



BEN-AL-DEPORTE

Sumario

**LLEGA LA FIESTA...
"DE LA BICICLETA"**

**CAMPEÓN DE
ATLETISMO**

**5º AERÓBIC-FITNESS
10º AEROBITHON...**

**21ª JORNADA DE
ATLETISMO**

CLUB BÁDMINTON

**LOS NIÑOS YA NO
HACEN DEPORTE**

**11º JUEGOS
TRADICIONALES**

TIRO OLÍMPICO

**SELECCIONADOR
NACIONAL VOLEIBOL**

OBRAS CLUB RAQUETA

TURISMO DEPORTIVO

NOTICIAS SALUD

EVENTOS 2º TRIMESTRE 2004

ABRIL

Día 21

• Jornada Atletismo Secundaria

Día 25

• 21ª Fiesta de la Bicicleta

MAYO

Días 15 y 16

• 24 Horas de Fútbol Sala

Día 18

• 3ª Jornadas de Actividades Físicas
al Aire Libre para Mayores

Día 29

• Finales Juegos Deportivos
Municipales

Día 30

5 - 6 - 12 - 13 de junio

• Torneo Fútbol Playa Alevín

LLEGA LA FIESTA... "DE LA BICICLETA"



Ha llegado la primavera y con ella una de las pruebas más veteranas y divertidas que organiza el Patronato Deportivo Municipal, la **21ª Fiesta de la Bicicleta**.

Prueba deportiva participativa donde se premian **los mejores disfraces y bicicletas más originales**, con más de 100 empresas que colaboran.

Más de 45 bicicletas, Viajes, Cenas en Restaurantes, Entradas a Tivoli, Selwo y muchísimo más.....

El domingo 25 de Abril, el Patronato Deportivo organiza la 21ª Fiesta de la Bicicleta, por un recorrido urbano de **8 Km**, y recorrerá algunas de las calles más importantes de Arroyo de la Miel y Benalmádena Pueblo.

Este año, como novedad, realizaremos **un recorrido infantil** para niños pequeños que no puedan realizar el recorrido completo, de 1'5 Km. aproximadamente, para atender las necesidades de los más pequeños.

Al igual que el año pasado, entregaremos premios a los:

- 20 disfraces y bicicletas más originales.
- 5 disfraces infantiles.
- 5 disfraces y bicicletas colectivos.
- A las 2 familias con más participantes.
- A los 2 Centros Escolares con más participantes.
- Regalos a sortear para todos.

También queremos felicitar a **Natalia Algar Pérez Castilla**, del I.E.S. Poetas Andaluces, que ha sido la ganadora del concurso de Carteles de este año.

Como siempre animamos a niños, jóvenes, padres y abuelos, a que participen en una jornada llena de alegría y diversión, recordando que es una prueba **participativa y lúdica**.

PEDRO SÁNCHEZ REYES CAMPEÓN DE ESPAÑA SUB-23 ATLETISMO

Nacido en Málaga 11-6-1982.

Residente en Benalmádena desde hace 10 años.

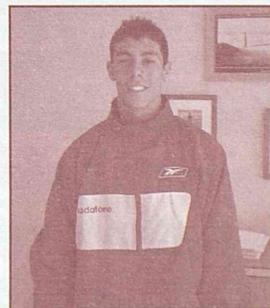
Se inició en el Atletismo a través de la Escuela Municipal de Benalmádena de la mano 1º de Antonio Molina y a continuación de su actual entrenador Antonio Rivera.

Después de 7 años de Atletismo de alta competición acaba de conseguir el **1º puesto en el Campeonato de España de Atletismo** en Pista Cubierta en la modalidad de Heptalón, celebrado en Oviedo.

En categorías cadete, juvenil y junior ya había obtenido resultados en las pruebas de pértiga, vallas y longitud.

Actualmente se prepara en Arroyo de la Miel para su participación en el Campeonato de España de Federaciones Autonómicas, con la ilusión de clasificarse entre los 4 primeros y obtener el **pase al Campeonato de Europa de Naciones** a celebrar en Hengel (Holanda).

Pedro Sánchez Reyes es en la actualidad junto con José A. Crespo Ortiz (badminton), uno de los mejores deportistas con que cuenta nuestro municipio en el ámbito internacional.





Hotel Puerto Benalmádena. Líder de 1ª División de Fútbol 7

LAS LIGAS LOCALES, MÁS INTERESANTES QUE NUNCA

Llegados a este punto de la Temporada 2003-2004, al igual que todos los años, las Ligas Locales empiezan a ganar en interés ya que llegan los Play Off en los distintos deportes y eso siempre despierta un gran interés entre deportistas y aficionados.

En la **Liga de Fútbol Sala**, se ha jugado la mitad de los Play Off, estamos todos los equipos aspirantes al título en cada categoría. Sólo en 1ª División está algo más claro, aunque son muchos equipos que se están diferenciando del resto de los equipos en la categoría.

y D.G. Maracas, equipos que ya saben lo que es ganar la Liga y que han demostrado su superioridad en todos los partidos jugados hasta ahora, habrá que esperar al partido que los enfrente para dilucidar cuál tendrá más posibilidades de ganar la Liga.

En **Fútbol 7**, la competición continúa su ritmo, es la única Liga que no tiene Play Off, es todo fase regular, aún así, comenzada ya la segunda vuelta, se les va notando ya a los equipos como van apretando para colocarse en las mejores posiciones.

En **Tenis y en Baloncesto** está a punto de finalizar las fases previas. En Tenis los jugadores se afanan por conseguir el mejor puesto en el Ranking, ello les permitirá tener más ventaja sobre los adversarios en el sistema de eliminatoria. En Baloncesto, sólo cuatro de los 9 participantes pasarán a los Play Off finales, estando la liga comandada por dos equipos Restaurante Larry y Cheap Charlie, las dos restantes son una verdadera incógnita.

ÉXITO DE LA 5ª CONVENCION DE AERÓBIC-FITNESS DEL 10º AEROBITHON COSTA DEL SOL Y EL PRIMER CONCURSO DE EXHIBICIONES DE AERÓBIC Y FUNKY



Los pasados días 20 y 21 de Marzo se celebraron en el Polideportivo Municipal de Arroyo de la Miel los acontecimientos más importantes en lo que se refiere al mundo del aeróbic y fitness de Andalucía.

La **V Convención de Aeróbic-Fitness** congregó a más de **400 profesionales** que llegaron de diferentes puntos de la geografía nacional para participar de este evento ya consolidado entre los mejores de España. El sábado por la tarde tuvimos el primer concurso de exhibiciones de aeróbic y funky con 12 grupos que hicieron las delicias de los más de 700 espectadores que asistieron a presenciar el concurso, un éxito sin precedentes en nuestra localidad.

Para finalizar tuvimos nuestro clásico, el **Aerobithon de la Costa del Sol** que en esta su décima edición contamos con 470 participantes que disfrutaron de lo lindo con las coreografías que impartían los profesionales todos ellos pertenecientes a los cursos de la Federación Española de Aeróbic.

¡Ya estamos trabajando para la edición del 2.005, no te la puedes perder!

21ª JORNADA DE ATLETISMO DE LOS JUEGOS DEPORTIVOS MUNICIPALES (CENTROS DE PRIMARIA)

A lo largo de la jornada se entregaron de 140 medallas, a los 3 primeros de cada categoría y prueba. Los alumnos del TAFAD de Benalmádena hicieron de jueces en las distintas pruebas, más la colaboración de profesores del P.D.M. El día 21 de abril, tendremos la jornada pero son los centros de Secundaria.

* Pruebas adaptadas para los Prebenjamines

El Miércoles 17 de Marzo se dieron cita, en el Polideportivo Municipal de Arroyo de la Miel, alrededor de 400 jóvenes del Municipio para participar en la Jornada de Atletismo de Centros de Primaria de los 21º Juegos Deportivos Municipales.

La Jornada comenzó a las 10:00 h. y finalizó a las 13:30 h., participaron desde la categoría desde Prebenjamin hasta Alevin, tanto masculino como femenino, (años 1992 al 1997).

Se realizaron las pruebas de: Resistencia (* 400 y 800 mts) VELOCIDAD (* 40 mts y 60 mts), LONGITUD, LANZAMIENTO, y RELEVOS, quizás la prueba más emocionante.



Andrés Luengo - P.D.M.

CLUB BADMINTÓN BENALMÁDENA: UN EJEMPLO A SEGUIR

Cuando apenas faltan dos meses para que la temporada 2003/2004 llegue a su fin, el Club Bádminton Benalmádena continúa con su excelente cosecha de resultados. A la ya consabida clasificación para semifinales de la **Liga Nacional**, hay que sumar los tres terceros puestos logrados en los **Campeonatos de España** absoluto, logrados por Tania Díaz y Verónica Gutiérrez en Dobles Fem. Marina Garvi y Daniel Alcover en Dobles Mixtos y Juan Fernández y Daniel Alcover en Dobles Masculino.

Por su parte las categorías inferiores siguen en su camino hacia los nacionales, logrando importantes resultados en todos los torneos a los que acuden, tanto nacionales como internacionales.

Mientras tanto **José Antonio Crespo**, sigue con su pelea por estar en los próximos JJOO de Atenas, y acaba de lograr un brillantísimo segundo puesto en el Open de Holanda. En las próximas semanas se desplazará a Corea y Japón para intentar sellar su pase.

¿LOS NIÑOS HACEN MENOS DEPORTE?

Los niños hacen ahora un **40% menos de ejercicio físico** que hace 20 años, según se puso de manifiesto en unas jornadas de pediatría ambulatoria en las que se alertó que si continúa esta tendencia al sedentarismo, habrá que hacer frente a una verdadera epidemia de obesidad infantil y juvenil.

En estas jornadas se destacó que los niños de 5 a 15 años hacen menos ejercicio físico del que hacían sus padres, aunque existe la errónea percepción de que esto no es así.

Según los pediatras alertan que los chicos y chicas al llegar a la adolescencia disminuyen drásticamente el tiempo dedicado al ejercicio. Este abandono suele ir acompañado de hábitos perjudiciales.

Para los pediatras estas acciones poco saludables y sedentarias han hecho que en España actualmente el 10% de la población infantil sea obesa.

La verdad "la inactividad puede llevar a una epidemia de obesidad infantil". Benalmádena disponemos de amplia oferta de actividades para niños, para que el ejercicio físico pueda formar parte del **estilo de vida** de los más pequeños.

1º PROGRAMA DE JUEGOS TRADICIONALES EN LOS CENTROS ESCOLARES

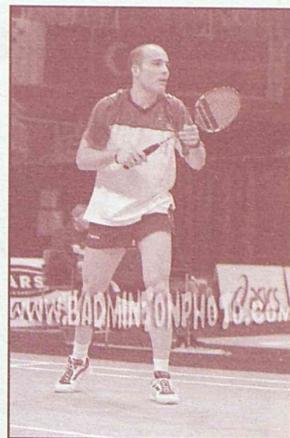
Jugar es una de las cosas más serias que se pueden hacer en la vida", con este sugerente pensamiento acerca del juego y de la vida de Erik Erikson, los alumnos del S.A.F.A.D. (Técnicos en animación de actividades físicas y animación deportiva) del I.E.S. Arroyo de la Higuera, a iniciativa de la



Asociación de Padres y Madres de la Casa de la Cultura, están desarrollando en cada uno de los colegios de primaria de Benalmádena una jornada de Juegos Tradicionales. Los juegos como el Pañuelo, El Aro, El Tejo o Rayuela, La Comba, El Carrizo, El Correcalles, Las Chapas, El Diabolo, La Gallina Ciega, Las Carreras de Sacos, etc. constituyen los contenidos de estas jornadas que ponen el énfasis en el juego como un medio para el desarrollo y maduración de los alumnos como personas. ¡Ah, se les olvidaba!, muchas gracias a todos los Maestros de los colegios participantes.

Juan Martín

Profesor T.S.A.F.A.D - (Benalmádena)



¿QUÉ ES EL TIRO OLÍMPICO?

El tiro al blanco, ya era practicado en los Juegos Olímpicos de la Era Antigua; no dejó de utilizarse en los distintos períodos de la Historia, y en el año 1896, el Programa de los primeros JJ.OO. de la Era moderna, el tiro deportivo fue incluido entre los deportes privilegiados. Actualmente es el deporte, junto al Atletismo, que mayor número de participantes aporta a la fiesta olímpica.



Cabría preguntarse, cómo es posible, que un deporte en el que se usan armas, permanezca entre las actividades de la "Carta Olímpica".

El tiro deportivo es una actividad física de un fin desarrollo, tanto intelectual, como físico. Con un alto componente psicológico y donde la coordinación, la concentración, el autodomínio, el afán de superación personal, el equilibrio, y muy especialmente el sentido de la responsabilidad. De esta forma hemos visto como este deporte aporta todos los valores que la educación física y el deporte permiten.

INAUGURACIÓN DE LA SEDE DEL CLUB BENALMÁDENA DE TIRO OLÍMPICO.

El pasado 19 de marzo se inauguró en la urb. Pueblo Quinta local 1, la sede del **Club Benalmádena de Tiro Olímpico**.

Un grupo de apasionados de este deporte se unieron en el año 2.001 para dar vida a este club que participa en competiciones federadas a nivel provincial, regional y nacional; tanto individual como por equipos.

Las modalidades de práctica son Pistola y Carabina de Aire, y armas de Fuego.

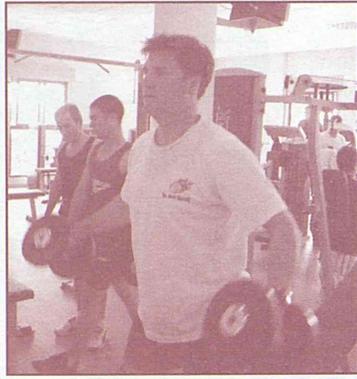
Para conocer un poco más de estos aficionados al Tiro Olímpico pueden acercarse a su sede o llamar al nº de móvil **669 998 795**.

Sus últimos resultados han sido.

- 4º clasificado campeonato Andalucía pistola aire comprimido por clubes
- 7º clasificado Victorino Cuevas (Andalucía) pistola aire comprimido senior
- 6º clasificado en la liga de Club de todas las modalidades. Este deporte que se puede practicar a partir de los 14 años, tiene para los practicantes de menor edad la licencia federativa gratuita.

¡ANÍMATE Y VISÍTANOS!

SELECCIONADOR NACIONAL DE VOLEIBOL



Francisco Manuel Hervás Tirado es el seleccionador nacional de voleibol de España y vecino de Benalmádena.

Desde hace más de una década este ex jugador nacional de voleibol-310 internacional- "casi nada", reside en nuestro municipio y tiene a dos hijas benalmadenses.

Como buen deportista hace uso de las instalaciones del P.D.M. de Benalmádena.

Si alguien no conoce a Francisco Hervás, le podemos decir que fue diploma olímpico y capitán de la selección española en los JJ.OO. de Barcelona, que jugó en la temporada 1988-1989 en el Club Benalmádena de Voleibol en 1ª división nacional y que actualmente es el responsable del equipo nacional que va a tener compromisos muy importantes a partir de mayo: Pre Europeo, el Pre Olímpico y comienzo de la Liga Mundial en el grupo de Portugal, Grecia y Brasil. Estos dos últimos rivales de considerable altura; Grecia por organizar los Juegos Olímpicos y Brasil por ser la actual campeona del Mundo.

Esperemos que España se clasifique para estos Juegos.

RETRASO EN LA FINALIZACIÓN DE LAS OBRAS DEL CLUB DE RAQUETA

Debido a las **obras complementarias** que se está realizando en el Club de Raqueta de la Avenida de las Palmeras, no ha sido posible cumplir con la fecha inicial de apertura de este nuevo centro Deportivo Municipal.

Las nuevas obras consisten en dotar a esta instalación de una zona propia de **aparcamientos**, que no estaba contemplada inicialmente, con capacidad para 40 vehículos, con dos accesos diferenciados: uno de entrada y otro de salida que van a posibilitar que los futuros usuarios de este recinto deportivo puedan aparcar directamente en el interior de la instalación.

Esta obra complementaria va a implicar un retraso de un mes y medio con respecto a la previsión inicial, con lo que la nueva fecha de apertura del club se establece para mediados de **Junio**.

Juan Correal
Gerente del P.D.M.

ACUERDO PARA POTENCIAR EL TURISMO DEPORTIVO

El Turismo Deportivo es un sector del turismo en plena expansión, que encuentra en Benalmádena un lugar idóneo para su desarrollo, debido a las excelentes condiciones climáticas, la completa oferta hotelera y la adecuada infraestructura deportiva. En el año 2.003, Benalmádena recibió un total de **21 grupos de deportistas extranjeros** con un total de **416 deportistas** que provocaron **3.831 pernотaciones** en nuestros hoteles. Los países de procedencia de éstos fueron: Finlandia, Suiza, Suecia y Noruega.

En el pasado mes de marzo, el Director Gerente del Patronato Deportivo Municipal asistió a la Feria de Turismo de Gotemburgo con el objetivo de captar grupos de deportistas suecos interesados en entrenar en nuestras instalaciones deportivas.

El objetivo del viaje ha quedado cumplido al firmarse un **acuerdo de colaboración** con el principal Agente de Viajes sueco, especializado en Turismo Deportivo. Este acuerdo permitirá a Benalmádena estar presente en la oferta de esta agencia como **destino preferente**, posibilitando un incremento de los deportistas suecos en nuestro municipio.

Estos grupos son especialmente interesante, al desplazarse en la temporada baja turística (meses de febrero, marzo y abril), donde el sector hotelero más estímulos necesita.

NOTICIAS DE SALUD

LA FISIOTERAPIA Y LA MEJORA DE LA SALUD



La Fisioterapia se dedica principalmente a la prevención y el tratamiento de las lesiones de músculos y articulaciones y de los trastornos esqueléticos, mediante la aplicación de masajes terapéuticos y otros medios físicos como el calor, el movimiento, ultrasonidos, etc.

La Fisioterapia puede ser necesitada por todos nosotros en alguna etapa de nuestra vida: niños con desviación de columna, antes y después de operaciones de cadera, rodilla, hombro,..., lesiones como esguinces, tendinitis,..., cuando avanza la edad y hace su aparición la artrosis, la osteoporosis, el parkinson, etc. Pero el problema más frecuente es el **DOLOR DE ESPALDA**. ¿Cuántas veces nos hemos quejado de dolor en el cuello o en la zona lumbar? La mayoría no sabe que las tensiones musculares provocadas por el estrés, las malas posturas, esfuerzos indebidos, etc. pueden desaparecer con un buen masaje, calor local y una serie de ejercicios indicados para cada caso concreto. Eso sí, nos debemos poner **SIEMPRE EN BUENAS MANOS**, en las de un/a FISIOTERAPEUTA.

El Fisioterapeuta es un profesional de la salud que ha obtenido el título de Diplomado Universitario en Fisioterapia, tras un largo proceso formativo teórico-práctico.

Fdo. Nurla Fernández García
Fisioterapeuta
Coleg. Nº 29-141

VENTAJAS DEL ABONO AL P.D.M.

El Centro de Fisioterapia Minerva, situado en Avda. Gamonal nº 10, en el interior del Edif. Minerva, para fomentar la salud entre los habitantes de Benalmádena, comunica que todos los abonados al P.D.M., y los deportistas de clubes y ligas locales, obtendrán un 20% de descuento en todos los tratamientos. El requisito para disfrutar de este buen precio en el tratamiento será presentar el abono al P.D.M.

Centro de fisioterapia
Minerva
Telf. 952 96 45 99