 puntos del CA New Runners que sumaba 144 puntos.

Un mal trago que no les dejó para nada mal sabor de boca, ya que las integrantes del Equipo finalizaron contentas por la carrera que realizaron y no perdiendo la esperanza en la espera de los resultados. A falta de confirmación de que los 6 equipos clasificados decidan acudir a ese Cto. de España.



Enhorabuena a todas !!!!



- **II JORNADA DE LOS JUEGOS ESCOLARES EN PISTA CUBIERTA.**

En jornada matutina del domingo día 03 de febrero, se disputaba la II Jornada de los JJEE en la Pista Cubierta de Salamanca, donde nuestros Atletas del Ayuntamiento de Peñaranda y Club en categoría Alevín, Infantil, Cadete y Juvenil, realizaron las diferentes pruebas de cara a poderse clasificar para la próxima Final de los JJEE del día 25 de febrero.

Vega Casas (16ª) competía en 500ml Alevín con una marca de 1:52.08 **MMP** y en Longitud con un salto de 2,25m **MMP**. En 60ml Infantil estuvieron **Sabrina El Himer** 1ª con un tiempo de 8.90, **Julia Blázquez** (4ª) con 9.32 **MMP**, **Paula Hernández** (6ª) con 9.32 **MMP** y **Alba Elvira** (11) con 9.45 **MMP**. Julia repetía en el 1000ml con un crono de 3:52.98 **MMP** siendo 5ª y Sabrina 10ª con 4:00.53. Paula en Altura 1ª con un salto de 1,26m **MMP** y Alba (5ª) con 1,20m **MMP**.

En Cadete, **Cristian Hernández** (15) en 300ml realizaba 46.26 **MMP** y en Peso (3º) con 7,19m **MMP**. **Juan P. García** (7º) en Longitud con un salto de 4,40m **MMP** y 1º en Peso con un lanzamiento de 9,04m **MMP**. Y **Luisa Rincón** (21) en Longitud saltaba 3,38m **MMP**.

Y ya en Juvenil, **Jaime García** 1º en 60ml con un crono de 7.47.

🏆 // 📷: Por Delegación.

Enhorabuena a tod@s !!!!



- **MIGUEL DELGADO 7º EN EL CTO. DE ESPAÑA PROMESA SUB23.**

Ayer sábado día 10 de febrero, nuestro Atleta **Miguel Delgado** nos representó al Club y a la Ciudad en el XXXIII Cto. de España Promesa Sub23 en Pista Cubierta disputado en la Pista Cubierta de Salamanca, en las Semifinales de 400ml, con ganas de entrar en los seis puestos que daban acceso a la Final. Con tres semifinales y clasificándose los tres primeros de cada una y los tres mejores tiempos, Miguel se quedó a las puertas siendo 3º en su rapidísima semifinal con una marca de temporada de 49.02 MMT a tan solo 22 centésimas. Magnífico trabajo el suyo y el de su entrenadora Pilar García.



También nuestra Atleta **Alejandra Redondo** nos representó en el I Encuentro Intercomunidades Ibérico en Pista Cubierta Júnior Sub20 y Juvenil Sub18 disputado en las Pistas de Gallur en Madrid, donde Madrid, Lisboa, Castilla y León, Extremadura y Aragón fueron las comunidades que disputaron esta competición para fomentar el desarrollo atlético y la convivencia entre las categorías jóvenes y su cultura. Alejandra fue seleccionada por la Federación de Castilla y León en la prueba de 1500ml realizando un crono de 5:06.05 finalizando 7ª.



Enhorabuena !!!!



- **ENTRENAMIENTOS DEL GRUPO DE MANTENIMIENTO DEL CLUB.**

Destacar los buenos entrenamientos de las personas que están asistiendo al Grupo de Mantenimiento "**PEÑARANDA CORRE**", desde octubre, todos los martes y jueves de 20 a 21h en el Polideportivo Municipal, y además con un nuevo día añadido, los lunes en el Centro Integral Deportivo. Un grupo que supera la quincena de Corredores o con el simple echo de estar en forma con una práctica deportiva saludable para cualquier tipo de Nivel, a partir de los 16 años, trabajando la Carrera, Circuitos de Condición Física, Abdominales, Lumbares, Circuitos de Fuerza, Control Postural y Técnica de Carrera, guiado todo por Monitores del Club en un gran ambiente de compañerismo y amistad.

Cualquiera pueda apuntarse en este grupo por 12€ al mes, pudiendo ir los meses que se quieran, ó 130€ anuales en los cuales entraría la equipación del club (Chándal y traje de competición).

Os esperamos !!!!!



- **VISITA GUIADA PARA EL CLUB EN LA PLANTA DE RECICLAJE DE VILLAMAYOR.**

El pasado miércoles día 14 de febrero, los Atletas del Club aprovecharon el día festivo en Peñaranda para acercarse hasta la Pista Cubierta de Salamanca para realizar su Entrenamiento, de cara a las próximas competiciones. Y posteriormente y gracias a nuestro Atleta Veterano Tomás del Río, gran anfitrión, visitaron la planta de Reciclaje de Villamayor, donde vieron qué ocurre con los envases que tiramos, el proceso de reciclaje, y qué se puede hacer con lo que reciclamos. Una charla muy interesante y muy importante, el concienciarnos de la importancia de separar, reciclar para luego reutilizar y cuidar nuestro planeta.

Agradecer desde el Club a todos los trabajadores de la planta de reciclaje el permitirnos el acceso y ver cómo es su trabajo.

Deporte, Educación y Cultura es lo que intentamos potenciar desde nuestro Club para nuestros Atletas, además de disfrutar con el Atletismo, que sean personas responsables y concienciadas con nuestro medio ambiente.



- **8 MEDALLAS PARA CUATRO VETERANOS EN EL AUTONÓMICO DE PISTA CUBIERTA.**

Este mismo sábado día 17 de febrero, se disputaba el Campeonato Autonómico Máster de Veteranos en Pista Cubierta, y donde nada menos, en Salamanca, se corría en casa, y nuestros Atletas Veteranos tenían que realizar una buena actuación de cara al próximo Cto. de España Máster que también se disputará en esta Pista el próximo 02-03-04 de marzo.

Y vaya que lo hicieron, el Veterano M40 **Tomás del Río**, en su segundo año en el Atletismo a las órdenes de Pilar García, conseguía hacer un Triplete de Oros, y se proclamaba **CAMPEON AUTONOMICO** en su categoría **M40** en los 60ml con un tiempo de 7.65 igualando su Mejor Marca, en los 200ml finalizando con 24.76 **MMP** y en los 400ml parando el crono en 57.05. Una espléndida actuación.

Ángel J. García, también se proclamaba **CAMPEON AUTONOMICO M40** en 800ml con la mejor marca de la temporada de 2:10.44 y **SUBCAMPEON AUTONOMICO** en 400ml con un tiempo de 59.72 por detrás de Tomás. Con buenas sensaciones y cogiendo ritmo de cara a mejorar en el Cto. de España Máster.

Pedro J. Pérez, conseguía otras dos medallas en la categoría M35, concretamente en las pruebas de 800ml se proclamaba **SUBCAMPEON AUTONOMICO M35** con un registro de 2:08.61 **MMP**, y se colgaba el **BRONCE** en los 400ml con un tiempo de 56.47 **MMP**. Dos marcas personales que no le dan acceso al poder estar en el Cto. de España Máster al no ser marcas mínimas éstas, pero que según las inscripciones se podrá colar para disputar este Campeonato.

Y **Pilar García**, en su vuelta a la competición federada, en esta Pista Cubierta de Salamanca, se proclamaba **CAMPEONA AUTONOMICA M35** en su prueba talismán que tantas veces a disputado en los Ctos. de España Absolutos, el 1500ml, realizando una marca de 4:58.84, la mejor de las tres últimas temporadas, volviendo a coger ritmo de cara al Cto. de España Máster y el Europeo Máster de PC en Madrid.



También hubo conjuntamente un Control para otras categorías, donde hubo representación de nuestro Club en diversas pruebas. **Santiago Zaballos** participó en 300ml Cadete Sub16 con un tiempo de 44.59 **MMP**. **Luisa Rincón** en 600ml Cadete Sub16 con un crono de 1:59.96 **MMP**. **Jaime García** en 400ml Juvenil Sub18 concluía con 51.90. Y **Sara Izquierdo** en la misma categoría en 400ml realizaba 1:00.72 **MMP**.



Además, por la mañana, nuestro Atleta Juvenil Sub18 **Pedro González** se alzaba con el **BRONCE** en la Final del Gran Premio de Lanzamientos de Invierno de Castilla y León disputado en León, en la prueba de Disco 1,5kg con un lanzamiento de 32,76m.



- **PILAR GARCIA GANA LA III CARREPA SOLIDARIA "CORRE POR SIRIA".**

Ayer sábado día 18 de febrero, y tras un viaje relámpago después de proclamarse **SUBCAMPEONA AUTONOMICA M35** el día anterior en 1500ml en la Pista Cubierta. **Pilar García** competía en la III Carrera Popular Solidaria "Corre Por Siria" en Madrid, donde el principal objetivo de los organizadores es la denuncia de las violaciones a los Derechos Humanos en este País y la crisis Humanitaria en la que se encuentra su población. Pilar ganaba la carrera de 5km con un magnífico tiempo de 16:56 con muy buenas sensaciones.

Por medio de la Asociación de Apoyo al Pueblo Sirio y la ONG Fundación para el Fomento del Desarrollo y la Integración, se envía constante ayuda humanitaria con productos de primera necesidad y material médico, y la integración social y laboral a través de la educación, la cultura y el deporte.



Enhorabuena !!!!



- **V LEGUA VILLA DE MACOTERA.**

El pasado día 18 de febrero tuvo lugar la V Legua Villa de Macotera organizada por el Ayuntamiento de la localidad y el Club de Atletismo Macotera, con un gran ambiente entre los corredores, y sobre un circuito rápido, pero con su dureza pasado el ecuador de la carrera, con una dura rampa que hace merma en los corredores de cara a la parte final.

Hubo presencia de nuestros Atletas en esta carrera, **Gonzalo Sánchez** finalizaba el 4º Sénior con un tiempo de 22:01, **José Arias** con 26:37 entraba en meta en la posición 17ª en VetA, **Pedro A. Bernal** concluía el 26º VetB con un crono de 31:51,



Enhorabuena !!!!



- **NUESTROS ATLETAS JUVENILES Y JUNIOR EN EL CTO. AUT. PISTA CUBIERTA.**

El pasado día 24 de febrero, se disputaba en las instalaciones cubiertas de Río Esgueva en Valladolid, los Ctos. Autonómicos Juvenil Sub18 y Júnior Sub20 en Pista Cubierta excepto pruebas de anillo. Y donde la gran triunfadora en la expedición de nuestros Atletas fue **Ana García** que se proclamó **SUBCAMPEONA de Castilla y León** en Júnior Sub20 en la prueba de salto de Altura consiguiendo una nueva Marca Personal de 1,59m **MMP**, reforzando así su participación en el Cto. de España el próximo fin de semana día 03-04 de marzo en Ourense.

Además estuvieron representándonos otros Atletas con muy buenos resultados, **Pedro González** era 7º Juvenil Sub18 en Peso 5kg con un lanzamiento de 10.38m. **Sergio García** fue 5º Júnior Sub20 en Longitud con un salto de 5,75m. **María Cano** en Juvenil Sub18 era 13ª en 60ml, destacando la gran primera serie de 60ml que realizó en las semifinales, pero que desgraciadamente y aun avisando a la federación de que la pistola de salida no se escuchaba, dichas atletas salieron (salida nula) y no consiguieron parar a algunas de ellas como nuestra Atleta, que tuvo que repetir la carrera unos minutos más tarde con un tiempo de 8,49 colándose en la final donde realizaba 8.47 con mucha actitud y fuerza. Y **Jaime García** fue 5º Juvenil Sub18 en 60ml pasando a la final con una marca de 7.46, realizando una carrera espectacular consiguiendo Marca Personal con 7.38 **MMP**.



Enhorabuena !!!!



• VARIAS MEDALLAS EN LA FINAL DE LOS JEE DE PISTA CUBIERTA.

El domingo día 25 de febrero, varios de nuestros Atletas de la Escuela del Ayuntamiento de Peñaranda y del Club, que se clasificaron para la Final de los Juegos Escolares en Pista Cubierta en sus distintas pruebas, realizaron una actuación magnífica en las instalaciones de la Aldehuela en Salamanca, viéndose recompensados con Medallas y Marcas Personales en la última competición invernal, donde más de 200 escolares participaban.

Sabrina El Himer se proclamaba **CAMPEONA Provincial** en 60ml Infantil Sub14 con una marca de 8.64 y **SUBCAMPEONA Provincial** en 500ml con un tiempo de 1:33.84. **Paula Hernández** fue 4ª en 60ml Infantil Sub14 con una marca de 9.25 y 5ª pese a lesionarse, en salto de Altura con 1,10m. **Julia Blázquez** conseguía ser **CAMPEONA Provincial** en salto de Longitud con un salto de 4,31m y **BRONCE** en 500ml Infantil Sub14 con un crono de 1:34.71 **MMP**. **Alba Elvira** en salto de Altura Infantil Sub14 se metía en el Pódium llevándose el **BRONCE** con un salto de 1,20m y fue 6ª en lanzamiento de Peso 3kg con 5,29m.

En Cadete Sub16, **Cristian Hernández** participaba en 60ml siendo 5º con un crono de 8.68 **MMP** y 4ª en Peso 4kg con un lanzamiento de 6,78m. **Juan P. García** era **CAMPEON Provincial** en Peso 4kg con un lanzamiento de 9,79m **MMP** y 4º en Longitud con un salto de 4,65m **MMP**. Y Rodrigo Iglesia en salto de Altura finalizaba en 7ª posición con 1,15m.

Y ya en Juvenil Sub18, **Jaime García** se subía al Pódium como **CAMPEON Provincial** en 60ml con una marca de 7,50. **Pedro González** en Peso 5kg lanzaba 10,73m **MMP** proclamándose también **CAMPEON Provincial**. Y **María Cano** y **Mónica Nieto** finalizaban 5ª y 7ª respectivamente con un tiempo de 1:08.13 **MMP** y 1:09.38 **MMP**, participando estas dos Atletas también en salto de Longitud con saltos de 3,76m y 3,65m **MMP** concluyendo 6ª y 7ª.

Alejandra Redondo, participaba en el 1500ml fuera de concurso para intentar lograr la mínima para el Cto. de España Juvenil, realizando un tiempo de 5:10.93, superior a la mínima exigida.

Buena valoración para ellos de, **5 Campeones Provinciales, 1 Subcampeón Provincial, 2 Bronces y 8 Marcas Personales**



Enhorabuena a todos!!!!



MARZO 2018

- NUESTRO ATLETA MIGUEL DELGADO PREMIADO POR LA USAL.

Ayer jueves día 01 de marzo, se celebraba la **Gala del Deporte Universitario 2016** donde se entregaron los Galardones de la edición XXVIII de los Premios Anuales del Deporte Universitario, en la que a nuestro Atleta **Miguel Delgado** le otorgaron el Galardón al **Mejor Deportista Masculino Universitario**. Además de recibir también el Premio **Deportista "MERCURIALIS"** para Medallistas en Campeonatos de España, con un metal de Plata en Atletismo, y otro Premio en **INTERNACIONAL**, una mención especial a los deportistas internacionales.

Un orgullo para él, su familia, nuestro Club, nuestra Ciudad y nuestros pequeños Atletas de la Escuela que ven en él un ejemplo a seguir.



Enhorabuena Miguel !!!



- **BUENA ACTUACION DE LOS VETERANOS EN EL CTO. ESPAÑA MASTER.**

Este pasado fin de semana del 02 al 04 de marzo se disputó en la Pista Cubierta de Salamanca el XXIX Cto. de España Máster de Veteranos, todo un lujo ver a Atletas compitiendo en sus categorías desde M35 hasta M90 en las distintas pruebas que hubo a lo largo de las tres jornadas, con una inscripción de más de 1000 Atletas para más de 2000 inscripciones cerrando así la Temporada en Pista Cubierta.

Con una inscripción masiva de Salmantinos, en comparación con otros años anteriores, fueron un total de 25 Atletas, 18 hombres y 7 mujeres, en los cuales se encontraban tres de nuestros Atletas Veteranos, intentando conseguir sus mejores marcas de cara al Europeo Máster que se disputará en Madrid dentro de 15 días, y alargando un poco más la temporada Indoor.

El primero en participar, siendo su segundo año en el Atletismo y su primera competición a nivel Nacional, y siendo Triple Campeón Autonómico en las modalidades de Velocidad de 60m, 200m y 400m en categoría M40, fue **Tomás Del Río**, realizando el viernes la prueba de 200m, finalizando con un crono de 25.09, no pudiendo clasificarse para la final, pero terminando 12º de España. El sábado realizaba la prueba de 400m ganando su Final con un magnífico tiempo de 55.46 **MMP** y finalizando 9º de España. Y unas horas después, su tercera prueba el 60m, a tan solo 7 centésimas de pasar a la Final con un crono de 7.67, concluía su actuación siendo 9º de España. Atleta que por su fortaleza, aspiración y tenacidad dará que hablar en las próximas competiciones, a las órdenes de Pilar García.

Ángel J. García, también en la categoría M40, participaba el sábado por la noche en la prueba de medio fondo de 800m, consiguiendo la misma marca de esta temporada de 2:10.78, pero con ganas de más, a pesar de llegar algo cargado, pero con muy buenas sensaciones, finalizando el 17º de España.

Y como colofón a la noche del sábado, nuestra Atleta, directiva y Entrenadora del Club **Pilar García**, volvía a una competición a nivel Nacional en Máster M35, donde compitió primero en la prueba de 800m donde tenía más posibilidades de conseguir una Medalla, y a pesar de no tener todavía esa punta de velocidad para esta prueba, se alzó con el **BRONCE**, con una marca de 2:22.93. Y seguidamente el domingo por la mañana doblaba para competir en la prueba de 1500m, prueba en la que sigue encontrándose muy a gusto y donde finalizaba 6ª con un crono de 4:55.13.



Enhorabuena, y a realizar una magnífica actuación en el próximo Europeo Máster que se disputará en la Pista Cubierta de Gallur en Madrid, estos tres Atletas junto a **Pedro J. Pérez** estarán compitiendo con la camiseta de España la semana del 19 al 25 de marzo !!!



- **EL EQUIPO INFANTIL FEMENINO COSECHA UNA MEDALLA DE BRONCE.**

El pasado sábado día 03 de marzo se disputaba en la localidad de Torquemada el Cto. Regional de Deporte en Edad Escolar de Campo a Través, donde nuestro Equipo Infantil Femenino se clasificó como equipo habiendo sido Campeonas Provinciales en la Final de los Juegos Escolares de Salamanca. Disputando esta carrera como Equipo del Ayuntamiento de Peñaranda, en la clasificación individual finalizaban, **Alba Elvira** (38), **Sabrina El Himer** (51), **Julia Blázquez** (60) y **Paula Hernández** (69)., consiguiendo el 4º puesto como equipos cerquita de la medalla.

Medalla que conseguían por la clasificación de Selecciones Provinciales junto a otras compañeras de la Provincia de Salamanca, subiendo al Pódium en tercer lugar, colgándose el **BRONCE** y así desquitándose de la medalla que no consiguieron por equipos.



Enhorabuena Chicas !!!



- **ANA GARCIA 15ª EN SALTO DE ALTURA EN EL CTO. DE ESPAÑA JUNIOR SUB20.**

También fue un fin de semana especial para una de nuestras Atletas Júnior Sub20, **Ana García**, que conseguía estar por primera vez en un Cto. de España después de todo el esfuerzo, tenacidad y entrenamientos tanto en la Escuela con sus Monitores, como con su Entrenadora Pilar García dentro del Club dentro de su Tecnificación en Atletas de categorías superiores

Ana García viajó con la expedición de la Federación de Castilla y León al XLV Cto. de España Júnior Sub20 en Pista Cubierta disputado en la localidad de Ourense, en el cual compitió el domingo día 04 de marzo en la modalidad de Salto de Altura sobre una marca de 1,59m que tenía permitiéndole participar en este evento, finalizando 15ª de España con un salto de 1,54m y tres nulos en 1,57m.



Enhorabuena !!!



- **NUESTROS ALTETAS POPULARES EN EL MM CIUDAD DE SALAMANCA.**

El domingo día 04 de marzo, dentro de un fin de semana completo en Salamanca Capital con el Cto. de España Máster, se disputaba también el VII Medio Maratón Ciudad de Salamanca, en un agradable día para la actividad física al aire libre, con buena temperatura y sol, aunque con un molesto viento en algunas de las partes del recorrido.

Allí estuvieron nuestro compañero José L. Hernández finalizando con un tiempo de 1:24: 15, y nuestros Atletas Populares **José Arias** concluyendo con una marca de 1:38:31 siendo el 155 VetB, **Belén Tiedra** con un crono de 1:43:58 siendo 16ª en VetB y **Pedro Bernal** con 2:09.34 siendo el 100º en la categoría VetE.



Enhorabuena !!!



- **JAIME GARCIA Y ALEJANDRA REDONDO EN EL CTO. ESPAÑA JUVENIL SUB18.**

El fin de semana del 10-11 de marzo, se disputaba el XLI Campeonato de España Juvenil Sub18 en Pista Cubierta, en la localidad de Antequera, y donde dos de nuestros Atletas del Club pudieron competir tras conseguir las marcas mínimas pertinentes en sus diferentes pruebas.

Jaime García, en una disciplina nueva, la de Velocidad, disputaba la prueba de 400ml, en la que finalizaba 4º de su serie y 19º de España con un crono de 51.87, no pudiendo acceder por tiempos a la Final. Prueba difícil en Pista Cubierta ya que después de casi una vuelta se coge calle libre y en ese momento hay muchos encontronazos para una buena colocación.

Y **Alejandra Redondo**, se colaba en el Campeonato por inscripción, ya que estuvo cerquita de la marca mínima exigida, compitiendo en la prueba de 1500ml y concluyendo 10ª de su serie con un tiempo de 5:08.80, para finalizar la 22ª de España.



Enhorabuena a los dos!!!



- **MARCAS Y MEDALLA EN EL CTO. AUT. INFANTIL SUB14 Y CADETE SUB16.**

También el pasado día 10 de marzo, en el Campeonato Autonómico Infantil Sub 14 y Cadete Sub16 (excepto pruebas de anillo) disputado en las instalaciones de Río Esgueva en Valladolid, estuvieron varios de nuestros Atletas de estas categorías, realizando muy buena actuación.

Nuestro Atleta **Juan P. García** se colgaba el **BRONCE** en la prueba de Peso 4kg Cadete Sub16 con un lanzamiento de 11,41m **MMP**. Disciplina que lleva practicando desde que comenzó la Escuela y en la que no ha realizado entrenamientos específicos, pero que aun así, se ha visto recompensado con una Medalla. Y además **Cristian Hernández** competía en 60ml, finalizando 5º de su serie realizando su Mejor Marca Personal de 8.60 **MMP**.

Y en Infantil Sub14, participaban en 60ml **Sabrina El Himer** con un crono de 8.41 quedaba 3ª de su serie y se metía en la Final donde realizaba una marca de 8.37 **MMP** concluyendo 5ª y **Julia Blázquez** con un tiempo de 9.24 **MMP** terminando 7ª de su serie, participando también en Longitud finalizando 8ª con un salto de 4,31m. **Alba Elvira** en Altura fue 13ª con un salto de 1,21m **MMP**, progresando mucho en esta disciplina de saltos. Y **Paula Hernández** no pudo finalizar el 60mv y la Altura.



Enhorabuena!!!



- **CRISTIAN HERNANDEZ 3º EN LA III ENJOY 10K RUNNING ALDEHUELA.**

El domingo día 11 de marzo, dentro de las categorías infantiles que se disputaron en la III edición de los 10k Enjoy Running Aldehuela, nuestro Atleta **Cristian Hernández** finalizaba en 3ª posición consiguiendo subir al Pódium, recibiendo su merecido premio en categoría Infantil 2. Demostrando una buena forma física en las competiciones.



Enhorabuena!!!



- **1ª JORNADA DE LOS JJEE EN PISTA AIRE LIBRE.**

El pasado día 11 de marzo, tenía comienzo, en las Pistas del Helmántico en Salamanca, la 1ª Jornada de los Juegos Escolares en Pista al Aire Libre en las categorías Infantil Sub14 y Juvenil Sub18, en una mañana con viento, y donde estuvieron nuestros Atletas de la Escuela del Ayto. de Peñaranda y del Club disfrutando de sus diferentes pruebas.

En Infantil Sub14 Femenino, estuvieron **Paula Hernández** en 80ml 2ª con 11.40 **MMP** y **Sabrina El Himer** 3ª con el mismo tiempo. En 220mv **Alba Elvira** era 1ª con un crono de 40.60 **MMP** y **Julia Blázquez** 4ª con 42.60, finalizando también 2ª en Altura con un salto de 1,28m **MMP**. En Jabalina participaban de nuevo Paula 3ª y Alba 6ª con unos lanzamientos de 12,65m **MMP** y 11,49m **MMP**. Y en relevos 4x80m este equipo Infantil concluía 4º con 50.90.

En Juvenil Sub18, **Pedro González** participaba en 100ml con un tiempo de 12.80 **MMP** y en Disco 1,5kg con un lanzamiento de 34,27m. En 100ml femenino, **María cano** realizaba 13.10 **MMP**, **Sara Izquierdo** 13.40 **MMP** y **Mónica Nieto** 14.40. Repetían en 400ml Sara 1ª y Mónica con 1:02.00 y 1:11.60 **MMP** respectivamente.

🏆 📷 // 📷 : Por Delegación.

Enhorabuena!!!



- **ATLETAS EN EL CTO. AUT. DE SELECCIONES PROVINCIALES INFANTIL SUB14.**

Varias de nuestras Atletas Infantiles Sub14 estuvieron convocadas con la Selección Provincial Infantil Sub14 para disputar el Cto. Autonómico en Pista al Aire Libre. En concreto **Sabrina El Himer** disputando los 80ml finalizando 4ª de su serie con un tiempo de 11.48, **Paula Hernández** en 80mv con un crono de 15.86, **Alba Elvira** en Altura con un salto de 1,10m y **Julia Blázquez** en Longitud con un salto de 4,21m.

Todas nuestras Infantiles representando a la Provincia, al Club y a la Ciudad de Peñaranda, demostrando su tenacidad, su buena forma física y finalizando 5ª con la Selección Provincial.



: Por Delegación.

Enhorabuena!!!



- **LOS VETERANOS DEL CLUB FINALIZAN CON EXITO EL CTO. EUROPA MASTER.**

Semana del día 19 al 24 de marzo da comienzo el **CAMPEONATO DE EUROPA MASTER** de Veteranos, que se disputa en las Pistas de Gallur en la capital de España, y donde nuestros Atletas **Tomás del Río, Pedro J. Pérez, Ángel J. García y Pilar García**, estarán disputándolo en las diferentes pruebas en las que participan.

El primero en entrar a jugar en esta competición Europea, con la camiseta de España, ha sido **Tomás del Río**, el pasado lunes 19 de marzo, finalizando 4º de su serie en el 400ml M40 con un registro de 56.69, y no con muy buenas sensaciones, viniendo de un resfriado y dolor ceático. Pero que estar en un Campeonato de esta envergadura siendo su segundo año en el Atletismo y concluyendo el 23º de Europa, es más que satisfactoria para él.

El miércoles día 21 ha sido el día para la prueba de 800ml donde **Ángel J. García** participaba en M40 finalizando 4º de su serie con una marca de 2:11.17 y siendo el 27º de Europa, en una carrera lenta. Y **Pedro J. Pérez** en M35, su primera internacionalidad y concluyendo 6º de su serie con un crono de 2:11.67, siendo el 33º de Europa.

El jueves día 22 repetía en el Campeonato, **Tomás del Río** en 200ml M40, concluyendo 3º de su serie con un crono de 25.17 y clasificándose para las semifinales de por la noche en la posición 24º, realizando una marca de 25.61 para finalizar el 19º de Europa.

Y hoy viernes día 23, se disputaban las finales de los 1500ml, donde **Ángel J. García** en M40 realizaba marca de la temporada con 4:32.71, 7º de su serie y 32º Europeo. Y la magnífica participación de **Pilar García** M35 consiguiendo ser 5ª de Europa con un registro de 4:47.82 a tan solo 4 segundos de medalla, en una buena carrera, con buenas sensaciones y

Enhorabuena a los cuatro por su participación Internacional con la camiseta de España y hacer extensiva la felicitación a tod@s los salmantinos que han estado en este Campeonato como Andrés Vaquero, Francisco Aparicio, Lourdes Morán, Ricardo Adrados y alguno más que finalizarán mañana con el Cross.



• VENTOSO PRIMER CONTROL PROVINCIAL AL AIRE LIBRE.

En una mañana mala para la práctica del Atletismo al aire libre por las fuertes rachas de viento que hubo, el pasado día 24 de marzo, sin que se pudiesen realizar buenas marcas en las diferentes pruebas, se disputaba el Primer Control de Pista al Aire Libre en todas las categorías, donde varios de nuestros Atletas estuvieron aguantando el tipo cuando les tocaba competir.

En Benjamín Sub10 estuvieron en 50ml y en Longitud, **Mario Sánchez** con un tiempo de 8.40 MMP y 2,85m MMP, **Jonás Rodríguez** con 9.00 MMP y 2,73m MMP, **Alvar Iglesia** con 10.00 y 1,89m, **Álvaro de Dios** con 9.30 MMP y 1,90m MMP, **Leire Hernández** 8.90 MMP y 2,39m MMP, y **Nayara García** con 9.40 MMP y 2,29 MMP.

Las Infantiles Sub14 competían en 500ml finalizando **Sabrina El Himer** con 1:33.70 MMP y **Julia Blázquez** con 1:36.30 MMP.

En Cadete Sub16, **Cristian Hernández** participaba en 300ml con 47.10 MMP y en Peso 4 kg con un lanzamiento de 6,32m, **Rodrigo Iglesia** en 300ml concluía con 48.90 MMP y en Longitud con 3,73m MMP, y **Luisa Rincón** en 300ml marcaba 50.50 MMP y en Longitud 3,15m MMP.

En Juvenil Sub18, en 100ml **María Cano** realizó 13.00 MMP y en 200ml 28.10 MMP. **Jaime García** en 200ml marcaba un crono de 23.10 MMP y en 400ml 51.90 MMP. **Sara Izquierdo** en 200ml terminaba con 27.00 MMP y en 400ml con 1:01.30 MMP. En 800ml **Alejandra Redondo** y **Mónica Nieto** concluyeron con 2:32.30 y 3:00.80 MMP, **Ana García** en 100m con 17.50 MMP y en Altura con 1,45m. **Sergio García** en Longitud con 5,26m. Y **Pedro González** en Disco 1kg con 31.69m.

En Promesa Sub23, a modo de entrenamiento, participaban en tres pruebas, **Miguel Delgado** en 200ml con 23.50, en 300ml con 37.80 y en 800ml con 2:12.60 y **Álvaro Coronado** con 26.30 MMP, 41.60 MMP y con 2:15.30 MMP.

Además, los Veteranos **Tomás del Río**, **Pedro J. Pérez** y **Ángel J. García** quisieron terminar la temporada invernal al Aire Libre disputando un 400ml antes del descanso merecido de una semana, realizando unos tiempos de 56.50 MMP, 58.60 y 1:00.10 respectivamente.



//



: Por Delegación.

Enhorabuena!!!!!!



- **II JORNADA DE JJEE ESCOLARES EN PISTA PARA INFANTILES Y JUVENILES.**

El pasado domingo 25 de marzo, tuvo lugar la II Jornada de los Juegos Escolares organizados por la Diputación de Salamanca de las categorías Infantil y Juvenil disputada en las Pistas del Helmántico de Salamanca, de cara a la clasificación para la Final, nuestros Atletas de la Escuela del Ayuntamiento y Club dieron lo máximo en las pruebas que disputaron para poderse clasificar.

En Infantil estuvieron **Sabrina El Himer** disputando los 80ml con un crono de 10.80, **Julia Blázquez** en 80ml con 11.60 **MMP** y en Longitud con un salto de 3,76m, **Paula Hernández** en 220mv con un tiempo de 39.90 **MMP** y en Longitud con 3,62m **MMP** y **Alba Elvira** en 1000ml con 3:43.10 **MMP** y en Altura con 1,05m. Este equipo Femenino en Relevos 4x80ml consiguió la 1ª posición con una marca de 46.00.

En Juvenil, **Jaime García** participaba en 100ml con un tiempo de 10.90 **MMP** y en 400ml con 53.90, **Pedro González** en Peso 4kg con un lanzamiento de 10,50m y en Disco 1,5kg con 29,27m, **Sara Izquierdo** en 100ml con un crono de 12.90 **MMP** y en 400ml con 1:02.90, **María Cano** en 100ml con 13.20 y en 400ml con 1:12.20 **MMP**, **Alejandra Redondo** en 1500ml con una marca de 5:18.70 y **Mónica Nieto** en Longitud con 4,01m **MMP**.



Enhorabuena!!!!!!



ABRIL 2018

• V CARRERA DEL HORNAZO DE PEÑARANDA.

El pasado sábado día 07 de abril, en jornada de tarde, tuvo lugar en nuestra Ciudad, la V edición de la Carrera del Hornazo, organizada por el Ayuntamiento y la Diputación de Salamanca, con la colaboración de Clubes, Asociaciones, Industrias y Empresas. Una tarde nublada, con respeto por la lluvia que al final no apareció, pero si algo de viento molesto. En esta ocasión parte de la inscripción iba destinada con un fin Solidario a la Asociación ARIADNA Salamanca, para apoyar e integrar a las personas con Autismo.

Parte de nuestros Atletas, sobre todo en categorías menores, participaron en la Carrera. En categoría Benjamín, **Mario Sánchez** fue 2º, **Jonás Rodríguez** 4º, **Álvaro de Dios** 7º y **Nayara García** 4ª. En Infantil, **Julia Blázquez** fue 1ª. Y en Cadete, **Juan P. García** y **Cristian Hernández** fueron 1º y 2º respectivamente.

En categoría Juvenil-Júnior **Álvaro Coronado** subía a lo más alto del pódium con un tiempo de 36:16. En Veterana A, **José Arias** concluía en 19ª posición con un crono de 42:02 y **Lorena Redondo** en 5ª posición con 57:08. En Veterana C, **Pedro A. Bernal** era 8º con 49:36.

Además de numerosos Peñarandinos y Corredores de la Comarca que se acercaron para disfrutar del Hornazo de la Bolsa del Corredor.



: Por Delegación de Atletismo.



: ACUFOPE (Medes).



: ACUFOPE (JP Quiroga).



- **CONTROL PROVINCIAL HOSPES-BEDUNIA EN PISTA AIRE LIBRE.**

Ayer sábado día 14 de abril por la mañana, tuvo lugar el Control Provincial Hospes-Bedunia organizado por la Delegación de Atletismo de Salamanca en las Pistas Municipales del Helmántico, donde algunos de nuestros Atletas se acercaron de cara a la temporada veraniega. Como fue el caso del Promesa Sub23 **Miguel Delgado** que participó en 100ml parando el crono en 11.61 MMT, y en 200ml realizando una marca de 23.18 MMT. El Cadete Sub16 **Cristian Hernández** estuvo en Disco 1kg con un lanzamiento de 18,72m **MMP** y **Juan P. García** en Jabalina 600g marcaba un lanzamiento de 22,21m **MMP**. Y el Juvenil Sub18 **Pedro González** lanzaba en Disco 1,5kg 34,76m MMT.

🏆 📷 // 📷 : Por Delegación.

Enhorabuena !!!



- **PRIMERA JORNADA ALEVIN-CADETE DE LOS JUEGOS ESCOLARES EN PISTA.**

Hoy mismo día 15 de abril, en jornada de mañana, era la ocasión de las categorías Alevines y Cadetes para disputar la primera Jornada de los Juegos Escolares en Pista al Aire Libre, y como es costumbre, varios Atletas de nuestro Club y Escuela del Ayuntamiento de Peñaranda participaron en las diferentes pruebas de cara a realizar buenas marcas para clasificarse de la Final de los JJEE.

En Alevín Femenino participaba **Marwa El Himer** en 60m con un registro de 10.00 y Longitud con un salto de 2,10m **MMP**. En Cadete **Santiago Zaballos** competía en 100m con un crono de 13.50 **MMP** y en Longitud con 4,38m **MMP**, **Rodrigo Iglesia** en 100m con 13.90 **MMP** y en Longitud con 4,16m **MMP**, **Cristian Hernández** en 1000m realizaba un tiempo de 3:38.50 y en Peso 4kg con un lanzamiento de 6,77m, **Juan P. García** en Peso 4kg con 9,69 y en Disco 1kg con 18,87 **MMP** y **Luisa Rincón** en 100m con 14.40 **MM Py** en Salto de Altura con 1m. Además, en Relevos 4x100m el Equipo Cadete Masculino finalizaba en 4ª posición con una marca de 55.40.



- **MIGUEL DELGADO EN EL CTO. DE ESPAÑA UNIVERSITARIO AL AIRE LIBRE.**

El pasado fin de semana del 21-22 de abril, nuestro Atleta Promesa **Miguel Delgado** estuvo participando en el Campeonato de España Universitario disputado en las Pistas de Atletismo de Andújar en Jaén, comenzando con la preparación de la temporada de verano, de cara al Cto. de España Promesa. Compitiendo en su prueba, el 400ml, pero con molestias en una de sus piernas, la cual no le dejó al final realizar la actuación que quería, siendo 6º de su serie con 50.96, no pudiéndose clasificar para la final.



- **JOSE ARIAS Y BELEN TIEDRA EN EL MARATON DE MADRID.**

El domingo día 22 de abril, se acercaban a Madrid dos de nuestros Atletas Veteranos a disputar la **Maratón Rock'n Roll**, con una ilusión, respeto y nerviosismo de cualquier principiante. Disfrutaron del recorrido, del ambiente, de sus buenas sensaciones y su buen resultado. Cada uno hizo su carrera, saliendo juntos y entrando juntos en la Meta.

José Arias finalizaba con un tiempo de 4:01.48 obteniendo un buen resultado a mitad de carrera con 1 hora y 50 minutos, aunque a partir del km25 sí que se vio más forzado, cayendo algunos puestos, pero sin denotar cansancio y con una sonrisa siempre en la cara.

Belén Tiedra concluía con un registro de 4:01:45 **MMP**, siendo muy constante en toda la carrera con un ritmo continuo, realizando un tiempo de 1 hora y 56 minutos el paso por la media maratón, y solo notando el cansancio a partir del km35.

Buen entrenamiento que han llevado a cabo estos dos Atletas con su Entrenadora Pilar García, que les estuvo animando en diferentes puntos del recorrido, sabiendo en cada momento por donde estaban con la aplicación de la organización.



Enhorabuena !!!!!



MAYO 2018

- **XXVI CARRERA PEÑARANDINA HIJOS, PADRES Y ABUELOS.**

El pasado día 01 de mayo, se disputaba un año más la XXVI Edición de la Carrera Popular Hijos, Padres y Abuelos, donde el organizador de la carrera, el AMPA San Lázaro del Colegio CEIP Severiano Montero de Peñaranda de Bracamonte, junto con la Diputación de Salamanca, el Ayuntamiento, nuestro Club de Atletismo, otros Clubes y Asociaciones de la Ciudad, y numerosas Empresas que aportan cada año su granito de arena, invitan y animan a tod@s los amantes al deporte a disfrutar en familia de esta emotiva carrera, dando ejemplo, y uniendo Deporte y Diversión.

Longeva CARRERA GRATUITA esta, que comenzó organizándose para el disfrute de toda la familia desde el AMPA del Colegio y que sigue con ese espíritu, dando gracias a todos los que trabajan por tener todo en perfecto estado para el día de la carrera y recordando a los que estuvieron trabajando por ella y que dieron tanto para que esta carrera continúe.

Nuestros Atletas del Club estuvieron desde los más pequeños, Chiquitines y Prebenjamines, y **Mario Sánchez, Jonás Rodríguez, Álvaro de Dios, Alvar Iglesia,** y **Nayara García** en Benjamín. **Vega Casas y Marwa El Himer** en Alevín. **Sabrina El Himer** y **Julia Blázquez** en Infantil. **Santiago Zaballos, Juan P. García, Cristian Hernández** y **Rodrigo Iglesia** en Cadete.

En Promesa estuvieron **Álvaro Coronado (1º), Sara Izquierdo (1ª)** y **Carolyn Nero (2ª)**. En Mujeres, excelente actuación de las integrantes del Grupo de Mantenimiento **María Tiedra 3ª VetB, María García 4ª VetA, Ainhoa Tiedra 7ª Sénior, Victoria Blanco 10ª VetB, Amelia Bernal 15ª Sénior** y **Sonia García 13ª VetA**, junto con las integrantes del Club **Belén Tiedra 2ª VetA, Toñi Caballero 13ª VetB** y **Lorena Redondo 5ª VetA**. También **Pedro Bernal 6º** en VetC, **Alberto Galán 17º Sénior, Jesús Redondo 19º** en VetB, y **Ángel J. García** como 1º Peñarandino.

Agradecer a todas las empresas que colaboran económicamente y con sus productos para conseguir dar numerosos premios y realizar un gran sorteo para todos los participantes.

🏆 📷 // 📷 : Por Delegación // 📷 : ACUFOPE.



- **II JORNADA DE JJEE EN PISTA AIRE LIBRE ALEVIN Y CADETE APLAZADA.**

El pasado domingo día 06 de mayo, en las Pistas de Atletismo de Palomares en Béjar, se disputaba la Jornada aplazada de los Juegos Escolares en Pista al Aire Libre que fue aplazada por las inclemencias del tiempo, y donde nuestros Atletas de la Escuela del Ayto. de Peñaranda y del Club intentaban clasificarse en las diferentes pruebas para la Final de este domingo día 13 de mayo.

En Infantil estuvieron, **Marwa El Himer** en 60ml con un tiempo de 9.70 **MMP**. Y en Cadete **Cristian Hernández** en 100ml con un crono de 13.40 **MMP** y en Disco 1kg con un lanzamiento de 19,21m **MMP**, **Rodrigo Iglesia** en Longitud con un salto de 4,03m y **Luisa Rincón** en Longitud con 3,79m **MMP**.

🏆 📷 // 📷 : Por Delegación.



- **PEDRO BERNAL EN LA I EDICION DE LOS 10KM DE GUDINO.**

El pasado domingo día 06 de mayo, también tuvo lugar en la localidad de Villamayor, la I Edición de los 10km de Gudino, sobre un circuito rápido de asfalto en el que más de 500 inscritos pudieron realizar unos magníficos tiempos, y donde nuestro Atleta Pedro A. Bernal estuvo disfrutando de esta competición con un tiempo de 55:21.

Enhorabuena.



- **I CONTROL DE PRIMAVERA EN PISTA AL AIRE LIBRE.**

El pasado miércoles día 09 de mayo, tuvo lugar en las Pistas de Atletismo del Helmántico, en jornada de tarde, el primer Control de Primavera al Aire Libre del Ayuntamiento de Salamanca organizado por la Delegación Salmantina de Atletismo para que los Atletas de la provincia y de fuera, fuesen teniendo el contacto con la competición de cara a la consecución de las marcas mínimas exigidas para los Ctos. Autonómicos y Nacionales.

Un numeroso grupo de nuestros Atletas estuvieron disputando las diferentes pruebas que se planificaron. El Veterano **Tomás del Río** en 100ml concluía con un crono de 12.33 MMP. En 200ml **Jaime García** realizaba un tiempo de 23.73, **Tomás del Río** 25.75, **Sara Izquierdo** 27.70 y **María Cano** 29.77. En 800ml, **Álvaro Coronado** marcaba 2:09.75 MMP, **Pedro J. Pérez** 2:12.40, **Ángel J. García** 2:15.07 y **Pilar García** con 2:25.37. En 400mv estuvieron **Sara Izquierdo** y **Mónica Nieto** con una marca de 1:11.21 MMP y 1:21.84 MMP respectivamente. En Longitud, **Sergio García** realizaba un salto de 5,57m. **Juan P. García** lanzaba Disco 1kg con un lanzamiento de 25,09m MMP junto a **Cristian Hernández** con 21,03m MMP, y donde también **Pedro González** en Disco 1,5kg lanzaba 35,37m.



- **CTO. AUTONOMICO INFANTIL SUB14.**

El pasado sábado día 12 de mayo en las Pistas de Atletismo de Soria, se disputaba el Cto. Autonómico Infantil Sub14, donde las integrantes de nuestro equipo de la categoría obtuvieron una gran actuación en las diferentes pruebas en las que se clasificaron con marcas mínimas.

Sabrina El Himer en 80ml fue 18ª con un tiempo de 11.86, realizando también 500ml siendo 10ª con 1:33.08 **MMP**. En 80ml **Paula Hernández** fue 11ª con un crono de 11.66, compitiendo también en 220mv siendo 9ª con 38.51 **MMP**. **Julia Blázquez** finalizaba 17ª en 500ml con 1:40.19 y en Longitud 10ª con un salto de 3,93m. Y **Alba Elvira** en 220mv concluía en 12ª posición con 40.66, compitiendo también en Altura no obteniendo marca.



Enhorabuena a estas chicas !!!!!!!!!!!



- **FINAL DE LOS JUEGOS ESCOLARES EN PISTA CON NUMEROSAS MEDALLAS.**

El domingo día 13 de mayo se disputaba en las Pistas de Atletismo de Salamanca, la Final de los Juegos Escolares en Pista al Aire Libre, donde nuestros Atletas clasificados realizaron una gran actuación consiguiendo en total 7 Oros, 3 Platas y 2 Bronces, además el Equipo Infantil Sub14 se proclamó Campeón Provincial en Relevos 4x800m.



Enhorabuena a tod@s !!!!!!!!!!!



- PEDRO BERNAL DISPUTABA LA CARRERA CIVICO-MILITAR SAN FERNANDO.

También el domingo día 13 de mayo discurría por las calles de Salamanca, la VIII edición de la Carrera Cívico-Militar San Fernando, con un fin solidario hacia la Asociación ARIADNA (Asociación de Personas con Autismo en Salamanca). Y en la cual estuvieron numerosos Peñarandinos y nuestro Atleta Veterano **Pedro Bernal**, que finalizaba el recorrido de 10km en un tiempo de 52:03, clasificándose en la posición 57 de la categoría VetE.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **TRES DE NUESTROS ATLETAS SELECCIONADOS PARA EL CTO. DEPORTE EDAD.**

El pasado sábado día 19 de mayo se disputaba el Campeonato Regional de Deporte en Edad de Pista al Aire Libre en las Pistas de Río Esgueva en Valladolid, y tres de nuestros Atletas estuvieron representando a la Selección Provincial de Salamanca, a nuestro Club de Atletismo y a la Ciudad.

El Cadete **Cristian Hernández** competía en la prueba de Disco 1kg, finalizando 10º con un lanzamiento de 18,61m, colaborando así para que se colgara la Medalla de Bronce con la Selección Provincial Salmantina. Un premio al gran trabajo que lleva realizando a lo largo de estos años en el Atletismo.

Y las Infantiles **Sabrina El Himer** que compitió en 80ml, siendo 5ª con un crono de 11.24. Y **Julia Blázquez** que realizaba la prueba de Longitud con un salto de 4,12m, concluyendo en 8ª posición.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **NUESTROS ATLETAS EN EL TROFEO INTERNACIONAL ANA PEREZ.**

Este pasado sábado día 26 de mayo se disputaba el XXVIII Trofeo Internacional Ana Pérez de Valladolid, en las Pistas de Atletismo de Río Esgueva, donde tres de nuestros mejores Atletas promesas estuvieron compitiendo en sus diferentes pruebas, para ponerse a todo de cara a las próximas competiciones al Aire Libre.

El Promesa Sub23 **Miguel Delgado** realizaba los 200ml (11º) finalizando 3º de su serie con un tiempo de 22.45 **MMT**, mejor marca de la temporada y cerca de su mejor registro, no siendo especialista en esta distancia y habiendo salido de una lesión, debiéndose de encontrar de nuevo con la alta competición.

La Juvenil Sub18 **Sara Izquierdo** competía también en el 200ml no siendo tampoco su especialidad, pero estando cerca de su mejor marca y concluyendo 7ª de su serie con un crono de 27.42.

También en Juvenil Sub18, Alejandra Redondo, que también salía de una lesión, participaba en el 800ml, finalizando 8ª con una marca de 2:30.33 **MMT**, con un 600 muy rápido que al final acabó pagando por la falta de competición de estas últimas semanas.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **II CONTROL DE PRIMAVERA EN PISTA AL AIRE LIBRE.**

El pasado miércoles día 30 en jornada de tarde, se disputaba el II Control de Primavera en Pista al Aire Libre en las Instalaciones del Helmántico, organizado por el Ayto. de Salamanca y la Delegación Salmantina de Atletismo con el fin de que los Atletas de la Provincia, y dando oportunidad también a los de fuera de ella, puedan conseguir Marcas Personales y Mínimas para los distintos Ctos. Autonómicos y Nacionales que se disputarán en las próximas fechas.

Y un gran grupo de nuestros Atletas entre las categorías de Cadete Sub16 hasta Veterano Máster, estuvieron compitiendo y realizando magníficas marcas en las distintas pruebas.

En 100ml **Tomás del Río** realizaba un tiempo de 12.36 y **María Cano** de 13.88. En 400ml, **Miguel Delgado** concluía con 49.72, **Jaime García** con 52.12, **Tomás del Río** con 58.01, **Pedro J. Pérez** con 59.15, **Ángel J. García** con 1:00.43, **Sara Izquierdo** con 1:02.24 y **Mónica Nieto** con 1:14.53. En 1500ml **Ángel J. García** y **Álvaro Coronado** finalizaban con una marca de 4:32.93 y 4:31.73 MMP respectivamente y **Pilar García** con una marca de 4:56.27. En Altura participaba **Ana García** realizando un salto de 1,52m. Y en Peso 4kg, **Juan P. García** y **Cristian Hernández** lanzaban 10,17m MMP y 6,89m MMP, doblando también en Jabalina 600g con dos lanzamientos de 29,45m MMP y 18,25m MMP respectivamente. Y en Jabalina 700g **Pedro González** lanzaba 31,51m MMP.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



JUNIO 2018

• CTOS. AUTONOMICOS CADETE SUB16 Y JUVENIL SUB18 CON MEDALLA.

El pasado sábado día 02 de junio se disputaba en las Pistas de Río Esgueva en Valladolid el Cto. Autonómico Cadete Sub16 y Juvenil Sub18 en Pista al Aire Libre, donde nuestros Atletas que participaron clasificándose con las mínimas exigidas por la Federación de Castilla y León de Atletismo, estuvieron a un gran nivel, siendo el balance de **1 Medalla de Bronce, 3 cuartos puestos, 1 quinto puesto, 1 sexto puesto y una semifinalista en dos pruebas.**

7 Atletas fueron los que representaron al Club y a la Ciudad, estando 7 dentro de los 8 mejores de la región. **Pedro González**, Juvenil Sub 18 de primer año, participaba en Peso 5kg siendo 5º con un lanzamiento de 10,84m **MMP**, realizando también un gran concurso en Disco 1,5kg siendo 4º con un lanzamiento de 39,89m **MMP**. En 400m **Mónica Nieto** era 4ª con una marca de 1:22.54, mermada en el paso de vallas por la falta de entrenamiento de las últimas semanas. **María Cano** Juvenil Sub18 fue 6ª de su serie de 200m (19ª) con un crono de 29.02. Y en 100m (20ª) 7ª de su serie con 13.80 progresando continuamente.

En 1500m, **Alejandra Redondo** Juvenil Sub18 era 5ª con un tiempo de 5:16.00, llegando muy justa de forma por problemas musculares, saliendo decidida, con su ritmo y realizando los últimos 400m de menos a más.

En Peso 4kg Cadete Sub16, **Juan P. García** finalizaba en 6ª posición con un lanzamiento de 9,80m **MMP**. Y estuvo a las puertas de poder participar también en Disco y Jabalina.

Jaime García finalizaba 4º en 400m con una marca de 51.50 **MMP**, luchando hasta el final y con un buen sabor de boca, cerca de esa mínima para el Cto. de España Juvenil.

Sara Izquierdo Juvenil Sub18 participaba en 400m realizando 1:00.12 **MMP**, y consiguiendo en los metros finales ser **BRONCE** ante Atletas de segundo año en la categoría, y cerquita también de la mínima para el Cto. de España Juvenil.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **MEDALLA DE BRONCE PARA ANA GARCIA EN EL CTO. AUT. JUNIOR SUB20.**

El pasado sábado día 09 de junio, en una tarde muy lluviosa, debiendo retrasar todos los concursos de lanzamientos, se disputó en las Pistas de Río Esgueva en Valladolid, el Cto. Autonómico Júnior Sub20, en el cual participaba nuestra Atleta **Ana García** en la modalidad de Altura, intentando conseguir la mínima para el Cto. de España de su categoría, pero donde el mal tiempo echó al traste la tarde, consiguiendo realizar un salto de 1,45m. Lo mejor, el **BRONCE** conseguido por la Atleta, que paso a paso demuestra que es su especialidad.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **OROS PARA NUESTROS VETERANOS EN EL CTO. AUT. MASTER.**

También el pasado sábado día 09 de junio en la Pista de Atletismo de Río Esgueva en Valladolid, se disputaba el Cto. Autonómico de Veteranos Máster. En el cual participaron 4 de nuestros Atletas con una magnífica actuación, ya que se trajeron **6 Oros y 1 Bronce**, pódium de todos ellos en todas las pruebas que disputaron.

Comenzaba nuestro Atleta **Tomás del Río**, bajo lluvia, en los 100ml, consiguiendo ser **TRIPLE CAMPEON AUTONOMICO M40**, con una marca de 12.35 en los 100ml y participando en los 200ml con un tiempo de 25.49 y en 400ml con una marca de 56.84. Con algo de desilusión por no poder bajar sus marcas personales en alguna de las pruebas, pero con esa alegría que dan las Medallas conseguidas.

Pedro J. Pérez también participaba en los 400ml **M35** con un crono de 57.20 **MMP** y siendo **BRONCE** en esta prueba de velocidad. Consiguiendo ser **CAMPEON AUTONOMICO M35** en la prueba de 800ml M35 disputada después, en la que conseguía un registro de 2:15.24.

Ángel J. García se proclamaba **CAMPEON AUTONOMICO M40** en 800ml concluyendo un una marca de 2:11.33, siendo el más rápido de las dos series.

Y **Pilar García** que competía en la prueba de 1500ml, también subía al Pódium como **CAMPEONA AUTONOMICA M35**, corriendo sola de principio a fin, ganando la carrera y realizando una marca de 4:54.73.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **TROFEO INTERNACIONAL CIUDAD DE SALAMANCA.**

También el pasado día 09 de junio, varios de nuestros Atletas, promesas del Atletismo de la Comarca y Provincia, y a nivel Nacional, fueron admitidos en sus diferentes pruebas en el XXI Trofeo Internacional de Atletismo Ciudad de Salamanca que se disputó en la Pista del Helmántico, con un gran ambiente.

La tarde del día anterior, la Delegación realizó unas pruebas para los Atletas que no fueron admitidos para participar en el Trofeo, y en el cual estuvo nuestro Atleta **Pedro J. Pérez** participando en los 200ml con 26.05 y **María Cano** en 100ml realizando una marca de 14.13 y en 200ml con 28.71.

Ya en el propio Trofeo Internacional, nuestro Atleta Promesa **Miguel Delgado** se codeaba entre los mejores y en la mejor serie, pero una maldita calle 1 que solo se corrió en su serie, le llevó a realizar una marca discreta de 50.14. Nuestro Atleta Juvenil Sub18 **Jaime García** conseguía un crono de 51.09 **MMP** en 400ml y mínima para el Cto de España de su categoría. **Sara Izquierdo** Juvenil Sub18 también competía en los 400ml consiguiendo 1:00.52 cerca de la mínima exigida para el Cto. de España. Y en 800ml, **Alejandra Redondo** Juvenil Sub18, finalizaba con un tiempo de 2:27.98 **MMT**.

Resultados 08 junio: 🏆 // Resultados Trofeo: 🏆 📷

Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **5KM SOLIDARIOS POR LA DONACION DE ORGANOS.**

El domingo día 10 de junio, dos de nuestros flamantes Campeones Autonómicos Máster M35, se acercaron hasta Salamanca para correr los 5km Solidarios Por la Donación de Órganos, en un día desapacible, con lluvia, sobre un recorrido Mixto de asfalto y tierra. Consiguiendo los dos Atletas Pódium en su categoría. **Pilar García** finalizaba en lo más alto del Pódium como Absoluta y VetA con un tiempo de 16:32. Y con el mismo tiempo, **Pedro J. Pérez** (9º) conseguía subir al pódium como 3º en la categoría VetA.

🏆 📷 // Delegación: 📷

Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **BUSCANDO MARCAS EN EL TROFEO DE ATLETISMO DE TRES CANTOS.**

El pasado sábado día 16 en jornada de mañana, cuatro de nuestros Atletas participaron el Trofeo de Atletismo de Tres Cantos en Madrid, sin mucha suerte de cara a la consecución de las marcas mínimas para sus respectivos Ctos. de España. Pero aun así, realizando buenas marcas y actuaciones.

Ana García, que el día anterior por la tarde, saltaba en Avila 1,56m, no pudo superar esa marca, quedándose en 1,53m, finalizando 2ª en la prueba. **Pedro J. Pérez** era 4º de su serie de 400ml con un tiempo de 57.31. **Sara Izquierdo** en la misma prueba, era 2ª con un crono de 1:00.72. Y **Alejandra Redondo** en 1500ml, encontrando de nuevo la forma física, bajaba 8 segundos de su último 1500, parando el crono en 5:08.38, progresando cada semana.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **CARRERA SOLIDARIA DE LAS MIES DE TORDILLOS.**

El sábado día 17 también tuvo lugar en la localidad cercana de Tordillos, la II Carrera Solidaria de las Mías, en beneficio con la Asociación Contra el Cáncer, con más de 300 participantes en las tres modalidades convocadas para el evento, sobre un recorrido de 10.100m. Y al cual se acercaron dos de nuestros Atletas Populares, **Pedro Bernal** que finalizaba 8º en VetC con un tiempo de 1:05:48. Y **Belén Tiedra**, que subía a lo más alto del Pódium en categoría VetA con un crono de 54:23.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **MAGNIFICA ACTUACION DE NUESTROS ATLETAS EN EL CTO. ESPAÑA JUVENIL.**

Este pasado sábado día 23 de junio, tuvo lugar en Gijón, el **LXVI Campeonato de España Juvenil Sub18**, donde dos de nuestros mejores Atletas en la categoría pudieron competir, habiendo conseguido la marca mínima exigida por la Real Federación Española de Atletismo para estos campeonatos.

El primero en participar fue **Jaime García** en 400ml, una prueba exigente, que, aún no siendo especialista en esta distancia, logró realizar una marca de 51.46, siendo 4º de su serie y a escasas 56 centésimas de colarse en la final, ya que accedieron a ella con mejores tiempos el segundo y tercero de su serie. Un final de temporada magnífico concluyendo en 10ª posición de España.

Y acto seguido, era el turno de **Sara Izquierdo**, sobre la misma distancia, y no siendo tampoco especialista en ella, conseguía ser 6ª en su serie con un tiempo de 1:02.09, lejos de las posiciones que daban acceso a la final, muy difícil para ella, pero disfrutando hasta el final de otra buena temporada, acabando en la 19ª posición de España.



Enhorabuena a los dos !!!!!!!!!!!



- **CTO. PROVINCIAL EN PISTA AL AIRE LIBRE CON BUENAS MARCAS.**

El domingo día 24 de junio, la Delegación Salmantina de Atletismo, organizaba el Cto. Provincial en Pista al Aire Libre, con un espléndido día para realizar buenas marcas, aunque con temperaturas algo altas. Y donde estuvieron varios de nuestros Atletas para intentar mejorar sus marcas de cara a la preparación de los próximos Ctos. de España que disputarán.

En 400ml participaban nuestro Atleta Promesa Sub23 **Miguel Delgado**, realizando una marca de 49.60 Mejor Marca de la Temporada, con un primer 200 rapidísimo, encontrándose con muchas fuerzas. Y nuestro Atleta Veterano Máster M40 **Tomás del Río**, el cual finalizaba con un registro de 57.16.

En 1500ml competían nuestro Atleta Veterano Máster M40 **Ángel J. García**, que concluía con su Mejor Marca de la Temporada de 4:30.73, en una sensacional carrera, con Atletas a la par, corriendo a ritmo, primer km a 3', y con muy buenas sensaciones de cara al próximo fin de semana, en el cual tendrá el Cto. de España Máster en Vitoria. Y nuestra Atleta Juvenil Sub18 **Alejandra Redondo**, que aún siendo dos atletas en la prueba y corriendo sola, realizaba un registro de 5:21.06, lejos de su marca, pero que la carrera en sí y el calor, hicieron mella en el ritmo.

🏆 📷 // 📷 : Por Delegación.

Enhorabuena !!!!!!!!!!!



JULIO 2018

- PEDRO A. BERNAL EN LA CARRERA UN NUEVO IMPULSO DE COCA DE ALBA.

El pasado domingo día 01 de julio, tuvo lugar en la localidad cercaba de Coca de Alba, la III edición de la Carrera Solidaria Un Nuevo Impulso, organizada por la Asociación la Fuentecilla. Carrera totalmente Benéfica hacia AELEM, la Asociación Española de Esclerosis Múltiple. Y en la que uno de nuestros Atletas Veteranos, **Pedro A. Bernal**, completaba el recorrido de 9735 varas castellanas en un tiempo de 45:09, demostrando el buen estado de forma que a conseguido gracias a los entrenamientos con el Grupo de Mantenimiento del Club.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **NUESTROS VETERANOS CON PILAR GARCIA A LA CABEZA EN EL CTO. ESPAÑA.**

El pasado fin de semana del 29 al 01 de julio, tuvo lugar en Vitoria el 53º **Cto. de España Máster** de Veteranos, donde 4 fueron nuestros Atletas los que representaron al Club y a la Ciudad de Peñaranda, dos en categoría M35/F35 y otros dos en M40, con magníficos resultados en Marcas y las dos Medallas conseguidas por **Pilar García, ORO** en 5000ml y **BRONCE** en 1500ml.

Comenzaba la participación **Tomás del Río** en **categoría M40**, realizando tres pruebas exigentes de velocidad, entre la tarde del viernes y el sábado. En 100ml realizaba una marca de 12.54 finalizando el 17º de España. En 200ml concluía con un tiempo de 25.98 siendo 16º de España. Y en 400ml con 56.65 terminaba su participación logrando ser 14º de España. En todas las pruebas muy cerca de mejorar sus Mejores Marcas a pesar de no llegar con un entrenamiento de calidad en las últimas semanas.

Pedro J. Pérez, en su Primer Cto. de España Máster, en la **categoría M35**, repescado por no poseer la mínima exigida por la Federación, realizó una magnífica actuación, siendo el 11º de España en la prueba de 400ml con una Marca Personal de 56.29 **MMP**. Prueba en la que, pese a no haber hecho entrenamientos específicos de velocidad, dará un salto de calidad la próxima temporada.

Ángel J. García en **categoría M40**, volvía a encontrarse con muy buenas sensaciones en carrera el domingo por la mañana, después de dos años, en la prueba de 800ml con una marca de 2:08.76 **MMT** y finalizando en 20º de España.

Y finalmente, nuestra Entrenadora y Atleta, **Pilar García**, se colgaba dos Medallas en los Campeonatos. La primera llegaba el sábado por la noche, en su prueba estrella, el 1500ml, con una marca de 4:50.71, donde conseguía el **BRONCE** a tan solo 3 segundos, su Mejor Marca de los últimos tres años. Y el domingo por la mañana, con menos de 12 horas de recuperación, competía en la prueba de 5000ml, proclamándose **CAMPEONA DE ESPAÑA** con una marca de 18:07.97 **MMP**.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **MMT PARA PILAR GARCIA EN EL CTO. ABSOLUTO DE MADRID.**

Ayer domingo día 08 de julio, tuvo lugar en el Polideportivo Juan de la Cierva de Getafe, el Campeonato Autonómico de Madrid, donde nuestra Atleta **Pilar García** se inscribió para participar en el 1500ml, realizando su Mejor Marca de la Temporada con 4:45.85 **MMT**, siendo 2ª, demostrando su buen estado de forma esta temporada, para llegar al **CTO. DEL MUNDO MASTER**, que se disputará en Málaga el próximo 04 al 16 de septiembre, con las mejores sensaciones y marcas de los últimos años.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **ULTIMO CONTROL EN PISTA AL AIRE LIBRE PARA NUESTROS ATLETAS.**

Ayer martes día 10 de julio, tuvo lugar en Avila, el Encuentro Internacional de Saltos, con España, Italia y Portugal, y al cual la Federación incluyó un Control Autonómico de Carreras, donde cuatro de nuestros Atletas se acercaron a disputarlo para dar por finalizada así la Temporada de Pista al Aire Libre y comenzar algunos de ellos con la preparación para el Mundial Máster que se disputará en Málaga en septiembre.

En 400ml estuvieron nuestros Atletas Juvenil **Jaime García** y el Veterano M35 **Pedro J. Pérez**, finalizando con unos tiempos de 52.26 y 56.57 respectivamente, cerquita de sus Marcas Personales y culminando así una magnífica temporada.

Y en 800ml estuvieron la Veterana M35 **Pilar García** con un registro de 2:22.42 **MMT**, Marca de la Temporada, pasando el cuatrocientos rápido a 1:08 y con muy buenas sensaciones. Y el Veterano M40 **Angel J. García**, que concluía sin Marca Oficial ya que en la segunda vuelta se les fue a los Jueces el video finish, pero marcando un tiempo cerca del 2:09. Ellos dos seguirán su preparación este verano de cara al Mundial Máster de Veteranos.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **PEDRO J. PEREZ EN LA CARRERA POPULAR CAPUCHINOS.**

Ayer viernes día 20 de Julio, nuestro Atleta **Pedro J. Pérez**, participaba en la X edición de la Carrera Popular Capuchinos en Salamanca, organizada por el Club Intra Legal, en un ambiente festivo para el Barrio. Sobre un circuito urbano de 4km en el que había que dar varias vueltas y donde las constantes subidas y bajadas del recorrido hacían mella en el ritmo de los corredores, sin duda una carrera rompepiernas, finalizando en 4ª posición de su categoría.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



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

Ayer sábado día 21 de Julio, en jornada de mañana, tuvo lugar la IV edición de la Quedada Running y Marcha Ciclista de Santiago de la Puebla, donde la mera participación era para la colaboración, mediante la inscripción, de la aportación de cualquier tipo de alimento que luego se entregaría a la Cruz Roja de Peñaranda.

Primeramente, tendría lugar la Marcha Ciclista sobre un recorrido de 6km, participando en ella desde los más pequeños, y después la carrera a pie en una categoría única, sin importar la edad, de manera altruista, corriendo o andando, para disfrutar de las dos vueltas de ese mismo recorrido por las calles y parajes del pueblo.

Allí estuvieron nuestros Atletas **Ángel J. García, Pedro J. Pérez, Alberto Galán y el Santiagués José Arias.**



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **NUESTROS ATLETAS EN LA III MILLA CIUDAD DE AREVALO.**

Ayer sábado día 28 de Julio, tuvo lugar la III edición de la Milla Urbana Ciudad de Arévalo, donde nuestros Atletas no fallan desde la primera edición, participando en la Milla Elite, donde hubo un gran nivel tanto en la Masculina como en la Femenina, en las cuales estuvieron 4 de nuestros 5 Atletas que participaron.

Jaime García competía en la categoría Juvenil, ganando la carrera, de forma espléndida, en una distancia algo larga para él esta temporada, pero en la que se encuentra a gusto, con un tiempo de 5:30 **MMP**.

En Elite Masculina, participaba **Pedro J. Pérez**, finalizando en 10ª posición con una marca de 5;21.

Y en Elite Femenina, **Pilar García** siendo 4ª con 5:14, **Alejandra Redondo** 6ª con 6:05 **MMP** y **Sara Izquierdo** 8ª con 6:08 **MMP**.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



AGOSTO 2018

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

El pasado sábado día 04 de agosto, parte de nuestros Atletas se acercaron a la localidad cercana de Villar de Gallimazo para seguir con las carreras en ruta del verano, y no dejar de lado la forma física en este parón antes de volver a los entrenamientos en septiembre. En este caso festejaban la XI edición de una carrera ya consagrada en el calendario provincial, por el apoyo y el ambiente festivo del pueblo.

En Absoluto, nuestro Veterano M35 **Pedro J. Pérez** finalizaba en 5ª posición en categoría Sénior con un tiempo de 15:09 sobre un circuito de 4km por las calles del pueblo.

Y ya en categoría menores, en PreBenjamín **Valeria Sánchez** concluía 4ª. En Benjamín **Mario Sánchez** se subía a lo más alto del Pódium siendo 1º. En Infantil **Julia Blázquez** era 2ª. Y en Cadete **Cristian Hernández** 2º y **Alejandra Redondo** 1ª.

Finalizando todos ellos con un gran éxito personal y en representación al Club de Atletismo y a nuestra Ciudad.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **PODIUM's DE NUESTROS ATLETAS EN LA CARRERA DE CANTARACILLO.**

También el sábado día 04 de agosto, se acercaban a otra localidad próxima, para disputar una de sus carreras, en este caso a Cantaracillo, donde María Tiedra se subía a lo más alto del cajón, seguida de su hermana Belén Tiedra que conseguía ser 2ª en una carrera rápida y con muchos premios y sorteos.

Y destacar la actuación en categorías menores de Vega Casas, que, disfrutando de nuevo con las carreras, conseguía subirse al pódium como 3ª clasificada.

Otro gran éxito de estos Atletas en lo personal y en representación al Club de Atletismo y a nuestra Ciudad.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **PEDRO J. PEREZ EN LA NOCTURNA DE VILLANUEVA DEL ACERAL.**

El pasado viernes día 10 de agosto, nuestro Atleta **Pedro J. Pérez** se acercaba a la localidad de Villanueva del Aceral a participar en la I Carrera Nocturna que se disputó a beneficio de la Asociación Nacional del Síndrome IDIC-15, donde se recaudaron casi 1200€. Sobre un circuito de 6km por caminos y casco urbano. Carreras en las que nuestros Atletas llevan el nombre del Club y la Ciudad a modo de Solidaridad.



Enhorabuena !!!!!!!!!!!



- **NUESTROS ATLETAS EN LA SAN ROCADA, CON EL TRIUNFO DE PILAR GARCIA.**

El pasado sábado día 11 de agosto, tuvo lugar como es de costumbre, la X edición de la San Rocada de Macotera, con un gran ambiente y numerosos premios y sorteos, Y donde algunos de nuestros Atletas desde las categorías más pequeñas participaron después de las vacaciones veraniegas y mirando ya a la nueva Temporada de la Escuela y Club.

En los pódiums estuvieron **Mario Sánchez** en Benjamín que fue 2º, **Julia Blázquez** 1ª en Infantil, **Sara Izquierdo** 2ª y **Santiago Zaballos** 3º en Cadete y en Promesa, **Mónica Nieto** fue 1ª.

Además, en la categoría Absoluta, la gran triunfadora fue nuestra Atleta **Pilar García**, marcando una magnífica marca de 32:51 y subiendo a lo más alto del Pódium. También estuvieron **Lorena Redondo** 14ª VetA, **Pedro A. Bernal** 27º en VetC y **Alberto Galán** 14º en Sénior con 35:57.



Enhorabuena a tod@s !!!!!!!!!!!



- **VIII MILLA URBANA DE BLASCOMILLAN.**

El pasado miércoles día 15 de agosto, se disputaba la VIII edición de una Milla Urbana, afectiva, amigable y de andar por casa, donde este año se encargó de organizarla la Federación y el Club Puente Romanillos, donde la gran novedad eran los premios en metálico para categoría Absoluta, con tres primeros premios para cada una de las categorías y el sorteo de un jamón.

Nuestros Atletas que se pudieron acercar a esta edición, marcada por el Club, como una de las competiciones fijas del verano, fueron **Ángel Zaballo, Julia Blázquez, Santiago Zaballo, Juan P. García, Sara Izquierdo, Alejandra Redondo y Pilar García**, consiguiendo buenos resultados y pódiums en sus diferentes categorías.



Enhorabuena a tod@s !!!!!!!!!!!



SEPTIEMBRE 2018

- **COMIENZO DE LOS ENTRENAMIENTOS DE TEMPORADA 2018-2019.**

Este mes de septiembre, por parte del **Club de Atletismo "Ciudad de Peñaranda"**, se han comenzado los entrenamientos de Pretemporada para todos nuestros Atletas de categorías Infantiles Sub14 hasta Máster Veterano, y con los corredores de nuestro Grupo de Mantenimiento también

En una primera toma de contacto, con un par de días a la semana, después del descanso veraniego que han tenido, unos más que otros, para empezar a desengrasar las articulaciones del cuerpo e irse poniendo en la forma física, para que cada uno lo pueda realizar lo mejor posible en su disciplina dentro del Atletismo en esta Temporada 2018-2019 que comenzaremos en el mes de octubre.

Ánimo a tod@s.



- **PILAR GARCIA 8ª EN EL CTO. DEL MUNDO PISTA AL MASTER EN MALAGA.**

Este pasado fin de semana del 15 y 16 de septiembre, nuestra Atletas **Pilar García**, participaba en el **CAMPEONATO DEL MUNDO MASTER** en Pista al Aire Libre, en categoría M35, que se ha venido disputando a lo largo del mes de septiembre, desde el 04 al 16, en la ciudad de Málaga, poniendo un broche de oro a este final de temporada.

Participó el sábado por la noche, en su prueba estrella, y la que se ha estado preparando durante todo este verano, el 1500ml, clasificándose directamente para la Final, por todo lo alto, siendo 1ª de su semifinal y realizando **MMT** con 4:42.52, acabando 7ª en el cómputo de las dos semifinales.

Y ya el domingo por la mañana, con las mismas ganas y motivación, corría la Final, donde concluía en 8ª posición con 4:42.87 y 2ª española, realizando una brillante carrera, en un grupo compacto hasta los últimos 300m donde las fuerzas de cada atleta iban a deparar las posiciones, estando las 8 primeras en un margen de 5 segundos, obteniendo la ganadora una marca de 4:36.54.

De forma personal y realizando su particular Cto. del Mundo, ya que no pudo asistir al Oficial, nuestro Atleta Máster M40 Ángel J. García, se acercó a las Pistas del Helmántico a correr la prueba en la que estaba inscrito para la ocasión, el 1500ml, realizando un tiempo de 4:32, acompañado de sus compañeros del Club Miguel y Pedro haciéndole de liebre.

[WEB OFICIAL.](#)



- **INSCRIPCIONES PARA LA ESCUELA Y CLUB DE LA TEMPORADA 2018-2019.**

Un año más, el **Club de Atletismo "Ciudad de Peñaranda"**, realizará todos sus esfuerzos para la Difusión de los aspectos positivos del deporte y Actividad Física, la Regulación de la Organización de la práctica del Deporte Base en el Municipio y su Comarca, y la Divulgación de la idea del ejercicio físico y del Deporte en general, desarrollando Actividades físico-deportivas, culturales y lúdicas para toda la población, con la Colaboración del **Ayuntamiento de Peñaranda de Bracamonte, la Concejalía de Deportes y el Servicio Municipal de Deportes.**

La **Escuela de Atletismo** estará Gestionada de nuevo por nuestro Club, mediante el Convenio firmado con el Ayuntamiento para Promocionar la marca de Identidad **"Peñaranda de Bracamonte"**.

Esta Temporada 2018-19 seguiremos mejorando en todo con la Colaboración de los Atletas, Padres, Madres y Empresas que apoyan este Proyecto, siendo ya el 8º año.

Toda la Información la podréis descargar desde esta noticia o de la web del Club, animándoos, conociéndonos y disfrutando de todas las noticias, fotos, entrevistas, competiciones, etc., que el Club pone a disposición en los diferentes apartados de esta web.

[CARTEL](#) // [TRIPTICO](#) // [HORARIOS](#).



: INFORMACION GENERAL.



: FICHA DE INSCRIPCIÓN.



: REGLAMENTO DE REGIMEN INTERIOR.



: ESCUELA BABY RUN.



: ESCUELA DE ATLETISMO.



: GRUPO DE MANTENIMIENTO "PEÑARANDA CORRE".



- **FRANCISCO FERRERO EN LOS VII JUEGOS EUROPEOS DE POLICIAS Y BOMBEROS.**

Como novedad, y empezando la Temporada y en el Atletismo, nuestro Atleta **Francisco Ferrero** estuvo disputando los VII Juegos Europeos de Policías y Bomberos, que tuvieron lugar en Algeciras del 21 al 29 de septiembre. Con pocos entrenamientos de calidad y sin una base de trabajo de fuerza, este Atleta, que dará mucho de qué hablar, participó en dos pruebas algo diferentes y exigentes, como el 800ml y el 400ml en velocidad.

En su primera experiencia con la Pista al Aire Libre, obtuvo magníficas marcas, aunque él diga que no tiene nivel para la competición. Pero aun así consiguió finalizar en el 800ml con una marca de 2:16 **MMP** en 8ª posición, y al día siguiente en el 400ml conseguía subirse al Pódium colgándose el **BRONCE** con una espléndida marca de 56.95 **MMP**.



Enhorabuena !!!!!



- **JOSE ARIAS EN LA CARRERA NOCTURNA SALAMANCA A TOPE.**

Ayer día 29 de septiembre, nuestro Atleta Veterano **José Arias**, se acercaba a disputar la Carrera Nocturna Salamanca a Tope, enclavada dentro del Programa Municipal de Ocio Nocturno de la Ciudad, disfrutando de la carrera, el recorrido y sus sensaciones, que siempre son muy buenas, realizando un recorrido urbano de 10km y finalizando con un registro de 47:59.



Enhorabuena !!!!!



OCTUBRE 2018

- EL VETERANO PEDRO BERNAL EN LA SOLIDARIA VIRGEN DEL PILAR.

El pasado día 06 de octubre, tenía lugar en Salamanca, la II edición de la Carrera Solidaria Virgen del Pilar, organizada por la Guardia Civil y con unas maravillosas vistas de la Catedral al fondo y el Puente Romano al ladito de la salida, en un día muy acogedor para la carrera. Y donde nuestro Atleta Popular **Pedro A. Bernal** se dispuso a afrontar los 8,2km del recorrido urbano, y que finalizaba con un tiempo de 44:40 siendo 25º en categoría VetC.



Enhorabuena !!!!!



- **PODIUMS Y CAMPEONES AUTONOMICOS EN LA MILLA URBANA DE AVILA.**

El pasado viernes día 12 de octubre, tenía lugar en la Ciudad de Ávila, la II edición de la Milla Urbana Popular, después de que la magnífica Milla Internacional desapareciese hace unos años, y que este año junto al Campeonato Autonómico Absoluto y Máster, dejó ver de nuevo el interés por los Atletas en participar en esta prueba.

Un grupo de nuestros Atletas desde las categorías menores hasta Máster, estuvieron participando en esta competición que siempre ha sido una de las fijas de cara a la pretemporada de los Atletas en el final de la Temporada deportiva.

En PreBenjamín Sub8 **Valeria Sánchez** finalizaba en 10ª posición e **Izan Rodríguez** subía a lo más alto del pódium siendo 1º. En Benjamín Sub10 **Vega García** era 12ª, **Mario Sánchez** 4º, **Jonás Rodríguez** 6º y **Alvar Iglesias** 10º. En Infantil Sub14 **Julia Blázquez** subía al pódium como 2ª clasificada. en cadete Sub16 **Rodrigo Iglesias** era 4º y **Cristian Hernández** 6º.

En Máster hombres **Ángel J. García** subía al pódium en 3ª posición con un crono de 5:05 y **Jesús Redondo** concluía en 22ª posición con 6:45. En la Absoluta Femenina, masiva participación de nuestras Atletas, con **Pilar García** a la cabeza, subiendo a lo más alto del pódium 1ª con un tiempo de 5:22, **Alejandra Redondo** marcaba 5:55 en 3ª posición, **Sara Izquierdo** 5ª con 6:02 y **Carolyn Nero** 7ª con 6:20. Y dentro de la Absoluta Masculina, **Jaime García** finalizaba en 15ª posición con un crono de 5:39.

Dentro de las clasificaciones del Campeonato Autonómico, **Pilar García** se proclamaba **CAMPEONA AUTONOMICA Absoluta** de Milla en Ruta, y **Alejandra** era **BRONCE**. y en Máster M40 **Ángel J. García** era **CAMPEÓN AUTONOMICO**.

Con 7 Pódium y 3 premios más concluía la participación de un grupo nutrido de Atletas de nuestro Club de Atletismo.



Enhorabuena !!!!!



- **NUESTROS ATLETAS MAS PEQUEÑOS EN EL DUATLON DE PEÑARANDA.**

El pasado domingo día 14 de octubre, se disputaba el V Duatlón-Cross Ciudad de Peñaranda, en un día desapacible, pero que el cielo respetaba sin lluvia después de las tormentas nocturnas. Y en él, estuvieron muchos de nuestros Atletas Absolutos y de Categorías Menores Colaborando con el Ayuntamiento en la organización de esta prueba.

Y los más pequeños fueron los que en este caso participaron en una modalidad diferente del Atletismo, metiendo también la carrera en Bici. En la carrera no competitiva estuvieron **Izan Rodríguez, Leire Hernández y Pedro Terrero**, todos ellos con Trofeos y Regalos. En Alevines estuvieron **Mario Sánchez y Jonás Rodríguez** que subieron al pódium en 2ª y 3ª posición, llevándose trofeos y regalos. Y en Infantil, **Julia Blázquez** finalizaba en 3ª posición también con trofeo y regalo.

Una prueba que, en categoría Absoluta, ganaban Carlos Rodríguez del Salmántica Triatlón Club y la Peñarandina Mª Nieves Hernández del Triatlón 37300 de Peñaranda, con Podiúms para otros Atletas Peñarandinos en diferentes categorías..



Enhorabuena !!!!!



- **NUEVA ACTIVIDAD DE TALLERES DE LANZAMIENTOS Y DE ESPALDA.**

El próximo día 27 de octubre tendrá lugar primeramente un **Aula Activa de Lanzamientos** para tod@s los niñ@s ya sean del Club o no, en la que se trabajarán la Iniciación a los Lanzamientos para los más pequeños entre los años 2012 y 2008 en horario de las 16:15h. Y otro a las 17:30h de Perfeccionamiento para los niñ@s a partir del 2007.

Y seguidamente, a las 19:00h habrá un **Taller de Espalda** a partir de los 14 años, donde se trabajará el Control Postural y hábitos saludables a través de ejercicios para la espalda y zona Abdominal aplicado al Rendimiento Físico, en un nivel de iniciación para cualquier persona socia del Club o no (ésta previo pago de 5€).

Todas estas actividades se llevarán a cabo en el Polideportivo Municipal y Pabellón anexo, en la carretera de Salamanca.

[TALLER LANZAMIENTOS](#) // [TALLER ESPALDA](#).

AULA ACTIVA DE LANZAMIENTOS

Sábado 27 de octubre en Peñaranda de Bracamonte

16.15h Iniciación a los lanzamientos
Edades: 2012-2011-2010-2009 y 2008

17.30h Perfeccionamiento
(peso, disco, jabalina)
2007 y anteriores

Organiza



Colabora



INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES
directiva@atletismociudadpenaranda.com
654960148 // **Inscripciones gratuitas**
Imparte: Toni Cortés



- **ATLETAS DEL CLUB Y PEÑARANDINOS EN LA MM DE LA DIPUTACION.**

El pasado día 21 de octubre tuvo lugar el XXXV Medio Maratón de la Diputación de Salamanca con salida en Babilafuente y llegada en Santa Marta de Tormes, siendo ésta de nuevo gratuita. y con numerosos trofeos en las diferentes categorías y premios individuales y por equipos.

Nuestros Atletas que participaron en esta competición fueron **José Arias** finalizando en la posición 84ª en la categoría VetB con un tiempo de 1:49:48, y Belén Tiedra. Con la participación de numerosos Peñarandinos.



Enhorabuena!!!!

