

CNSA



La revista del teu Club

JÈSSICA VALL FA HISTÒRIA

La nedadora del Club Natació Sant Andreu es proclama tercera del món als 200 braça. Amb un temps de 2:22.76, Vall destrossa el rècord d'Espanya i es penja el bronze a Kazan.

ESPECIAL JÈSSICA VALL

- Una rebuda emocionant. Pàg. 8
- Les seves aspiracions i sensacions. Pàg. 9
- Coneguem la Jèssica!. Pàg. 9

"Estic molt a gust amb els companys, amb l'entrenador i m'agrada entrenar al Club"

"Al començar una temporada olímpica les ganes i la il·lusió augmenten"

"El suport que he rebut és increïble"



**CLUB NATACIÓ
SANT ANDREU**





CICLES FORMATIUS D'ESPORT PRESENCIALS I ONLINE

ANIMACIÓ D'ACTIVITATS FISICOESPORTIVES ● TÉCNIC ESPORTIU DE FÚTBOL
● ACTIVITATS MEDI NATURAL I URBÀ ● TÉCNIC EN SALVAMENT I SOCORRISME



MISSATGE DEL PRESIDENT



SALUDA

És un orgull adreçar-me a tots vosaltres en un moment tan especial com aquest: fa només unes setmanes la nostra nedadora Jèssica Vall es va proclamar tercera del món en els 200 metres braça. Aquest triomf és, sense dubte, la victòria més important que ha assolit una nedadora del Club en tota la seva història. Hem estat el centre d'atenció dels mitjans de comunicació, el nom del nostre Club ha sortit a tots els diaris i les banderes amb els nostres colors, a totes les televisions.



Aquest triomf es suma als molts títols que ha assolit el Club des de la meua presidència. És un honor ser el president amb més èxits esportius ja que la Jèssica no és l'única satisfacció del meu mandat. Els equips absoluts de natació, tant el masculí com el femení, han revalidat el títol de Campions d'Espanya. Per altra banda, les jugadores de waterpolo es van proclamar subcampiones d'Espanya als Play Off i els jugadors van aconseguir el títol de Campions d'Espanya de la Supercopa. L'Arnau Honrubia es va endur el bronze al Festival Olímpic de la Joventut Europea i la plata en relleu de la mateixa competició. I l'Àfrica Zamorano, que ha viatjat a Singapur per disputar el mundial júnior, s'ha proclamat tercera als 400 estils.

No obstant això, hi ha altres temes rellevants que han succeït durant aquests darrers mesos. La inauguració del pàdel n'és una de principal. Les tres pistes estan en funcionament des de l'1 de juliol i la valoració que fem d'aquest període és més que positiva. Estic convençut que serà un servei que gaudiran tots els aficionats d'aquest esport i econòmicament suposarà una nova font d'ingressos.

D'altra banda, us haig de comunicar que aquest estiu hi ha hagut un relleu en la gerència. En José Gonzalez Prieto i el Club Natació Sant Andreu van arribar a un acord segons el qual el gerent es desvinculava de l'entitat des del passat mes de juny. Al seu lloc, s'ha incorporat la senyora Elisenda Pascual. La Junta Directiva del Club confia en les seves capacitats per a la gestió dels recursos i el lideratge que representa assumir aquest càrrec, al ser una professional reconeguda dins del món de la gestió empresarial i d'entitats esportives.

Espero i desitjo que aquesta nova temporada sigui tant o més exitosa que l'anterior. Estic convençut que s'assoliran més triomfs en l'etapa que enguany estrenem. L'eufòria esportiva ja és una evidència al Club Natació Sant Andreu i ben segur que la recuperació econòmica és també a les portes de les nostres instal·lacions. Continuem doncs lluitant i gestionant els recursos per seguir millorant i progressant en tots els aspectes i totes les seccions del nostre Club.

Cordialment,

Àngel Bernet i Ribó
President

ÍNDEX

▪ Saluda del President	3	▪ Futbol sala	26
▪ La Junta Directiva informa	5	▪ Gimnàs	27
▪ Jèssica Vall fa història	7	▪ Piscina	28
▪ Natació	10	▪ Esplais	29
▪ Waterpolo	14	▪ CEM Sant Andreu – La Sagrera	30
▪ Esquaix	16	▪ CEM Trinitat Vella	31
▪ Tennis	18	▪ Aris Ortega	32
▪ Pàdel	20	▪ Breus	33
▪ La Social	22	▪ Beneficis per als socis	34

CRÈDITS

Edita: Club Natació Sant Andreu.

Coordinadora i redactora: Natàlia Torné.

Col·laboradors: Adolf Ayza, Javier Aznar, Pep Gil, Manel Camañes, JJ Aymerich, Vanessa Navas, Helena Pérez, Alberto García, Àngels Domingo, Miquel Gadea, Mercè Sala, Paco Núñez, Elisenda Pasqual.

Disseny, maquetació i impressió: MoonWalk S.L.

El Club no es fa responsable de les opinions expressades en els articles publicats en aquesta revista.

Aquesta publicació també es pot veure i descarregar al web www.cnsantandreu.com

LA JUNTA DIRECTIVA INFORMA



Piscina de 20 metres

Fidels al nostre compromís electoral d'Informació i Transparència, us detallem seguidament totes les millores i/o actuacions que s'han dut a terme durant el passat trimestre:

INSTAL·LACIONS:

Pistes de pàdel: el quatre de juliol es van inaugurar les tres pistes de pàdel. A part, s'han col·locat bancs i protectors i s'han connectat tots els cables elèctrics d'aquestes pistes.

Pistes d'esquaix: s'ha reparat el frontís i els laterals de les tres pistes d'esquaix i l'impulsor d'aire d'aquestes pistes.

Control d'entrada: hem col·locat un nou router del

control d'entrada i s'ha configurat tot el sistema informàtic del nou control d'entrada. També hem pintat la paret de la recepció i dels ascensors.

Sala tennis de taula: s'ha reparat la paret de pladur que estava malmesa, s'ha construït un mur per tal d'evitar les filtracions d'aigua quan plou i també

hem pintat dues taules.

Pistes de tennis: s'ha dut a terme la instal·lació elèctrica nova amb un acoplament especial per als focus, s'ha canviat la porta i l'estructura metàl·lica i s'han tapat els desaigües a la pista 6. S'ha fet nova la zona de "saque" de la pista 4. D'altra banda, s'ha dut a terme una nova instal·lació elèctrica per fer arribar la llum a aquesta pista.

Piscina de 20m: s'han reparat els focus de la piscina d'estiu. S'han tret les vidrieres per facilitar l'accés a aquesta piscina. Hem reparat la cúpula, s'han col·locat noves rajoles a la



Nou control d'entrada



Cúpula de la piscina de 50 metres

piscina de clapoteig i s'han pintat les columnes. És destacable en aquesta piscina, la reparació de la bomba de clor i la substitució del motor de la piscina. Igualment, s'ha substituït el segell mecànic del segon motor i el cablejat del motor fins la maniobra de la piscina.

Piscina de 50m: Hem substituït la bomba de clor i el motor de la cúpula.

Vestuaris: els passadissos ja no queden il·luminats per focus. Aquests han estat substituïts per llums leds. Al vestuari d' homes també s'han canviat les antigues llums per leds i s'han substituït els coixinets d'extracció d'aire. Finalment s'han confeccionat taps especials per als desaigües amb la intenció d'impedir l'accés dels escarabats.

Gimnàs: hem substituït la turbina de renovació de l'aire. S'ha repicat part del sostre i s'ha col·locat una protecció per evitar les gotes fins que s'arreglin (un cop finalitzi la temporada

d'estiu). És destacable en aquesta secció la gàbia que s'ha col·locat per realitzar la nova activitat dirigida de CrossFabra. Les sales 1 i 2 han estat reparades i pintades. A part, a la sala 2 i a la sala de fitness s'ha dut a terme la reparació elèctrica. Al gimnàs d'esportistes s'han netejat els canals i els tubs del sostre.

General: S'han realitzat altres actuacions a diverses parts del Club. S'ha substituït la sonda del bany de vapor, el magnetotèrmic d'emergència de la zona d'esquaix, el magnetotèrmic del bar que hi ha al soterrani, les dues silicones de la zona d'aigües i s'han pintat els dos jacuzzis. També s'ha reparat la canonada d'aigua



Gàbia CrossFabra

de la sauna, la fuga d'aigua de l'edifici, la font del passadís dels vestuaris i la bomba d' "achique" de la petanca.

Un canvi important ha estat la instal·lació d'una línia de llum d'emergència al ordinador central i el trasllat del tatami de la planta 2 de l'edifici a una pista d'esquaix. Però el que és realment destacable és la instal·lació elèctrica dels focus del jardí i del segell amb espuma de poliuretà al pasamur de l'edifici. D'altra banda, s'ha netejat l'arqueta de les aigües fecals del local social i s'ha fet una instal·lació elèctrica per a la commutació de la primera planta.

CEM SANT ANDREU -LA SAGRERA:

El passat 25 de juny el Centre Municipal Esportiu de Sant Andreu va organitzar la Marató de Cycling i el 26 un aiguagim molt especial. Totes dues activitats van ser part del CEM Solidari. Els organitzadors van incloure com a condició necessària col·laborar amb la Fundació Arrels. Així mateix, durant el mes de juliol l'afluència d'usuaris de la piscina d'estiu ha estat tot un èxit.

CEM TRINITAT VELLA:

Ha estat en marxa el Campus Olímpia dins de la campanya de vacances de l'Ajuntament de Barcelona. Ha estat ple de nens i nenes que han gaudit d'aquestes instal·lacions, i en especial, de la piscina d'estiu. La nova sauna està en ple funcionament i, tot i ser estiu, ha estat un servei amb molta demanda.

JÈSSICA VALL FA HISTÒRIA

ESPECIAL JÈSSICA VALL

- Una rebuda emocionant.
- Les seves aspiracions i sensacions.
- Coneguem la Jèssica!





L'ESTRELLA DE BRONZE

La nedadora del Club Natació Sant Andreu, Jèssica Vall, es va proclamar tercera del món als 200 braça. Va succeir a Kazan, a la seva primera final mundial, el passat 7 d'agost. La nedadora, a part de guanyar aquest merescut bronze, va batre el rècord d'Espanya deixant-lo en 2:22.76.

Vall va viure un fet històric ja que va empatar amb dues esportistes més, completant un podi de cinc bracistes. Va realitzar el mateix temps que la recordista mundial, la danesa Rikke Møller Pedersen i la xinesa Jinglin. Va ser superada per la japonesa Kanako Watanabe (2:21.15) i la nord-americana Micah Lawrence (2:22.44).

El final excepcional de la nostra nedadora va deixar bocabadat a tots els observadors del mundial. Se situava a les posicions més enrederides durant tota la prova. A l'hectòmetre, amb 1:09.59 tocava la plaça setena. Al tercer parcial, es situava la darrera d'aquesta sèrie mundial. Però el final impressionant i increïble que va demostrar, va fer vibrar la piscina de Kazan. Els últims 50 metres, traçats en 35.57 (la més ràpida), la van conduir fins el tercer escaló del podi.



UNA REBUDA EMOCIONANT

Jessica Vall va aterrar a dos quarts de quatre de la tarda del dilluns 10 d'agost. Ho va fer acompanyada del seu entrenador i tècnic del Club Natació Sant Andreu, Jordi Jou, del seu company i participant del Campionat del Món a Kazan, Juanmi Rando i de la resta de l'equip nacional espanyol de natació.

L'esperaven una trentena de nedadors del Club, treballadors, fans, companys d'equip, amics i familiars. Les pancartes van conquerir l'aeroport: banderes del Club, cartells en els que hi deia "Benvolguda Jessi, Jou i Juanmi", fotografies gegants, etc. Tothom esperava emocionat.

El primer en felicitar l'estrella va ser Àngel Bernet, president del Club Natació Sant Andreu, qui li va entregar un espectacular ram de flors. Després, però, els abundants mitjans de comunicació es van "llençar" a fer fotos i preguntes a l'esportista.

Sense dubte va ser una rebuda inoblidable per la Jessica Vall i per la història de l'esport barceloní.

ASPIRACIONS I SENSACIONS

Vall va exposar als mitjans de comunicació com se sentia, com va viure la competició, el triomf i sobretot com enfocà la preparació per als Jocs Olímpics, que tindran lloc l'estiu del 2016 a Rio de Janeiro.



Vall va afirmar amb total seguretat que no variarà la preparació de l'any que ve i seguirà entrenant a les instal·lacions del Club Natació Sant Andreu: "Estic molt a gust amb els companys, amb l'entrenador i m'agrada entrenar al Club". Tanmateix, de cara a l'any vinent va avisar que no faria res d'especial tot i ser un any olímpic: "El volum d'entrenaments no variarà. Només intentaré cuidar una mica més els detalls com l'alimentació o el descans. Evidentment les ganes i la il·lusió també augmentaran".

D'altra banda, la Jèssica va explicar com es va sentir durant el Campionat del Món. Va admetre que va gestionar molt millor els nervis a la prova del 200 braça que a l'hectòmetre: "Només havia de fer cas al Jou (entrenador del CNSA) que en sap molt de tàctica. Vaig estrènyer al final, quan ell m'ho va dir". Jordi Jou també va senyalar que la seva nedadora disposa d'unes qualitats extraordinàries per progressar al final de cada prova: "Ella sap exprimir-se al darrer tram i per això cal tenir paciència i reservar-se als primers metres".

L'estrella andreuenca va atendre als mitjans de comunicació amb una medalla mundial penjada al coll però amb els pensaments i els objectius vistos des d'una mirada prudent: "He compartit bronze amb dues persones més. Això significa que totes volem medalla olímpica i tothom ja hi està treballant. Però primer m'haig de guanyar el bitllet a Rio de Janeiro i després ja veurem. Vull treballar amb il·lusió i no pas com una pressió".



CONEGUEM LA JÈSSICA!

Jèssica Vall va néixer l'any 1988 a Barcelona i va iniciar la seva etapa com a nedadora al Club Natació Catalunya. Al 2009 va marxar al Club Natació Sant Andreu posant-se sota les ordres de Jordi Jou. Va començar a progressar fins aconseguir ser finalista als Campionats d'Espanya i ràpidament ja es va penjar medalles a les competicions nacionals.

Al 2013 va assolir la mínima dels 50 braça per disputar el Campionat del Món que es celebrava a Barcelona. Però no va destacar a nivell internacional fins l'any passat que es va penjar el bronze al Campionat d'Europa celebrat a Berlin. Enguany ha estat tercera del món batent el rècord d'Espanya en 200 braça, deixant-lo en 2:22.76.

Vall, a part d'estar casada, és llicenciada en biologia per la Universitat de Barcelona i actualment està estudiant un màster de bioètica. Compagina la natació amb la feina: du a terme investigacions a l'institut de recerca biomèdica de Barcelona.

Quatre pinzellades

- ▶ **Tres adjectius que et defineixin:** tossuda, optimista i constant.
- ▶ **Una ciutat:** Barcelona però un poble... Begur!
- ▶ **Una pel·lícula:** En busca de la felicitat.
- ▶ **Un llibre:** Camps de maduixes.
- ▶ **Un record:** Barcelona 2013 i el meu casament.
- ▶ **Una frase:** Quan gaudeixes perseguint els teus somnis, ningú pot frenar-te.
- ▶ **Un consell:** No perdís ni un sol dia sense acostar-te al teu somni.
- ▶ **Un valor:** Tenacitat.
- ▶ **Un somni:** Els somnis són personals. És el que fa que cada dia ens llevem amb forces i alegria per disfrutar de la vida.

NATACIÓ

AL NACIONAL, OR FEMENÍ I BRONZE MASCULÍ

L'equip femení de natació absolut es va proclamar Campió d'Espanya al passat nacional que es va celebrar del 8 al 12 de juliol a les Piscines Bernat Picornell. Les catorze nedadores que

formaven aquest equip van sumar un total de 553 punts que les va conduir fins a la primera posició. La quantitat de medalles i finals que van disputar aquest col·lectiu de campiones va servir

per aixecar la copa més important de la competició. L'equip masculí també va realitzar una bona tasca situant-se com a tercers classificats en aquest Campionat d'Espanya.



MEDALLISTES:

► Jèssica Vall

- Or 200 braça
- Or 50 braça
- Plata 100 braça

► Zamorano

- Or 100 esquena
- Plata als 200 estils
- Plata als 200 esquena
- Bronze als 400 estils

► González

- Or als 100 lliures
- Plata als 50 lliures

► Nuria Ciuró

- Bronze als 1500 lliures

► Juanmi Rando

- Or 50 als esquena

BOSCH I ELS 25 QUILÒMETRES

Jordi Bosch es va proposar un repte més que ambiciós. El nedador nascut al 1994 va disputar una de les competicions més dures que existeixen al món de l'esport: els 25 quilòmetres a mar obert. I, sense dubte, ho va aconseguir. L'esdeveniment tenia lloc a Itàlia, al Campionati

Italiani di Nuoto in Acque Libere a Castel Gandolfo i l'andreuenc va assolir una bona desena posició després de 5 hores i 10 minuts de patiment.



FARRÉ I ZAMORANO, REIS DE LA LLARGA DISTÀNCIA

Durant el passat 10 i 11 de juny es va celebrar el Campionat d'Espanya d'aigües Obertes, una competició protagonitzada per la presència andreuencs doncs hi van participar una desena de nedadors del Club.

La primera medalla la va assolir Josep Farré a la categoria màster + 65 als tres quilòmetres. I al final del campionat, Àfrica Zamorano es va proclamar campiona d'Espanya d'Aigües Obertes als 7'5 quilòmetres. El podi va brillar ja que Judith Navarro es va penjar la plata, un gran podi protagonitzat pels colors del Sant Andreu.



ELS JÚNIORS TAMBÉ!

Alexandra Santilukka i Alba Guillamon van ser les dues estrelles júnior que van destacar en aquest Campionat ja que van assolir diverses finals, consolidant-se en un nivell més. Alba Guillamon va competir amb el relleu absolut d'estils i es va endur l'or i un bronze individual als 100 papallona dins de la categoria júnior.

NATACIÓ CATEGORIES



ELS BENJAMINS: PETITS TRIOMFADORS PER EQUIPS

Quaranta-set nedadors i nedadores de l'equip benjamí van competir el passat 20 de juny a la Piscina Bernat Picornell amb motiu del Campionat de Catalunya de Relleus. Els nostres van lluir unes bones actuacions que els van conduir, en moltes proves, a situar-se entre els vuit millors equips de Catalunya.



ELS INFANTILS ES CONVERTEIXEN EN HEROIS AL CAMPIONAT CATALÀ

El conjunt d'actuacions individuals dels infants van conduir a un segon lloc general femení i un quart lloc general masculí. Però la valoració d'aquest campionat va més enllà de les medalles i la classificació, per la quantitat de finals individuals disputades: 46!

TAMBÉ AL NACIONAL!

L'equip dirigit per Julian Gonzalez va assolir els objectius proposats al Campionat d'Espanya de natació: progressar. Un 80% de les proves disputades van desembocar en millors marques personals, fet que demostra que els esportistes del Club Natació Sant Andreu no toquen sostre.



ELS ALEVINS ES FARCEIXEN DE MEDALLES AL CAMPIONAT CATALÀ

Tots els nedadors de l'equip aleví van batre les seves millors marques personals al Campionat de Catalunya. Els andreuencs van lluir unes actuacions extraordinàries ja que van demostrar la seva millor versió. Van

ser tres dies (del 26 al 28 de juny) plens d'actuacions brillants de tots els components a Reus. L'Aitana Roldan va endur-se una medalla de cada, el Víctor Burgos dues plates i la Marina Guardia un bronze. Al Campionat d'Espanya Roldan va ser subcampiona i Burgos tercer. De ben petits ja comencen a estar a dalt de tot.

ELS MÀSTERS FAN UN PAS MÉS

Els nedadors de categoria màster van disputar el Campionat d'Espanya de la seva categoria. A part de les nombroses finals i medalles, van gaudir d'un gran entorn. Judith Tarracó, entrenadora de l'equip, va valorar la competició positivament: "Hi va haver en tot moment un ambient molt animat, i com sempre respirant un caliu proper i familiar alhora que competitiu". Els nedadors més destacats van ser:

JOSEP FARRÉ 200 i 800 lliures plata en la categoria +65-69

LUIS SAN MARTIN 200 estils 6é i 200 lliures 8é +25- 29

JORDI MARTINEZ QUINTANILLA 400 estils 3er i 100 i 200 braça 1er en la categoria +30-34

JUDITH TARRACÓ 50 papallona 2ª i 100 esquena 2ª amb record català +25-29

MEDALLISTES INTERNACIONALS



Àfrica Zamorano disputant el mundial júnior

ÀFRICA ZAMORANO, LA JÚNIOR DE BRONZE

La jove nedadora del Club, Àfrica Zamorano, es va proclamar tercera del món júnior. Ho va aconseguir a la prova dels 400 estils amb un magnífic temps de 4:40.15. Amb aquest registre va batre la millor marca nacional de 17 anys i es va penjar el bronze en aquest mundial celebrat a Singapur.

L'andreuenc només va ser superada per dues angleses: Rosie Rudin (4:39.01) i Georgia Coates (4:39.94). Va traçar el tram de papallona en 1:04.46, igual que la majoria de nedadores de la sèrie. A l'arribada de l'esquena va destacar per sobre les rivals fins a situar-se segona a la meitat de la prova. Zamorano va aguantar bé el tram de braça, consolidant la segona posició, només superada per Rudin. Però al darrer parcial Coates va esprintar i va aconseguir guanyar la plata. Aquest bronze de Zamorano demostra el seu talent, el seu treball i la seva progressió. La nedadora de Jordi Jou ha hagut d'entrenar dur durant el mes d'agost però la feina feta ha tingut la seva recompensa.

Recollint el bronze a Singapur



Tot el CNSA a l'aeroport, esperant a l'estrella



L'Àfrica celebrant el triomf amb el seu entrenador, Jordi Jou

TOT L'EQUIP AL SEU COSTAT

Eren les set del matí del segon dia de temporada quan tots els seus companys van decidir anar fins el Prat per rebre a l'Àfrica. La nedadora no va poder contenir l'emoció al observar la sorpresa. La recent tercera del món júnior als 400 estils es va mostrar satisfeta amb el resultat tot i que el cansament s'evidenciava a la seva expressió. Segons ella "ha estat dur però ha valgut la pena".

PLOUEN FLORS!

Àngel Bernet, president del Club i Oriol Montero, vocal de natació, van fer entrega de dos rams de flors a la nedadora. La van felicitar mentre que l'Àfrica encara no s'ho creia.



HONRUBIA: PLATA I BRONZE A LA FOJE!



El nedador Arnau Honrubia va arribar en tercera posició als 200 papallona a Tbilisi, on es va celebrar el Festival Olímpic de la Joventut Europea. Va aturar el cronòmetre amb un temps de 2:04.00, un segon per sota del seu millor registre d'abans d'arribar a la ciutat georgiana. Però no va ser l'únic èxit de la

s'ha endut nombroses medalles als Campionats de Catalunya Infants. Tota la preparació però, ha estat enfocada a aquest esdeveniment. Tant Julian González, el tècnic de l'equip infantil del Club Natació Sant Andreu, com Honrubia han coincidit en que l'objectiu era la FOJE. I, sense dubte, ho han aconseguit.

jornada per al Club Natació Sant Andreu: el quartet espanyol que disputava el 4x100 estils es va proclamar subcampió del Festival Olímpic de la Joventut Europea. Arnau Honrubia va tornar a millorar el seu registre al tram de papallona trigant només 57 segons. L'andreuenc, de només 16 anys, ha estat en constant progrés durant els últims anys però ha estat aquesta temporada quan ha fet un salt de qualitat. Al Campionat d'Espanya va arribar en segona posició amb 2:05.02 i durant tot l'any

 **BluePoint**
Sant Andreu

Cartutxos de tinta,
tòner i consumibles

C/ Gran de Sant Andreu, 105
08030 Barcelona
T. 93 345 11 87
info@bluepointsantandreu.es
www.bluepointsantandreu.es
bluepoint.santandreu 



Pack Cartuchos EPSON o BROTHER compatible
+ REGALO Pen Drive Toshiba 8GB

12,50€
*IVA incluido



Comprando pack EPSON o BROTHER compatible
te regalamos un pen drive Toshiba de 8GB (hasta
fin de existencias).

WATERPOLO

MEDALLISTES INTERNACIONALS



JAVI I MIREIA, SUBCAMPIONS D'EUROPA!



La jove jugadora del Club Natació Sant Andreu, Mireia Guiral i el tècnic de l'equip de waterpolo absolut, Javier Aznar van realitzar una excel·lent tasca esportiva a Bakú, seu dels EuroGames. L'equip nacional juvenil

es va proclamar subcampió d'Europa després de disputar uns partits excepcionals en els quals les jugadores es van mostrar fortes, segures i valentes. Javi Aznar va dirigir el col·lectiu, el que era una novetat per l'entrenador, però la seva iniciativa va ser crucial per a la selecció.

Després de guanyar-se el lloc a les semis derrotant a Hongria (5-9), es van trobar amb un dels equips més forts: Grècia. Un magnífic resultat de 9-6 els va portar directament a disputar la final del I EuroGames, contra Rússia. Sabien que era un rival difícil i, tot i la lluita i la perseverança, les espanyoles no van poder superar-les, però van fer història. És un orgull pel Club Natació Sant Andreu que l'entrenador, Javi Aznar, i la jugadora, Mireia Guiral, pertanyin a aquest gran equip.



CARLA CASTELLÀ, SUBCAMPIONA DEL MÓN JÚNIOR!

Carla Castellà es va penjar la plata al mundial júnior amb l'equip nacional espanyol d'aquesta categoria a Volos, Grècia. L'equip va perdre la final contra la potència de l'equip nord-americà. L'encontre va acabar quan el marcador se situava en 13-10, un resultat absolutament emocionant. Castellà i les seves companyes, dirigides per Xavi Pérez, van lluitar des del principi en un partit tens i explosiu. Però al segon i tercer quart, l'equip nord-americà va augmentar distàncies. Les espanyoles van incrementar l'atac a la darrera part però l'àrbitre va xiular el final del partit quan el marcador mostrava un malaurat 13-10.

Carla Castellà acaba la temporada consolidant-se a nivell internacional i posant el nom del Club Natació Sant Andreu en el podi del Campionat del Món Júnior. La progressió de l'andreuenc ja és una evidència que està demostrant contundentment. Castellà ha realitzat la seva millor temporada i tot apunta a que la jugadora de waterpolo continuï en aquesta direcció.

WATERPOLO CATEGORIES



LES CADETS, CAMPIONES DE CATALUNYA!

L'equip cadet de waterpolo femení es va proclamar Campió de Catalunya en la seva categoria durant la primera de juliol. Va ser després de vèncer al C.N. Sant Feliu i jugar un conjunt de partits que no van resultar fàcils per l'equip andreuenc. Tot i així, les jugadores de Dani Ballart es van enfrontar a les adversitats de cada encontre, superant-se a cada jugada fins arribar a la gran final. Campiones de Catalunya. Un mèrit, una il·lusió, una satisfacció. L'or ja és a les mans d'aquestes campiones.

ELS ALEVINS SUBCAMPIONS DE CATALUNYA!



L'aleví es va proclamar subcampió de Catalunya en la seva categoria. Els petits cracks del Club Natació Sant Andreu van realitzar un excel·lent campionat ja que es van imposar a gairebé tots els partits, a clubs d'un gran nivell com el C.N. Atlètic-Barceloneta, el C.N. Terrassa o el C.N. Sant Feliu. A la final, però, no van poder plantar cara als del C.N. Barcelona. D'aquesta manera, els jugadors andreuencs es van proclamar subcampions de Catalunya i es van endur el satisfactori record d'haver guanyat una medalla en aquest apreciat campionat.

NACIONAL: LES CADETS NOVENES I LES JUVENILS SETENES

L'equip de waterpolo femení, tan juvenil com cadet, s'esperava molt més d'aquest campionat nacional. La mala sort de l'inici les va conduir a la lluita per les darreres posicions i, finalment, a una novena plaça per a l'equip cadet i setena per al juvenil. Cal dir que la joventut de l'equip comporta un rendiment inferior a les rivals però, per contra, pot ser un punt a favor observant-les en clau de futur.



LA MALAURADA QUARTA POSICIÓ DELS CADETS

L'equip de waterpolo cadet masculí va realitzar un excel·lent Campionat de Catalunya, imposant-se en gairebé tots els partits. El col·lectiu andreuenc va protagonitzar jugades encertades, una defensa consolidada i un joc atrevit. Tanmateix, no van poder passar el tall de les semifinals i van caure contra el C.N. Barcelona.

ELS JUGADORS INFANTILS QUEDEN SENTENCIATS PEL BARCELONETA

Els waterpolistes jovenets del Club Natació Sant Andreu, els infantils, van realitzar una bona fase de grup doncs superaven els partits amb certa comoditat. L'Atlètic Barceloneta però els va sentenciar 4-8 després de guanyar contra el Granollers 11-10. I a quarts de final, van tornar a caure davant del Barcelona 11-5 quedant relegats a la setena posició.

BENJAMINS EN ESTAT PUR!

Els més petits de la casa, els benjamins, van consolidar-se com equip durant el Campionat català disputant diversos partits amb nivells ben diferents. La competició estava formada per 24 equips catalans, per tant, els partits van ser abundants però les ganes de jugar es demostraven a cada encontre. Els andreuencs van gaudir, van progressar i es van consolidar com equip. Finalment van obtenir la desena posició. Estaven satisfets doncs la duresa del Campionat la van combatre amb una actitud de campions!



ESQUAIX

EDMON LÓPEZ TORNA IMPECABLE



Gran inici de temporada del jugador Edmon López al circuit professional mundial d'esquaix PSA ja que es va imposar a tots els partits. El millor jugador del Club torna amb força i ganes després de l'aturada de l'estiu.

SOFIA MATEOS, A TOPE A AMSTERDAM!



Del 9 a 12 de juliol es va celebrar a Amsterdam una nova edició del Dutch Junior Open d'Esquaix. A l'edició del 2015 han participat un total de 343 participants dels cinc continents. A la categoria sots 15 Femenina la jugadora andreuca Sofia Mateos va aconseguir una meritòria 17 posició final.

TOTS AL CAMPUS D'ESTIU



Un grup de tècnics i joves jugadors d'esquaix catalans van participar a la primera edició del campus d'estiu d'esquaix a la localitat osonenca de Torelló durant la setmana del 13 al 19 de juliol. Una gran experiència per als joves, que van poder compartir una setmana d'esquaix i convivència amb alguns dels millors jugadors del circuit. Els tècnics i col·laboradors del Club que van participar van ser Dani Pascual i Edmon López. Els participants al primer campus van ser Roger Ortega, Noa Romero i Aleix Romero.



FINAL DE LA Lliga CATALANA

RESULTATS GENERALS:

- EQUIP DE PRIMERA – SEGON
- EQUIP DE SEGONA – QUART
- EQUIP DE TERCERA – PRIMER
- SOFT – SEGON
- VETERANS A – PRIMERS
- VETERANS B – TERCERS

PABLO DOLZ, CAMPIÓ DE LA COPA FEDERACIÓ INFANTIL



A les instal·lacions del Tipi Park d'Haro van coincidir dos esdeveniments esportius: la primera edició de la Copa Federació Infantil i Femenina i una nova prova

del circuit PSA closed, que puntuava pel rànquing mundial PSA.

Laura Pacheco va ser semifinalista a la categoria

femenina i la consolació va ser per la Virgina de la Llave. A l'apartat infantil, categoria sots 17 masculina, la victòria va ser per a Pablo Dolz que es va imposar a la final a Nacho Fajardo, de l'esquaix Igualada. A la categoria sots 13 masculina, el tercer classificat va ser el Roger Ortega després d'imposar-se a Pol Salvador del Triops.

D'altra banda, el domini

de l'actual número 1 del rànquing català, Edmon López, va ser espectacular a la quarta prova del circuit PSA closed. L'Edmon es va imposar a quarts de final davant d'Aitor Zunzunegui per 3 jocs a 0, i es va endur la victòria a les semifinals després de superar a en Bernat Jaume d'Igualada i a la final a l'Iker Pajares del Malibú, ambdós per 3 jocs a 1.

Sergi Tours s.l.
AGÈNCIA DE VIATGES

Sergi Flamarich
Bisbe Sivilla, 33. 08022 BCN
Telf: 93 211 62 33
sergi@sergitours.eu
www.sergitours.eu

ANUNCIA'T AL PROPER NÚMERO
DE LA REVISTA **CNSA!**

TRUCA AL **93 159 45 27**



Isabel Jiménez

Terapeuta Gestalt / Co-Active Coach
Tel 659 688 123
www.terapiagestaltbarcelona.com
isabel@terapiagestaltbarcelona.com

Ansietat – Estrès – Crisi personal
Dificultats relacionals i/o de comunicació.
Atenció a persones i parelles.
Sessió informativa gratuïta.

• **AVANTATGES PER ALS SOCIS:**
Primera sessió gratuïta i 10% descompte sobre tarifa.

SAC
SAMARRETES

▼ Carrer Gran de Sant Andreu, 153
Barcelona 08030
936 76 01 21

▼ Carrer de l'Escorial, 14
Barcelona
932 19 04 44

Especialistes en
tot tipus de

Samarretes bàsiques
llises i dessuadores

Home-Dona-Nen

▼ sacsamarretes@gmail.com

Personalitza
la teva samarreta !!!



Imatges
Logos
Textes

▼ www.sacsamarretes.com

TENNIS

UNA CLOENDA MOLT ESPECIAL DEL TENNIS

Han estat molts els esdeveniments que ha celebrat el tennis durant els darrers dies. Tots ells han estat amb la finalitat de tancar una temporada

plena d'èxits. La secció de tennis posa punt i final a la temporada després de molts partits, molts entrenaments, molts triomfs i alguna que altra derrota.



UN ENTRANYABLE SOPAR

El passat tres de juliol es va celebrar la cloenda oficial de la secció de tennis. Tots els esportistes, tècnics i directius es van reunir en una trobada envoltada de bon ambient, de riures i de reconeixements. Van ser premiats els tennistes

a nivell individual, els dobles i els juvenils. Però les protagonistes van ser les components de l'equip infantil femení. El subcampionat de Catalunya de la seva categoria es mereixia una especial menció.



TOT, A LES 12 HORES DE TENNIS

Durant el mateix cap de setmana del campionat social, van celebrar-se les dotze hores de tennis, una tradició de cada any al Fabra. Van participar des

dels més petits fins els més grans. I, com sempre, va ser una jornada en la que es respirava un ambient de sana esportivitat i ganes de gaudir del tennis.



ELENA VALENZUELA I MONTSE TOMÀS, CAMPIONES DEL SOCIAL DE VETERANES



L'equip format per les dues jugadores del Club, Elena Valenzuela i Montse Tomas,

es van imposar a la final de dobles de veteranes. El campionat es va celebrar

diumenge 14 de juny a les pistes del Club Natació Sant Andreu. Les jugadores van vèncer a les magnífiques Núria Doménech i Mercè Bonet que, tot i el talent que llueixen, no van poder conduir l'encontre a l'èxit. La Montse i l'Elena van aconseguir fer-se amb la victòria després de tres sets: 3-6, 6-4 i 6-0. El canvi de tàctica els va servir per donar la sorpresa i deixar sense opcions a les rivals al darrer set del partit. La Núria i la Mercè acostumen a vèncer jugant a prop de la xarxa. Per això, l'Elena es va

col·locar davant i la Montse rematava les pilotes des de darrera. Gràcies a la seva velocitat va rematar totes les jugades deixant el marcador en 6-0. Va ser un partit extremadament disputat però afrontat amb germanor i bona esportivitat que predomina a les veteranes del Club Natació Sant Andreu. Ara, les tennistes ja han acabat la temporada però ja tenen ganes d'estrenar-ne una altra per seguir progressant i, el més important, gaudint del millor tennis.

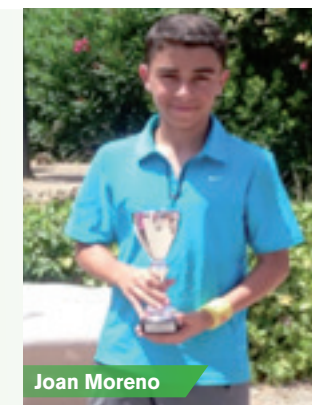
TRIOMFADORS DE L'ESTIU

Aquest any ha estat replet d'èxits a la secció de tennis. Un exemple clau d'aquesta afirmació és la quantitat de jugadors del Club Natació Sant Andreu que s'han proclamat campions i subcampions a alguna competició del Circuit Juvenil d'Estiu, organitzat per la Federació Catalana de Tennis.

Un total de deu tennistes han estat capaços de superar-se i fer un pas més. Endur-se el títol de campió o subcampió

ha estat una gran satisfacció per cadascun d'ells i, a la vegada, és un honor per la secció de tennis i pel Club Natació Sant Andreu comptar amb joves tennistes que demostrin progressió, esforç i talent.

**ALEX MON
ELENA GASPAR
JOAN MORENO
MARINA GIL
ORIOL SEREN
PAU MARTIN
MARC MON
MARTÍ GIL**



Joan Moreno



Marina Gil

ROGER JOVÉ, CAMPIÓ SOCIAL

Roger Jové es va proclamar campió de la competició social que se celebra al Club Natació Sant Andreu. L'esdeveniment va succeir el 4 de juliol, quan Jové i Adrià Vila s'enfrontaven amb la intenció d'obtenir el títol social. Al primer set, Roger Jové va destacar amb una superioritat envejable. Amb un resultat de 6-0 semblava que el rival estigués condemnat. Adrià Vila va recuperar forces al segon set intentant allargar el partit però l'intent va ser fallit. Finalment el resultat va ser de 7-5, a favor de Jové, que es va endur el triomf.

PÀDEL



La normativa està en constant revisió

Tot i ser una instal·lació molt nova, la normativa del pàdel és un document freqüentment revisat per la comissió d'aquesta secció. Per tal satisfer al màxim la necessitat dels jugadors, es va actualitzar la versió 1.0 a la 2.0. Tanmateix, es

continuaràn analitzant els possibles canvis per assolir un excel·lent funcionament. Podeu trobar aquesta normativa a la web oficial del Club Natació Sant Andreu i a la recepció del Fabra.

Professors per aprendre'n més

Lluny de l'organització d'escoles o cursets, el Club oferirà la possibilitat als socis de realitzar classes de pàdel amb un professor particular.

Els jugadors es reuniran segons horari i nivell i el professor podrà ensenyar a col·lectius de tres o quatre aprenents a la vegada.

Propera reserva: INTERNET!

El Club Natació Sant Andreu ha volgut anar més enllà i aprofitar la tecnologia per guanyar eficàcia en el procés de reserva. S'està creant un programa per dur a terme les reserves de les pistes mitjançant la pàgina web oficial del Club. Està previst que a l'octubre ja estigui en funcionament.

EL PÀDEL, UN INICI SATISFACTORI

Les tres pistes de pàdel ja fa tres mesos que estan en ple funcionament. La satisfacció es percep en l'ambient esportiu i familiar. Els socis tenen ganes d'aprendre i jugar, fet que ha ajudat a que les expectatives es complissin. Malgrat que han passat poques setmanes per fer-ne una valoració ferma i objectiva, el pàdel és una instal·lació molt gaudida.



Tot el talent esportiu, al Campionat Social

Tant els padelistes experts com els recent iniciats tindran la possibilitat de participar al Campionat Social. La competició té l'objectiu d'impulsar encara més aquest esport i fer que tots els integrants s'uneixin i competeixin entre ells. Serà una magnífica manera d'aprendre, de jugar i de passar-s'ho d'allò més bé! La competició tindrà lloc a partir del setembre i durarà tota la temporada.



TOT A PUNT PER A LA TARDOR!

Cada mes farem una sortida, una xerrada i una sessió de cinefòrum buscant la diversitat i sobretot la diversió. Les xerrades seran sobre temes molt originals, i si tens alguna cosa especial que t'agrada, digue'ns-ho! El cinefòrum se celebrarà el primer dimarts de cada mes, gràcies al nostre soci Javier Pardo, la persona encarregada de les pel·lícules.

Si voleu saber en què consistiran les sortides, les detallem a continuació:

- **Visita a la Sagrada Família:** Podrem visitar la basílica més emblemàtica de Barcelona dissenyada per l'arquitecte Antoni Gaudí. Una construcció que es va iniciar l'any 1982 però que encara està en construcció. És imprescindible apreciar la seva evolució!



- **Caminada a la Torre de Collserola:** Arribar fins la torre, ben a prop del Tibidabo, te el seu mèrit. T'hi apuntes?



- **Hotel Espanya:** Està ple de decoracions modernistes i la seva màgia es respira només admirant la bellesa exterior de l'arquitectura. Passejar pel casc antic de Barcelona i acabar a l'històric edifici modernista restaurat de l'Hotel Espanya pot ser una experiència reconfortant. Anima't-hi!



XERRADA DANONE

Vols saber quins són els aliments més saludables per al teu cos en cada època de la teva vida? Danone t'ofereix una perspectiva diferent de l'alimentació saludable, enèrgica però sense passar gana.

ON HI HA TARDOR, HI HA BOLETS!

Vols venir al Berguedà i gaudir dels seus paisatges mentre reculls bolets? S'acosta l'ocasió! Tots junts podrem compartir un dia fantàstic de tardor entre muntanyes i corriols. Ens llevarem ben d'hora per arribar a aquesta comarca situada al nord de Catalunya. Al mateix Berguedà esmorzarem embotit i torrades i així obtindrem l'energia per afrontar la cerca de bolets!



El matí el passarem entre els millors indrets d'aquestes muntanyes, ben a prop del Pedraforca. Els més experts ben segur que trobaran els millors bolets i, els amants de la

natura gaudiran de la immensa vegetació. Després, però, caldrà recuperar forces! Ho farem a un restaurant on dinarem amanida del temps i un estofat ple de bolets. Els més animats podran continuar la festa ballant a la pista del mateix restaurant. Cap a mitja tarda l'autocar tornarà a Sant Andreu. Sense dubte, serà una vetllada més que divertida. Te'n donarem més detalls properament!

JA COMENCEN LES COMISSIONS!

Els integrants de les activitats socials ja tenen ganes de començar! Algunes lligues ja estan en plena temporada i algunes s'iniciaran en pocs dies. Animem a tothom a que s'apunti i gaudeixi d'un nou hobby compartit entre amics! Us podreu inscriure a la Secretaria Social. Dates:

- **BRIDGE:** Octubre.
- **CANASTRA:** ja han començat!
- **DOMINO:** 28 de setembre.
- **ESCACS:** 9 de octubre.
- **PETANCA:** 20 de setembre (melè dels diumenges).
- **SARDANES:** 16 de setembre.

Per obtenir informació sobre el tennis taula, mus, billar, tute i botifarra, vine a la Secretaria Social i t'explicarem tots els detalls.

NOVETAT: L'ESOTERISME

És un conjunt d'ensenyances i doctrines que només coneixen uns quants afortunats. La idea de l'esotèric va unida a les d'iniciació i ocultisme ja que el sentit dels rituals iniciàtics és, precisament, accedir al coneixement ocult. Està molt relacionat amb l'astrologia i els horòscops. Sense dubte, una visió del món per aprendre!

FESTA MAJOR, CADA ANY MILLOR!

La darrera setmana de novembre comença la festa major i durarà fins la primera de desembre. Durant aquestes dues setmanes el barri estarà de festa i, com sempre, el Club Natació Sant Andreu s'hi afegirà realitzant activitats i esdeveniments.

Les comissions organitzaran un campionat social obert a tothom i també podrem ballar sardanes al jardí del Fabra, entre altres activitats.

5 KM SÓN A L'ABAST DE TOTHOM!

El Club Natació Sant Andreu i l'Ajuntament de Sant Andreu treballaran de la mà per oferir la 37a cursa oficial del barri. Serà de cinc quilòmetres per als adults i tindrà premi per als més ràpids. Els més petits faran una mini cursa per la

Rambla en un ambient divertit. La cursa popular es celebrarà el 6 de desembre tancant aquesta festa major tan esperada. Les inscripcions s'obriran al novembre, esteu atents a la pàgina web del Club!

LA BONICA TRADICIÓ DE LES HAVANERES

Les havaneres són ja imprescindibles en tota celebració als pobles i barris i, com sempre, el Club Natació Sant Andreu organitza la seva pròpia cantada en una jornada festiva. Així va esdevenir el passat 17 de juliol, als jardins del Fabra. Les cançons cantades en directe van aconseguir emocionar als socis i les bromes van provocar riures durant tota la nit. Mentrestant es servia rom cremat que van elaborar alguns voluntaris. Va ser una vetllada entranyable. L'any que ve animeu-vos-hi!



MULLA'T

Diumenge 12 de juliol va ser un dia de festa a les piscines catalanes i nosaltres vam posar el nostre gra de sorra en la lluita contra l'esclerosi múltiple. El Club Natació Sant Andreu va organitzar diverses activitats perquè tothom s'acostés a les instal·lacions andreuencques. La sessió de Zumba al jardí va ser un dels trets més originals que va oferir el Fabra. Però també va ser una anècdota significativa la remullada dels seus organitzadors al final de la jornada.



FABRA SOLIDARI

Tanmateix, els nostres van aprofitar l'ocasió per convertir tot el cap de setmana en un Fabra Solidari. Així, els monitors del gimnàs van estar a Plaça Catalunya ballant un Flaix Mob per fer front a l'esclerodèrmia sistèmica.



ENTREGA DE LES INSIGNES

El proper 22 d'octubre farem entrega de les insignes de plata. La rebran tots aquells que hagin complert els 25 anys com a socis al Club Natació Sant Andreu. Durant els propers dies donarem detalls de la celebració així com de l'hora i el lloc. Els socis guardonats seran els següents:

- 10116 JOAQUIN FANDOS LAGUNAS
- 10128 GABRIEL MARTINEZ CASANOVA
- 10129 JOAQUIM MARTIN TEIXIDO
- 10140 XAVIER MONTERO I BLANCO
- 10154 M. ASCENSION GARCIA ESPADA
- 10177 ROSA FERIA AGUILERA
- 10202 MARIANO ALONSO TEJERA
- 10215 FRANCISCO GARCIA ARCE
- 10233 F.XAVIER JANE PESQUER
- 10234 MONTSERRAT ESTADELLA HELLIN
- 10239 OSCAR RODRIGUEZ CALAF
- 10305 FULGENCIO CLEMENTE IGEÑO
- 10314 ELENA BADENAS VIVES
- 10318 JOSE ANTONIO LUPIAÑEZ SANCHEZ
- 10319 MARIA CARRION TOMAS
- 10321 DAVID LUPIAÑEZ CARRION
- 10340 CRISTINA LLAMBI CAMPANYA
- 10341 ANTONI LLAMBI BLANCH
- 10345 M. MONTSERRAT TARAFÀ ROS
- 10346 JORDI MARTINEZ TARAFÀ
- 10347 XAVIER CASTRO SUÑER
- 10351 ALBERTA JUARROS HORTIGUELA
- 10355 ANNA CASTELLS CROSTA
- 10367 JUAN FERNANDEZ MOURE,
- 10369 JOAN FERNANDEZ GUASP
- 10393 JORDI PAULO BIOT
- 10405 JORDI COBOS I SIMO
- 10408 ENCARNACION ORTIZ ABALOS
- 10409 SALVADOR VIALCANET MANRAS
- 10441 LAIA REGAS GONZALEZ
- 10442 MERITXELL REGAS GONZALEZ
- 10488 ANTONI LOPEZ BALLESTEROS
- 10511 MARI CARMEN VIDA PEQUIN
- 10525 GEMMA SOLER HERRERO
- 10538 SERGIO HEREDIA FERRER
- 10585 MARTA PUIG SALADRIGAS
- 10586 ANTONIO CARBONELL GOMEZ
- 10587 CARMEN MUR BUSQUETS
- 10597 RAFAEL MONTIEL GONZALEZ
- 10606 M. NURIA DOMENECH GIMENO
- 10613 M. ISABEL YUFERA TORRENT
- 10614 SARA BARCA YUFERA

- 10615 MARC BARCA YUFERA
- 10619 INMA ESTRADA JUAREZ
- 10634 M. CARME SOLANAS AMETLLA
- 10670 DAVID VALERO CARRERAS
- 10681 CLARA VIÑUALES DUESA
- 10686 JOAN BALLESTA SIVILLA
- 10692 XAVIER PLANELLA ARNAUDAS
- 10705 SALVADOR VIALCANET RIDAO
- 10715 JOAN BARNILS COSTA
- 10739 ANTONIO FERNANDEZ PEREZ
- 10766 NURIA GIL RENGEL
- 10784 ANDREU TONEU MIR
- 10787 PURIFICACION SEIJAS CUEVAS
- 10793 FRANCESC MARQUEZ BORRULL
- 10795 FERRAN MOLERO MATEOS

- 10807 MARIA DEL CARME JUNCAR PANIAGUA
- 10817 CRISTINA MARIN URRUTIA
- 10837 JOSEP CANTERO SALVADOR
- 10839 M. CRUZ DUESA DOMINGUEZ
- 10848 FRANCESC SERIGO MATEOS
- 10859 JUANA GARCIA ESCABIAS
- 10865 M. ISABEL ALFONSO MAIMO
- 10908 M. TERESA MARTIN VELASCO
- 10925 MARCEL LOPEZ PEREZ
- 10929 JOSEFA FERRER CORTES
- 10936 GEMA ARGUELLES GOMEZ
- 10937 JAIME FUENTES GARCIA
- 10941 FRANCESC JARQUE MOYANO
- 10966 MARC VIVAR CALVO
- 10988 JULIA GONZALEZ GONZALEZ

23è CAMPIONAT SOCIAL DE TENNIS TAULA

El dissabte 19 de setembre a les 9 del matí es va iniciar l'històric Campionat Social de Tennis Taula al Club Natació Sant Andreu. La participació va ser tot un èxit, ja que fins a 27 esportistes van disputar aquesta competició.

A l'esdeveniment esportiu van estar presents l'Àngel Bernet, president del Club, en José Luis Soria, tresorer de la Junta Directiva, i l'Eduard Riera, organitzador de la comissió de tennis taula.

- Els resultats van ser els següents:
- 1ER CLASSIFICAT: A. GUINOVART
 - 2ON CLASSIFICAT: V. ALLUE
 - 3ER CLASSIFICAT: CARLOS CASTILLO

Gràcies a tothom per aquest dia, una jornada festiva en la que vam gaudir de l'esport social mentre els protagonistes competien en un ambient de diversió. El Campionat Social de Tennis Taula ja és una tradició imprescindible a les nostres instal·lacions i l'edició d'enguany, la 23a, ha estat més que especial!



FUTBOL SALA

SOPAR DE RECONeixEMENTS



Joaquín Julian



Robert Castaño



Carles Sellabona



Els Taurons

El futbol sala va tancar la temporada amb un espectacular sopar a la fresca. Va tenir lloc el passat 19 de juny al solàrium de la piscina d'estiu, fet que encara incrementava més la importància de l'esdeveniment. Després d'haver degustat el sopar i d'haver compartit experiències amb els companys, el president Àngel Bernet i el vicepresident segon Jaume Perna, van fer entrega dels trofeus de tot l'any: tant de la Lliga, com de la Copa i la Supercopa. Els premis pels mèrits més recents van ser pel Balconitis i el Tramuntana, finalista i guanyador de la Copa respectivament. També van rebre un premi en Joaquín Julian, delegat dels Taurons, en Chema Mendoza, delegat del Balconitis, en Carles Sellabona del Balconitis, al millor porter de la Copa i a en Robert Castaño del Marley, com a millor jugador de la copa.

COPA

La copa va ser el darrer trofeu de la temporada de Futbol Sala i un dels més emocionants. La final la composaven dos grans equips: el Tramuntana i el Balconitis.

Tot i el talent i l'esforç que van posar-hi els dos col·lectius, va acabar destacant el Tramuntana amb un resultat de 5-2. Els jugadors començaran la nova lliga a partir d'octubre. Gaudiran del futbol a Sant Andreu els mateixos equips, però encara amb més ganes!



GINMNÀS



COMENÇA LA TEMPORADA... AMB NOVETATS!

Ara podràs llevar-te ben d'hora per fer esport al gimnàs del Club Natació Sant Andreu! A partir de l'octubre s'inclourà una nova línia a la graella d'activitats dirigides que començarà a les set

del matí tots els dies laborables. Abans de treballar, fes esport! Podràs mesclar el Ciclisme Indoor, amb Crossfabra i una sessió d'abdominals exprés de 30 minuts. Així, enfortiràs els músculs i

a la vegada guanyaràs resistència. Ideal per posar-te en forma! Els monitors David Fernández i David Palacios seran els encarregats de que agafis el ritme i et llevis amb alegria per començar el dia.



RÈCORD HISTÒRIC

La secció del gimnàs no s'atura. Està en una etapa de ple creixement i d'èxit constant respecte a temporades anteriors. Enguany està vivint un moment excepcional doncs han acabat la temporada amb un creixement del 20% respecte els mateixos mesos de l'any passat. Els usuaris cada vegada s'ho passen millor i tenen més ganes de fer exercici. El fet que les activitats dirigides mesclin l'esport amb la diversió, fa que augmentin els socis i els abonats que hi participen. Però els entrenaments és un altre punt fort de la secció. Cada vegada els usuaris li donen més importància. Així que, si desitges una atenció personalitzada per obtenir el rendiment més alt, pregunta per un de nosaltres!



PISCINA

L'infant: els primers passos cap al desplaçament a l'aigua



Durant els darrers anys i fruit de la nostra experiència i estudi, el Club Natació Sant Andreu ha anat creant una metodologia pròpia de l'ensenyament de la natació. Des de la coordinació dels curssets es prioritzen tres aspectes vitals i imprescindibles per un aprenentatge correcte i adequat de la natació. Aquests són: la flotació, la respiració i els lliscaments. Al passat número vam exposar el que representa la flotació. Enguany us volem acostar a la teoria i la pràctica de la respiració.



Respirar a l'aigua, de la mateixa manera que nedar, no és ni un hàbit instintiu ni una tendència heretada. Sinó que és una destresa adquirida mitjançant un procés d'aprenentatge.

Aquest aprenentatge ens portarà a fer un canvi: a la superfície terrestre anem

d'una inspiració des del nas a l'expiració boca/nas. En canvi, al medi aquàtic, hem d'aprendre a fer d'una inspiració boca a l'expiració boca dins de l'aigua.

Però durant el camí hem de passar per diferents fases que ens ajudaran a poder arribar a la meta, que no és altra que aconseguir un control respiratori en els desplaçaments.

Quines són aquestes fases? És un treball de les apnees, les bufades de diferents intensitats, immersions i lliscaments que seran la base de l'inici de la coordinació dels estils de natació.

Sí. La respiració a l'aigua és a l'inrevés que al mitjà terrestre. Per això, aquest aprenentatge pot ser llarg o curt en el temps, però sempre haurà de ser respectuós.



ESPLAIS

INICI DE LES ACTIVITATS AQUÀTIQUES

El passat dilluns 14 de setembre es van reiniciar totes les classes d'activitats aquàtiques: nadons, l'aiguagim, curssets de natació i terapèutiques.

Novetats:

El Club Natació Sant Andreu ofereix un nou curset d'entrenament per a joves de cinquè i sisè de primària. Si t'agrada nedar i vols fer un pas endavant, apunta't amb nosaltres!!

I si t'agrada nedar però no vols perdre't la diversió de l'aiguagim apunta't al "Combi", on podràs fer les dues activitats combinant-les com tu vulguis.



CANGUROSPOORT I LUDOSPOORT 2015: TOT UN ÈXIT

Els infants que han gaudit del nostres casals han passat uns dies plens d'entreteniment i de diversió. Com a novetat aquest any i per consolidar les activitats d'anglès que ofereixen els nostres monitors, els components del grup Cangurosport van aprendre gràcies a un contecontes, exposat en anglès, per la màgica Júlia Fairy Tales! D'altra banda, els més grans van remullar-se a Vilassar de Mar durant l'esperada sortida a l'Illa Fantasia. Els ludos mitjans van realitzar una nova sortida, que va tenir lloc al Tibidabo. I com no, també ens va visitar la nostra pallassa Bruna que va fer les delícies dels més petits! Els nostres monitors es van bolcar al màxim amb els nens, sempre amb la intenció de que la mainada s'ho passés d'allò més bé en el seu temps de lleure.



NATUR HOUSE
Experts en Nutrició i Dietètica

Resultats visibles amb *El pla dietètic*

EXPRES

2
SETMANES

27,50 €
X SETMANA

www.naturhouse.com



FIONA MAS CORBELLÀ
C/ Gran de Sant Andreu 47
T: 93 345 22 16

CEM SANT ANDREU – LA SAGRERA

El CEM Solidari

El passat 25 de juny el Centre Municipal Esportiu de Sant Andreu va organitzar la Marató de Cycling i el 26 un Aiguagim molt especial. Totes dues activitats van ser part del CEM Solidari. Els organitzadors van incloure com a condició necessària col·laborar amb la Fundació Arrels.



Com que aquesta fundació vetlla per la gent sense sostre, calia portar mantes, roba d'abric, calefactores, etc. Va sorprendre la solidaritat que van mostrar els abonats ja que tothom hi va voler participar de diverses maneres. Esport amb valors. Aquesta és la filosofia del CEM Solidari.

I també samarretes!

Els monitors del CEM Sant Andreu-La Sagrera van lluir unes divertides samarretes durant la Marató Solidària. La vestimenta prové de la Fundació Arrels i la van comprar tots aquells que van voler contribuir a millorar la situació de la gent sense sostre. Tothom que vulgui encara té l'oportunitat de comprar alguna samarreta i, així, vetllar pels més vulnerables.



El CEM aprofita l'estiu



El Centre Esportiu Municipal Sant Andreu va realitzar dues classes de Crosscamp Aigua el 16 i 17 de juny. Aprofitant l'inici de la temporada d'estiu, van fer les classes de cross i bo-otcamp a la piscina descoberta. La gent s'ho va passar genial! Hi podia venir tothom però hi havia una condició: havien de venir vestits d'hivern, amb pantalons llargs, màniga llarga i sabates d'esport ben lligades. D'aquesta manera es forçaven a fer més esforç durant l'exercici. Entrar i sortir de l'aigua va ser una tasca difícil per molts, però van gaudir d'aquesta activitat tan exigent i tan divertida.



Novetats!

- ▶ Fitbike, Jumpbike, Combat i ABD20' són les noves activitats que ofereix el Centre Esportiu Municipal. Són originals, divertides i plenes d'intensitat. Informa't i vine a provar!
- ▶ Augment de les hores de classes de Pilates al migdia. Ja no tens excusa!
- ▶ Seguim amb més fitness pels joves!
- ▶ El grup de running té moltes ganes de començar, tenen diferents objectius entre ells la Mitja Marató de Barcelona. **Estem molt motivats, amb ganes de començar i ganes de que la gent vingui a treballar i passar-s'ho bé amb nosaltres!**

CEM TRINITAT VELLA

Diversió assegurada al Campus Olímpia

L'Ajuntament de Barcelona organitza cada any un conjunt d'esplais d'estiu per a nens i nenes a tota la ciutat. La Trinitat Vella és un lloc privilegiat en el que es pot gaudir d'aquest casal al juliol i la primera setmana de setembre!



Els infants van fer esport durant l'estiu i ho compaginaven amb aprenentatge i entreteniment. Gràcies a la piscina d'estiu van estar remullats la majoria del temps i, gràcies al poliesportiu corrien i jugaven tant com volien. Un any més, gràcies al suport de l'Ajuntament, el CEM Trinitat Vella ha estat plena d'infants.

També la natació!

Els petits nedadors i nedadores van fer un esplai a les instal·lacions de la Trinitat Vella. Van realitzar entrenaments especials mentre compartien diferents experiències amb els companys. Una bonica manera d'allargar la temporada!

Una petita inundació



Malgrat el Centre Esportiu Municipal no ha patit incidències greus durant aquest trimestre, va haver de fer front a les fortes tempestes. La piscina d'estiu es va inundar a mitjans d'agost com a conseqüència de la quantitat de litres d'aigua que van caure durant dos dies seguits. Després de passar aquestes complicades hores, van poder treure l'aigua i seguir amb la normalitat.

Previsions a la Trini

- ▶ Tornem a la normalitat: els curssets de natació començaran de nou a la tardor amb l'objectiu de millorar el nivell dels nens i nenes.
- ▶ Renovació de les activitats: la graella d'activitats dirigides serà editada per oferir més horaris i més varietat.
- ▶ D'altra banda, s'està consolidant el projecte que té com objectiu introduir el Crossfit com una activitat dirigida més.
- ▶ Pendants de l'Ajuntament: quan l'administració barcelonina accepti les propostes, el CEM Trinitat Vella durà a terme l'adequació i la millora de la instal·lació.



ARIS ORTEGA:

Una vida dedicada al Club

Igual que als contes, la seva història començaria per: "Hi havia una vegada" un noi jove, alt i corpulent que, per coses del destí, va acabant estimant fins al més profund del seu cor l'esport, especialment el waterpolo. Aquesta estima el va conduir a formar part dels equips de waterpolo de totes les categories fins a arribar a l'equip absolut. En aquells anys, els 60, el nostre Club encara no existia; era, en aquells temps, la instal·lació de la fàbrica Fabra i Coats.

Va ser per sort per tots nosaltres l'any 1971, quan es va fundar el Club Natació Sant Andreu; i allà, en aquelles instal·lacions del segle passat, l'Aris va passar d'aprenent a mestre. Un gran mestre que va transmetre els valors de l'esport a tants i tants nens i nenes que encara avui, quaranta-quatre anys més tard, tots els que vam compartir amb ell uns anys ens recordem d'ell, del seu caràcter, de la seva forma de ser, algú important en la nostra formació. La seva dedicació al món de l'esport el va portar a passar d'entrenador a Director Tècnic de la Natació i del Waterpolo del nostre Club.

Diuen que en aquesta vida el més important és que et recordin, tant per les coses bones com per les dolentes, perquè això vol dir que has impactat en la vida dels altres, que has deixat la teva empremta. I l'Aris ho ha aconseguit. Ara, des del 4 de juny del 2015, ha començat oficialment una nova etapa de la vida, allò que tothom coneix com la "jubilació", però tots sabem que l'Aris mai es jubilarà, que sempre formarà part del nostre Club i continuarà sent algú que participa activament en la vida del nostre Club. Per tot això, no podem deixar de retre-li un petit i humil homenatge a una de les persones que més

viu, estima i ha estat vinculat al nostre Club. Allà queden els records dels anys que l'Aris portava als nedadors en el seu cotxe als Campionats (us he de dir que cada cop que es canviava de cotxe - cada vint anys -, ho feia pensant en un model de vehicle que pogués portar al màxim de nedadors possible, i a tots ens ha portat alguna vegada... sigui a entrenar, sigui a competir... i això no deixen de ser empremtes.



Enrere queden els anys en què l'Aris, com a Director Tècnic va lluitar per donar a conèixer el nostre Club. Anys en què tothom deia "El club de l'Aris" i va ser gràcies a ell que va transmetre els valors del nostre Club a la resta dels clubs estatals que, junt amb els nostres èxits esportius, el Club Natació

Sant Andreu és conegut actualment arreu d'Espanya... i qui sap si d'Europa. Fruit d'aquesta vinculació ha estat reconegut per diverses entitats, i especialment per la Real Federación Española de Natación que li ha distingit amb la medalla de bronze l'any 1995 i la medalla de plata l'any 2000 per la seva dedicació a l'altre de les seves passions, ser àrbitre de waterpolo.

Ara, en aquests moments, ens toca recordar totes aquelles frases que ens va dir alguna vegada, aquells consells que ens va donar, i posar-los en pràctica perquè d'aquesta manera serà el millor homenatge i reconeixement que li podrem fer, per continuar mantenint viu el nom de Club Natació Sant Andreu.

Fins demà Aris.
H.P.



BREUS



ELS AFORTUNATS DEL SORTEIG!

Els guanyadors del sorteig mensual que es realitza entre els cent treballadors més antics del Club han estat l'Edith Hoyos, la M^a Àngels Díaz i l'Alexandra Farré. Cada participant té assignat un número (del zero al noranta-nou) i l'últim dia de cada més es consulta el número premiat de l'ONCE. El que coincideixi amb les dues últimes xifres és el guanyador.

Els privilegiats s'han endut una atractiva varietat de premis.

Gaudiran d'un sopar per a dues persones al Bufet del Casino de Barcelona, dues entrades al Zoo, dues entrades al Tibidabo i dos tiquets per fer ús a les instal·lacions del Fabra. Des del Club es celebra que els afortunats hagin estat premiats amb aquest generós obsequi ja que es tracta de treballadors que porten tants anys vetllant per les instal·lacions i els serveis oferts pel Club Natació Sant Andreu.



JUNY: Edith Hoyos



JULIOL: M^a Àngels Díaz



AGOST: Alexandra Farré

Relleu a la gerència

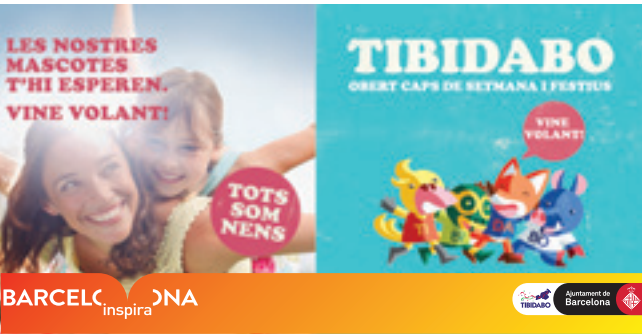
L'actual gerent José Fernández Prieto i el Club Natació Sant Andreu han arribat a un acord pel qual el gerent es desvincula del club.

A partir de l'1 de setembre s'ha incorporat al nostre Club la Sra. Elisenda Pascual assumint la tasca de gerent. Pascual és

reconeguda dins del món de la gestió empresarial i d'entitats esportives. La Junta Directiva del Club Natació Sant Andreu confia en les seves capacitats per la gestió dels recursos i el lideratge que representa assumir aquest càrrec.



EMPRESSES AMB AVANTATGES PELS NOSTRES SOCIS

	La Roca Village La Roca 10 % de descompte		Centre Dental Sant Andreu Gran de Sant Andreu, 56 15 % de descompte
	SAT. Sant Andreu Teatre Carrer Neopàtria, 54 10 % de descompte		Cercenado Esports Gran de Sant Andreu, 229 10 % de descompte
	Òptica Univers de la Visió Gran de Sant Andreu, 103 10 % de descompte		Le Petite Cerise Segre, 63 5 % de descompte
	Iberóptica Òptica Rambla de Fabra i Puig, 9, 1r 40 % de descompte		Nautalia Coroleu, 1 5 % de descompte
	Instituts Odontològics Carrer Neopàtria, 55 10 % de descompte		Casino de Barcelona El Club Natació Sant Andreu ha arribat a un acord amb el Casino de Barcelona gràcies al qual cada mes regalarà dues entrades per anar a sopar al bufet del Casino . Aquestes invitacions seran sortejades entre els treballadors del club.
	Sony Home Gran de Sant Andreu, 248 5 % de descompte		
	Cariñena Cicles Rambla de Fabra i Puig, 64 5-10 % de descompte		
	Fil a Fil Rambla de Fabra i Puig, 70 10 % de descompte, promoció no acumulable		
	Zoo de Barcelona El Club Natació Sant Andreu ha arribat a un acord de col·laboració amb el Zoo de Barcelona gràcies al qual tots els socis del Club Natació Sant Andreu gaudiran un 10% de descompte en la compra d'entrades . Per accedir a aquest descompte serà imprescindible la presentació del carnet d'acreditació personal com a membre actiu del Club Natació Sant Andreu, juntament amb el DNI del titular, a les taquilles del Zoo.		

També obtindran un **20% de descompte en la quota anual familiar, per fer-se socis del Zoo Club**. Per accedir a aquest descompte caldrà donar-se d'alta a través de la pàgina web del Zoo, afegint el codi: NSA-1-2015, a la casella on es demana el CODI PROMOCIONAL, del full d'inscripció. Per poder recollir el carnet de soci del Zoo Club, al Punt d'Informació del Zoo, serà imprescindible la presentació del carnet d'acreditació personal, com a membre actiu del Club Natació Sant Andreu, juntament amb el DNI del titular. Aquest avantatge inclou el 100% de descompte en la quota d'inscripció anual, al Zoo Club. A més, el **Zoo de Barcelona regalarà cada mes dues entrades a sortejar entre els treballadors**.



LA VOSTRA AGÈNCIA IMMOBILIÀRIA



Grup immobiliari i majorista financer



Vol vendre o llogar?
Porti'ns la seva vivenda.



Una fòrmula d'èxit



Pregunti als nostres clients. Ells ens avalen.



C/ Joan Torras 4 · 08030 Barcelona



93 360 10 00



www.best-house.com