

# AGRUPACION DEPORTIVA SAN JUAN



## Verano 89



# SECCIONES DE LA AGRUPACION

próxima creación. De cara a la temporada 90-91 quisieramos sacar equipos de infantil y alevín, y para el año que viene nos gustaría incluir nuestra nueva Escuela en las Escuelas Municipales Deportivas. La creación de nuestra Escuela se anunciará concarteles en las instalaciones de la Agrupación, y los interesados podrán apuntarse en secretaría. "Esos son nuestros principales y más próximos objetivos. Por otra parte, queremos empezar a entrenar cuanto antes en el patinódromo, una vez quede cercado el campo. Hasta ahora estábamos entrenando en Aranzadi".

## NATACION CON ALETAS

### El esfuerzo constante

Mari Carmen Nieva, delegada de la sección de natación con aletas, habla de este deporte como una práctica sacrificada, que demanda una dedicación constante, sin la cual son imposibles los buenos resultados deportivos. Los miembros de la sección entrenan diariamente, ya sea en los cursillos que se organizan durante todo el año o en el equipo de A.D. San Juan. Veamos el camino recorrido por este grupo de nadadores desde que comenzó su actividad, hace ahora cinco años. Mari Carmen nos lo resume así:

Comenzamos a funcionar hace cinco años. Actualmente, contamos con cuatro monitores, que imparten los cursillos y preparan al equipo. El funcionamiento de la sección es el siguiente: durante todo el año tienen lugar cursillos cortos, de aproximadamente un mes de duración (15 clases). Los participantes en estos cursillos pueden, una vez finalizan, pasar a formar parte de nuestro equipo. Este está formado por 17 personas, chicos y chicas, cuyas edades van de los 11 a los 17 años.

¿Desarrollais alguna otra modalidad de natación, aparte de la nata-

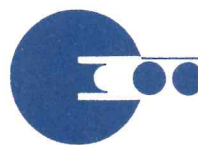
ción, aparte de la nata-

OSTATUA - EDARITEGIA

## ETXEBE



Martín Azpilicueta, 7 - Tel 251072  
PAMPLONA



## edsa

SA Transporte de viajeros EDSA  
J. Maya, 4 - TEL. 238602 ED  
SA 31005 PAMPLONA EDSA

## MKIM COMERCIAL

SISTEMAS DE ENCUADERNACION  
Y PLASTIFICACION

MEDIOS DE ORGANIZACION  
Y ARCHIVO

CONSUMIBLES DE INFORMATICA  
CIZALLAS Y DESTRUCTORAS

Avda. Sancho el Fuerte, 75 - Tels. 171809 -171793  
31008 PAMPLONA

DESINFECCION - DESINSECTACION - DESRATIZACION  
TRATAMIENTO CONTRA CARCOMA, TERMITA Y MOSCAS

## COMERCIAL V.P.

Ronda Barañain, 5-5º C. - Tel. 170800  
31010 BARAÑAIN (Navarra)



# SECCIONES DE LA AGRUPACION

Equipo de natación con aletas en un competición en Zaragoza, en noviembre del 88



ción con aletas?

Perfeccionamos algo los estilos de los nadadores, pero nuestra actividad es casi unicamente de natación con aletas en dos estilos, croll y otro que llamamos mariposa, que no es igual al estilo mariposa tradicional, ya que se practica bajo el agua y con monoaleta.

¿Cual es el nivel de competición de vuestro equipo?

La pasada temporada acudimos al Campeonato de España en Alicante, quedando en cuarta posición entre 11 equipos participantes. Estuvimos también en el Campeonato Navarro, quedando en segunda posición. El pasado mes de Noviembre competimos en el Trofeo Faras, en Zaragoza, quedando

también segundos.

¿Es éste un deporte sacrificado?

Desde luego es necesaria mucha entrega, ya que entrenamos durante todo el año y diariamente. Pero tiene sus satisfacciones, claro.

¿Os encontrais con problemas especiales a la hora de realizar los cursillos y entrenamientos?

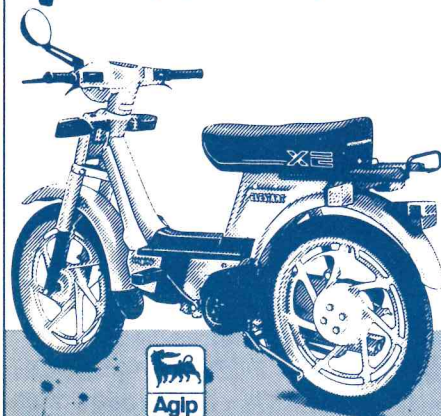
Nuestro principal problema es la falta de espacio. Sólo podemos utilizar una de las calles de la piscina cubierta para clases y entrenamientos, y ello supone una pega importante, sobre todo durante el invierno. En esa época del año el equipo no entrena conjuntamente, que sería lo ideal, sino por partes y en días alternativos. Una parte del equipo

entrena los lunes, por ejemplo, otra los martes, la primera vuelve a entrenar el miércoles, etc. Esto resulta un poco complicado y dificulta la coordinación del conjunto del equipo. Durante el verano podemos entrenar en la piscina grande exterior, pero entonces tenemos que tener presente el problema del clima, que no por ser verano es siempre bueno. Por otra parte y para finalizar con este tema, cuando se celebran competiciones de natación con aletas, lo cual casi siempre se hace a cubierto, nuestras instalaciones presentan el problema de no contar con gradas. Pero a pesar de estos inconvenientes, nos arreglamos para seguir adelante con este deporte.

Verano 89.

La sección de natación con aletas es tal vez un tanto desconocida por los socios de A. D. San Juan. Es probable que, si el tiempo acompaña (no como sucedió el año pasado), los componentes de la sección organicen algún tipo de actividad o exhibición para darse a conocer a los demás socios. Por otra parte, Mari Carmen quiere animar a todos los socios, sobre todo a los niños, a que participen en los cursillos. El próximo comenzará hacia el 20 de Mayo. Los interesados pueden apuntarse de 8 a 10 de la noche en la piscina cubierta de nuestra Agrupación, donde serán atendidos por alguno de los cuatro monitores de la sección, Carmela, Cristina, Sonia y Pablo.

¿TE GUSTA? POR TAN SOLO 4.775 PTAS. AL MES ES TUYO.



## ALUCINANTE

Vespino XE y modelos ALX y AL

**MOTOS ROBERTO**

Juan Antonio Fernández, 25  
Tel. 82 10 42  
TUDELA

**automoto**

Agencia **VESPA**

Tels. Almacén: 245238 - 249792 - 239005 Oficina: 236933  
LARRABIDE, 3 PAMPLONA







# AGRUPACION DEPORTIVA SAN JUAN



# Verano 90



## LA VELOCIDAD BAJO EL AGUA



La natación con aletas es una modalidad totalmente diferente a la clásica. Las aletas que se utilizan miden aproximadamente un metro y, además de ellas, se suele llevar un tubo para poder respirar bajo el agua; todo esto hace de ella un deporte espectacular, cuyos tiempos son impenables en la natación tradicional.

La sección lleva siete años funcionando, empezó después de que el presidente de la federación de subacuáticos realizara un cursillo en la Agrupación al que se apuntó mucha gente.

Este año el número de nadadores ha aumentado casi el doble, de 22 han pasado a ser 40.

Con este incremento se ha agravado su principal problema, el espacio, ya que sólo pueden disponer de una calle. "En invierno y durante la época de exámenes no van todos a entrenar, pero el día que están más de 12 ya hay problema", comenta a este respecto M<sup>a</sup> Carmen Nieva, delegada de la sección.

El segundo problema importante es que no se pueden tirar de cabeza, puesto que las normas del club lo prohíben. Este hecho tiene su importancia ya que en las competiciones se puede eliminar a gente por una tirada falsa. El nadador de clásica no tiene ningún problema, pero en esta modalidad es más complicado porque además de las aletas, se lleva el tubo en el momento del salto.

**LOS 15 AÑOS,  
UNA EDAD CRITICA**



**Las aletas de natación han quedado guardadas. Los participantes del equipo celebran la fiesta por todo lo alto y posan así de contentos.**

Las edades de los nadadores oscilan entre los 8 y los 18 años, pero es pasada la mitad, entre los 14 y 15 años, cuando existe el mayor peligro de que los chavales dejen la actividad. En esa etapa es cuando empiezan a estudiar más, a la vez salen más, incluso algunos comienzan a fumar. Resulta penoso que abandonen porque también es a esta edad cuando ha conseguido unos tiempos muy buenos para poder competir en los campeonatos de España.

Por los problemas de espacio, los entrenamientos se hacen en dos grupos de lunes a viernes. A las ocho de la tarde se dan unos cursillos para captar a gente y media hora más tarde empieza a entrenar el equipo.

Cristina Bonacasa y Carmela de la Llave son las que se encargan de estos entrenamientos desde que se creó la sección. Todos los nadadores pagan una cuota de 1.000 pesetas al mes, ésta, además de ser una compensación para las entrenadoras, sirve para que los chicos se comprometan y asistan a los entrenamientos.

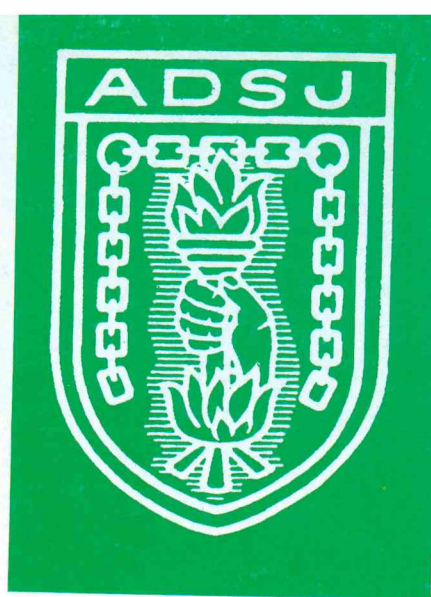
**SEGUNDOS EN EL  
CAMPEONATO NAVARRO**

Este año la sección de natación con aletas ha participado en el Campeonato de España por Autonomías, celebrado en Barcelona. En este torneo junior absoluto -a partir de 14 años- participaron nadadores seleccionados por la federación; de ellos Juan Bautista Elizalde batió el record navarro infantil en 100 metros, quedándose a unas décimas del de España. En relevos, este mismo chico, junto con Unai Mezquiriz llegaron los terceros.

En el Campeonato Navarro el pasado mes de abril San Juan consiguió el segundo puesto, detrás de la Escuela de Aletas, y trece medallas de oro -ocho de ellas en relevos masculino y femenino-. Este año la sección decidió llevar a todo el mundo, cosa que no había hecho nunca, porque el baremo para la clasificación por clubs era tener la mayor cantidad de puntos conseguidos por los nadadores de cada equipo. De esta forma se premió la cantidad más que la calidad, con lo que el nivel de la competición resultó bastante bajo.

Por último, en noviembre se celebrará en Zaragoza el IV Trofeo Faras, organizado por la federación aragonesa.





**VERANO '91**

*Agrupación Deportiva SAN JUAN*





La natación con aletas es una de las secciones que más triunfos deparan a la Agrupación. Una actividad difícil y espectacular quizá no suficientemente reconocida

## Entre la tierra y el agua

La natación con aletas es una actividad difícil y espectacular pero, a pesar de ello, no muy conocida en la Agrupación. Quizá esto se deba al hecho de que el grupo de nadadores entrena casi a la noche, en invierno, o muy de mañana durante los meses estivales.

Carmela y Cristina, monitoras nacionales, están al cargo de esta sección desde el año 83. Comenzaron con la idea de entrenar ellas al mismo tiempo que trabajaban con los chavales pero según declara Carmela «*nos entró la vagancia y hoy lo hacemos por hobby, porque nos gusta*».

Para atender a los 37 nadadores que componen la sección las monitoras permanecen en la piscina todos los días desde las ocho menos cuarto hasta las diez de la noche, así cada chico puede elegir el momento que

más le conviene para entrenar.

El objetivo prioritario de los responsables de esta sección es motivar a los chavales para que cuando sean mayores no dejen la natación, cosa que suele ocurrir. Uno de los alicientes más importantes son las competiciones pero, al ser este un deporte poco practicado, no hay muchas. Por esta razón este año se han introducido dos interesantes novedades.

### Escafandra y monoaleta

Hasta ahora en San Juan se había nadado con bialeta, pero en el último campeonato por autonomías, celebrado en la localidad de Ordicia, a principios de marzo, se comprobó que los mejores competidores -catalanes y guipuzcoanos- utilizaban en las pruebas monoaleta y con ella, dadas sus especiales características, realizaban marcas considerablemente mejores que los demás. Por esa razón se han adquirido varias monoaletas de plástico con las que los chicos pueden ir familiarizándose con la nueva teó-

rica.

Otra de las innovaciones de este año es la escafandra, en la que el nadador, equipado con una botella de oxígeno, recorre la piscina por debajo del agua. Esta nueva modalidad ya fue probada por dos nadadores de San Juan en los pasados campeonatos de Ordicia.

Pero además de con sus nuevos instrumentos, donde más disfrutaban los miembros de la sección es en las competiciones. En los Campeonatos de España Infantiles, celebrados el pasado mes de junio en Lloret de Mar, la Agrupación Deportiva consiguió un quinto puesto en la clasificación general, lo que significa un notable triunfo si se tiene en cuenta que la mayoría de los chavales del club eran de corta edad. A pesar de ello se hizo un esfuerzo para acudir ya que entre ellos había un nadador de especial calidad, Juan Bautista Elizalde, que consiguió batir un récord nacional. No lo tendrá tan fácil este chico en los Campeonatos navarros ya que, desde este curso ha pasado de categoría. No



obstante, según declararon sus monitoras, empleará la monoaleta en alguna prueba para ir familiarizándose con ella en las competiciones.

## Campeones de España

A pesar de ser la única sección de la Agrupación que cuenta con campeones de España, sus responsables se quejan del desconocimiento que la mayoría de los socios tienen de ella; para paliar, en parte, este hecho, tienen pensado ofrecer durante la semana del socio una exhibición en la piscina descubierta.

Por otro lado, al carecer San Juan de las condiciones necesarias para realizar competiciones de natación, los miembros de esta sección se están planteando participar en la liga que existe entre los tres equipos guipuzcoanos de natación con aletas.

## Juamba y Unai, dos figuras

Juan Bautista Elizalde: 15 años. Estudiante de 2º de BUP en el Instituto Navarro Villoslada, practica la natación con aletas desde hace tres años.

Oro en 100 metros en el Campeonato de Aragón del 89; en 25, 200 y 800 metros en el Campeonato de España del 90, así como en 100 y 25 metros en los de Aragón y Navarra del pasado año. Récord de España de 100 y 200 metros. Toda una figura.

«Hasta dentro de dos años no paso



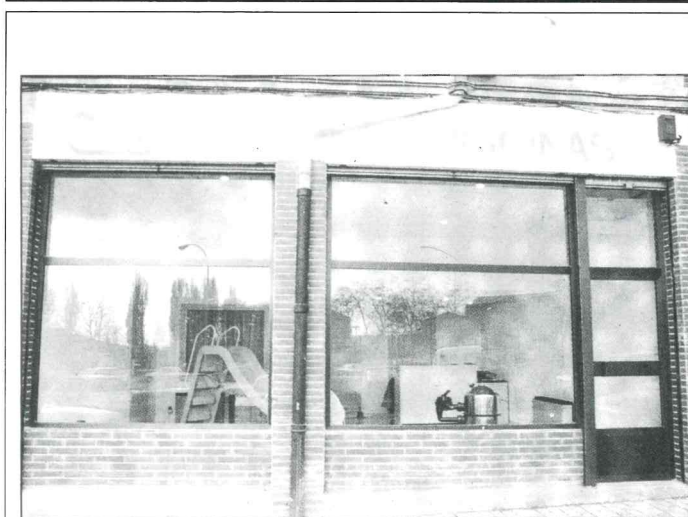
Juan Bautista Elizalde y Unai Mezquiriz dos auténticas figuras de este bello deporte

de categoría y, de momento, lo que me interesa es quedar en buen lugar, no ganar, sino hacer buenos tiempos».

Unai Mezquiriz: 16 años. Estudiante de 3º de BUP del Colegio Calasanz. En octubre hará tres años que se dedica a la natación con aletas. Récord de Navarra en 4 x 100 (relevos) conseguido en los Campeonatos de España del 90, batido nuevamente en los navarros de ese mismo año, donde además consiguió el bronce en 100 metros. Oro en 100 en los campeonatos de España por autonomías celebrados en Ordicia el pasado marzo, donde consiguió batir el récord nava-

rro de los 800 metros. Otra figura.

«Espero seguir, aunque es difícil compaginarlo con los estudios. Me divierto nadando y además estamos en un equipo majo, hay simpatía entre nosotros». ■



Tratamientos agua en General  
Instalaciones y mantenimiento de piscinas  
Venta de equipos y accesorios  
Productos DUTY



COMERCIAL  
DISTRIBUIDORA  
NAVARRA S.L.

Virgen del Soto, 4 trasera  
Tels. 171553 - 171537  
31009 PAMPLONA



# VERANO UDA 92



AGRUPACION DEPORTIVA SAN JUAN  
DONIBANE KIROL ELKARTEA



## PRIMER CLUB NAVARRO EN EXITOS

**B**uceo y natación con aletas, además de unas experiencias llevadas a cabo con bebés y los cursillos de natación del verano son el capítulo que engloba los deportes de agua que se llevan a cabo en la Agrupación.

Nos hemos centrado, de la mano de Ioseba, en el tema del buceo y con Carmela y el responsable de todo el tema, el jefe de Sección "Goico", en el tema de la natación con aletas. "Para bucear

– ¿Qué ocurre si hay quien no puede practicar este deporte?

"Si alguien tiene afecciones auditivas o cardiovasculares es obvio que no puede hacerlo, pero por lo demás y a partir de los dieciséis años con permiso paterno ya se puede practicar. Y desde aquí animo a la gente a inscribirse porque además de desarrollar una actividad deportiva la sensación de bajar a las profundidades es indescriptible. Se puede aprender fauna submarina y realizar bellísi-

Los chavales que participan en este deporte están entre los seis y diecinueve años. Hasta hace cuatro años las prácticas se llevaban a cabo en la piscina cubierta de la Municipal, y ahora desde que se construyó la cubierta en la Agrupación, en el citado lugar.

Los entrenamientos tienen lugar de lunes a viernes durante dos horas y media y lo más complicado en los inicios de este deporte es adaptarse a la monoaleta y sujetar el tubo. Una vez resuelto este par de cosas, lo demás es relativamente sencillo. Por otra parte este año se va a iniciar el tema con escafandra. El pasado año y con Aitziber Juaniz en los campeonatos de Palma de Mallorca, San Juan se trajo la medalla de bronce en los doscientos libres, Maite Arzoz, bronce en 800 y en relevos de 4 x 100 y 4 x 200 también se consiguió el bronce.

### En el pasado campeonato navarro celebrado en mayo, el equipo obtuvo un total de 30 medallas

solo exigimos saber nadar, realizamos un inicio en la piscina y luego practicamos en Fuenterrabía y Cantabria. Pronto tendrá lugar el campeonato navarro de pesca submarina a pulmón y en Octubre iremos a Palma, donde no podremos obtener grandes resultados ya que la mayoría de los que allí acuden son profesionales y claro tienen ventaja sobre nosotros".

mas fotografías. Es maravilloso el mundo de las profundidades."

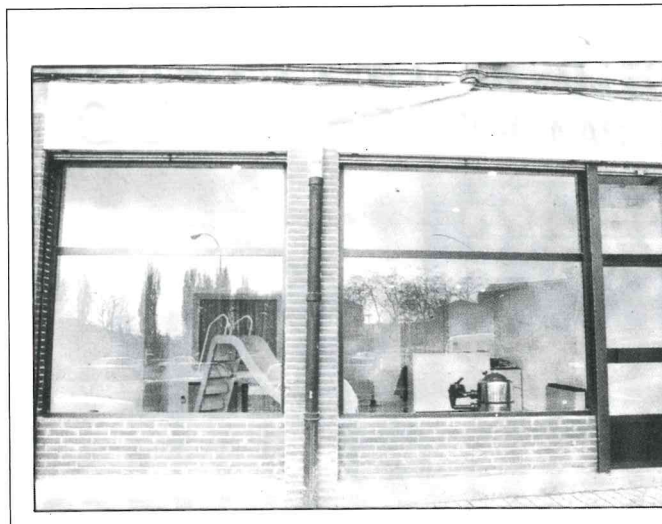
#### CUARENTA Y CINCO CHICOS Y CHICAS

"Goico" es el responsable de la sección de natación. Con él y Carmela hablamos de natación con aletas y el magnífico semillero de campeones que hay en la Agrupación Deportiva San Juan.

#### MUCHAS ESPERANZAS

Este año el campeonato nacional va a celebrarse en Ceuta los días 3, 4 y cinco de julio y hay buenas expectativas a través de Garikoitz Goicoechea, Maite Arzoz, Aitziber Juaniz, Amaya Arza, Itziar Arza y Sergio Boada.

El pasado mes de mayo se llevó a cabo el campeonato navarro con el escenario de las piscinas de



## CODISNA S.L.

Comercial  
Distribuidora  
Navarra, S.L.

- Tratamientos agua en general
- Instalación y mantenimiento de piscinas
- Venta de equipos y accesorios
- Productos DUTY
- Piscinas de poliéster
- Limpiafondos automáticos

Virgen del Soto, 4 trasera  
Tels. 171553 - 171537 • 31009 PAMPLONA



Anaitasuna. San Juan obtuvo tres medallas de oro, cinco de plata y nueve de bronce en el apartado masculino, y seis de oro, seis de plata y una de bronce en el femenino. En total treinta medallas.

- ¿Goico es alto el nivel en esta especialidad en San Juan?

"Yo diría que es el primer club navarro en esta especialidad. Hemos conseguido trece campeonatos navarros en 22 pruebas".

- ¿Qué es lo más difícil de todo?

"Apnea, prueba de veinticinco metros sin respirar y apnea, prueba de 50 metros sin respirar".

- ¿Cuál es vuestro futuro?

"Magnífico. Los campeonatos de España en Julio en Ceuta avalarán mis palabras cuando sobre todo a través de tres chicas traigamos medallas. Además se lo merecen; entrenan duro, después de las clases. Las monitoras también merecen mención especial: están todos los días a disposición de los que puedan venir a entrenar y en conjunto todos son dignos de alabanza. El otro día me emocioné cuando me enteré de que Unai Mezquíriz que está en los finales de COU y tras toda una noche sin dormir preparando un examen comentaba que iba a entrenar un poco...".

## GRACIAS A LA AGRUPACION

- ¿Algún problema?

"Tenemos solo una calle para entrenar, y no podemos hacer



Los infantiles de la A.D. San Juan empiezan a volar alto

pruebas porque las características de la cubierta no permiten gradas para contemplar las pruebas".

- A la hora de las peticiones.

"Una piscina cubierta y si puede ser con gradas. Aunque naturalmente entiendo que el jefe de sección de Pelota pediría otra cosa, los de gimnasia, otra y los de Squash y..."

- Y a la hora de agradecer.

"La comprensión de la junta directiva. Se hace cargo de los viajes y este año han comprado monoaletas de fibra de vidrio que son necesarias para salir adelante en pruebas como esta. Y para finalizar tendría que añadir que tenemos un magnífico equipo y que yo estoy encantado de trabajar con gente joven tanto a nivel de chavales como de monitores". ■

## Existen fundadas esperanzas de alcanzar alguna medalla en el próximo campeonato de España

### FONTANERIA



### CALEFACCION

PRESUPUESTO E INSTALACION DE:

Fontanería - Calefacción - Gas (I GII, I GIII) - Gasóleo - Neumática, etc.

Muebles de Baño - Duchas para Masaje - Complementos

**TODO UN MUNDO PARA VESTIR SU BAÑO**

Cruz de Barcacio, 7 • Tel. y Fax (948) 11 29 38 • 31014 PAMPLONA  
Monasterio de Velate, 5 • Tel. y Fax (948) 17 55 27 • 31011 PAMPLONA





# VERANO • UDA

# 93



**AGRUPACION DEPORTIVA SAN JUAN**  
**DONIBANE KIROL ELKARTEA**



# ORO, PLATA, BRONCE Y UN RECORD NACIONAL

La natación con aletas agrupa en San Juan a cincuenta personas entre los ocho y veinticuatro años que todas las tardes de siete y media a diez de la noche entrenan en la piscina cubierta. Este esfuerzo a lo largo de todo el año tiene su recompensa: el pasado mes de

Julio, cuatro chicas y cuatro chicos marcharon a Ceuta para participar en el Campeonato de España infantil, donde obtuvieron importantes triunfos. Amaia Arza ganó el oro en los 100 metros y la plata en los 800. Aitziber Juaniz plata en 400 y bronce en 200 y 800. Garikoitz Goikoetxea fue bronce en 400 y en 800.

La plata en relevos de 4 x 200 y 2 x 100 fue también para San Juan; en la categoría Infantil Femenina también quedó clasificado como el primer Club de España.

Al ser las piscinas ceutís de agua salada no pudo batirse el récord y la prueba de 50 metros superficie fue pospuesta hasta Noviembre teniendo como escenario Zaragoza y donde Amaia Arza batió el récord de España.

Ioseba Goikoetxea junto con Carmela de la Llave son los responsables de la natación con aletas, siendo esta última también la persona encargada de los entrenamientos.

Carmela nadaba en Osasuna en la modalidad de braza y como "para los diecinueve años si no has destacado mucho ya eres muy mayor, empecé a practicar la natación con aletas en el club Piscis y en una ocasión vinimos a efectuar una exhibición a la Agrupación, entonces surgió el tema de poder empezar a entrenar a gente de aquí. Al principio entrenábamos, al no existir la piscina cubierta actual, en la Municipal y desde que se construyó ésta, aquí".

## EL AGUA COMO MEDIO EDUCATIVO

El pasado año los monitores del aula experimental del Patronato de Escuelas Infantiles de Pamplona tras llevar a cabo un estudio práctico con lactantes y niños de doce a quince meses de edad extrajeron conclusiones interesantes: Los niños más pequeños buscan autonomía en el medio acuático, se dan cuenta de que los objetos se comportan de forma diferente dentro y fuera del agua y sus actitudes varían frente a la piscina en función de que se encuentren vestidos o desnudos.

### SAN JUAN Y ASPACE

La citada experiencia tuvo lugar en once sesiones de media hora siendo los lugares de experimentación la Piscina de Aspace y la Piscina de la Agrupación Deportiva San Juan. Itziar Echániz cumplía en este apartado una doble función; la de monitora, lleva diez años impartiendo clases en la Agrupación Deportiva San Juan, y de madre de un niño de diez meses participante en el experimento. Su hijo tuvo una trayectoria diferente: "Esto es porque -explica Itziar- a la hora del baño, jamás lo he sostenido en brazos, sino por la nuca, dejando que el cuerpo flotara. Esto ha redundado positivamente aquí, pues a diferencia de algunos de sus compañeros, se sentía íntegro, relajado, sin molestias cuando el agua se le introducía por los oídos".

En cuanto a los demás pequeños afirma Itziar: "he confirmado, que es necesario que los niños se enfrenten a otros medios, en este caso el agua, lo antes posible".-

Este tipo de experiencias es novísimo en Navarra siendo puntera la Comunidad Catalana donde los niños experimentan el medio agua en todos los aspectos imaginables. En Navarra, por el momento y siendo realistas no hay medios para sacar adelante planes tan importantes como éste. Como conclusión del experimento realizado por Hautzaro en San Juan y Aspace, se ha redactado una memoria recogiendo interesantes y amplias conclusiones sobre el medio agua y los niños.





**SALIR AL MAR**

– ¿Cómo seleccionáis a los futuros nadadores con aletas?

"Es muy sencillo, se les exige que sepan nadar algo. Más tarde se les perfecciona y después ya se les enseña la técnica con aletas, y tubo y a otros con monoaleta. Hasta ahora siempre hemos nadado y competido en piscinas, pero aunque no fuera a nivel competi-

ción, nos gustaría salir al mar".

– Y pronto otra vez los Campeonatos de España ¿Podéis traer medallas?

"Efectivamente en Junio, y en Bañolas (Gerona) tendrán lugar los Campeonatos de España. Irán cuatro nadadores de la categoría Junior (15-17 años) y otros cuatro de la categoría senior (18 en adelante). Por otra parte los campeonatos de

España en categoría infantil tendrán lugar en Zaragoza el primer fin de semana de Julio. Irán cuatro chicas y cuatro chicos, creo que tendremos una buena actuación y seguro que traemos alguna medalla. Decirte más sería aventurar mucho y prefiero que sean los resultados quienes avalen nuestras perspectivas".

– ¿Qué desarrolla este deporte?

"Físicamente músculos y capacidad pulmonar. Crea ánimo de superación, constancia, amor propio y sentido de responsabilidad que luego es aplicable a la vida diaria. Por otra parte es un deporte muy limpio, no hay zancadillas. De todas formas la natación con aletas está muy poco reconocida, no hay dinero, ni sponsors, ni nada".

Las medallas y una gran copa que se exhibe en las oficinas de la Agrupación son la materialización de muchos sueños. ■



*Maite Arzo, Aitziber Juániz, Amaya Arza e Itziar Arza Campeonas de España en categoría infantil.*



**Codisna s.l.**  
**TODO EN PISCINAS**

- Piscinas de poliéster
- Limpieza de fondo automática en piscina de hormigón
- Hidromasaje y equipos de natación contra corriente

- Tratamiento del agua: descalcificación cloración, desmineralización, etc.
- Accesorios de piscina
- Productos de mantenimiento

**CODISNA**



**P.V.C.**



**Bañeras de Hidro-Masaje**

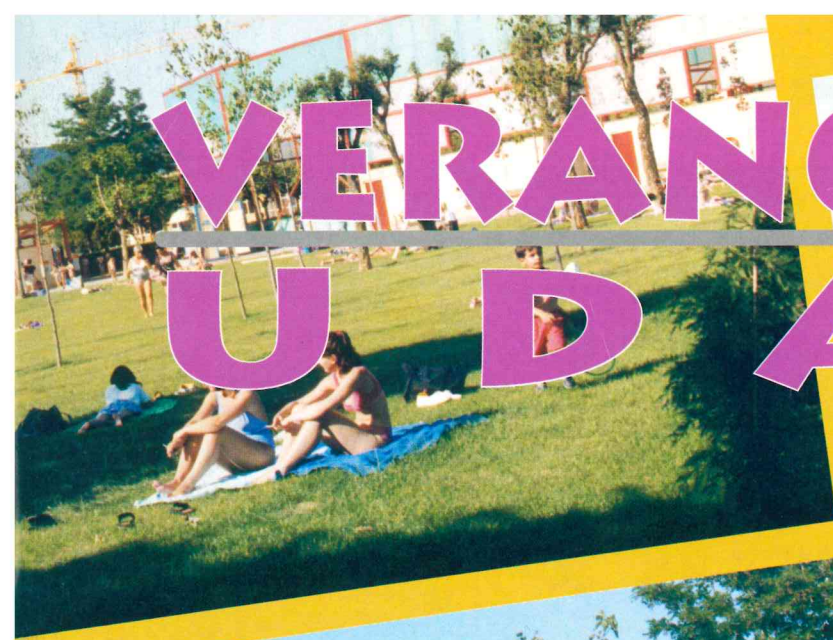
- Accesorios de P.V.C. y P.E.
- Tuberías de P.V.C. y P.E.
- Válvulas de bola y mariposa
- Material de riego

**Virgen del Soto, 4 trasera. Tfno. 17 15 53**





# VERANO U D A 94



AGRUPACION DEPORTIVA SAN JUAN  
DONIBANE KIROL ELKARTEA



# EXPECTATIVAS CUMPLIDAS

La temporada pasada, la sección de natación con aletas presentía que podía ganar alguna medalla en el Campeonato de España, en categoría infantil, juvenil y senior. Y así fue.

En el Campeonato de España por clubs, celebrado en Zaragoza, en categoría infantil Garikoitz Goikoetxea se clasificó en primera posición en 200 y 800 superficie, lo que le valió el título de campeón de España en su categoría; Itziar Arza quedó 2ª en 50 y 200 superficie. En relevos 4 x 100, la Agrupación San Juan fue 3ª en categoría masculina y 2ª en femenina, y ambas categorías obtuvieron el 2º lugar en relevos 4 x 200. En la clasificación general por clubs San Juan resultó primero entre un total de 16 clubs participantes.

Como novedad cabe reseñar la participación en la travesía de aguas libres celebrada en el pantano del Grado (Huesca), en la que Juan Bautista Elizalde y José Miguel Pernante quedaron 1º y 2º respectivamente entre un total de 30 participantes sobre un recorrido de 5 kilómetros.

## TODO UN CAMPEON

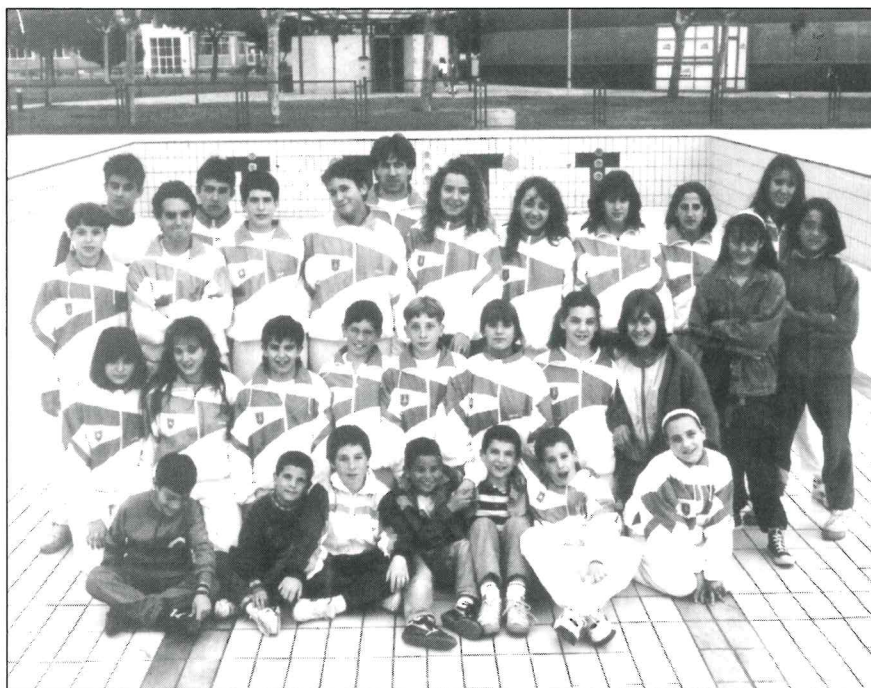
En los siete años que la sección lleva funcionando ha visto crecer el fruto de grandes esfuerzos y de un trabajo duro y continuado. Si no, a la vista están los resultados de la temporada pasada.

Carmela de la Llave, la entrenadora, cree que se puede hacer un balance muy positivo de este año. "Cuando comenzamos hace unos años, lo hicimos sin prisa pero sin pausa, no destacábamos demasiado. Pero en los campeonatos de España del año pasado, conseguimos estar a la altura de clubs tan buenos como los catalanes".

Tal vez el protagonista casi absoluto sea Garikoitz Goikoetxea, que logró hacerse con el título de Campeón de España en categoría infantil y se presenta como una gran promesa a los 15 años. "Nunca pensé -afirma Garikoitz Goi-



Garikoitz Goikoetxea, primero por la izquierda en la parte superior, junto a algunos de sus compañeros.



Parte de nadadores de natación con aletas.

koetxea - que pudiera ganar, a pesar de que había hecho mejores tiempos que en los entrenamientos. Ha sido una experiencia muy bonita que me gustaría volver a repetir".

Garikoitz Goikoetxea ha pasado este año a la categoría junior y en opinión de su entrenadora es más difícil que la experiencia de un primer puesto pueda repetirse, al menos por el momento, ya que

ahora Garikoitz tendrá que prepararse para competir con chavales de hasta 17 años, con una experiencia mayor en el campo de la natación. Sin embargo, a pesar de que el nivel general de la categoría junior es muy alto en España, su entrenadora cree que con trabajo muy duro no se descarta la posibilidad de una renovación del título de aquí a dos años.



## COMO PEZ EN EL AGUA

La sección de natación cumple sus quince años bajo la tutela de Itziar Echániz y Javier Goñi. Es, tal vez, uno de las secciones más veteranas y agrupa a personas de las más variadas edades. A las puertas del verano, la división de horarios y cursillos está en la última fase. No obstante, no variarán respecto al año pasado: el horario será de 11,30 h. a 13,30 h., para personas a partir de los 3 años y con grupos de iniciación y perfeccionamiento. También se pondrá en funcionamiento, como en ocasiones anteriores, una Escuela de Natación, formada con niños entre 8 y 10 años que dominen el estilo espalda y crawl. La preparación de esta escuela no deja de ser meros entrenamientos, con el incentivo que supone poder participar en los juegos Deportivos de Verano que el Gobierno de Navarra organiza posteriormente.

### GRUPOS DE ADULTOS

Itziar Echániz comenta que el grupo más numeroso es el de niños, aunque también se animan a practicar la natación o a iniciarse en ella personas mayores.

- ¿El planteamiento para enseñar a nadar a un niño y a un adulto es diferente?

- Sí, además incluso las motivaciones son diferentes. Para ellos el sólo hecho de dar el paso para inscribirse en un cursillo de natación es un logro importante. Por otro lado, el miedo que traen es diferente, porque es un miedo más madurado, acumulado y hay que realizar un trabajo más psicológico, hay que convencerles y hablar más con ellos.

- ¿En estas personas la natación es más una actividad social que deportiva?

- Sí, por supuesto. La idea con la que llegan no es de la natación como una actividad de mantenimiento físico, aunque intentamos inculcarles la idea de que, además de perder el miedo al agua, puedan enfocar la actividad como deporte físico.

Como cada año, está previsto que el último día de verano se lleve a cabo la celebración de unos juegos en el agua. Hace dos años este proyecto fue posible, pero en los dos últimos, las inclemencias del tiempo lo impidieron. Si una tormenta no lo echa a perder, ese día celebrarán la despedida del verano.



**Codisna** s.l.  
**TODO EN PISCINAS**

- Piscinas de poliéster
- Limpieza de fondo automática en piscina de hormigón
- Hidromasaje y equipos de natación contra corriente
- Tratamiento del agua: descalcificación, cloración, desmineralización, etc.
- Accesorios de piscina
- Productos de mantenimiento

**CODISNA**



**P.V.C.**



**Bañeras de Hidro-Masaje**

- Accesorios de P.V.C. y P.E.
- Tuberías de P.V.C. y P.E.
- Válvulas de bola y mariposa
- Material de riego

Virgen del Soto, 4 trasera. Tfno. 17 15 53



# VERANO U D 5 A





# LA FORMULA UNO DE LA NATACION



Parte del equipo infantil subcampeón de España en Cartagena (Murcia). Arriba: Javier Bengoechea, Irrintzi Goikoetxea y Javier Sanz. Agachados: Joseba Arregui, Artzai Eskarai y falta Pablo Castillo.

Otro año más, la sección de natación con aletas ha sido una de las que más éxitos ha cosechado a nivel de competiciones. El año pasado, allá por el mes de julio, mientras aquí celebramos los Sanfermines, los infantiles triunfaban en Cartagena (Murcia) en el Campeonato de España, llevándose en total 8 medallas de oro, 2 de plata y quedando 3º en la clasificación por clubes. Mención especial a Joseba Arregui quien quedó 1º en 50, 100 y 200 m.; Pablo Castillo 1º en 800 m., 2º en 400 y 200 m. y al equipo de relevos 4x200 que fue Campeón de España. En el Campeonato de España en categorías junior y senior la actuación fue algo más discreta. Sin embargo destacaron varios resultados a tener en cuenta, tales como la medalla de plata de Amaya Arza, la de bronce del equipo de relevos y el tercer puesto en 1500 m. de Garikoitz Goikoetxea en su primer año como junior. En abril se celebraron en Palma de Mallorca el Campeonato de España por Federaciones Autonómicas, aportó San Juan 17 de los 19 seleccionados navarros, Amaya Arza fue 2ª en 50 y 100 m., Maite Arzoz 2ª en 400 m., Nerea Olorón

3ª en 400 y 100 m. e Idoya Bengoechea 3ª en 800 m.

## VISITA DEL SELECCIONADOR NACIONAL

Otras notas a destacar serían, por un lado, la visita del seleccionador nacional Antonio Beltrol a la Agrupación a finales de mes de marzo, quien hizo entrega de los trofeos y diplomas a los triunfadores en el Campeonato Infantil, dio una pequeña charla y dirigió un entrenamiento en el que apreció la falta de pilones para la salida.

Por otro lado, debemos hacer especial hincapié en la preselección de cuatro miembros de San Juan en el equipo nacional: Amaya Arza (17 años), Garikoitz Goikoetxea (16), Joseba Arregui (14 años) y Pablo Castillo (14 años). El equipo nacional tan sólo cuenta con una categoría: la absoluta, lo cual hace más meritoria la presencia de

estas jóvenes promesas en la concentración que tuvo lugar en la Residencia Blume (Barcelona) del 8 al 13 de abril.

Los cuatro preseleccionados coinciden en que han aprendido mucho en la concentración. *“Tras los primeros días teníamos muchas agujetas ya que a diferencia de aquí los entrenamientos no sólo los realizábamos en la piscina y eran más cortos e intensos, mientras que nosotros solemos hacer entrenamientos más largos pero menos duros”* nos confesaba Joseba Arregui. Pero la mayor enseñanza según los cuatro la sacaron del trato con los otros seleccionados de mayor edad y experiencia, aunque tal como nos contaba Garikoitz, *“al principio nos costó un poco integrarnos ya que es un grupo ya bastante formado en el que casi todos son mayores de veinte años”*. Pese a todo al final llegaron a un ambiente de gran compañerismo como es propio en este deporte.

Hay que destacar también la labor, un año más, de Carmela de la Llave que se ha sacado el título de entrenadora nacional y sin quien los éxitos del equipo serían imposibles.

Para el futuro más próximo está el Campeonato de España en Almería del 8 al 10 de septiembre, para el cual quien quiera participar deberá esforzarse en los estudios dadas las fechas. Y quizás para un futuro algo más lejano y soñando un poco, las olimpiadas, ya que quizás sea la natación con aletas deporte de exhibición en Atlanta y quién sabe en el 2000.

Esto en el ámbito competitivo, pero lo que más se quiere destacar desde esta sección es la parte humana y el ambiente de compañerismo que se respira desde el más veterano hasta el más pequeño: Koldo “la mascota” de 7 años.



Parte de la sección de Natación con Aletas.



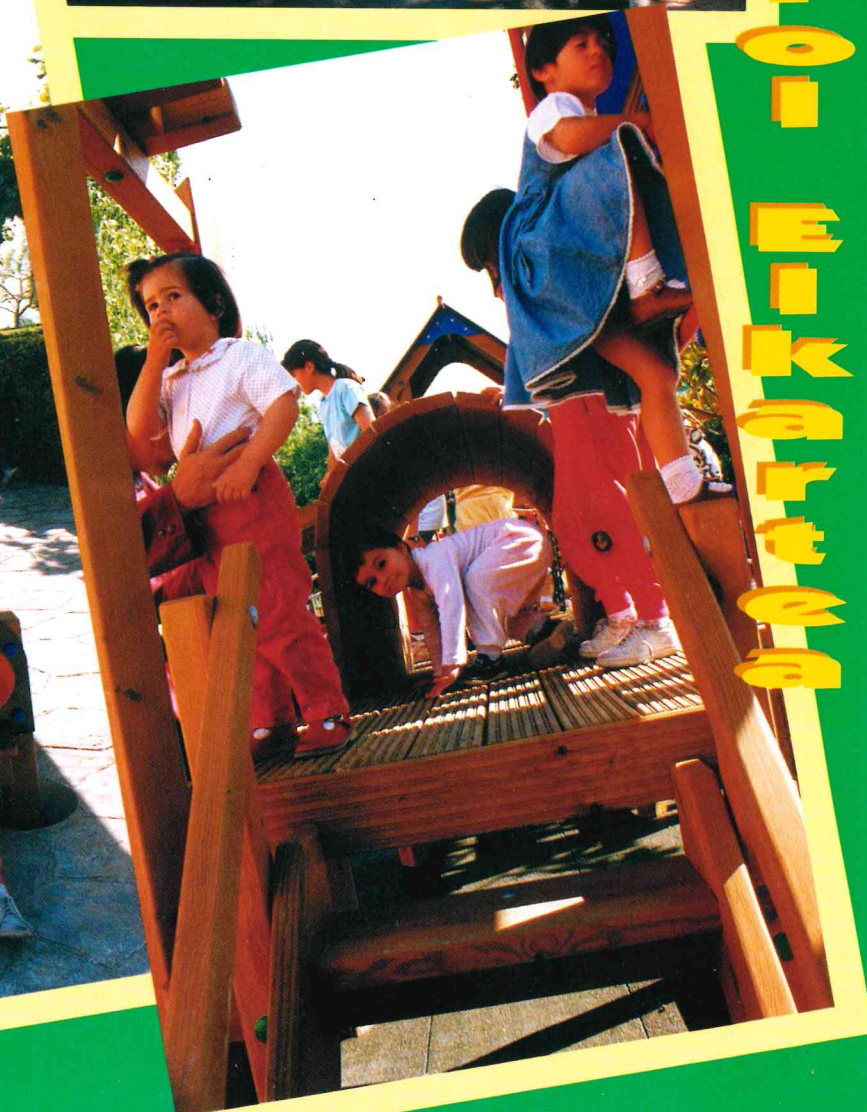
Verano '96



Uda '96

А  
В  
С  
Д  
Е  
Ж  
З  
И  
Й  
К  
Л  
М  
Н  
О  
П  
Р  
С  
Т  
У  
Ф  
Х  
Ц  
Ч  
Ш  
Щ  
Ъ  
Ы  
Ь  
Э  
Ю  
Я

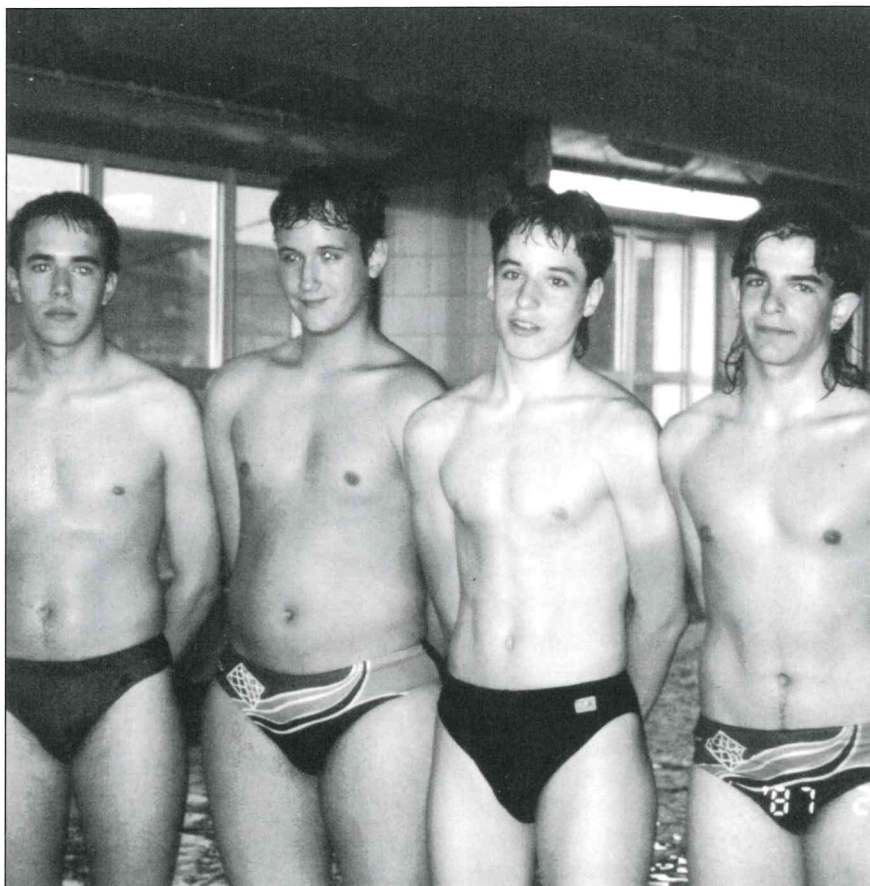
А  
В  
С  
Д  
Е  
Ж  
З  
И  
Й  
К  
Л  
М  
Н  
О  
П  
Р  
С  
Т  
У  
Ф  
Х  
Ц  
Ч  
Ш  
Щ  
Ъ  
Ы  
Ь  
Э  
Ю  
Я





## DOS PRESELECCIONADOS PARA EL EQUIPO NACIONAL / NAZIO MAILARAKO BI AUKERATUAK

*Joseba Arregui,  
Garikoitz Goikoetxea,  
Pablo Castillo y  
Artzai Eskarai*



**P**ablo Castillo y Garikoitz Goikoetxea estarán en Palma de Mallorca el próximo 25 de junio en el stage para formar parte del equipo nacional. Les deseamos la mejor suerte. Si son seleccionados, el premio será participar en el Campeonato de Europa que se celebrará en Praga del 22 al 28 de julio. Pase lo que pase, estamos ante el mayor éxito de la sección. Es el reconocimiento a nivel nacional del buen trabajo realizado por el equipo que Carmela de la Llave entrena.

Al margen de esto, la temporada de San Juan ha sido excelente. En las cuatro citas deportivas importantes, nuestros nadadores han hecho un gran papel. El 1 de mayo del año pasado se celebró el Campeonato navarro para todas las categorías. Los chicos y chicas de San Juan batieron siete records regionales y el club quedó como primer clasificado. De nuevo fue primero en el Trofeo Ciudad de Pamplona en el que se consiguieron cuatro records regionales. Y lo más importante: Ar-

tzai Eskarai batió el record de España infantil

### LA COMPETICIÓN NACIONAL

Quince medallas ha obtenido el club en la competición nacional. El Campeonato de España Infantil se celebró en Murcia del 23 al 25 de julio del pasado año. En la clasificación por equipos San Juan quedó segundo en categoría masculina y tercero en la femenina. Como federación, logró el primer puesto. Es importante este

resultado ya que participaron nada menos que quince clubes y siete federaciones. El éxito a nivel particular también fue destacable. Éstas fueron las medallas que ganaron los nadadores de San Juan:

#### - 50 superficie femenino

Plata: M<sup>a</sup> Pilar Pérez de Obanos

#### - 100 escafandra femenino

Bronce: M<sup>a</sup> Pilar Pérez de Obanos

**ELECTRÓMECÁNICA  
SAN JUAN**

**CARROCERIAS  
AUTOMOCION  
ELECTRÓMECÁNICA**

VENTA DE COCHES NUEVOS Y USADOS  
FINANCIACIÓN INCLUIDA

REPARACIONES EN GENERAL - CHAPA, PINTURA.  
MONTAJES DE RADIO-CASSETTE, ALARMAS, DIRECCIONES.

**SOMOS TU SERVICIO OFICIAL SEAT EN EL BARRIO  
DE SAN JUAN, VEN A VISITARNOS**

Monasterio de Irache, 43 - Tel. 25 28 14 / 26 46 67. PAMPLONA  
Polígono Iturrondo s/n. Tel. 13 16 24





Parte de la cantera de la sección

**- 200 superficie masculino**

Oro: Artzai Eskarai  
Bronce: Javier Sanz

**- 400 superficie masculino**

Plata: Artzai Eskarai

**- 800 superficie masculino**

Plata: Artzai Eskarai

Además el equipo consiguió las medallas de plata en los relevos masculino 4 x 200 y 4 x 100 y Artzai Eskarai batió los records navarros en 400 y 200 superficie.

Dieciséis nadadores del club participaron del 8 al 11 de septiembre en el Campeonato de España Junior y Senior que tuvo lugar en Almería. San Juan quedó clasificado en primer lugar en la categoría masculina junior y tercero por Federaciones. Y de nuevo regresó a Pamplona con un buen número de medallas:

**- 400 superficie masculino**

Oro: Garikoitz Goikoetxea (y récord regional)

**- 800 superficie masculino**

Oro: Pablo Castillo  
Bronce: Garikoitz Goikoetxea

**- 1.500 superficie**

Plata: Garikoitz Goikoetxea  
Bronce: Pablo Castillo

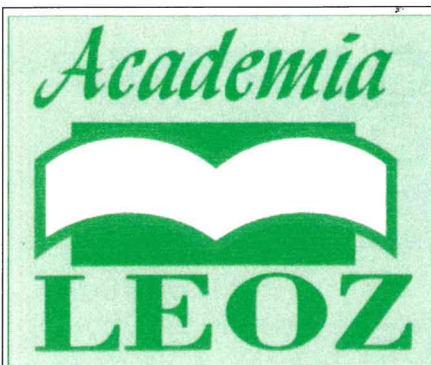
San Juan ganó también las medallas de bronce en relevos 4 x 200 junior masculino y femenino.

El Campeonato de España Junior y Senior, en Palma de Mallorca del 22 al 24 de junio, el Open Internacional de Palma, del 28 al 30 de ese mismo mes, y el Campeonato de España Infantil, en Tafalla del 19 al 21 de julio, son los próximos objetivos de San Juan.

**BUEN AMBIENTE  
GIRO ONA**

Gran parte de "culpa" del éxito de esta selección la tiene el buen ambiente que hay en el equipo además del trabajo diario y de la buena labor de Carmela de la Llave. Es posible que algún niño se anime a empezar este deporte tras conocer lo bien que lo hacen estos nadadores. Es muy importante comenzar desde muy joven. En verano se organizan cursillos para diferentes edades y más o menos hacia el invierno se selecciona a los que formarán parte del equipo.

Desde aquí animamos a todo el que quiera introducirse en este deporte. La natación es uno de los más completos y si le añadimos el atractivo de las aletas se puede mantener una buena forma física y pasar un rato agradable.



UNA OFERTA A TU MEDIDA,  
EN: **SAN JUAN**

**RECUPERACIONES Verano '96**

- \* **TODAS LAS ASIGNATURAS**
- \* **DESDE EDUCACION PRIMARIA HASTA C.O.U.**
- \* **SELECTIVIDAD.**
- \* **INGLES**

**¡ Comenzamos el 16 Julio.  
RESERVA TU PLAZA !**



C/ Mº DE USUN 1 - OF 13  
(Junto a la Avda de Bayona. Frente a Unzu Oportunidades)  
TLF 177230





AGRUPACIÓN  
DEPORTIVA  
SAN JUAN

DONIBANE  
K I R O L  
E L K A R T E A

V  
e  
r  
a  
n  
o  
9  
7  
U  
d  
a

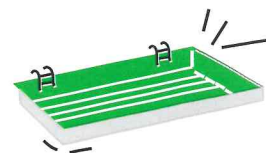
# SEMANA DEL SOLIO 1997



# 1997 BAZKIDEAREN ASTEA

Haite 6.





# En busca de la Piscina

“Nos gustaría ofrecer un Campeonato de España pero no disponemos de piscina”. Así de contundente se presenta el equipo de Natación con Aletas cuando se le pregunta por su necesidad más inmediata. Y es que, según su entrenadora Carmela de la Llave, disponen de muy pocas calles para practicar su deporte.

Sin embargo, pese a esta carencia, los resultados no pueden ser más favorables. Los récords se han sucedido a lo largo de estos dos últimos años, como el Nacional infantil en 800 superficie, conseguido por Javier Sanz Arróniz el año pasado. “Sin olvidar los récords Regional junior y absoluto en 100 y 200, de Pablo Castillo y el Nacional de M<sup>a</sup> Pilar Pérez de Obanos”, advierte la entrenadora.

Para lograr esta magnífica posición, es inevitable dedicarle un gran esfuerzo. Su entrenamiento es duro pero, “los chavales pueden competir sin soportar la dureza de la natación clásica”.

A los Campeonatos de los Juegos Deportivos acuden todos los nadadores, a partir de los mismos se establece la selección para el Campeonato de España.

“Lo ideal es que comiencen con nueve o diez años para que se vayan formando”, afirma la entrenadora. En la actualidad dispone de un buen

número de chavales, que destaca por el ambiente. “Hay un gran compañerismo que unido a la autonomía de la que dispone la Natación con Aletas, proporciona un gran atractivo a este deporte”.

muy activa. A la travesía que tuvo lugar el pasado 25 de mayo con el Descenso Internacional del Bidasoa, se sucede otra en el pantano Mediano (Huesca).

Por otra parte, el equipo se está preparando para el Campeonato de España Infantil, que se celebrará los días 28 y 29 de junio en Barcelona. Así como en las categorías junior y senior donde hay muchas esperanzas de éxito.

## Travesías

La temporada de verano se prepara



Equipo de Natación con Aletas.



JARDINERÍA  
**CIAURRIZ, S.L.**

*Ejecución de proyectos de jardines  
Venta de plantas y útiles de jardinería*

**GARDEN CENTER**

Ctra. Irún, Km. 2.700 • 31600 BURLADA (NAVARRA)

Teléfono: 13 13 59 - Fax: 13 24 12



# Agrupación Deportiva SAN JUAN



Verano 89



AGRUPACION DEPORTIVA SAN JUAN

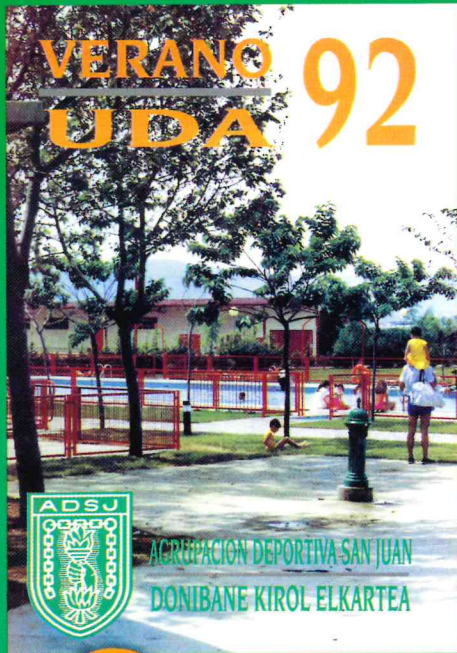


# Verano 98



VERANO'91

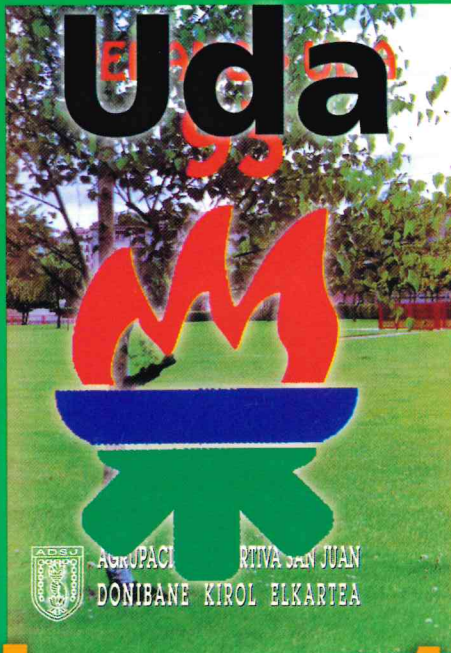
Agrupación Deportiva SAN JUAN



VERANO UDA 92



AGRUPACION DEPORTIVA SAN JUAN  
DONIBANE KIROL ELKARTEA



Uda 93



AGRUPACION DEPORTIVA SAN JUAN  
DONIBANE KIROL ELKARTEA

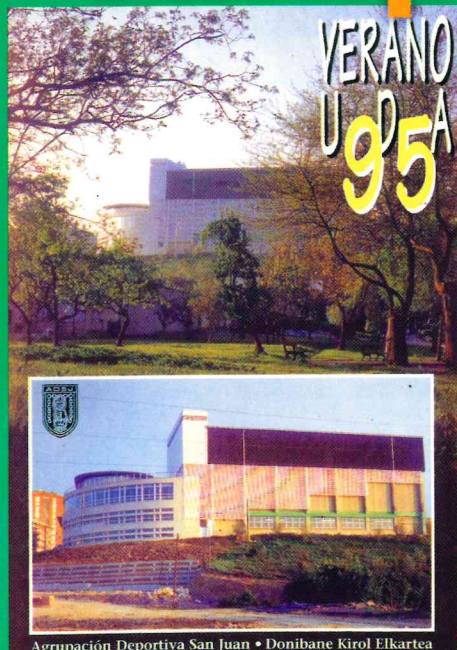


VERANO UDA 94



AGRUPACION DEPORTIVA SAN JUAN  
DONIBANE KIROL ELKARTEA

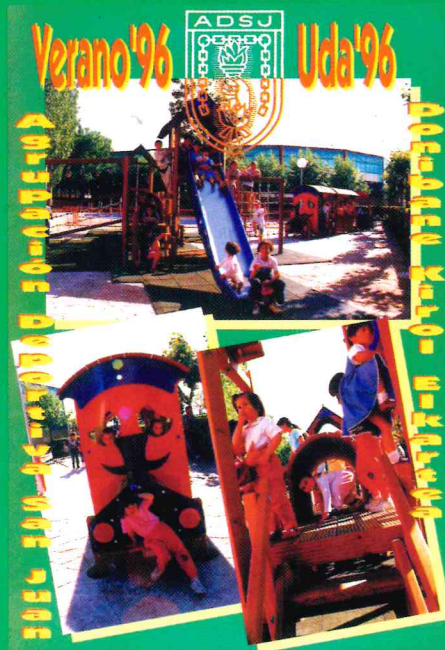
# Cumplimos 10 años



VERANO UDA 95



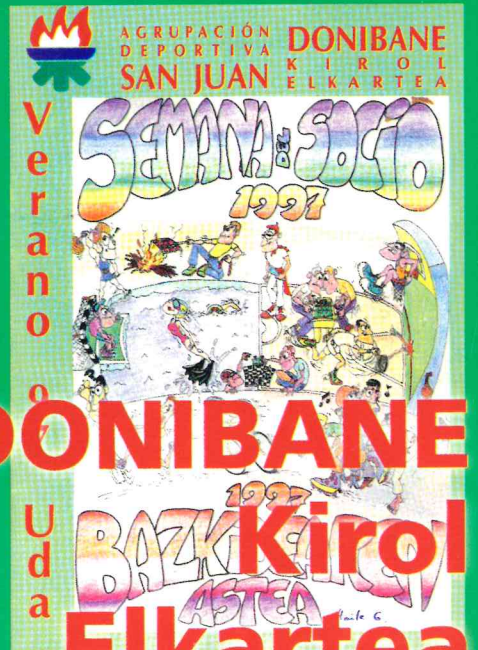
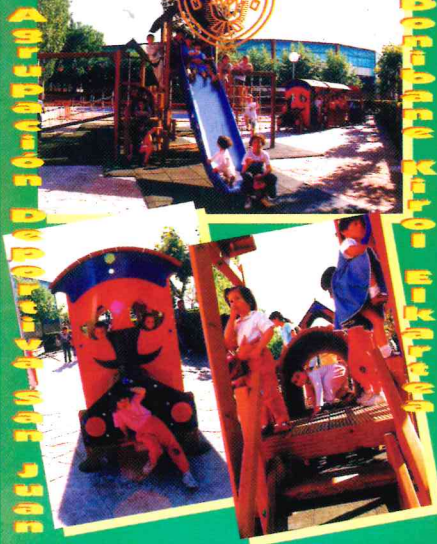
Agrupación Deportiva San Juan • Donibane Kirol Elkarte



Verano'96



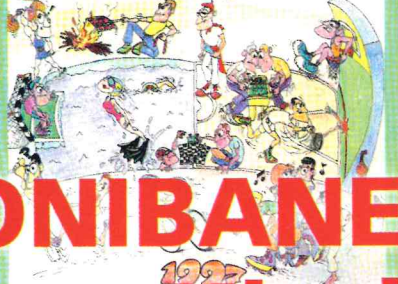
Uda'96



AGRUPACION DEPORTIVA DONIBANE  
SAN JUAN KIROL ELKARTEA

SEMANA DEPORTIVA 1991

Verano Uda



1997 BAZKIRIOL ASTEA

Elkartea



*“Espero realizar un buen papel en el Campeonato de Europa”*

Javier Sanz

A lo largo de las páginas de la revista se puede observar la buena situación que viven en general las diferentes secciones. Destacar a alguien resulta bastante complicado pero la verdad es que este año hay tres jóvenes que han sobresalido del resto. Sin olvidar al resto de deportistas de San Juan, debemos felicitar a Pablo Castillo, Javier Sanz y Ainhoa Goñi. Los dos primeros practican natación con aletas y Ainhoa el tenis. El motivo de la felicitación es, ni más ni menos, el haber sido componentes de la Selección Nacional Junior. Casi nada. Aparte de un éxito personal también se trata de una alegría inmensa para las secciones y, por supuesto, para la Agrupación entera. Pablo, Javier y Ainhoa son los primeros deportistas de San Juan que han competido a nivel internacional. Sin duda cuando algún día se repase la historia del club habrá que nombrarles. Se lo han merecido como también merecieron el homenaje que se les brindó en agosto del año pasado. La placa conmemorativa y la comida a la que estuvieron invitados fueron unos bonitos detalles.

**Historial**

Pero ¿quiénes son estos chicos?, ¿cómo son? Pablo Castillo tiene 17 años y estudia COU. Su palmarés tiene dos notas importantes: el Campeonato de España y la convocatoria para la Selección Junior. Javier Sanz, a sus 15 años, tiene el mismo palmarés, sin duda envidiable para muchos chicos de esa edad. Compa-gina la natación con aletas con sus estudios de 4º de la ESO. Ainhoa Goñi tiene 18 años (cumple 19 en agosto), estudia Ingeniería Industrial en la UPNA y también ha conseguido triunfos importantes. Hace escasas fechas se convirtió en Campeona de España Universitaria. Además ocupa el puesto 440 del mundo, el 33 de España, el tercero de España Junior y logró el título nacional en dobles. Su participación en la Selección Española Junior, igual que en el caso de Pablo y Javier, debe unirse a este excelente palmarés.

Y a la selección

– ¿Cómo llegasteis a la selección?

– Pablo Castillo: Nunca sabe uno exactamente por qué le llaman para

la Selección pero supongo que fue por haber conseguido el Campeonato de España. La verdad es que tuvimos una buena actuación. Es en las competiciones nacionales donde se pueden fijar en tí, es como un paso previo a la Selección y a la competición internacional.

– Javier Sanz: Mi caso es el mismo que el de Pablo. El buen papel logrado en el Campeonato de España fue la causa de que nos llamaran.

–Ainhoa Goñi: Ese momento llegó cuando quedé la número tres de España Junior por tercer año consecutivo. Justo después me llamaron para la Selección Junior. Ese fue, supongo, el motivo de mi convocatoria. Además creo que influyó haber conseguido ese puesto durante tres años. Me imagino que de tanto insistir me eligieron.

–¿Qué tal ambiente hay entre los seleccionados?

–P. C. : Hay muy buen ambiente, no

# Trío d



nos podemos quejar. No hay rivalidad entre nosotros sino compañerismo y amistad. En este aspecto la Selección es una maravilla. – J. S. : Estoy completamente de acuerdo con Pablo, no podría decir otra cosa. Y

“Esto agrade Agrupa haber en mi h y e Ainho





# e ases

## “El homenaje que nos hizo la Agrupación fue un gran detalle”

Pablo Castillo

disfrutamos y aprendimos que también es importante.

El futuro

—¿Qué os pareció el

homenaje ofrecido por la Agrupación?

—P. C. : Fue un gran detalle por parte de la Agrupación. Lo pasamos muy bien y hay que agradecer ese día que nos dedicaron.

—J. S. : Estuvo muy bien. Además nos reunieron a los tres, nos sacaron fotos. En fin, la verdad es que fue bonito. A mí también me gustaría agradecerle a San Juan el homenaje.

—A. G. : Me pareció muy bien. Me hizo ilusión porque vimos que el club se preocupaba por nosotros y apreciaba de forma sincera lo que habíamos conseguido. Además era mi primer año en San Juan y, si ya estaba a gusto entonces, después del homenaje todavía estaba más contenta. Estoy muy agradecida a la Agrupación por confiar en mi hermana y en mí y por el trato que nos han dado.

—¿Qué perspectivas teneís para la próxima temporada?

—P. C. : En la próxima temporada habré cambiado de categoría, dejaré la junior y pasaré a la absoluta. Esto quiere decir que lo tendré más difícil para llegar a la Selección pero me esforzaré al máximo para intentar que me vuelvan a llamar. No va a ser fácil, lo sé, pero haré todo lo posible con el objetivo de ir al equipo nacional.

—J. S. : Mi meta para la próxima temporada es, en general, tener una buena actuación. Además tenemos una cita muy importante que será el Campeonato de Europa donde espero que hagamos un buen papel.

—A. G. : En estos momentos mi objetivo es subir en el ranking del puesto 440 en el que ahora estoy hasta el 350 ó 300. Para ello estoy jugando Campeonatos de la WTA. El tema de la selección lo veo difícilísimo porque ya no soy junior y hablar de la selección Absoluta son palabras mayores.

paña que se va a celebrar en Murcia el 4 y 5 de julio.

—A. G. : Es un ambiente muy bueno, una maravilla. Somos dos chicos, uno de Valencia y otro de Murcia aunque juega en Barcelona, y dos chicas, una de Valencia y yo. Los cuatro ya nos conocíamos porque habíamos jugado juntos otras veces. Así que de esta manera es fácil llevarse bien.

—¿Cómo os ha ido en la Selección?

—P. C. : Hemos disputado la Copa del Mundo en Hungría y la Copa Mallorca. No ha ido mal la cosa. En estos campeonatos se participa individualmente y por equipos y la verdad es que el conjunto español no es de los mejores en natación con aletas.

—J. S. : Acudir a Hungría ya es todo un éxito aunque luego no consigas nada. Yo estoy satisfecho aunque, por ejemplo, individualmente me haya ido algo peor que a Pablo.

—A. G. : Hemos acudido al Campeonato de Europa Junior que se celebró en Suiza. La verdad es que no hicimos un buen papel, no conseguimos nada. Eso sí, lo pasamos bien. Al menos

eso que nos vemos poco, unas tres o cuatro veces al año, pero es suficiente para lograr ese ambiente tan bueno. Por cierto, dentro de poco nos veremos en el Campeonato de Es-

“muy ida a la ción por onfiado rmana mi”  
i Goñi





# Un sección brillante

Un año más la natación con aletas se ha sido una de las secciones más brillantes, en lo que a nivel competitivo se refiere, de la Agrupación Deportiva San Juan. Además de los seniors, alguno de los cuáles estuvo en Hungría en el Campeonato de Europa y de cuyos logros hablamos en otro apartado, tenemos la gran cantidad de triunfos obtenidos por los más pequeños.

Para que todos estos éxitos sean posibles es necesario un duro trabajo a desarrollar de lunes a viernes por turnos en la piscina de siete y media a diez de la noche, prácticamente todo el año, ya que hay quienes incluso no paran los entrenamientos ni tan siquiera durante los meses de verano, tal como nos comentaba la coordinadora de la sección Maite Arzoz.

Los éxitos comenzaron en los campeonatos de España infantiles celebrados el pasado verano, donde se consiguió el primer puesto por equipos, además de la plata del equipo femenino de cuatro por doscientos, de las dos platas de Amanda Irisarri en cuatrocientos y doscientos metros, Leire Ruiz bronce en apnea veinticinco metros, Miguel Alzueta plata en cien escafandra, Sergio Lizaur bronce en cien escafandra, plata en ochocientos y apnea veinticinco y de los oros de Roberto Martínez en cuatrocientos y ochocientos y la plata en doscientos. Continuaron en la dura prueba de la Travesía Internacional del Descenso del Bidasoa, en la cual dependiendo de categoría se recorrían ocho o dieciséis kilómetros a través del río. En ella, Javier Sanz quedó primero de su categoría, mientras que Javier Bengotxea y

Araceli Remírez fueron segundo y tercera de las suyas.

Las últimas alegrías de nuestros pequeños grandes nadadores con aletas llegaron en los Juegos Deportivos de Navarra celebrados entre el catorce de febrero y el nueve de mayo de este año. En dichos juegos, se consiguió el primer puesto por equipos. Para que esto fuera posible se tuvieron que conseguir un gran número de éxitos personales. En chicas, Iranzu González quedó segunda en cadetes, en infantiles Leyre Remírez y Esther Alzueta fueron primera y segunda respectivamente, en alevines Ainara Irisarri, primera, Olaia Juaristi, segunda y Marta Pérez de Obanos, tercera y en benjamines Maite Ibar segunda y Gaby Anaut tercera. Los chicos también

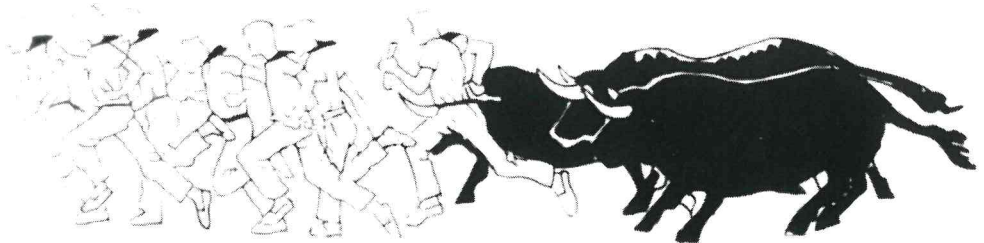
coparon la gran mayoría de los podios de los juegos. Así en la categoría cadete Javier Sanz fue primero mientras que Javier Bengotxea ocupó la tercera posición, en infantiles fueron primero y tercero respectivamente Miguel Alzueta y Daniel Irisarri, Jurdan Eguren ganó en alevines y Koldo Urrutia en Benjamines.

Ahora todas las esperanzas están puestas en los Campeonatos de España que se celebrarán dentro de muy poco en Valencia para los infantiles y en Murcia para los juveniles y seniors, donde el grupo irá a por todas con el objetivo, el sueño, de estar en los europeos de Italia y quién sabe si en los Campeonatos del Mundo de Colombia. Suerte.



**BAR  
ETXEBE**

Martín Azpilicueta, 7  
Teléfono 948 25 10 72  
PAMPLONA







AGRUPACIÓN  
DEPORTIVA  
SAN JUAN

DONIBANE  
K I R O L  
E L K A R T E A

REVISTA SOCIAL INFORMATIVA • VERANO 99 UDA







## Mejor equipo femenino de Navarra

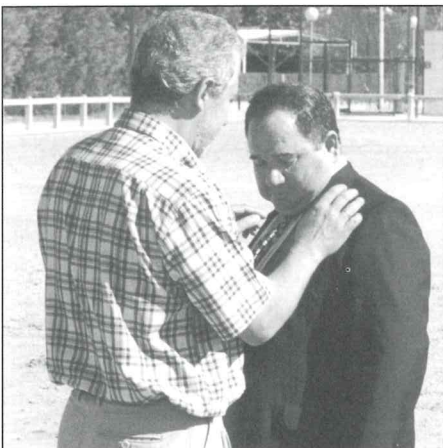
El equipo femenino de tenis de la Agrupación recibió el máximo galardón que cada año otorga el Gobierno de Navarra al equipo, en este caso en categoría femenina, más destacado de la temporada. Las chicas de la Agrupación se hicieron acreedoras al premio por su ascenso a la máxima categoría del tenis nacional. Posteriormente recibieron un merecido homenaje de la Agrupación así como el de la propia sección de tenis.



Rosa Peso, Nuria Taberero, Carlos Luri (delegado de la sección), Edurne Taberero y Marta Insausti posando con el trofeo de mejor equipo femenino de Navarra

## Txetxu Gurbindo galardonado

El 5 de septiembre de 1998 Txetxu Gurbindo, hombre vinculado a lo largo de más de 30 años a la sección de fútbol, recibió un sentido homenaje en los prolegómenos del encuentro de Tercera entre el San Juan y el Chantrea que abría la competición liguera en la Agrupación. En el acto estuvieron presentes José Mari Compains, presidente de la Agrupación y Pedro Mascaray, presidente de la sección



Txetxu Gurbindo recibiendo la insignia de oro.

de fútbol. Fue el primero quien le impuso a Gurbindo la insignia de oro del club quien también recibió una placa por parte de la U.D. Chantrea. El veterano entrenador, persona muy apreciada en la Agrupación, también fue premiado el año pasado con la "Bota de Plata", galardón que anualmente otorga el colectivo de entrenadores navarros al entrenador que más se ha distinguido por su trabajo durante la temporada.

Por otra parte, recientemente se ha sabido que Gurbindo recibirá la Medalla de Plata al mérito deportivo que concede el Gobierno de Navarra. ¡Enhorabuena!

## Internacional junior

La nadadora con aletas M<sup>a</sup> Pilar Pérez de Obanos Martell fue homenajeada por la Agrupación por su participación en el Campeonato de Europa Junior de la especialidad celebrado en Italia. Con tal

motivo recibió una placa conmemorativa y de felicitación por su internacionalidad.



M<sup>a</sup> Pilar Pérez de Obanos.

**ELECTROMECHANICA  
SAN JUAN**

**CARROCERIAS  
AUTOMOCION  
ELECTROMECHANICA**

VENTA DE COCHES NUEVOS Y USADOS  
FINANCIACIÓN INCLUIDA

REPARACIONES EN GENERAL - CHAPA, PINTURA.  
MONTAJES DE RADIO-CASSETTE, ALARMAS, DIRECCIONES.

**SOMOS TU SERVICIO OFICIAL SEAT EN EL BARRIO  
DE SAN JUAN, VEN A VISITARNOS**

Monasterio de Irache, 43 • Tfno.: 948 25 28 14 - 948 26 46 67 • PAMPLONA  
Ctra. Echauri s/n (Arazuri) • Tfno.: 948 32 31 26





# El triunfo de la cantera

Entre 60 y 70 personas componen el equipo de natación con aletas de la Agrupación Deportiva San Juan. Sus edades oscilan entre los siete y los veinticuatro años. Los chavales están divididos en cinco categorías, a saber, benjamín, alevín, infantil, junior y senior. La mayoría de ellos son de edades inferiores a los 14 años, por lo que los mayores éxitos se suelen conseguir en las categorías alevín e infantil. En esta última categoría el equipo de San Juan es el vigésimo Campeón de España.

El equipo de natación con aletas de la Agrupación Deportiva San Juan ha seguido este año su particular racha de triunfos. Sin duda es en las categorías inferiores donde más éxitos consigue esta sección, pero no hay que olvidar a los mayores con el senior Pablo Castillo y el junior Javier Sanz en sus filas, que han conseguido los premios más importan-

tes en esta temporada.

A lo largo del año, los chavales compiten en gran cantidad de pruebas, tanto en Navarra como fuera de la Comunidad Foral. Para los más pequeños están los Juegos Deportivos de Navarra, y ya para todas las categorías, el Campeonato Navarro, la Liga Interterritorial, que se disputa entre equipos de Navarra, Guipúzcoa y Zaragoza; el Campeonato de Euskadi, este mes de junio en Ordizia, y el Trofeo Ciudad de Pamplona. Como plato fuerte está el Campeonato de España: en categoría absoluta los senior irán en julio a Orense; y los infantiles y los junior acudirán a Girona en junio. Las pruebas menos conocidas son las travesías. Éstas no se realizan en piscinas, sino en ríos y mares. El Descenso al Bidasoa, el Torneo de las Tres Playas en San Sebastián y el Campeonato de España de Fondo, que se

celebra este año en Álava, son las travesías a las que acude el equipo de la agrupación.

## El más veterano, 24 años

Carmela de la Llave es la entrenadora desde que comenzó a funcionar esta sección, hace ya más de 10 años. Ha tenido varios ayudantes durante estos años, pero actualmente es la única entrenadora. De todas maneras, José Miguel Pernaute, el nadador más veterano de la Agrupación con 24 años, tiene el título de entrenador y suele ayudarle en momentos puntuales, sobre todo en los desplazamientos para acudir a las competiciones. Maite Arzo, de 21 años, es la delegada de este equipo. Su juventud demuestra que las cosas en esta sección se hacen con muchas ganas. Maite estuvo 8 años en el equipo como nadadora, pero hace dos lo dejó, aunque no quiso perder contacto y se quedó como delegada. Ella es la que se ocupa de conseguir que las necesidades de la sección sean cubiertas de la mejor forma posible por la Agrupación.

Para que estos chavales puedan acudir con garantías a estos torneos, los socios tenemos que pagar un precio. De lunes a viernes, a partir de las siete y media de la tarde, la piscina cubierta tiene dos calles menos, ya que los nadadores necesitan este espacio para poder ponerse en forma y llevar el nombre de la Agrupación Deportiva San Juan más allá de nuestras fronteras. Esperemos que mantengan el excelente nivel al que nos tienen acostumbrados y volvamos a ver el nombre de San Juan en lo más alto del panorama nacional en lo que a la natación con aletas se refiere.



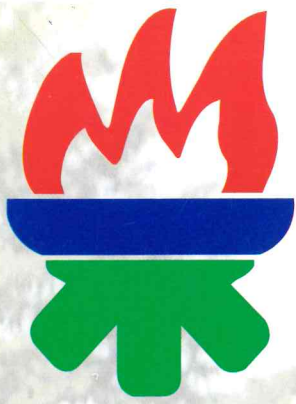
La juventud, un baluarte muy importante en esta sección.

# FONSECA

BUS, S.L.

Polígono El Soto, C/. Mediodía, 10  
Berrioplano (Navarra)  
Tfno. 948 30 24 82 • Móvil 649 48 91 31  
31007 PAMPLONA

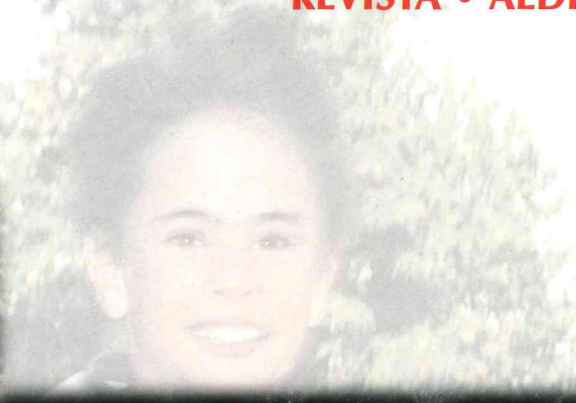




AGROPACIÓ  
DEPORTIVA  
SAN JUAN

DONIBANE  
K I R O L  
E L K A R T E A

REVISTA • ALDIZKARIA



VERANO 2000 UDA





# NATACIÓN CON ALETAS

## Igeriketa Hegatsekin

## ENTRE LOS MEJORES

a ADSJ-DKE es sin duda alguna uno de los mejores clubes de España en la modalidad de natación con aletas. Así lo confirman el segundo puesto conseguido en el Campeonato de España por Clubes junior e infantil y el tercero en categoría absoluta. De hecho, en lo que se refiere a los más pequeños, podemos creer que si no se llegan a haber unificado las categorías junior e infantil, la Agrupación podría haber sido la primera de España.

Dirigiendo esta inagotable cantera se encuentra Carmela de la Llave, que este año entrenó a la selección nacional española. Además de Carmela en la ADSJ-DKE tuvo otros dos representantes dentro de la selección. Pablo Castillo representó a España en los 200 m. Y 400 m. relevos en el Campeonato de Europa Absoluto disputado en Atenas. También tuvimos representante en el Campeonato del Mundo Junior celebrado en Estrasburgo, éste fue Javier Sanz que participó en los 400, 800 y 1.500 m.

En los campeonatos de España del año pasado, a título individual, se consiguieron cosas importantes. En la categoría Infantil Jurdan Eguren fue segundo en 100 m. escafandra masculino, en femenino, Andrea González. Ainara Irisarri fue segunda en 200 y 800 m. superficie y tercera en 400m.; Miguel Alzueta segundo en 400m. escafandra, mientras su hermana Esther consiguió la plata en féminas; por su parte, el equipo femenino quedó segundo y tercero en 4X200 y 4X100 respectivamente. En categoría Junior, Aitor Urrutia ganó los 100 escafandra y los 50 apnea, quedando en 2º

lugar en los cincuenta superficie; Javier Sanz fue segundo en 400 m., 800 m. y 1500 m. superficie; Sergio Lizaur segundo en 100 escafandra y tercero en 50 apnea; Araceli Remírez tercera en 100 y 400 escafandra; Irantzu González segunda en 50 apnea; mientras que el

cional el de Jurdan Eguren en 25 apnea. En Navarra se batieron los de 100 escafandra, tanto femenino como masculino, por parte de Andrea González y Jurdan Eguren, el de 1500 femenino Andrea Irisarri y el de 25 apnea María Larráyo.

Por todo ello, el equipo de natación con aletas de San Juan y su entrenadora han sido integrados dentro de la Fundación Miguel Induráin para la promoción del deporte, todo un privilegio.

Los componentes del equipo de natación con aletas, integrado por unas 60 personas desde los 5 a los 25 años, siguen soñando con la construcción de una nueva piscina cubierta. Durante los entrenamientos de lunes a viernes de 19:30 a 22:00, se produce una saturación total de espacio en la piscina. Además esta limitación impide habitualmente a los nadadores entrenar en largas distancias ■



equipo masculino de 4X100 quedó campeón y tercero el femenino tanto de 4X200 como de 4X100. En los Campeonatos de España, celebrados en Orense, Pablo Castillo ganó las pruebas de 100, 200 y 400 m. superficie; María Pilar Pérez de Obanos fue subcampeona en los 50 superficie, tercera en los 50 apnea; Javier Sanz consiguió un meritorio segundo puesto en los 800 m. superficie; y el equipo masculino de 4X200 m. fue tercero.

También se han conseguido records este año. A nivel na-



## TALLERES USUA, S.A.L.



- Carpintería Metálica
- Cerrajería y Forja

- Fabricación a medida y venta de remolques homologados para todo tipo de uso.



Ctra. Hnos. Noain, 50 (Ctra. Artica) • Tfno. y Fax: 948 12 06 35 - 31014 ANSOAIN





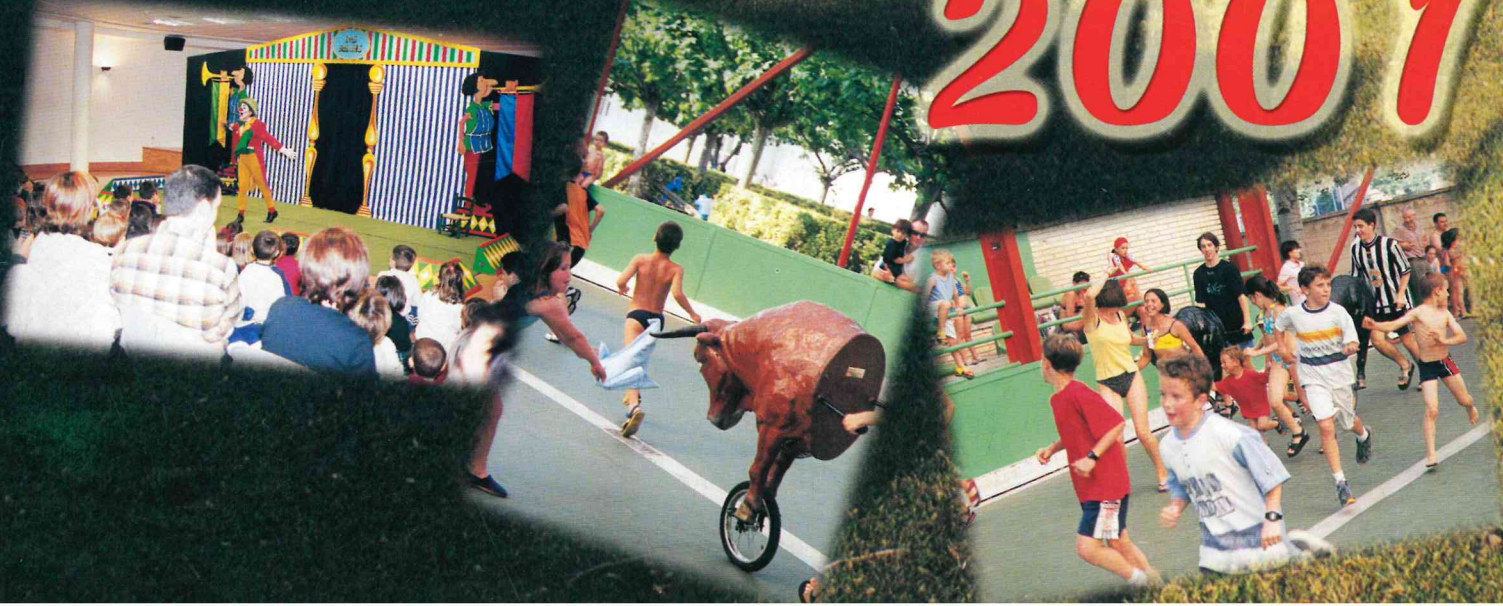
AGrupación  
DEPORTIVA  
SAN JUAN

DONIBANE  
K I R O L  
E L K A R T E A

REVISTA • ALDIZKARIA

VERANO / UDA

2001





# UN SUEÑO HECHO REALIDAD



Son privilegiados. Con edades comprendidas entre los diecisiete y los dieciocho años han vivido una aventura con la que sueñan muchos de los jóvenes deportistas de nuestro país. Ellos lo han conseguido, no han defraudado y además, pertenecen a la Agrupación Deportiva San Juan. Son Sergio Lizaur, Roberto Martínez y Joseba Ucar. Los tres fueron convocados por la selección española en sus respectivos deportes, los dos primeros en Natación con Aletas y el tercero en Taekwondo.

A pesar de su corta edad, un gran curriculum deportivo avala la trayectoria de cada uno de ellos. Lizaur, estudiante de primero de Bachiller, se ha subido al podio en sucesivas ocasiones en los casi nueve años que lleva en la competición. En los pasados Campeonatos de España se hizo con cuatro medallas de oro y dos de plata en distintas pruebas, tanto en individual como en relevos. Además, fue tercero en los recientes Juegos Deportivos de Navarra.

Roberto Martínez sólo lleva seis años inmerso en la natación con aletas y comenzó a competir desde el primer año, donde destacó en los relevos. Más adelante, consiguió en categoría individual tres medallas de oro y una de plata; en relevos se hizo en dos ocasiones con el título de campeón. En el Campeonato Junior obtuvo la cuarta plaza y, finalmente, el año pasado logró un oro, dos platas y un bronce en individual; y un oro y una plata en relevos.

A pesar de ser el más joven de los tres, lleva doce años practicando el taekwondo. Sobre sus espaldas, Joseba Ucar so-

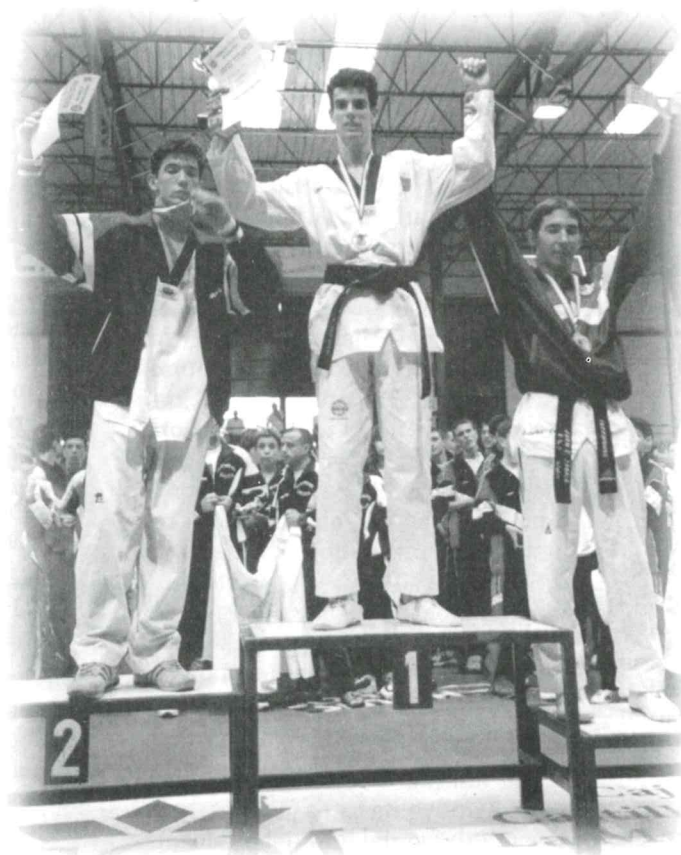
pesa el primer puesto en tres Campeonatos navarros en tríos de técnica y la participación en los correspondientes a España. Con catorce años se cambió a la modalidad de la competición, por la saturación que le suponía realizar siempre los mismos movimientos, y fue campeón en el torneo de Navarra y con la selección. El año pasado se convirtió en campeón de España cadete, tercero en el torneo nacional con la selección junior y también tercero en el Open de España, que es un campeonato internacional. Participó igualmente en el Campeonato del Mundo, pero quedó eliminado en octavos de final.

Los motivos por los que los tres se introdujeron en la esfera del deporte son muy variados, pero casi sin darse cuenta comenzaron en su día una nueva andadura de la que

hoy se encuentran recogiendo alguno de sus frutos. “No conocía este deporte pero, como me gustaba nadar y no había natación clásica, me apunté”, comenta Roberto Martínez. A Sergio Lizaur le animaron tanto sus padres como sus amigos, mientras que Ucar apenas pudo decidir, puesto que a los cinco años sus padres le inscribieron en el club, hecho del que hoy se encuentra muy agradecido.

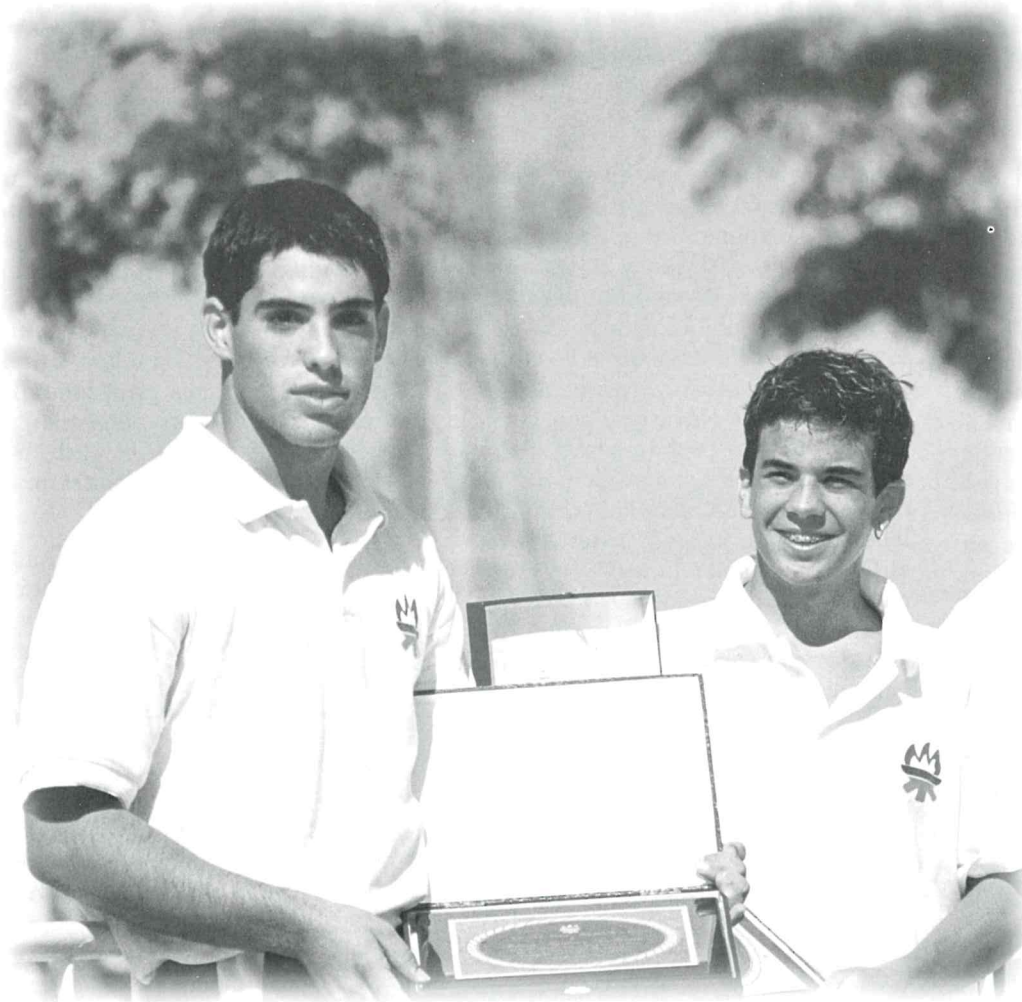
Hace aproximadamente un año estos tres jóvenes de San Juan recibieron la llamada de sus respectivas selecciones. Todos coinciden en que la experiencia resultó muy gratificante y les permitió, a su vez, conocer a mucha gente y hacer amigos. Quizá, lo que más les costó fue acostumbrarse al duro ritmo de los entrenamientos que exige una selección. El propio Lizaur fue quien se dio cuenta de que la posibilidad de pertenecer al conglomerado nacional estaba cada vez más cerca, entrenó fuerte y finalmente lo consiguió. Fueron dos, entre otras, las personas que le apoyaron fundamentalmente. Se trata de sus amigos Javier Sanz y Pablo Castillo. Martínez confiesa que su llegada a la selección fue de casualidad, “la verdad, no me lo esperaba”. Su buena actuación en el Campeonato de España le sirvió de trampolín para acceder a la selección. Ninguno de los dos sintió miedo escénico al encontrarse en un nuevo ambiente deportivo, ya que “la natación con aletas al ser un deporte tan poco conocido era como seguir entrenando”, rubrica Lizaur.

Sin embargo, la aventura de Joseba Ucar fue algo distinta. Después de permanecer quince días concentrado y entrenan-



Joseba Ucar en el primer peldaño del podium.





Roberto Martínez y Sergio Lizaur con la insignia de la Agrupación.

do con la selección española en Santander y más adelante en el CAR (Centro de Alto Rendimiento) de Barcelona; el estar integrado entre varios campeones absolutos y del mundo sí causó gran respeto a este joven pamplonés.

Esta experiencia les ha hecho sentirse diferentes en algún momento. Han atravesado días más negativos, consecuencia de la tensión a la que están sometidos, pero también han ganado muchas ilusiones: “Te das cuenta de que has hecho un esfuerzo durante todo el año y luego se ve recompensado”, afirma Martínez. Una vez encarrilados en la Selección, lo difícil es mantenerse. Para los nadadores el principal problema radica en pasar de la categoría junior a la absoluta, ya que en ésta se concentran más deportistas y, por tanto, crece la competitividad. Otra de las dificultades es compaginar el deporte con los estudios:

“Puedes hacer las dos cosas a la vez, pero tienes que organizarte muy bien”, señala Ucar. Además, debido a las concentraciones deben cambiar la fecha de los exámenes y esta es una situación difícil. El Taekwondista tiene bastante claro que para poder vivir exclusivamente de este deporte hay que ser un gran destacado, si no es imposible. Coincide en este sentido con Roberto Martínez quien, de momento, considera su práctica en natación con aletas como un hobby. Sin embargo, a Sergio Lizaur, un entusiasta de la música por ordenador, le gustaría entrenar más horas; algo que podría plantearse temporalmente ya que ha dejado aparcados los estudios durante algún tiempo.

La familia es un elemento clave para el apoyo de estos jóvenes, quienes a lo largo del año deben desplazarse lejos de sus casas para cumplir con sus obligaciones

deportivas. Los tres internacionales se encuentran muy motivados para continuar en sus correspondientes selecciones y en los años venideros poder superarse personalmente y batir sus propios records.

Tanto a Roberto Martínez como a Sergio Lizaur les esperan varios compromisos deportivos próximamente. Entre ellos se encuentran los Campeonatos de España absolutos en Orense durante el mes de julio, así como el Europeo o el Mundial. Personalmente Martínez, aspirante a fisioterapeuta, seguirá entrenando, aunque ve muy complicado el tema de la selección, porque no dispone del tiempo suficiente para dedicarle máxima atención. Joseba Ucar, por el contrario, quiere este año rendir todo lo que la pasada campaña le privó debido a una lesión en el pie. Su principal objetivo es aprobar el examen de segundo dan y ya en octubre su presencia en el Campeonato de España Sub21.

de España Sub21.

A pesar de que la natación con aletas no es un deporte olímpico, poco a poco se va haciendo un hueco en el panorama deportivo. Para sus protagonistas se experimentan sensaciones increíbles por la velocidad y el esfuerzo. Por otra parte, el nivel del taekwondo en nuestra comunidad está en auge, tal y como lo demuestran los buenos resultados obtenidos; aunque la participación en competiciones es menor en comparación con otras provincias.

Sergio, Roberto y Joseba comparten las mismas aficiones que muchos chicos de su edad, la música, el deporte o salir con los amigos. Sin embargo, un día el deporte les cambió la vida de alguna manera. La selección brindó una oportunidad a estos jóvenes y no la desaprovecharon ■



# SUPERFICIE, INMERSIÓN Y... ÉXITO



**O**tra de las secciones de la Agrupación que en estos momentos se encuentra inmersa por completo en plena temporada de competición, es la de natación con aletas. Una sección que lleva funcionando en San Juan desde hace casi dos décadas y que continúa año tras año enrolando a más practicantes de todas las edades en este apasionante deporte tan desconocido para la gran mayoría de los socios.

En la actualidad son cerca de setenta personas las que están inscritas en la sección de natación con aletas, de las que la gran mayoría son jóvenes, muchos de ellos niños que atraídos por este deporte disfrutan en la piscina. Bajo la supervisión en los entrenamientos de Artzai Eskarai, Txemi Pernaute y Carmela de La Llave, los más jóvenes entrenan en la piscina dos días por semana; este año, la actividad se desarrollaba martes y jueves, mientras que los mayores necesitan de un

## CAMBIOS EN LA SECCIÓN

A lo largo de la temporada, la sección de natación con aletas ha visto como su equipo técnico se incrementaba con la incorporación de Artzai Eskarai y Txemi Pernaute, como nueva savia que complementará la dilatada experiencia de Carmela de La Llave. Así mismo, ha visto renovada la junta de la sección con la incorporación de un importante número de madres/padres, dispuestos a trabajar intensamente por la mejora de la misma. Buena suerte a todos y ¡adelante!

mayor sacrificio para poder ir con garantías a las diversas competiciones y entrenan durante todos los días de la semana.

Durante esta temporada, los diferentes equipos de natación con aletas de la Agrupación han participado en competiciones que van desde los Juegos Deportivos de Navarra, organizados por el Instituto Navarro de Deporte y Juventud del Gobierno de Navarra, hasta los diversos Campeonatos de España en modalidad infantil, junior y absoluto, sin olvidar tampoco la disputa de la Liga Nacional de Clubes.

En los Juegos Deportivos de Navarra, el equipo de natación con aletas de San Juan acabó el campeonato en pri-

mer lugar, superando al conjunto representante de Tafalla.

En el Campeonato de España infantil y junior que se va a disputar el próximo treinta de junio y uno de julio en Elche van a tomar parte en torno a veinte nadadores de San Juan, torneo en el que varios componentes del equipo parten con posibilidades de triunfo. Por su parte, el Campeonato de España absoluto se celebra este año en Orense el 13 de julio, prueba en la que tratarán de dar el máximo. Para este Campeonato nacional absoluto son doce los nadadores que van a acudir a disputarla. Y por último, en la Liga Nacional de clubes, el equipo de San Juan se encuentra disputando ya las últimas pruebas del campeonato, tomando parte en el grupo encuadrado por los nadadores de Tafalla, los equipos procedentes de la Comunidad Autónoma Vasca, y diversos clubes gallegos, valencianos... Un campeonato en el que se premia al nadador completo, se mide por encima de todo la regularidad en las diferentes modalidades de la natación con aletas, incluidas las pruebas por relevos.

Entre las promesas despuntan en San Juan varios jóvenes que en el futuro pueden dar mucho que hablar, como los quinceañeros Jurdan Eguren, Ainara Iriarri, y Andrea González; u otros más jóvenes como Isabel Soto (catorce años), Maitane Ibar (doce años) o Edurne Marquínez, (diez años). Junto a estas promesas, otros nadadores que son ya realidad en la natación con aletas como Pablo Castillo, Javier Soto, y Javier Sanz, cuentan con un magnífico nivel competitivo ■



## TALLERES USUA, S.A.L.



- Carpintería Metálica
- Cerrajería y Forja

- Fabricación a medida y venta de remolques homologados para todo tipo de uso.



Ctra. Hnos. Noain, 50 (Ctra. Artica) • Tfno. y Fax: 948 12 06 35 - 31014 ANSOAIN





AGRUPACIÓN  
DEPORTIVA  
**SAN JUAN**

REVISTA • ALDIZKARIA

**DONIBANE**

K I R O L  
E L K A R T E A

VERANO • UDA 2002

# LA MODA

DE SAN JUAN



## 40 AÑOS DE HISTORIA





# UN FUTURO PROMETEDOR

JURDAN EGUREN Y JAVIER SOTO CUENTAN CON UN ALTO NIVEL COMPETITIVO Y FUERON OBJETO A FINALES DEL AÑO PASADO Y EN FEBRERO DEL 2002 DE LA ENTREGA DE SENDAS PLACAS POR PARTE DE LA AGRUPACIÓN DEPORTIVA SAN JUAN Y DE LA FEDERACIÓN NAVARRA. SE RECONOCIÓ DE ESTA MANERA SU DEBUT EN LA SELECCIÓN ESPAÑOLA EN LA MODALIDAD DE NATACIÓN CON ALETAS. CON LA SELECCIÓN PARTICIPARON EN LOS CAMPEONATOS MUNDIALES QUE SE CELEBRARON EL AÑO PASADO EN AGUASCALIENTES (MÉXICO).



**J**urdan y Javier no tienen aún claro a su edad ni qué van a estudiar en el futuro, ni qué caminos emprenderán en la vida, pero sí saben lo que quieren en el deporte que practican: dejar el pabellón tanto personal como de la Agrupación lo más alto posible. Su deporte les apasiona y para ellos es como una necesidad tan intensa que cuando no la practican la echan en falta.

"Es un deporte muy bonito aunque como los medios de comunicación no nos hacen mucho caso es un tanto desconocido para la gran mayoría y eso que ya tiene sesenta años de vida" manifestaba Javier Soto y añadía, "claro que he renunciado a cosas. Yo antes practicaba el fútbol y la natación tradicional y ahora no puedo hacerlo. Cuando salgo por las noches debo cuidarme pero todos los sacrificios compensan. Tenemos una gran ilusión y es algo tan bonito que desearíamos compartirlo con más gente que quisiera dedicarse a esto. Verían que es algo diferente"

Jurdan Eguren a sus 16 años vive por y para este deporte que el año pasado le permitió participar en los Campeonatos Mundiales que

tuvieron lugar del 23 al 30 de julio del pasado año y que le llevó en un vuelo interminable de Barcelona a México D. F. Y luego hasta Aguascalientes.

Eguren reconoce que "España no tiene un alto nivel con respecto a otros países en este deporte, pero de todas formas quedamos en una digna posición"

El próximo 14 de Julio, Jurdan tiene posibilidades de repetir la experiencia en los Campeonatos Europeos que en esta ocasión han de celebrarse en Polonia pero antes deberá conseguir su plaza en el campeonato de España que se disputará los próximos 29 y 30 de junio en Salamanca. "Tengo grandes esperanzas de alcanzarlo. Para ello tendría que renunciar a los Sanfermines pero bien merece la pena, ya que si quieres llegar a algo debes cuidarte y sacrificar cosas".

De lo que están seguros tanto Javier Soto como Jurdan Eguren es que "de este deporte que es de minorías, no es olímpico, ni está mimado por los medios de comunicación, no podemos vivir. Por esta razón nos lo tomamos como una afición pero muy, muy en serio".

**"EN ESTE DEPORTE HAY QUE RENUNCIAR A MUCHAS COSAS PERO MERECE LA PENA"**

**Jurdan Eguren**

**"AUNQUE LA NATACIÓN CON ALETAS TIENE UNA HISTORIA DE 60 AÑOS, SIGUE SIENDO UN DEPORTE MINORITARIO"**

**Javier Soto**



# Como DELFINES

CUANDO ESTÁN EN LA PISCINA O REALIZANDO ALGUNA TRAVESÍA POR EL MAR LOS COMPONENTES DE LA SECCIÓN DE NATACIÓN CON ALETAS SE ASEMEJAN A DELFINES O SIRENAS, GRACIAS A LA MONOALETA DE FIBRA DE VIDRIO QUE RECOGE SUS PIES. NOS REFERIMOS A UNA SECCIÓN QUE TIENE EN LA AGRUPACIÓN UNA TRAYECTORIA DE CASI DOS DÉCADAS Y QUE ATRAPA AL QUE VE NADAR ESTOS CHICOS, UN TOTAL DE 55, DE ENTRE 8 Y 22 AÑOS.

**B**ajo la supervisión de José Miguel Pernaute y Artzai Escarai el equipo continúa entrenando sin descanso y participando con éxito en las diversas competiciones. De los Campeonatos Cadete y Junior celebrados en Elche se trajeron la victoria por equipos además de 33 medallas y la elección por parte de la Selección Nacional Junior de dos de sus nadadores, Javier Soto y Jurdan Eguren para participar en los Campeonatos del Mundo Junior en Aguascalientes (México). En los Campeonatos Absolutos, celebrados en Orense, se consiguieron siete medallas y la selección de Pablo Castillo para los Campeonatos Europeos Absolutos celebrados en Hungría, en donde consiguió batir el record de España de 400 m. Superficie. A finales de marzo, los nadadores Pablo Castillo, Javier Sanz, Javier Soto, Jurdan Eguren, Ainara Irisarri e Isabel Soto, como miembros de la Selección Navarra Absoluta, consiguieron el primer puesto en el Campeonato de España por Autonomías, celebrado en Palma de Mallorca, en dura competencia con otras diez selecciones. En los Juegos Deportivos de Navarra, recién finalizados, la Agrupación ha



quedado Campeona por equipos además de conseguir las medallas de oro en Junior masculino (Jurdan Eguren) y femenino (Ainara Irisarri), Cadete masculino (Julen Segura) y femenino (Isabel Soto) e Infantil femenino (Maitane Ibar). Algunos de nuestros nadadores han cambiado, este último mes de junio, temporalmente la piscina por las tra-

vesías en el mar y los pantanos. Hace pocas fechas realizaron una travesía en Donosti que partiendo de la playa de Gros continuó por detrás de la isla de Santa Clara para recalar a la altura del Club Náutico. En total fueron 5 kilómetros y la experiencia resultó muy gratificante. El pasado 8 de junio realizaron otra de 6 kilómetros en el pantano Mediano de Huesca.

## TALLERES USUA, S.A.L.



- Carpintería Metálica
- Cerrajería y Forja
- Fabricación a medida y venta de remolques homologados para todo tipo de uso.



**Ctra. Hnos. Noain, 50 (Ctra. Artica) • Tfno. y Fax: 948 12 06 35 - 31014 ANSOAIN**



AGRUPACIÓN  
DEPORTIVA  
SAN JUAN



VERANO  
2003  
UDA

DONIBANE  
K I R O L  
E L K A R T E A



# ¡Y TENDREMOS PISCINA OLÍMPICA!

**La sección de la Agrupación que más en contacto está con el agua sigue entrenando a tope en busca de más títulos. Los cincuenta y dos nadadores así como toda la gente que compone la sección celebran la aprobación del proyecto para construir la piscina olímpica cubierta que desde hace tanto tiempo anhelaban.**

Son cincuenta y dos nadadores, de todas las edades, que con la ayuda de dos aletas los más pequeños y de una monoaleta los mayores entrenan duro para seguir cosechando triunfos. Los más pequeños entrenan dos días a la semana y los mayores todos los días de lunes a viernes, siendo los únicos de San Juan que compiten en el agua.

En estos momentos la sección se encuentra como todos los años en estas fechas inmersa en la preparación de los Campeonatos de España. Por un lado, el de categoría Infantil y cadete que esta temporada se celebra en Sevilla los días 5 y 6 de julio y al que acudirá con una representación de 16 nadadores ( cuatro por categoría y sexo), y por otro lado el Junior y Absoluto que se celebrará en Madrid los días 12 y 13 de julio y al que acudirán unos 12 nadadores de la agrupación. Sin olvidar el Campeonato Absoluto Vasco-navarro que se celebrará el 15 de Junio en Pamplona.

Acaban de terminar las competiciones de Juegos Deportivos de Navarra, el día 24 de mayo en la piscina de Guelbenzu, en las que los nadadores Julen Segura (cadete) y Jurdan Eguren (junior) se proclamaron campeones en sus respectivas categorías, sin olvidar las platas de Isabel Soto (junior) y Vanesa Tanco (infantil) y los bronces de Olaia Juaristi (junior) y Eider Sagastibeltza (cadete). En la Liga de Clubes, aún sin concluir, se opta a la medalla de bronce

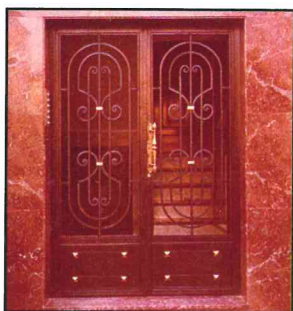
también. La Agrupación también ha participado o va a participar en otras competiciones como el Memorial Roberto Jáuregui infantil y cadete celebrado en Tolosa el 31 de mayo y en el que Julen Segura se proclamó campeón o las diversas travesías en lago o mar abierto que se celebran en nuestro entorno. Sin ir más lejos el domingo 1 de junio Isabel Soto Armañanzas se proclamó vencedora de la Travesía de las Tres Playas celebrada en Donostia y que consiste en nadar, en mar abierto, desde la playa de Zurriola (Gros) hasta el puerto del Club Náutico bordeando toda la playa de la Concha por detrás de la isla de Santa Clara. Este fin de semana (8 de junio) nuestros nadadores más veteranos tomarán parte en la travesía del Pantano Mediano en Ligüerre de Cinca (Huesca).

Por otra parte varios de nuestros deportistas (Pablo Castillo, Javier Soto, Xavier Sanz, Jurdan Eguren, Isabel Soto y María Larrayoz) fueron seleccionados por la Selección Navarra para competir en el Campeonato de España Absoluto de Natación con Aletas por Comunidades Autónomas celebrado en Elche los días 12 y 13 de abril y en el que los nadadores masculinos se proclamaron Campeones y las nadadoras consiguieron el tercer puesto.

Comentar, como no puede ser de otra manera, la enorme satisfacción que representa para esta sección la definitiva aprobación por parte de la Asamblea de Compromisarios a petición de la Junta Directiva de la Agrupación del conjunto de obras e instalaciones que tanta falta nos hacían y entre las que se encuentra la construcción de una piscina cubierta y con gradas de 50 m. de longitud, en la que esperamos que nuestros deportistas puedan entrenar a satisfacción y conseguir, si cabe, mejores resultados para cumplir todas nuestras expectativas.



## TALLERES USUA, S.A.L.



- Carpintería Metálica
- Cerrajería y Forja
- Fabricación a medida y venta de remolques homologados para todo tipo de uso.



**Ctra. Hnos. Noain, 50 (Ctra. Artica) • Tfno. y Fax: 948 12 06 35 - 31014 ANSOAIN**





AGRUPACIÓN  
DEPORTIVA  
SAN JUAN

DONIBANE  
K I R O L  
E L K A R T E A



VERANO  
2004  
UDR



## CONTINÚAN LOS ÉXITOS

**S**e siguen cosechando éxitos en la sección de la única sección de San Juan cuyo elemento es el agua. Un factor clave para la consecución de los mismos esta temporada ha sido la incorporación de un nuevo entrenador. Este es Pablo Castillo, de 24 años, licenciado en INEF, que siempre ha estado vinculado a San Juan como nadador. Su aportación se ha notado, sobre todo, en la adquisición de una mayor técnica en los nadadores, repercutiendo esto en una mejora en los resultados. Este salto cualitativo ha sido patente hasta el punto de ser comentado por técnicos de otros clubes en alguna de las competiciones, tal y como señalan desde la sección. Por supuesto, a esto hay que unir el trabajo y sacrificio de todos y cada uno de los cerca de 50 nadadores que se zambullen en la piscina de la agrupación dos días a la semana los más pequeños, tres los medianos y todos de lunes a viernes los mayores con su monoaleta (los más pequeños utili-

zan dos aletas), dos horas cada día.

De entre todos los nadadores cabe destacar quizás a Jurdan Eguren, que con apenas 18 años ha sido pre-seleccionado para la selección absoluta, con la que tiene posibilidades de acudir al campeonato del mundo a celebrarse en verano en Shangai. No sería además su primera experiencia con la selección absoluta ya que el año pasado, con 17 años, ya acudió al Campeonato de Europa que se celebró en Polonia en agosto. Otros dos nombres a destacar en este apartado son los de los junior Julen Segura e Isabel Soto, que tras una magnífica temporada han sido pre-seleccionados para la selección española y cuyo objetivo es el de entrar en el equipo que irá en verano a Hungría a participar en el Campeonato de Europa de la categoría.

Los tres tendrán una cita crucial el 17 y 18 de julio en Mallorca donde se celebrarán los Campeonatos de España, a los que la Agrupación acudirá con 17 nadadores y muchas opciones de volver con medallas y buenos puestos conseguidos. Aún mayor será la aportación de San Juan a los Campeonatos de España infantil y cadete que se celebrarán en Valencia el 3 y 4 de julio con la competición de cerca de 30 nadadores.

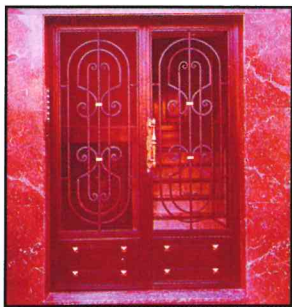
Se considerará objetivo cumplido si se logran repetir los éxi-

tos del año pasado. Los Campeonatos de España junior y absoluto en aquella ocasión se celebraron en Madrid entre el 12 y 13 de julio. Once fueron los nadadores que nos representaron. Destacaron de entre ellos los junior María Larráyoz y Jurdan Eguren. La primera logró el oro en los 100 metros escafandra (modalidad en la que se nada con la ayuda de una botella de oxígeno para respirar) y tres segundos puestos en 50 y 100 metros superficie (aquí se respira con la ayuda de un tubo que llega al exterior) y 50 metros apnea (donde no se nada a pulmón sin coger aire en todo el recorrido). Jurdan por su parte hizo dos primeros puestos, un segundo y un tercero.

En las categorías infantil y cadete también fueron muchos los éxitos de la pasada campaña. En los Campeonatos de España 2003 celebrados en Sevilla el 5 y 6 de julio acudieron 24 de nuestros nadadores, destacando de entre todos ellos Julen Segura que se hizo con 4 medallas, oro en 50 apnea y plata en 50 y 200 superficie y 100 escafandra. En lo que llevamos de 2004 cabe destacar la actuación de nuestros nadadores en los Juegos Deportivos de Navarra, que se han hecho con seis medallas de oro. En infantil femenino se alzó con la victoria Vanesa Tanco y Jon Mikeo en la misma categoría masculino. En cadetes también hubo oro tanto en chicos como chicas, por parte de David Sesma y Ainhoa Azketa. Mientras que Isabel Soto y Julen Segura han conseguido el oro en su categoría que es la junior. ■



## TALLERES USUA, S.A.L.

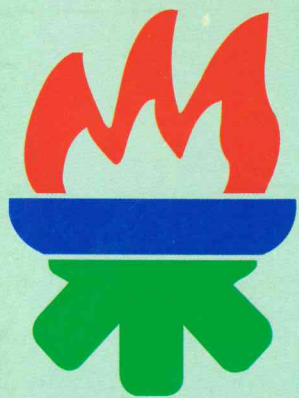


- Carpintería Metálica
- Cerrajería y Forja
- Fabricación a medida y venta de remolques homologados para todo tipo de uso.



Ctra. Hnos. Noain, 50 (Ctra. Artica) • Tfno. y Fax: 948 12 06 35 - 31014 ANSOAIN





AGRUPACIÓN  
DEPORTIVA  
SAN JUAN

DONIBANE  
KIROL  
ELKARTEA

VERANO 2005 UDA





## La BASE, una de las CLAVES del ÉXITO



Unos cincuenta nadadores y nadadoras se sumergen cada semana en las aguas de las piscinas de San Juan para entrenar bajo el mando de Pablo Castillo y Marina Azcona. En estas dos últimas temporadas, la técnica y la progresión personal han ido incrementándose y logrando consolidarse como un deporte importante dentro de la Agrupación.

Un nombre propio de esta sección es Isabel Soto Armañanzas, quien fue seleccionada por el combinado Nacional para participar en el Campeonato de Europa Junior que se celebró en Hungría. Y seis nadadores de San Juan acudieron a la llamada de la



Selección Navarra para disputar el XII Campeonato de España Absoluto de Natación con Aletas y Velocidad en Inmersión por Comunidades Autónomas

celebrado en Arona (Tenerife). Miguel Alzueta, Javier Soto, Pablo Castillo, Javier Sanz, Isabel Soto y María Larráyoiz consiguieron para Navarra el primer puesto, tanto en categoría masculina como en femenina, imponiéndose a las selecciones catalana, valenciana y balear entre otras.

Una de las citas importantes que todavía le queda

por afrontar a esta sección es el Campeonato de España. En función de la categoría, los nadadores deberán acudir bien a Ferrol los días dos y tres de julio, infantiles y cadetes, bien a Barcelona los días dieciséis y diecisiete de julio en el caso de los juniors.

Y para llegar a todo esto es necesario trabajar con el deporte base. Por eso, este año la sección quiere destacar el papel que sus nadadores han desempeñado en los Juegos Deportivos de Navarra. La benjamín Paula Delgado quedó subcampeona en su categoría. En alevín masculino, los dos primeros clasificados fueron de la Agrupación, Iñaki Iturbide y Asier Tornos. En la categoría infantil, San Juan ocupó un puesto en el podium tanto en masculino como en femenino. Adriana Redín consiguió el bronce y Jon Miqueo el oro. En cadete se repitieron los metales. La nadadora Vaneza Tanco se hizo con el bronce mientras que Mikel Azqueta se alzó con el oro. En junior la alegría fue triple. Maitane Ibar dominó con claridad y logró el oro con una diferencia considerable en la clasificación respecto a sus perseguidoras. Y en masculino, Julen Segura e Iker Fernández obtuvieron el oro y la plata respectivamente demostrando el dominio de San Juan en esta categoría. Con estos resultados el futuro de la sección queda garantizado. ■



## TALLERES USUA, S.A.L.



- Carpintería Metálica
- Cerrajería y Forja

- Fabricación a medida y venta de remolques homologados para todo tipo de uso.



Ctra. Hnos. Noain, 50 (Ctra. Artica) • Tfno. y Fax: 948 12 06 35 - 31014 ANSOAIN





# VERANOUDA 2006

Revista de la Agrupación Deportiva San Juan Aldizkariako Donibane Kirol Elkartea





# Rompiendo registros

La cantera tira con fuerza en esta sección ya que en esta temporada se han inscrito en la escuela bastantes niños, lo que ha permitido que, pese a las bajas de varios adultos, el número de integrantes haya aumentado. Hay en total 57 nadadores, de ellos 36 pequeños que se inician desde los once años, aunque se pueden apuntar desde los ocho, entrenados por un grupo de nadadores en activo y ex nadadores.

“En la cantera hay bastante gente, muchos alevines. En verano haremos una exhibición en la que se realizarán cuatro pruebas cortas, relevos para que la gente lo vea en la piscina y que los críos se apunten a natación con aletas. Ahora estamos empezando a explotar un poquito. Es poco conocido este deporte, la verdad que en el extranjero tiene más tirón”, indica el responsable de la sección, José Galán.

El año pasado acudieron al Campeonato de España, donde los resultados más destacados los consiguieron Jon Miquea (1º en 25 metros apnea, 2º en 50 superficie y 3º en 100 metros superficie), Vanesa Tanco y Ohiane Larriaga, que estuvieron entre las cinco primeras en las clasificaciones.

La sección también participó en el Open Internacional de Ordicia, donde los nadadores que acudieron suelen estar en las finales de los campeonatos del mundo. “Dejamos el pabellón alto. Es el Open que más nivel tiene, incluso más que el Campeonato de España. Suelen venir italianos que andan muy bien, australia-



nos, rusos... Vienen a título personal pero tienen mucho nivel”, explica Galán. Pero fue en el Campeonato de España Autonómico celebrado en Salamanca donde mejores resultados se consiguieron. En todas las categorías, los seis nadadores de la sección que acudieron, bajaron sus tiempos personales. Un gran logro que les llevó a proclamarse Campeones de España por delante de su máximo rival, Cataluña. “Si siguen este ritmo no sabemos donde van a llegar”, comentan desde la sección. Uno de los motivos de que durante la temporada hayan ido bajando sus tiempos progresivamente se debe a las aletas. “Han cambiado mucho, de dos o tres años atrás hasta

ahora ha habido un cambio de material. Antes era como ir a correr con chancletas y ahora con zapatillas de correr. Al final se nota la diferencia, pero también hay que entrenar para poder moverlas porque pesan, son más duras”. Y lógicamente la técnica no es la misma, por lo que hubo que cambiar entrenamientos y fortalecer las piernas: “Tienes que adecuarte, la técnica no es igual, pero cuando la coges, vuelas. Ahora

nos hemos igualado en condiciones al resto de equipos a nivel nacional, por eso esperamos traer alguna medalla en los próximos campeonatos”, aseguran desde la sección.

De esta forma, se esperan buenos resultados en las categorías de alevín, benjamín e infantil que competirán en Sant Feliu de Guixols y en el resto de categorías, que acudirán a Sevilla a los Juegos Mundiales que se organizan en la capital hispalense y en los que por primer año entran en competición los cadetes. José Galán tiene puestas muchas esperanzas en este torneo, “más que por equipos, por registros personales. Pretendemos hacer algo importante”.

## TALLERES USUA, S.A.L.



- Carpintería Metálica
- Cerrajería y Forja

- Fabricación a medida y venta de remolques homologados para todo tipo de uso.





# VERANO 2007 UDA



Revista de la Agrupación Deportiva San Juan • Aldizkariako Donibane Kirol Elkartea





# Sirenas y delfines

**H**acia las ocho menos cuarto de un lunes, día en que se reúnen los miembros de la sección Natación con Aletas, apareció Jon Miqueo de la categoría cadete, contando sin darle importancia apenas que el domingo anterior se había quedado en primera posición en el campeonato de las tres playas –Ondarreta, la Concha y Gros–, que se celebró el domingo 27 en aguas donostiarra. Mostró a los allí presentes, el trofeo con el que fue acreditado: un bonito bronce representando dos delfines. Esta joven es miembro de la fundación Miguel Indurain en el apartado de Jóvenes Talentos.

Por otra parte estaba presente en la reunión Uxue Tornos que nos enseñaba orgullosa como es la monoaleta con la que se compite, de fibra de vidrio, cómo los impulsos vienen en esta disciplina a través de las piernas y abdominales reservándose la parte superior del cuerpo, yendo juntos los brazos por encima de la cabeza. Esta disciplina, muy plástica, da una imagen de sirenas en las chicas y cierto aire de delfines en los chicos.

Ganas de entrenar y competir, saber nadar bien y tener constancia son los pilares básicos, que según Uxue Tornos Son necesarios en esta disciplina. Y añadía, “entrenamos cinco días a la semana durante tres horas, pero, en época de exámenes, o porque tengamos otras actividades, en ocasiones, se reducen a tres”.

El cambio de material, sustituir las aletas de siempre por las monoaletas, cuestión que se produjo hace tres años, ha hecho cambiar las cosas: “hay que entrenar mucho para poder moverlas ya que pesan lo suyo. Y la técnica no es la misma, pero cuando la dominas, no nadas, es que vuelas. Antes era como ir en chancletas y ahora como si calzásemos las mejores deportivas”.



A la hora de hablar de competiciones, el delegado José Galán manifestaba como lo han hecho en los juegos Deportivos de Navarra, La Liga de Clubes: Amaya, Tafalla, Sangüesa, Ordizia, Tolosa y Zarauz. Esta liga se celebra de de noviembre a junio y sirve fundamentalmente para hacer tiempo, “picarse” entre los clubes y generar amistades.

No solo en la piscina se celebran las competiciones también se llevan a cabo en lo que se denomina “aguas libres” por ello pertenecen a la Federación de Actividades Subacuáticas. Además en el apartado de piscinas realiza dos tipos de pruebas debajo del agua: apnea, que son cinco minutos sin respirar y la de escafandra con botellas de aire con pruebas de inmersión que van de 100, 400 y 800 metros.

En aguas libres van al Campeonato de España que se celebra en Mallorca, el campeonato de las tres playas –Gros, Ondarreta, y la Contxa– Zarauz y Guetaria, al pantano Mediano de Huesca. Otro miembro de la sección de natación con aletas, Pello Eguren

nos comentaba como este deporte desarrolla la potencia y al tratarse de un deporte individual la resistencia psicológica y luego un gran desarrollo de la musculatura lumbares y abdominales.

En esta sección se está en renovación del equipo. La cantera tira con fuerza y en la pasada y actual temporadas se han inscrito bastantes niños y en la actualidad hay un total de 57 nadadores, de ellos 36 son pequeños que reinician desde los once años, aunque pueden apuntarse desde los ocho, y están entrenados por las personas aludidas que son nadadores en activo y, en ocasiones, ex nadadores.

El próximo mes, el 30 de junio y el 1 de julio, cadetes y juniors competirán en Valladolid, mientras que los juniors y seniors lo harán en Alicante el 14 y 15 de julio. Xabi Sanz, Garikoitz Goikoetxea e Isabel Soto son las personas que entrenan a la Sección de Natación con Aletas y todos ellos están muy satisfechos de “su gente” a la que ven en franca progresión ya que la cantera tira con fuerza porque siguen inscribiéndose niños. ●

## TALLERES USUA, S.A.L.



- Carpintería Metálica
- Cerrajería y Forja

- Fabricación a medida y venta de remolques homologados para todo tipo de uso.



**Ctra. Hnos. Noain, 50 (Ctra. Artica) • Tfno. y Fax: 948 12 06 35 - 31014 ANSOAIN**



# VERANO 2008 UDA



Revista de la Agrupación Deportiva San Juan • Donibane Kirol Elkarteko Aldizkaria







## Deportistas en la élite

**E**n la élite del deporte navarro puede considerarse a los representantes de la sección de natación con aletas de la Agrupación Deportiva San Juan que, unas veces en piscinas, otras en aguas abiertas, practican un deporte tan bonito como sacrificado. Y es que, a excepción de julio y agosto salvo si hay competiciones, los integrantes de la sección no saben lo que es un día de la semana libre de entrenamientos.

José Galán, delegado de la sección junto a Pello Eguren, cuyos hijos forman parte de la misma y Garikoitz Goicoechea que milita en ella, fueron desgranando lo que ha sido el año 2007 y las competiciones que han realizado y aún les quedan pendientes en 2008.

Durante el año 2007 la sección de natación con aletas ha contado con 62 licencias entre nadadores, técnicos y directivos, y ha participado en 23 competiciones que van desde nivel autonómico al internacional pasando por territorial y nacional.

Tres nadadores comenzaron a preparar pruebas en aguas libres de larga distancia para acudir al Campeonato de España de Gran fondo en Calviá (Mallorca), obteniendo dos de ellos un cuarto puesto en sus respectivas categorías.

En el Campeonato de España por Autonomías celebrado en Sabadell, Navarra obtuvo la cuarta plaza, y la Agrupación contó con seis seleccionados.

Hace casi un año, en junio, se celebró en Valladolid el Campeonato infantil y Cadete y San Juan logró

el tercer puesto. Se obtuvieron 4 medallas de oro, 2 de plata y 4 de bronce. Cabe destacar la actuación de Jon Miqueo, Oihane Larión y Aritz Equisoain

Era julio cuando 14 representantes de las categorías Junior y Senior acudieron a Alicante para disputar el Campeonato de España. Y se trajeron dos medallas de Bronce.

En este apartado habría que destacar al equipo de relevos senior masculino así como a Jon Miqueo quien siendo cadete logró un tercer puesto en 800 metros superficie.

A nivel internacional participaron en el Open internacional celebrado en San Sebastián y en la Copa del Mundo CMAS celebrada en Rabean (Italia).

A final de año se creó un Campeonato de España donde participaron los 12 mejores nadadores de cada prueba en las categorías de Senior y Presenior y fue cuando dos nadadores de la sección obtuvieron diploma por encontrarse entre los ochos primeros: Jon Miqueo y Xavier Sanz.

Jon Miqueo, al decir de nuestros interlocutores, es ya una figura dentro de la natación



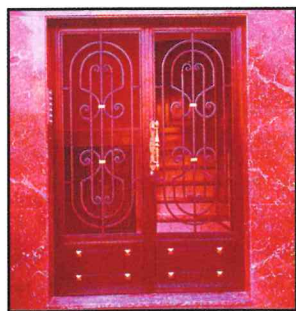
con aletas y ha estado recientemente en Italia con la Selección Española. En el capítulo de incorporaciones cabe destacar la de Cristina Salas y Aritz Urdaniz que, de alguna forma han venido a cubrir la baja de Leyre Garde.

Aún les queda tarea por hacer a los representantes de la sección de Natación con Aletas. Hacia el 6 de julio participarán en la final de los Juegos Deportivos de Navarra, El V Memorial Roberto Jiménez será otra de las pruebas donde acudir, y ¡por fin! la Travesía Internacional de la Tres Playas que tendrá lugar en Donosti. El 21 de junio se celebrará el Campeonato Vasco Navarro, Trofeo Reyno de Navarra, que se desarrollará también en San Sebastián ya que en Navarra no existe una piscina que reúna las condiciones adecuadas al evento. Tras los campeonatos de España de Alevines e

Infantiles que tendrán lugar el 28 y 29 de junio, se cerrará la temporada con los Campeonatos de España Senior que tienen como sede este año, Barcelona. ●



## TALLERES USUA, S.A.L.



- Carpintería Metálica
- Cerrajería y Forja
- Fabricación a medida y venta de remolques homologados para todo tipo de uso.



**Ctra. Hnos. Noain, 50 (Ctra. Artica) • Tfno. y Fax: 948 12 06 35 - 31014 ANSOAIN**



# VERANO 2009 UDA



Revista de la Agrupación Deportiva San Juan • Donibane Kirol Elkarteko Aldizkaria



# La nueva agrupación







## La piscina se inaugura con el XI Campeonato de España

El 27 de junio es una fecha marcada tanto por la Agrupación Deportiva San Juan como por la sección de natación con aletas. Se inaugura la piscina cubierta de 25 metros y 6 calles con la celebración del XI Campeonato de España Infantil y Cadete de Natación con Aletas y Velocidad en Inmersión. Un torneo de gran calidad en donde se darán cita más de 200 chavales, lo que conlleva un gran esfuerzo de organización, por lo que la sección, además de agradecer el apoyo del Presidente de la Agrupación al Campeonato, solicita la colaboración de padres y nadadores.

Pero hay otras fechas de interés para los nadadores como el Campeonato de España de Gran Fondo en Getxo, el Campeonato de Las 3 Playas en San Sebastián y el Campeonato de España junior y absoluto en Salamanca, todo en junio y julio. Sin olvidar los próximos Campeonatos de Europa donde participará nuestro nadador Jon Miqueo, que ya ha conseguido la marca mínima para acudir.

Lo más interesante es que los resultados avalan a nuestros nadadores, que han completado un gran año a la espera de estos torneos que se avecinan. En junio del año pasado, en el Campeonato de España de Gran Fondo celebrado

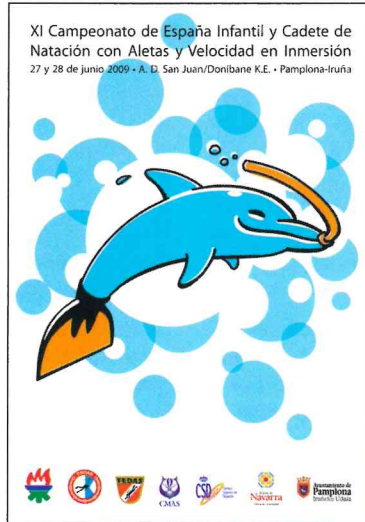
en la playa de Calviá (Balears) participaron 9 nadadores de Navarra, 6 de ellos de la Agrupación. Jon Miqueo consiguió la medalla de oro en 3000 m. juniors, y Navarra quedó en segundo lugar. En el Campeonato de España infantil y Cadete disputado en Valencia hace un año participaron 9 federaciones autonómicas y 15 clubes. San Juan aportó 19 nadadores y quedó en tercer lugar de la clasificación por clubes tras conseguir 3 medallas de oro, 6 de plata y 4 de bronce. Y al Campeonato de España Junior y Senior celebrado en Barcelona acudieron 17 nadadores, logrando el tercer puesto en clubes después de 4oros, 2 platas y 5 bronce.

Una de las citas importantes durante el año

fue el II Control Federativo celebrado en diciembre en Tolosa, donde se batieron 18 récords. Una competición creada como una toma de contacto de los nadadores con la alta competición a principios de temporada y como control de su estado. Acudieron los mejores nadadores del ranking 2007-2008, entre ellos varios de la A.D. San Juan que consiguieron muy buenos resultados, como Uxue Tornos, Maite Lorente, Ohiane Larrión, Aritz Equisoain o Xabier Sanz, entre otros. Y durante el año 2009, hasta el mes de mayo, se han celebrado los Campeonatos de los Juegos Deportivos de Navarra, donde nuestros nadadores lograron situarse en las primeras posiciones, así como en el Campeonato de España por Autonomías de Natación con Aletas y Velocidad en Inmersión celebrado en Elche, en abril, donde Navarra terminó en segundo lugar.

En el plano institucional, la A.D. San Juan es miembro de la Asamblea de la Federación Española de Natación con Aletas. Un puesto conseguido desde el año pasado por votación, que implica más información y más presencia de nuestra sección a nivel nacional.

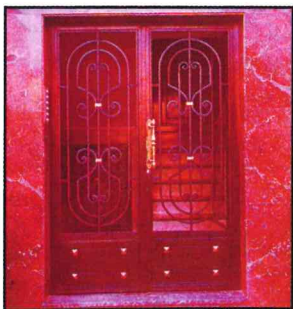
Además, la sección quiere potenciar que sean los propios nadadores o ex nadadores del club los que sean los monitores de los equipos. De esta forma, conocen la filosofía del club y el ambiente es muy bueno. Por otra parte, la sección, que cuenta con unos 60 nadadores, ya prepara el 25 aniversario para la temporada que viene. ●



XI Campeonato de España Infantil y Cadete de Natación con Aletas y Velocidad en Inmersión  
27 y 28 de junio 2009 - A. D. San Juan/Donibane K.E. - Pamplona-Iruña



## TALLERES USUA, S.A.L.



- Carpintería Metálica
- Cerrajería y Forja

- Fabricación a medida y venta de remolques homologados para todo tipo de uso.



Ctra. Hnos. Noain, 50 (Ctra. Artica) • Tfno. y Fax: 948 12 06 35 - 31014 ANSOAIN



# VERANO 2010 UDA



Revista de la Agrupación Deportiva San Juan • Donibane Kirol Elkarteko Aldizkaria



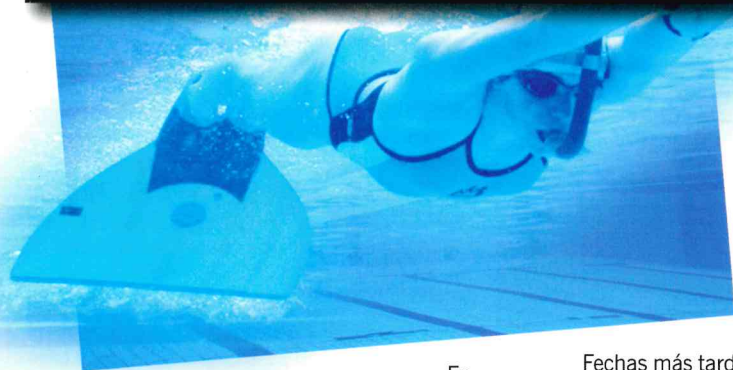
# Seguimos creciendo







## Un buen ambiente y muchas medallas



En junio del año pasado se inauguró la nueva piscina cubierta y allí estuvo, como gran protagonista, la sección de Natación con Aletas de la Agrupación Deportiva San Juan, que celebró el XI campeonato de España Infantil y Cadete de esta disciplina. Se trató de un evento de gran calidad, que contó con la presencia de más de doscientas personas y, que transcurrió sin problemas y con gran perfección.

De allí, salió el record de España, y se consiguieron platas, bronces, y oros, tanto en categorías masculinas como femeninas. Quedaron inscritos en el palmarés: Amaia Sanz, Edurne Iñigo, Uxue Chasco, Iñaki Iturbide, Mikel Iralde, Alejandro Rivas. Y Asier Torno. En 800 metros de

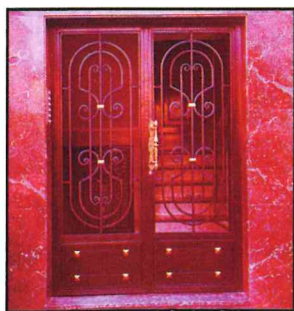
Fechas más tarde, tuvo lugar el Campeonato de España Junior y Absoluto en Salamanca, durante los meses de junio y julio. Los resultados avalaron a los representantes de San Juan que obtuvieron oros, platas y bronces en modalidades de 400 metros con escafandra, y ochocientos en la misma modalidad en la persona de Uxue Tornos, o Aritz Equisoain en 800 sin escafandra y una plata en los 100 metros, o John Miqueo, que obtuvo dos oros y una plata en 200 superficie, 400 con escafandra, y 400 en superficie. Toda una estrella en esta disciplina. Y se siguieron consiguiendo platas, oros y bronces en relevos, en superficie y con escafandra, para sumar un total de quince medallas, quedando San Juan tercero entre 12 clubes participantes.

superficie, e la plata fue para Iñaki Iturbide, que, a su vez, consiguió el bronce en 400 y 200 metros superficie. La Agrupación Deportiva San Juan, quedó la cuarta clasificada, en un cómputo de 17 participantes.

No hay duda, de que los sesenta participantes que se dedican a la natación con aletas y que entrenan todos los días varias horas, tienen que dejar de lado otras aficiones y, lo que no es nada fácil, compatibilizar el deporte con los estudios. Un gran porcentaje de ellos llega a la Universidad. Naturalmente esto implica el abandono del deporte de competición, por los estudios. También destacó esta sección en el Campeonato de España de Gran Fondo de Getxo donde Navarra consiguió ocho medallas, con dieciséis nadadores de la ADSJ frente a los veinte participantes. De cualquier forma, el "crack" es Jon Miqueo que acudió junto a la Selección Española Senior al Campeonato de Belgrado batiendo el récord de España con 800 metros superficie.

Peio Eguren y Carmen Azcona, nuestros interlocutores, son unos enamorados de la natación con aletas y su entorno, a la par que por experiencia personal, son padres de hijos que han participado, o aún lo hacen, de este deporte, quienes manifestaban: "La filosofía de la sección es la de implicar a los mayores de la misma para que, se hagan cargo de ser monitores de los de más abajo, o árbitros, o... Hubo un entrenador, profesor de educación física (INEF), pero preferimos que sea la propia gente la que enseñe a su gente".

# TALLERES USUA, S.A.L.



- Carpintería Metálica
- Cerrajería y Forja
- Fabricación a medida y venta de remolques homologados para todo tipo de uso.



**Ctra. Hnos. Noain, 50 (Ctra. Artica) • Tfno. y Fax: 948 12 06 35 - 31014 ANSOAIN**



# VERANO 2011 UDA



Revista de la Agrupación Deportiva San Juan • Donibane Kirol Elkarteko Aldizkaria



**puesta a punto  
para el verano**







## Batiendo tiempos

**H**a sido un año muy bueno para la sección ya que todos han bajado sus tiempos personales y se han clasificado con autoridad para los diferentes campeonatos al bajar el tiempo mínimo exigido. "La gente ha bajado tiempos y ahora que hemos tenido el Campeonato Autonómico, hay mucha gente joven, que no lo había conseguido hasta ahora, que ha cogido mínimas y ha entrado por tiempo en la Selección Navarra", señalan desde la sección. Precisamente, este Campeonato Autonómico se celebró en la Ciudad Deportiva Amaya y la Selección Navarra consiguió el segundo puesto con un número muy alto de componentes de San Juan. En total fueron 11 nadadores, más del 50% de la Selección, que consiguieron un total de 17 medallas. 5 de bronce, 11 de plata y 1 de oro.

Otro torneo importante que se ha participado es el Campeonato de España Absoluto por Clubes celebrado en Torre vieja, en el que nuevamente, San Juan consiguió una buena can-

tidad de medallas, 6 platas (Oihane Larión en 50 y 100 superficie; Jon Miqueo en 400 y 200 superficie; Aritz Urdaniz en 200 y 50 bialeas) y 8 bronce (Uxue Tornos en 100, 400 y 800 escafandra; Jon Miqueo en 100 y 1500 superficie; Ohiane Larión en 400 escafandra; Iñaki Iturbide en 1500 superficie; Aritz Urdániz en 100 bialeas). Y en el Campeonato de España Infantil y Cadete se disputó en Barcelona se consiguieron 2 oros en 4x50 m. y 4x100 m. en femenino cadete. Además, lograron batir el récord de España

También los más pequeños participaron en los Juegos Deportivos de Navarra, cuya final se desarrolló en la Agrupación Deportiva San Juan. Hubo dos podiums completos formados por nadadores del club en las categorías de cadete masculino y femenino. Incluso los nadadores más pequeños, que este es su primer año, han conseguido sacar medalla.

Otro torneo que se participa es el de la Liga Nacional de Clubes, entre clubes navarros y guipuzcoanos, durante 8 jornadas. Los nadadores de San Juan coparon también numerosos puestos de podium.

Una nota a destacar es que dos componentes de la sección, Oihane Larión e Iñaki Iturbide, están entre los jóvenes talentos de la Fundación Miguel Induráin. Y el año pasado, Ion Miqueo estuvo becado por la Fundación al estar en la Selección Española.

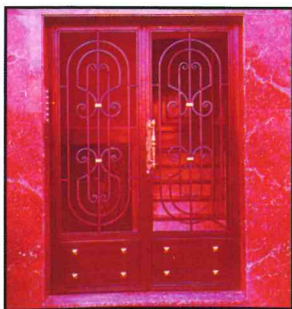
La sección la componen 70 nadadores desde los 8 años hasta los 25, cubriendo todas las categorías. Los entrenamientos se dividen en tres grupos: El de martes y jueves para los más pequeños, que se les intenta enseñar la técnica, "que disfruten con el deporte, que vayan nadando metros, que se vayan haciendo poco a poco. Que haya piña en el

equipo y nada de mirar tiempos", indican en la sección. Tres días entrena el grupo intermedio y por último, los mayores que entrenan de lunes a viernes.



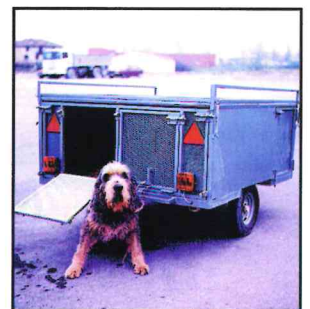
en 4x50 m, que ellas mismas ostentaban. Las relevistas campeonas fueron Uxue Chasco, María Recari, Edurne Iñigo y Amaia Lanz. Además, se sumaron otras 3 medallas de plata y 5 de bronce.

## TALLERES USUA, S.A.L.



- Carpintería Metálica
- Cerrajería y Forja

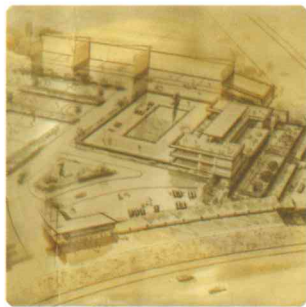
- Fabricación a medida y venta de remolques homologados para todo tipo de uso.



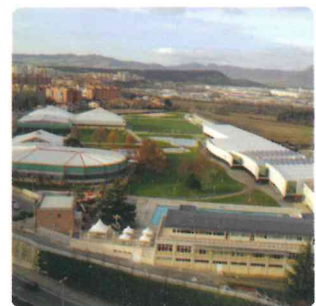
**Ctra. Hnos. Noain, 50 (Ctra. Artica) • Tfno. y Fax: 948 12 06 35 - 31014 ANSOAIN**



ANIVERSARIO AGRUPACIÓN DEPORTIVA SAN JUAN



6212  
ADSJDKE



ONIBANE KIROL ELKARTEA 50 URTEURENA





*Equipo de la sección que compitió en el campeonato nacional disputado en Ourense en 1999.*

# NATACIÓN CON ALETAS

EN EL CLUB DESDE

**1983**

PRACTICANTES EN LA ACTUALIDAD

**82**

**E**s la Fórmula 1 de la piscina (la velocidad de la natación con aletas supera entre un 50 y un 60% la que desarrolla un nadador convencional). César Cielo, plusmarquista mundial de los 50 metros (la prueba más veloz de la natación 'tradicional') desarrolló unos 7,2 kilómetros por hora en el agua para detener en crono en 20 segundos y 91 centésimas; en la natación con aletas se alcanzan los 15 kilómetros por hora. Sus estudiosos tienen una curiosa teoría para ubicar su nacimiento: desde que existen peces en el mar. Si el hombre siempre ha buscado la mejor forma de adaptarse al medio en el que se desenvuelve (tierra y aire), el agua no podía ser menos. Las aletas o la monoaleta han llevado espectáculo a las piscinas... y con especial énfasis en Navarra a las aguas de la Agrupación Deportiva San Juan.

Desde su implantación definitiva a mediados de los años 80, la escuela de la Agrupación ha asentado los cimientos de una sección fuerte y muy competitiva, hasta el punto de tener plusmarquistas, campeones nacionales, referentes incluso a nivel continental. Durante casi tres décadas, la natación con aletas ha sido una de las actividades más representativas del club. Técnicos como Carmela de la Llave, Cristina Bonacasa, José Miguel Pernaute, Artzai Eskarai,

La primera referencia histórica en los archivos del club a la natación data del 29 y el 30 de agosto de 1969, fechas en las que la Agrupación acogió los Campeonatos Navarros para menores. El delegado de natación en su momento

**LA NATACIÓN, UN VALOR  
SEGURO DESDE 1969**

era Antonio Lerchundi Arrarás, "un socio de probado interés por la Agrupación y con deseos de trabajar", se decía en un acta de marzo de 1969, cuando se hizo cargo altruistamente de la sección.





A la izquierda, una de las primeras formaciones de la sección posando junto a la piscina del club; bajo estas líneas, Jurdan Eguren y Javier Soto, homenajeados por el club en 2001; abajo, equipo de la temporada 2001-2002.



## Casi desde su nacimiento, la sección obtuvo grandes resultados nacionales

Pablo Castillo, Xabier Sanz, Isabel Soto, Garikoitz Goikoetxea o Aritz Urdaniz han aportado su trabajo para que este deporte no sólo siga manteniendo un alto nivel competitivo en campeonatos nacionales e internacionales, sino que además logre arraigar entre los más jóvenes. Desde 1990, los equipos de la ADSJ han obtenido grandes resultados, y algunos se convirtieron (y siguen convirtiéndose) en fijos en las selecciones nacionales, representando al club en los campeonatos internacionales de mayor calado.

Nadadores como Unai Mezkiriz, Juan Bautista Elizalde, Maite Arzoz, Aitziber Juaniz, Pablo Castillo, Amaia Arza, Javier Soto, Itziar Arza, Roberto Martínez, Sergio Lizaur, Jurdan Eguren, Isabel Soto, Xabier Sanz o Jon Mikeo han marcado y marcan la pauta. Sanz, por ejemplo, es un referente nacional en los 400 metros inmersión, pero incluso ha conseguido ser el plusmarquista español en los 800 metros superficie. Y el futuro está garantizado con deportistas como Mikeo, que en los últimos rankings oficiales de la FEDAS (Federación Española de Actividades Subacuáticas), los de superficie del pasado 2011, figura cuarto de España en 100 metros, segundo en los 200, primero en 400 y 800 y tercero en los 1.500. En categoría femenina, Uxue Tornos está en el 'top ten' nacional en casi todas las pruebas. Y muchos otros nombres de nadadores que un buen día dieron el paso de colocarse unas aletas en los pies y 'jugar' a ser peces en la Agrupación.



Recientemente, uno de los referentes de la natación con aletas en la Agrupación, Xabier Sanz (deportista y técnico de la escuela), fue entrevistado por Diario de Navarra en la sección 'Generación N'. En una entrevista

### 'PULIENDO' A PHELPS

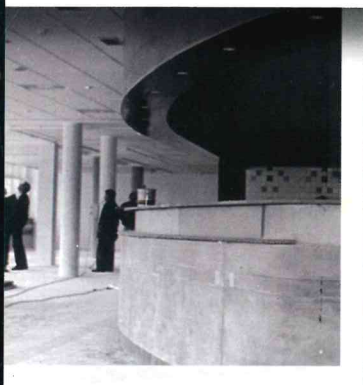
distendida, Sanz reconocía que era un deporte muy exigente y sacrificado, pero fantástico al mismo tiempo... Y aseguraba sin tapujos que "a Michael Phelps le puliría seguro... con escafandra y monoaleta, claro".



# VERANO 2012 UDA



Revista de la Agrupación Deportiva San Juan • Donibane Kirol Elkarteko Aldizkaria



# 50 años contigo



## Como peces en el agua



### Arrainak uretan bailitzan

Los representantes de la A.D. San Juan en la Liga Nacional de Clubes de natación con aletas están firmando este año un buen papel. Prueba de ello es que en la puntuación mixta de las seis primeras jornadas sumada a la de los campeonatos vasco-navarros encontramos a dos de nuestros nadadores en segundo (Irantzu Equisoain Azcona) y tercer puesto (Oscar Asurmendi Guembe).

Importante papel a nivel nacional ha tenido el nadador de la A.D. San Juan Jon Miqueo, que ha participado con la selección absoluta nacional de natación con aletas en el mundial celebrado en Hungría. Concretamente formó parte del equipo de relevos que realizó el record nacional del 4x100.

Nuestros nadadores han estado este año presentes en el Campeonato de España Infantil y Cadete, con 18 representantes que dejaron a la Agrupación en noveno lugar. Cabe destacar los resultados de Miren Murgiondo y Meritxell Ansotegui. Y en el Campeonato de España Junior y Sénior, San Juan logró el cuarto puesto con 3 medallas de oro, 8 de plata y 8 de bronce. Cabe destacar, al equipo de relevo junior femenino, al equipo de relevo sénior masculino, y a Jon Miqueo, Aritz Urdaniz, Uxue Chasco e Iñaki Iturbide por las medallas conseguidas.

No quedan ahí los méritos porque este año además 8 de nuestros nadadores han logrado entrar en el control federativo al que sólo tienen acceso los ocho mejores nadadores por prueba a nivel nacional. Cuatro nadadores lograron diploma en las categorías pre-sénior y sénior.

Los nadadores de la Agrupación también han participado este año en los Juegos deportivos de Navarra, o el Open internacional de Ordizia, donde Jon Miqueo se hizo con una meritoria 13ª posición midiéndose ante campeones del mundo.

La sección de natación con aletas tiene este año 73 federados, con los que trabajan los entrenadores Aritz Urdaniz, Garikoitz Goikoetxea, José Miguel Pernaute y Xabier Sanz



## Nueva sección, nuevas ilusiones Sail berria, amets berriak



La sección de pádel inició su andadura el 2 de enero de 2012. Gestiona la participación de los equipos de la Agrupación en las competiciones por clubes que organiza la Federación Navarra de Pádel. En la más importante de ellas, la Copa Reyno, compiten cuatro equipos (2 masculinos y otros 2 femeninos) que están formados por 60 socios aproximadamente. Reseñar que el

equipo A femenino compite en 1ª categoría con resul-

tados notables hasta la fecha. Así mismo numerosos socios de forma individual compiten en los torneos que componen el circuito navarro absoluto, destacando la presencia de varias socias que compiten también en 1ª categoría.

El ranking, en el que compiten 95 parejas, lo gestiona URDI, al igual que la escuela de pádel. La cuota es de 15 € y a la finalización del ranking, los participantes son invitados a un lunch de despedida y participarán en diferentes sorteos de material deportivo.

Además, se ofertan clases de pádel desde las 9.00 hasta las 22.00 horas. Cada inscrito puede indicar su horario de preferencia y su nivel (iniciación, medio o avanzado) y la sección le llamará para confirmar el grupo correspondiente.



### LOS CURSILLOS SE OFERTAN DE OCTUBRE A MAYO

Adultos 2 días a la semana (mínimo / máximo 4 personas): 60 € / mes

Adultos 1 día a la semana (mínimo / máximo 4 personas): 36 € / mes

Infantil 2 días a la semana (mínimo 4 personas / máximo 5 personas): 45 € / mes

Infantil 1 día a la semana (mínimo 4 personas / máximo 5 personas): 26 € / mes

Como objetivo más próximo, a la sección le gustaría ver cubiertas las pistas que actualmente se encuentran al aire libre ya que la alta demanda existente para practicar este deporte es un hecho.

### PADEL DAY 1 de septiembre, de 10 a 20 horas

- Torneo Americano
- Clinic iniciación y avanzado
- Partido exhibición de los profesores de la agrupación
- Espacios de juegos y pruebas infantiles relacionados con el pádel
- Sorteos material deportivo y entrega de merchandising

*¡¡¡ Atento/a a las fechas de inscripción en Agosto !!!*

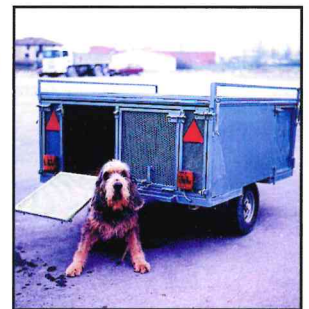
*¡¡¡ Si te gusta el Pádel no puedes faltar!!!*

# TALLERES USUA, S.A.L.



- Carpintería Metálica
- Cerrajería y Forja

- Fabricación a medida y venta de remolques homologados para todo tipo de uso.



Ctra. Hnos. Noain, 50 (Ctra. Artica) • Tfno. y Fax: 948 12 06 35 - 31014 ANSOAIN



# VERANO 2013 UDA



Revista de la Agrupación Deportiva San Juan • Donibane Kirol Elkarteko Aldizkaria



# Contamos Contigo





## PONERSE EN FORMA Y COMPETIR



Tiene la Sección de Musculación de AGDSJ una especie de gurú, Dionisio Muñoz, que desde hace años guía a 145 personas para ponerse en forma, curar lesiones, y un etcétera de ejercicios que van desde la musculación más sencilla a la competición. Dionisio va de aquí para allá, ya corrigiendo posturas, ya dando indicaciones, controlando, durante tres días a la semana en sesiones de hora y media. Hay ejercicios de mantenimiento como las piernas, brazos, pecho abdominales y... Las mujeres trabajan más las piernas a base de "sentadillas".

Al lado de las 145 personas que son auspiciadas por Dionisio, hay otras tantas que van por libre, y otros treinta chavales que entrenan a un nivel superior. Y mientras los días van pasando existen personas que se preparan para el próximo campeonato de esta disciplina que ha de tener su culminación en el campeonato navarro y que tendrá lugar el 28 de junio. Al mismo se presentan todos los clubes de la Comunidad. Las categorías para competir vienen dadas tras un pesaje; hasta 70 kilogramos, hasta 85 y 100 o más. Cada participante goza de tres intentos pudiendo conseguir oro, bronce y plata. Y de Navarra han salido en los últimos tiempos de la sección que nos ocupa: Álvaro Zugarrondo hasta 82 kilos y Ventura Dávila en la categoría de más de 100.

Según manifiesta Dionisio aparte de los campeonatos se logran otros beneficios: tono muscular, dureza, los huesos y las articulaciones están más protegidos, los cuerpos con mejor estética.

Tan solo necesitan una alimentación sana. La dieta mediterránea, verduras y frutas, pasta y proteínas de carne y pescado.

"Hay gente equivocada, que ha venido buscando anabolizantes, insulina y otras sustancias. El dopaje está muy extendido a través de internet. Es un tema muy triste porque se juega con la vida... En fin que en nuestra sección se esculpe el cuerpo pero de forma natural, como debe de ser. A mí, personalmente este tema me produce una gran tristeza", manifiesta Dionisio.

Por otra parte, aquellos que lo deseen pueden disfrutar de la sala fitness de la Agrupación. Por cuatro euros al mes, los socios reciben una llave que les permite entrar a una sala en la que todo son máquinas de última generación. Además, allí contarán con entrenadores personales dispuestos a realizarles una tabla de ejercicios adecuada y a seguir sus evoluciones o solventar sus dudas. El día 29 de junio Campeonato Navarro de pres banca.

## LLUVIA DE MEDALLAS



La sección de Natación con Aletas de la Agrupación ha contado este año con 73 federados. Muchos han sido los logros que han conseguido.

En Liga nacional de Clubes, nuestros deportistas lograron el primero y segundo puesto en las dos categorías. Aritz Equisoain e Iñaki Iturbide y Uxue Chasco y María Recari, fueron los encargados de lograrlo. En los Juegos Deportivos de Navarra participaron 32 nadadores de la agrupación. Lograron tres primeros puestos, cinco segundos y cinco terceros puestos. Después llegó el Open Internacional de Ordizia, en el que cabe reseñar la decimo quinta posición de Uxue Chasco Goñi.

En el Campeonato de España Infantil y Cadete 17 nadadores acudieron a Sant Feliu de Guixols para participar en las categorías de cadete femenino, infantil femenino e infantil masculino. La agrupación quedó en quinto lugar. Se lograron cinco medallas de plata y cinco de bronce. Individualmente cabe destacar los resultados de Meritxell Ansotegui, Marta Gorria, Amaia Randez, Leire Remiro e Imanol Flores. Mientras en el Campeonato de España Junior y Senior, 21 nadadores acudieron los días 9 y 10 de julio a Hospitalet de Llobregat a participar en el campeonato de España. La agrupación logró el tercer puesto. Y nuestros nadadores lograron seis medallas de oro, siete de plata y seis de bronce. Cabe destacar, al equipo de relevo junior femenino, al equipo de relevo sénior masculino, a Jon Miqueo Ezcurdia, Aritz Urdaniz Duran, Aritz Equisoain Azcona Xabi Sanz Arroniz, Jurdann Eguren Eguillor, Uxue Chasco Goñi, María Recaro Turrillas, y Marta Santamaría Mañe por las medallas conseguidas.

Los días 16 y 17 de Marzo ocho nadadores de nuestro club formaron parte de la selección Navarra que quedó subcampeona del Campeonato de España por autonomías. Obtuvieron los siguientes resultados: Xabi Sanz Arroniz (Oro en 100m, 400m, y 800m escafandra). Uxue Chasco (Bronce en 4X200m superficie). Uxue Tornos (Oro en 4X200m superficie y Plata en 800m superficie). Oscar Asurmendi (Bronce en 4X200m superficie). Jurdan Eguren (Bronce en 4X200m superficie y 800m escafandra). Aritz Equisoain (Bronce en 4X200m superficie)

campeonato con el cual participan campeones del mundo. Cabe reseñar las 15ª posición de Uxue Chasco Goñi siendo una nadadora Junior y la clasificación fue absoluta.




**TALLERES  
CLEMENTE**



**OUTILS WOLF**

**REPARACIÓN Y VENTA DE MAQUINARIA  
INDUSTRIAL Y DE JARDINERÍA**

Pol. Ind. Mutilva Baja, c/K bis - nº 30 • 31192 MUTILVA BAJA • Tel. y Fax: 948 074 670

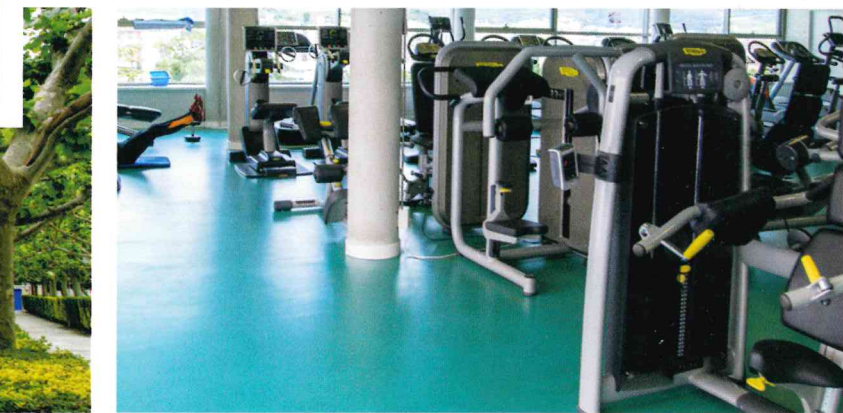






# VERANO UDA 2014

REVISTA DE LA AGRUPACIÓN DEPORTIVA SAN JUAN  
DONIBANE KIROL ELKARTEKO ALDIZKARIA





## KARATE KARATE



# Superación personal

En esta sección se tiene muy claro cuál es el principal objetivo: por encima de la competición siempre está la superación personal. La práctica del karate conlleva una serie de valores, que se busca inculcar entre los alumnos, como el respeto, la disciplina o el compañerismo. Además para el karateka supone una serie de beneficios tanto de carácter físico como de índole psicológico. En el plano físico se incrementa la flexibilidad, resistencia o la velocidad de reacción (reflejos). Mientras que en el apartado psicológico aumentan aspectos como la capacidad de concentración, el control del estrés (nervios), aprendizaje que se desarrolla ampliamente cuando el karateka se expone ante un tribunal, tanto prueba física como oral, para el paso de cinturón o, una de las cuestiones que más importancia se da desde los responsables de la sección, la autoestima del niño: "Hemos observado como niños que

llegan a nuestras clases con una autoestima baja, esta va subiendo de forma exponencial a lo largo del curso, conforme van adquiriendo seguridad en sí mismos a través de la práctica del karate. Nos gusta ver como los beneficios de la práctica del karate les influye en la vida real", comenta Carlos Ayerdi, profesor y coordinador de la sección, cinturón negro 5º dan de kárate y 3º dan de Goshin, especialidad de defensa personal que trabaja en alguna de sus clases.

Este año ha crecido el número de alumnos en las tres categorías: de 5 a 9, de 6 a 12 y a partir de 13 años. Una de las responsables de este crecimiento es Aitziber Fernández, monitora de los más pequeños. Y otro, Karlos Irizarri, que además de ser el delegado, da las clases más "cañeras" de la sección los viernes a los mayores, siendo a sus 65 años el mejor ejemplo de actitud. Tres deportistas de la Agrupación, Beatriz Iralde,



Jesús Arellano y Ruben Arrastio, han conseguido el paso a cinturón negro 1º dan y, al cierre de la edición de esta revista, estaban a punto de presentarse Alba Uriz y Jesús Ruiz. Mikel Ería y Daniel Izurriaga han conseguido el título de monitor nivel 1. Y en competición hay que destacar el campeonato de Xabier Laquidain, el 2º puesto de Ander Cabezón o el 4º de Fermín Herrero, los tres en Infantil pero diferente peso, o los 2º de Mikel Urdanoz o Iraitz Ibarrola, en categoría Alevín ambos pero en diferente peso.

## NATACION CON ALETAS HEGAL-IGERIKETA



# Destacando en los campeonatos de España



Los integrantes de la Natación con Aletas nos traen cada año un gran número de medallas.

El año pasado se consiguieron varias en el Campeonato de España de Natación con Aletas. En categoría infantil-cadetes, celebrado en Benidorm, Amaya Rández fue bronce en 50m. sup., plata en 100m. y 400m. sup. y oro en 400m. escafandra, mientras que Leyre Remiro logró el bronce en 50m. sup. y la plata en 100m. sup. En cuanto a las categorías Junior y Senior que se celebraron en julio en Barcelona, la actuación de nuestros nadadores llevó al equipo a un digno 6º puesto de entre 15 participantes. Los resultados más destacados son a cargo de Itziar Cambra (plata en 100m.sup y en 200m.sup.junior), Marta Gorria (bronce en 800m. escafandra junior), Meritxel Ansotegui (bronce en 50m. sup. junior), Aritz Urdaniz (plata en 1500m. sup. senior), Xabier Sanz (plata en 400m. escafandra senior), Uxue Tornos (bronce en 50m. sup. y en 200m. sup.

senior), además de 2 medallas de bronce en pruebas de relevos (4x200m. femenino junior y 4x100m. masculino senior) y plata en relevos 4x200m. masculino senior.

En esta temporada, el equipo cuenta con 55 componentes y participan en varios torneos, como la Liga Nacional de Clubes, cuya 4ª jornada se celebró en febrero en la Agrupación. San Juan también acogió en abril y mayo la 4ª y 5ª (última) jornada de los Juegos Deportivos de Navarra.

En marzo, el equipo de Natación con Aletas participó en el prestigioso "Open de Ordizia", donde Amaya Rández logró el segundo puesto en categoría femenina. Otra cita importante fue la XXI Edición del Campeonato de España por Autonomías

Hainbat txapelketa eta "Open" ezberdinetan elkartek aunitz domina eskuratu ditu: Espainako txapelketan, Nazional mailako klubaren arteko ligan, Nafarroako kirol jokoetan, Ordiziako Open-ean, autonomien arteko Espainiako txapelketan...

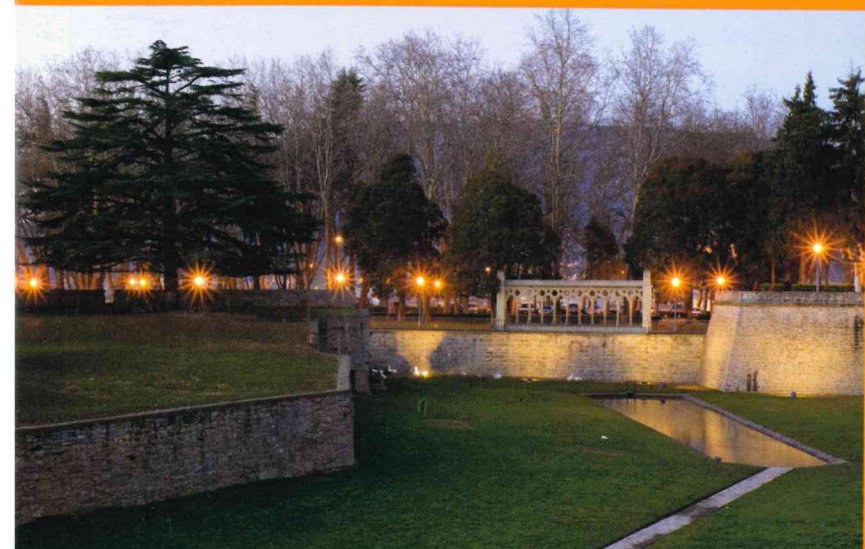
Azken denboraldi honetan, hegal-igeriketa sailean 55 pertsonen parte hartu dute eta kopurua eta honekiko zaletasuna sustatzealdera, udaldera begira urteroko ikastaroa zein erakustaldi bat antolatuko dituzte.

de categoría absoluta celebrado en Amaya en marzo. Navarra compitió con 26 chavales procedentes de los equipos de Tafalla y San Juan y se logró el tercer puesto. Nuestro nadador, Xabier Sanz fue el mejor representante navarro al lograr la plata en 800m. y el bronce en 400m., ambos con escafandra. Itziar Cambra logró el tercer puesto en 100m. con bi-aletas.

En agosto se celebrará el tradicional cursillo de verano de natación con aletas además de una exhibición a cargo del equipo de la sección.







# VERANOUDA 2015



REVISTA DE LA AGRUPACION DEPORTIVA SAN JUAN  
DONIBANE KIROL ELKARTEKO ALDIZKARIA





## NATACION CON ALETAS HEGAL-IGERIKETA

# Un año plagado de éxitos

Entrenamiento y sacrificio son dos cosas muy claras que tienen los 60 nadadores, 15 técnicos (entre árbitros y jueces) y los 4 entrenadores de Natación con Aletas, y a la vista está dados los resultados conseguidos el año pasado.

En el Campeonato de España Infantil y Cadete por clubes disputado el 5 y 6 de julio en Hospitalet de Llobregat, 20 nadadores lograron el cuarto puesto. Los medallistas en este campeonato fueron; en categoría cadete, Amaia Rández oro en 100m. escafandra, oro en 100m. superficie, oro en 400m. escafandra y oro en 400m. superficie. Imanol Flores bronce en 50 bi-aletas. Oier Chivite bronce en 100m. escafandra y oro en 400m. escafandra. Leire Remiro bronce en 800m. superficie y bronce en 400m. inmersión.

También se consiguió la plata en relevo 4x100m. y bronce en el relevo 4x50m. en cadete masculino (Imanol Flores, Juan Diego Alzate, Aitor Rubio y Oier Chivite) y en cadete femenino plata en relevo 4x100m. y oro en relevo 4x50m. (Leire Remiro, Irati Ozcoidi, Silvia Gascón y Amaia Rández). En infantiles Elba Cantero obtuvo el oro en 400m. superficie y Oier Irisarri infantil bronce en 50 superficie oro en 100 superficie plata en 200 superficie y oro en 400 superficie.

Para este año las expectativas son intentar revalidar el cuarto puesto, aunque van a contar con mucha gente joven.



En el Campeonato Junior y Senior disputado los días 19 y 20 de julio en Valladolid participaron 16 nadadores, que lograron el octavo puesto de 20 equipos. Los medallistas fueron; en categoría Junior: Itziar Cambra, bronce en el 50m. bi-aletas, plata en el 100m. bi-aletas y oro en 200m. bi-aletas y María Gorría, bronce en 800m. escafandra. Se logró también el bronce en el relevo de 4x100m. (Leire Remiro, Itziar Cambra, Amaia Rández y Marta Gorría) y en categoría Senior Miren Murguiondo obtuvo el bronce en el 400m. superficie.

En diciembre en San Feliu de Guixols tuvo lugar la prueba de selección FEDAS, y donde acudieron cinco nadadores de la agrupación. Amaia Rández (récord de España en 400 m. inserción cadete femenino), Itziar Cambra (récord de España del 200 m. bi-aletas junior), Leire Remiro, Irati Ozcoidi y Oier Chivite.

Ya en marzo, 16 nadadores de la agrupación participaron en la III Jornada de la Copa del Mundo

## Arrakastaz jositako urtea

*Entrenamendua eta sakrifizioa behar-beharrezkoak direla oso argi dute 60 igerilariak, 15 teknikariak (arbitroak eta epaileak batuta) eta Hegats-igeriketako 4 entrenatzaileak, eta begi-bistakoa da, kontuan hartuta iaz lorturiko emaitzak. Onak benetan. Honetaz gain, aurten, nabarmendu beharra dago Miguel Indurain Fundazioaren talentu gazteen programan elkarteko bi igerilari daudela, eta helduen taldea, juniorrak eta seniorrak, Fitness Aretoa erabiltzen hasi dela abdominalak eta gerialdea indartzeko.*

de clubes en Barcelona con una participación de 515 deportistas. Fue una gran experiencia, ya que nuestros nadadores, algunos muy jóvenes, pudieron competir con campeones del mundo. Y también el último fin de semana de marzo se organizó en Pamplona el Campeonato de España de Autonomías en la Ciudad Deportiva Amaya donde nuestra selección logró el cuarto puesto y una nadadora de la agrupación, Natalia Martínez Valderrama logró la medalla en la prueba de 50m. bi-aletas femenino.

Este año hay que destacar la presencia de dos nadadores en el programa de jóvenes talentos de la Fundación Miguel Indurain que son Amaia Rández y Oier Chivite y 7 nadadores infantiles y cadetes que forman parte de la Selección Navarra, que disputarán el próximo 30 de mayo el Memorial Roberto Jáuregui.



## NATACION SINCRONIZADA IGERIKETA

# Arte en el agua

Este año la sección de natación sincronizada cuenta con 32 chicas de entre 9 y 18 años. De ellas 23 son socias de la Agrupación y 9 son deportivas, 3 ya formaban parte el año pasado y ahora se han incorporado otras 6 más.

Durante el año se preparan diferentes coreografías, en "Sincro" hay 3 grupos: avanzado, medio e iniciación. Para este curso las mayores han preparado una coreografía con temática de circo, las medianas utilizarán música de Moulin Rouge y el Tango de Roxanne y las pequeñas escenificarán una de las canciones de Grease.

La primera exhibición tendrá lugar el 20 de mayo a las 19:30 en San Juan, donde mostrarán las nuevas coreografías, que serán las que presentarán el 23 de mayo en la Ciudad Deportiva Amaya en los Juegos Deportivos de Navarra. Este año las expectativas son las mismas que en el anterior, intentar conseguir las 3 medallas posibles en ese campeonato.



En junio volverán a presentar las coreografías, en este caso en la Semana del Socio en la piscina exterior de San Juan.

Una de las novedades de este año es el estreno de la equipación. Las chicas de "sincro" llevarán el chandal de la Agrupación pero además portarán camisetas específicas de su sección.

En agosto las chicas y las monitoras prepararán una jornada de puertas abiertas para que todo el mundo que quiera pueda probar y adentrarse en el mundo de la Natación Sincronizada, ya que otro de los objetivos principales es que se apunten a esta actividad gente cada vez más joven.





VERANO  
UDA

REVISTA DE LA AGRUPACIÓN DEPORTIVA SAN JUAN  
DONIBANE KIROL ELKARTEKO ALDIZKARIA

2016







## NATACION CON ALETAS HEGAL-IGERIKETA

# Natación con aletas 2015-16

Como todo los años, los equipos de natación con aletas de la agrupación, alevín, infantiles, cadetes y júnior -sénior, comenzaron su andadura a principios del mes de septiembre, empezando con jornadas de actividad física "en seco" durante el primer mes, para meterse después de lleno en la piscina, dado que la primera competición estaba a las puertas, el 19 diciembre con el control federativo, que este año se celebraría en la agrupación. Destacar la buena organización y la cantidad de nadadores del estado que asistieron al evento, batiéndose diferentes records. En enero dieron comienzo los juegos deportivos de navarra en los que mes a mes, nuestros nadadores han demostrado todo lo entrenado durante la semana consiguiendo así numerosas medallas al final de los mismos. (June Cuesta, Patricia Andres, Clara Lopez, Leire Montero, David Villafañe,



Jon Hernandez, Elba Cantero, Ainhoa Velasco, Sergio Acáz, Oier Irisarri, Leyre Remiro, Amaya Randez, Irati Ozkoidi, Juan Diego Alzate, Vadim Coselev y Asier Gamez )

El club también participa en la liga nacional interterritorial en la que junto a la comunidad autónoma vasca, Aragón y Navarra, nuestros nadadores/as se batieron con los mejores del estado ya que estas comunidades tienen en sus equipos a campeones de España y de Europa.

A mitades del mes de marzo se celebró en Barcelona el campeonato de España por autonomías, en las que nuestros nadadores participaron con la selección navarra, obteniendo importantes resultados. Destacar la medalla de bronce en relevos 4\*200m femenino (Amaya Randez, Elba Cantero, Natalia Aznar y Natalia Resa) y a Amaya Randez por sus dos bronce en 100 y 400 inmersión.

El equipo también se desplazó en el mes de abril a Aix en Provence, a participar en la 4ª jornada de la world cup. A este campeonato acuden los mejores nadadores del mundo, con lo que nuestros chicos/as volvieron cargados de una experiencia inolvidable. Destacamos el papel de Amaya Randez, Vadim Coselev y el relevo de nuestros chicos.

De cara al final de temporada tenemos los campeonatos de España infantil-cadete y junior-sénior. Tal y como están entrenando nuestros "campeones" y gracias al trabajo impagable de

## Igeriketa hegalekin, aurtengo berritasunak

*Denboraldiko berritasun nagusietako bat partaideak eurak izan dira, beste zazpi bazkide batu baitzaizkio atalari. Beraz, aurtun, 72 federatu dira, haur, gazte eta helduen kategorietakoak batuta, eta hiru entrenatzaile: Óscar Asurmendi, Txemi Pernaute eta Aritz Urdaniz. Igerilariek denbora asko eskaintzen diete entrenamenduei; izan ere, astean bost egun entrenatzen dute, baita larunbatean ere, txapelketarik egonez gero, edo asteburu osoan, kirol-egutegiak hala eskatuz gero. Iaz, domina ugari lortu ziren.*

nuestros entrenadores (Txemi, Oscar y Aritz) esperamos y deseamos tener unos resultados espectaculares para estos campeonatos.

Para finalizar destacar la incorporación de nuestra nadadora Amaya Randez a la selección española para disputar los campeonatos del mundo el próximo mes de julio en Annemasse (Francia). Esperamos no sea ni la última vez ni la única nadadora en incorporarse a la selección.

La sección invita a todos los niños y jóvenes de más de 8 años a participar en esta actividad, para ello se ofertará un curso de iniciación en verano para todo aquel que quiera incorporarse a "la fórmula 1 de la natación".

Nos vemos en el agua.



## NATACION SINCRONIZADA IGERIKETA

# Bailar en el agua

Este año la sección de natación sincronizada cuenta con un total de 39 chicas: 6 en el equipo de iniciación, que entrena Paula Morentin, 8 en categoría alevín, 9 en infantil, 14 en júnior y 2 en absoluta, todas entrenadas por Isis Minguez.

Los entrenamientos durante todo el año son los lunes y miércoles con una hora de duración para las pequeñas (iniciación y alevín) y una hora y media para las más mayores (infantil, júnior y absoluta). Estas últimas entrenan además dos sábados al mes.

El pasado mes de septiembre la Selección Española de Sincro estuvo concentrada en las piscinas de C.D. Amaya y todas las niñas de la sección tuvieron la oportunidad de poder estar con ellas. El primer día tuvieron una charla donde les pudieron hacer

preguntas y hacerse fotos con ellas y el segundo día estuvieron en un entrenamiento con otras niñas que hacen también sincro en Navarra. Esta oportunidad fue una experiencia única e irrepetible para todas ellas, una verdadera suerte el poder conocer y entrenar con sus ídolos.

En diciembre compitieron en los JDN de figuras (competición individual), obteniendo muy buenos resultados. En Categoría alevín: 1ª Lucía, Categoría infantil: 1ª June Sola, 3ª Saioa Letona, Categoría Junior: 1ª Leyre Pérez, 2ª Naiara Aramendía. Y además, entre las diez primeras clasificadas había ocho de San Juan.

El próximo 21 de mayo se celebra la segunda parte de la competición, las rutinas, donde se presenta la coreografía que se ha trabajado durante

todo el año. San Juan participa en todas las categorías, presentando un equipo alevín, dos infantiles y dos júnior.

Este año habrá varias exhibiciones en la Agrupación. La primera el 14 de mayo, después de la competición de aletas, y otra el día 18, para así prepararnos de cara a la competición y así poder probar los bañadores nuevos y el maquillaje.

Para la semana del socio también está prevista una exhibición en la piscina exterior, y así daremos por terminado el curso.

El 25 de junio se celebra el Campeonato de Euskal Herria, todavía está por determinar la sede, y la buena noticia es que San Juan participará por primera vez con uno de los equipos júnior.

La última semana de agosto se realizará en las instalaciones del Club el II Campus de Natación Sincronizada, con entrenamientos de 10 a 14h. El año pasado tuvo muy buena acogida y esperamos este año poder repetir la misma experiencia.





# VERANO UDA 2017



REVISTA DE LA AGRUPACIÓN DEPORTIVA SAN JUAN  
DONIBANE KIROL ELKARTEKO ALDIZKARIA







# LA ESCUELA DE NATACIÓN CON ALETAS YA ES UNA REALIDAD

### HA SIDO UN AÑO DE CAMBIOS Y DE RETOS DEPORTIVOS PARA LA SECCIÓN DE NATACIÓN

Tras terminar la temporada pasada en el mes de julio con un más que satisfactorio 3º puesto por equipos en el Campeonato Absoluto de Verano, desde la sección apostamos firmemente en darle una vuelta al equipo; y es así como realizamos una campaña de captación de niños con un resultado más que satisfactorio. Logramos poner en marcha la Escuela de Natación con Aletas con el debut de nuestra entrenadora Idoya, acompañada por inestimable ayuda de Txemi, para que dos grupos de natación lograsen aunar a más de 25 niños, y es que ya se sabe, si se quiere conseguir algo se empieza por abajo.

Respecto a los equipos infantil-cadete y junior-senior decidimos apostar por aportar "un poca más" a nivel físico. Para ello contratamos los servicios de un preparador físico que nos dirigiese toda la pretemporada, así como la larga temporada que tenemos encima.

Nuestros objetivos son dos: Divertirnos nadando y competir. Cada nadador elige cual le motiva más. Desde el punto de vista organizativo la sección apuesta por organizar nada más y nada menos que el 31º campeonato de España Infantil y Cadete, una apuesta de las de órdago a la grande, pues requiere implicar tanto a todas las familias como a la Junta Directiva de la piscina. También cabe decir que estamos encantados con los dos grupos. Gracias por todo lo que estáis haciendo para que todo salga perfecto.

Nuestros chicos del infantil y cadete están poniendo "toda la carne en el asador" en sus respectivos entrenamientos y competiciones para dejar el nombre de la San Juan en lo más alto del cajón y esperemos que todo sus esfuerzo tenga recompensa.

En cuanto a los resultados individuales, este año tres personas han destacado por encima de todo. Una es Vadim Coselev, que ha conseguido tres mínimas para entrar en la Selección Española Absoluta, pero que sólo la burocracia ha impedido que este chaval haya ido con los mejores. El año que viene seguro que podrá ir.

Otra es Elba Cantero, quien con tres mínimas ha entrado en la Selección Española Junior y disputará el próximo mes de agosto en Rusia nada más y nada menos que el Campeonato del Mundo.

Y por último el pequeño del grupo, Oier Irisarri, que a sus 14 años "es cadete" y ha conseguido cinco mínimas para poder entrar en la Selección Junior para también coger billete a Rusia.

Una verdadera pasada que un club tan pequeño meta a tres personas en la selección, todo gracias al esfuerzo de estos titanes y también al apoyo incondicional de sus compañeros, entrenadores y los grandes olvidados... Sus padres.

Para finalizar la temporada nuestro equipo Junior - Senior acudirá a Barcelona a disputar el Campeonato de España, esperando realizar un digno papel.







# AGRUPACIÓN DEPORTIVA SAN JUAN DONIBANE KIROL ELKARTEA



# VERANO UDA 2018







# MÁS ALETAS Y MENOS MÓVILES!



En la temporada 2017/2018 se decidió apostar por la incorporación de la Escuela de Natación a la sección de Natación con Aletas, dando así cabida a niños y niñas de siete años que quisiesen aprender a nadar e iniciarse en el mundo de esta modalidad deportiva. Para ello se incorporó al staff técnico a Idoya, con experiencia en la natación clásica; y a Asier, uno de nuestros nadadores del equipo de mayores. Ambos forman un estupendo tándem, avalado por la respuesta de más de 25 niños apuntados entre los dos equipos. En 2018 dimos continuidad al proyecto y mantuvimos los dos grupos, incorporándolos al equipo ya a todos los efectos y disputando competiciones como son los Juegos Deportivos de Navarra .



La actividad se desarrolla de septiembre a mayo y para el mes de junio se ha querido preparar un cursillo, tanto para los dos equipos como para todo aquel que se quiera apuntar. Es necesario saber nadar mínimamente y está enfocado a mayores de siete años. El cursillo tendrá lugar los lunes , miércoles y viernes de 18h a 19 horas. Durante el mes de agosto también se ofrecerá un



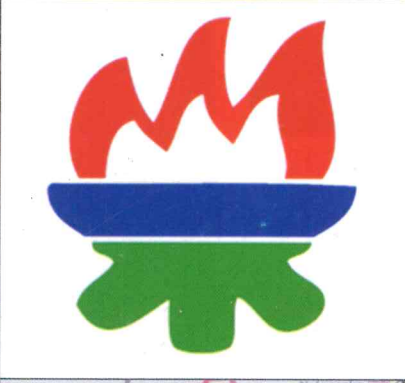
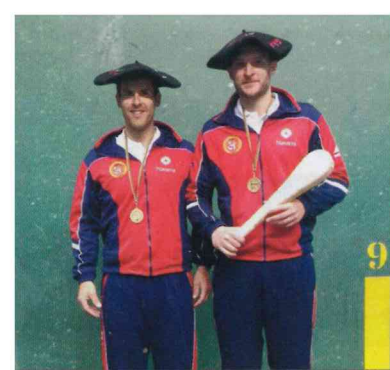
curso, que como en años anteriores será según la gente inscrita. Será de mañana y/o tarde.

En cuanto al desarrollo deportivo del año, cabe destacar el Campeonato de España Infantil y Cadete que se celebró en las piscinas de la Agrupación. Desde la Sección de Natación con Aletas se quiere aprovechar estas líneas para dar las gracias tanto a todo el personal de mantenimiento, como a la junta directiva de la Agrupación por brindarnos todo su apoyo. Un campeonato en el que los nadadores de San Juan consiguieron llevar el nombre de la Agrupación a lo más alto del podio. Ese fin de semana se vivió todo lo que se quiere que sea un club, tanto deportivamente como de participación y colaboración, a cargo de un grupo de padres y madres comprometidos en que saliese un campeonato espectacular.

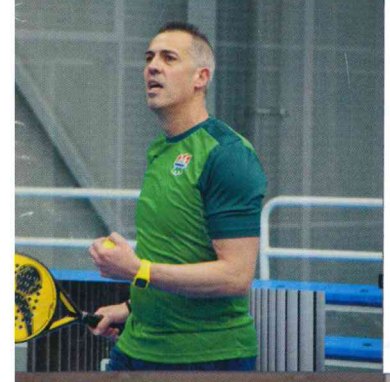
Por otro lado el equipo de los mayores disputó el Campeonato de España en Hospitalet, trayendo para Iruña un merecido cuarto puesto.

Ya en el aspecto individual, también destacar la llamada de la Selección Española a dos de nuestros nadadores, Elba Cantero y Oier Irisarri, que llevaron los colores de San Juan a Tomsk (Rusia) donde se celebró el Campeonato del Mundo Júnior. En él acumulando un montón de nuevas experiencias.





REVISTA DE LA AGRUPACIÓN DEPORTIVA SAN JUAN DONIBANEKO KIROL ELKARTEKO ALDIZKARIA



VERANO 2019 UDA







## NATACIÓN CON ALETAS



### LA NATACIÓN CON ALETAS CRECE DESDE LA BASE

La Sección de Natación con aletas viene experimentando un bonito crecimiento en los últimos años y eso es en parte gracias al trabajo de base realizado con el equipo de los más pequeños. Además, cada mes de septiembre son más los niños y niñas que se apuntan por primera vez a practicar este deporte.

No es fácil enfrentarse a una modalidad que conlleva mucho sacrificio, metros de nado y a la vez hacerlo divertido, dinámico y sobre todo, inclusivo. En la natación con aletas caben todos, los que nadan como 'tiburones', los que nadan como 'patos' y los que casi no nadan. Todo gracias a nuestras entrenadoras Idoia y Amaia, que consiguen engancharles y darles ese punto de club familiar.

En San Juan se quiere ser un club al que todos pertenezcan: Nadadores, familias, entrenadores y miembros de la sección. Algo más que un club.

Los más pequeños se introducen en la natación con aletas

de una manera gradual y lo más importante es enseñarles una buena técnica desde pequeños (Ya hay niñas desde los 8 años) para así asimilar bien el material de la actividad que se va introduciendo.

Es increíble ver cómo progresan en pocos meses y la facilidad que tienen para aprender. En el mes de enero comienzan los Juegos Deportivos de Navarra, donde ya se encuentran con nadadores de otros equipos. Más que competir, aprenden a estar en la piscina, a hacer equipo y a disfrutar de la jornada. En agosto tiene lugar un curso de iniciación para así acercar la actividad a futuros fichajes. Los cursos son impartidos por nuestros más expertos nadadores.

También, a mitades de agosto se hace una exhibición, con la que este año se estrena piscina. Además de disfrutar viendo nadar a los deportistas de todos los equipos, se ofrece a los socios la oportunidad de probar material y sentirse por un momento uno más del equipo.

# SOYSANA



gestión de instalaciones deportivas

kirol instalazioen kudeaketa

Socorrismo y Salvamiento



# VERANO UDA 2021

AGRUPACIÓN DEPORTIVA SAN JUAN  
DONIBANE KIROL ELKARTEA



## PEDRO IRAGUI Una vida dedicada a la AD San Juan DKE PAG 20



**SAN JUAN HACE HISTORIA  
EN EL AÑO MÁS DIFÍCIL**

PAG 22



**LEIRE LÓPEZ PRIMERA INTEGRANTE DE  
LA ESCUELA SAN JUAN EN  
CLASIFICARSE PARA EL CAMPEONATO  
DE ESPAÑA DE TRIATLÓN**

PAG 24



**OIER IRISARRI, UNAX GUERRERO  
Y CRISTINA NABAL PONEN RUMBO  
AL MUNDIAL**

PAG 25



## OIER IRISARRI, UNAX GUERRERO Y CRISTINA NABAL ponen rumbo al Mundial

La Sección de Natación con Aletas cada vez está ganando más presencia en la Selección Española. Lo hace en parte gracias a la constante progresión de Oier Irizarri, que ha logrado el pase a la Selección Absoluta rompiendo el récord de España absoluto en 50 AP 15:07, obteniendo de esa manera el pase a su primer Campeonato del Mundo Absoluto. "Fue una noticia inesperada. Iba a hacer otro tiempo mejor en otra prueba, pero de manera fortuita salté sin presión e hice un buen tiempo que no esperaba nadie", explica Oier.

El nadador de San Juan espera seguir aprendiendo y sabe de la dificultad que tiene por delante: "Del mundial espero aprender mucho. Ahí está la elite mundial, porque aunque antes he ido a los junior y ves a juveniles que tienen mucho potencial, este campeonato para mi será de aprendizaje y para mejorar los tiempos. Quiero llevar el nombre del club que me ha dado este año la posibilidad de entrenar y quiero dejar el listón lo más alto posible".

Ahora en Barcelona, Oier trata de compaginar sus estudios en la Ciudad Condal con la práctica deportiva de alto nivel. Además, a ese esfuerzo extra ha habido que añadirle la problemática de la Covid-19: "Tenía conocidos en un equipo de allí, donde pude entrenar y competir con ellos durante un año. La situación en Barcelona con el tema del virus ha estado bastante descontrolado y al final hubo un par de meses que tuvimos que entrenar casi de manera clandestina. Si venían las autoridades les teníamos que enseñar los papeles de que somos deportistas de élite. Tampoco sabíamos si iba haber o no campeonato, no estábamos centrados y no sabíamos si el entrenamiento iba a servir o no para competir, pero nos tocaba ponernos en forma y seguir entrenando para lo que viniese".

El Campeonato del Mundo se celebrará el próximo mes de julio en la ciudad de Tomsk.



### Presentes también en la Selección Junior

Además de Oier, también acuden con España los junior Cristina Nabal Goyeneche y Unax Guerrero Gil, que disputan en junio el Campeonato del Mundo en la ciudad de Lignano Sabiadoro, Italia.

"Será una nueva experiencia, la más importante. Iremos a disfrutar, a darlo todo y a demostrar. No queremos que se decepcione la gente que se quedó fuera al entrar nosotros dos. Estamos entrenando bastante, queremos sacar lo mejor de nosotros e ir a pasarlo bien", afirma Unax. Mismo objetivo se plantea Cristina, al tiempo que recuerda el trabajo hecho para llegar al Mundial: "En San Juan hemos sido unos privilegiados por poder entrenar todos los días. Además, el compañerismo y el buen ambiente que tenemos entre todos hace que vengamos a entrenar con muchas ganas. Ahora vamos a vivir una experiencia nueva de la que queremos aprender e ir a darlo todo".

Ambos nadadores recuerdan la competición de Elche como un punto de inflexión de cara a estar hoy en el Campeonato del Mundo. "Ha sido un año difícil por la Covid y por los horarios de la piscina. No hemos podido entrenar como otros años, pero después de la primera competición en Elche el ánimo nos ha subido y empezamos a entrenar bastante", explican.



# VERANO UDA 2022



AGRUPACIÓN DEPORTIVA SAN JUAN  
DONIBANE KIROL ELKARTEA



**PROYECTO  
CERO EMISIONES**

PAG 9



**ENTIDAD DEPORTIVA MÁS  
DESTACADA EN 2021 POR EL  
GOBIERNO DE NAVARRA**

PAG 11



**EN RECUERDO...  
DAVID GARAYOA**

PAG 12



# Nueva normalidad, con aletas y tubo

La pandemia del Covid-19 trajo consigo una completa reorganización en cuanto a la Sección de Natación con Aletas se refiere. A los innumerables problemas generados por las medidas restrictivas en la utilización de la piscina, a ello se unió la baja laboral de la entrenadora.

El panorama no podía ser más desalentador, pero una vez más y apoyados en el gran trabajo que realizan los aitas y amas que conformaban la sección -Álvaro, Koldo, Edurne, Joseba, Eva, etc- se pudo rediseñar la actividad. También se logró espoleados por la magnífica idea de realizar el primer campus de verano de natación con aletas. Fue un éxito fue sin precedentes. Se logró que se apuntasen más de 25 nuevos deportistas a la actividad.

También la implicación de los nadadores y nadadoras del equipo junior senior a la hora de tomar las riendas de los equipos fue vital para el mantenimiento de la sección. No fue nada fácil para ellos.

Con estas líneas la sección también quiere agradecer a Javi Moso, gerente de la ADSJ-DKE, el carácter facilitador para realizar la actividad en cuanto al uso de la piscina y a la realización de dicho deporte.



## La piscina se queda pequeña

La Sección de Natación con Aletas está experimentando un aumento notable. Además de crecer en el número de nadadores y nadadoras, nuevas personas se han sumado a la dirección, aportado su experiencia en diferentes ámbitos, y sobre todo, ganas de aprender y hacer felices a los deportistas. También se dio la bienvenida al nuevo entrenador, Rubén, una persona que va a poner todas las ganas del mundo para mantener el nivel demostrado en estos años tan difíciles, en los que los equipos lograron unos resultados magníficos en los respectivos campeonatos.

Desde el trabajo, la dedicación y el compromiso, pero también desde la solidaridad, el compañerismo y la inclusión San Juan invita a todas esas familias que piensan en apuntar a sus hijos e hijas a alguna actividad a que se unan a la Sección de Natación con Aletas.

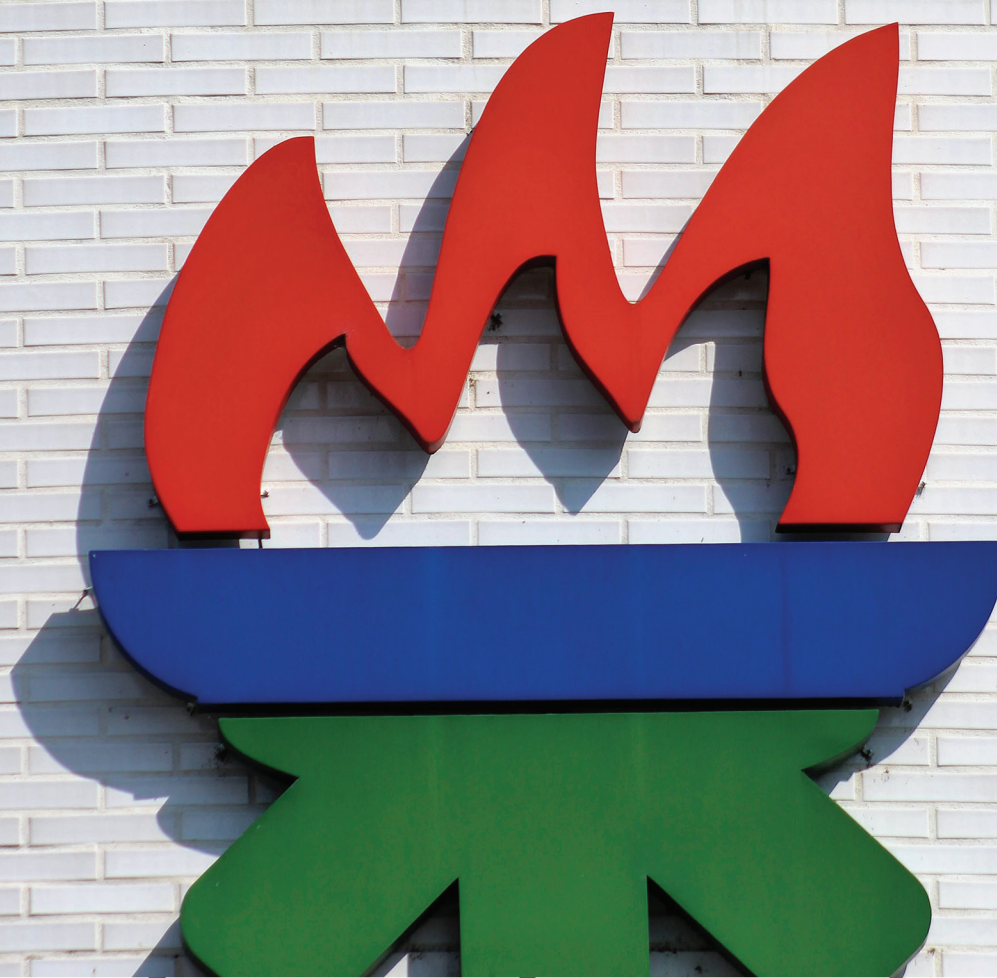






## La AD San Juan / Donibane KE obtiene el reconocimiento de entidad de utilidad pública

PAG 10



**COMPROMISO SOCIAL  
CON LA ASOCIACIÓN  
SÍNDROME DE  
PHELAN-MCDERMID**

PAG 15



**ENTREVISTA  
"BEBETO":  
A SAN JUAN LE DEBO  
TODO, MI VIDA**

PAG 28



**EL CORO DE  
SAN JUAN ABRE  
SUS PUERTAS**

PAG 40



**ÍÑIGO ZUNZARREN  
Y PAULA REMÍREZ,  
UN ESPEJO EN EL QUE  
MIRARSE**

PAG 50



# San Juan acogerá el XXVI Campeonato de España de Natación Infantil y Cadete con Aletas e Inmersión

*La piscina de la Agrupación Deportiva San Juan vivirá el 1 y 2 de julio la celebración del Campeonato de España de Natación con Aletas e Inmersión.*

No es el primer campeonato que organiza el club, dado que ya son tres ediciones con esta última las que acoge San Juan. El éxito está garantizado en cuanto a temas de organización.

Con estas líneas la Sección quiere, en primer lugar, dar su agradecimiento a los socios y socias de San Juan, así como a la Junta Directiva por apostar por la realización de este evento, que, en términos de competición, y en esta categoría, es el más importante de la temporada para la Federación Española de Actividades Subacuáticas y los clubs que pertenecemos a ella.

Mas de 300 nadadores y nadadoras se darán cita ese fin de semana en la piscina cubierta, donde el público disfrutará de los y las mejores nadadoras del estado, que demostrarán los avances de la cantera en este deporte.

Desde la organización del campeonato se invita a participar en él como espectadores, en vivo, o en la retransmisión de este por las pantallas que se pondrán al efecto. Un fin de semana ilusionante para los deportistas que representaran a San Juan, dando el máximo esfuerzo y mostrando los avances de toda la temporada.

La Agrupación participa con alrededor de 35 deportistas de entre 10 y 15 años, que llevan preparándose todo el año para dar lo mejor de sí en este campeonato. La ilusión, las ganas de pasarlo bien y quedar lo más alto del pódium deben ser las premisas para ese fin de semana, y estamos seguros que Sergio, su



entrenador, estará trabajando con el equipo en esos términos.

Por último, la Sección quiere pedir a los socios y socias comprensión por las molestias que se puedan causar durante la organización del evento, y sobre todo agradecer a la Agrupación por situar el nombre se San Juan/Donibane, otra ve más, en un lugar destacado de esta disciplina, esta vez, por organizar el campeonato. Disfrutemos todos, deportistas, familias, socios y socias, de la oportunidad que se nos brinda organizando este campeonato en nuestra querida Iruña.