

VERANO UDA 2026



AGRUPACIÓN DEPORTIVA SAN JUAN
DONIBANE KIROL ELKARTEA

**La nueva y ampliada Sala Fitness
pone a San Juan a la vanguardia
del ejercicio físico**

PAG 8



**'EPI' PEJENAUTE,
MEDALLA A TODA UNA
VIDA DEDICADA
AL PATINAJE**

PAG 26



**BM SAN JUAN
SE GANA EL DERECHO A
ESTAR ENTRE
LOS MEJORES**

PAG 32



**EL KARATE,
MUCHO MÁS QUE
LA COMPETICIÓN**

PAG 42



**LA NATACIÓN
ARTÍSTICA
HACE HISTORIA
EN SAN JUAN**

PAG 46



ADSanJuanDKE



Sigue el canal de ADSJ-DKE

Seguimos creciendo a través de las RRSS #SomosSanJuan

¡GRACIAS!



@ADSanJuanDKE



@adsjdke_oficial



@ADSanJuanDKE



La agrupación más cercana

REHABILITACIONES · IMPERMEABILIZACIONES · CUBIERTAS · FACHADAS



35 AÑOS DE EXPERIENCIA PARA OFRECERTE EL MEJOR SERVICIO



revimpe

DESDE · 1988

revimpe.com · 948 152 685 · presupuestos@revimpe.com

SUMARIO AURKIBIDEA

4 INSTITUCIONAL

16 ACTIVIDADES DE VERANO

29 SECCIONES

- 30** AJEDREZ
- 32** BALONMANO
- 34** COSTURA
- 35** CULTURA
- 36** FÚTBOL
- 38** FÚTBOL SALA
- 40** GYM ARTÍSTICA
- 42** KÁRATE
- 44** NATACIÓN ALETAS
- 46** NATACIÓN SINCRONIZADA
- 48** PÁDEL
- 50** PATINAJE
- 52** PELOTA
- 54** SALA FITNESS
- 56** SQUASH
- 58** TAEKWONDO
- 60** TENIS
- 62** GROUP CYCLING

Agrupación Deportiva San Juan

Donibane Kirol Elkartea

Avenida Sancho el Fuerte s/n
31011 Pamplona
Tfno. 948 17 22 55

Redacción | Erradakzioa:
Asier Cotelo

Documentación | Dokumentazioa:
Secciones de la ADSJ/DKE

Fotografía | Argazkiak:
Asier Cotelo
Archivo ADSJ/DKE

Diseño | Diseinua:
María Elizalde

DL | LG:
NA711-1989



SALUDA



Queridos/as socios/as:

Este 2026 nos llega con la satisfacción de haber cerrado un ejercicio muy positivo para la Agrupación Deportiva San Juan. Un año en el que hemos culminado proyectos de gran envergadura, hemos mejorado de manera muy significativa nuestra situación económica y hemos seguido siendo, ante todo, un espacio de encuentro para las personas de nuestro barrio.

Queremos comenzar, como siempre, con un recuerdo para los socios y socias que nos han dejado a lo largo del año. En 2025 fallecieron 29 personas que formaban parte de esta casa. No están, pero siguen presentes en la memoria de quienes los conocieron y en los valores que dieron forma a esta comunidad.

El dato económico más relevante del ejercicio es la reducción drástica del déficit contable: de los 353.929 euros de 2024 hemos pasado a un resultado de apenas -24.742 euros en 2025, prácticamente el equilibrio. Y lo hemos logrado mientras ejecutábamos inversiones superiores al millón de euros con fondos propios, sin recurrir a financiación externa. Eso dice mucho de la solidez de esta entidad y del trabajo responsable de todos quienes la gestionan.

Entre esas inversiones destaca, sobre todo, la finalización de la nueva piscina exterior junto al edificio de asadores, inaugurada en junio de 2025 tras varios años de obra. Y también la ampliación y equipamiento de la Sala Fitness, que duplica el espacio disponible y sitúa nuestras instalaciones deportivas a un nivel de referencia en Pamplona. Son dos actuaciones en las que llevábamos tiempo trabajando y que ya podemos disfrutar.

En el plano energético, nuestra apuesta por la sostenibilidad sigue dando resultados concretos. La instalación fotovoltaica cubre ya el 24,61% de nuestro consumo y genera un ahorro anual de más de 243.000 euros entre energía solar y solar térmica. Es un camino en el que seguiremos avanzando.

En el plano social, hemos mantenido el programa senior para personas mayores de 60 años, las charlas formativas y las colaboraciones con centros educativos y asociaciones del barrio. Cuidar a las personas es tan importante como cuidar las instalaciones, y en eso la Agrupación lleva muchos años dando ejemplo.

Quiero cerrar esta carta con dos agradecimientos: primero, a todo el personal del club, que trabaja con dedicación para que todos podamos disfrutar de lo que tenemos. Y, segundo, a vosotros y vosotras, por la confianza que seguís depositando en la Junta Directiva. Trabajamos con ilusión y con humildad, sabiendo que siempre hay margen de mejora y que el mejor árbitro de nuestra gestión sois las personas que formáis este club.

Entre todos y todas, seguiremos haciendo de San Juan un espacio de encuentro, deporte, convivencia y futuro.

Un abrazo.

Carlos Sotelo
PRESIDENTE DE LA ADSJ-DKE



Bazkide agurgarriak:

2026 hau Donibane Kirol Elkartearentzat oso ekitaldi positiboa itxi izanaren asebetetzearekin iritsi zaigu. Proiektu handiak burutu ditugun urtea izan da, gure egoera ekonomikoa nabarmen hobetu dugu eta, batez ere, gure auzoko jendearentzat topaleku izaten jarraitu dugu.

Betiko moduan, urtean zehar utzi gaituzten bazkideak gogoratuz hasi nahi dugu. 2025ean, etxe honetako kide ziren 29 pertsona hil ziren. Ez daude gure artean, baina bizirik jarraitzen dute ezagutu zituztenen oroimenean eta komunitate honi forma eman zioten balioetan.

Ekitaldiko datu ekonomikorik garrantzitsuena kontabilitate-defizitaren murrizketa izugarria da: 2024ko 353.929 euroetatik 2025ean -24.742 euroko emaitzara igaro gara, hau da, ia-ia orekara. Eta hori guztia milioi bat eurotik gorako inbertsioak funts propioekin egiten genituen bitartean lortu dugu, kanpoko finantzaketara jo gabe. Horrek argi uzten du erakunde honen sendotasuna eta kudeatzaile guztien lan arduratsua.

Inbertsio horien artean, nabarmentzekoa da, batez ere, erretegien eraikinaren ondoan dagoen kanpoko puzgarri/igerileku berria amaitu izana, 2025eko ekainean inauguratu zena hainbat urtez obretan egon ondoren. Baita Fitness Aretoa handitu eta hornitu izana ere; izan ere, eremu erabilgarria bikoiztu egin da eta gure kirol-instalazioak erreferentziazko mailan kokatu ditu Iruñean. Denbora askoan lanean aritu garen bi jarduera dira, eta dagoeneko goza ditzakegu.

Energiaren arloan, jasangarritasunaren aldeko gure apustuak emaitza zehatzak ematen jarraitzen du. Instalazio fotovoltaikoak gure kontsumoaren % 24,61 estaltzen du dagoeneko, eta 243.000 eurotik gorako urteko aurrezpena dakar eguzki-energiaren eta energia eguzki-termikoaren artean. Bide horretan aurrera egiten jarraituko dugu.

Gizarte-arloan, 60 urtetik gorakoentzako senior programari, prestakuntza-hitzaldiei eta auzoko ikastetxe eta elkarteekiko lankidetzari eutsi diegu. Pertsonak zaintzea instalazioak zaintzea bezain garrantzitsua da, eta horretan Elkartek urte asko daramatza adibide ematen.

Eskutitz hau bi esker-ematekin itxi nahi dut: lehenik eta behin, klubeko langile guztiei, dedikazioz egiten baitute lan guztiok daukagunaz goza dezagun. Eta, bigarrenik, zuei, Zuzendaritza Batzordearengan jartzen jarraitzen duzuen konfiantzagatik. Ilusioz eta apaltasunez egiten dugu lan, beti dagoela hobetzeko tartea jakinda, eta gure kudeaketaren epailerik onena kluba osatzen duzuen pertsonak zaretela argi izanda.

Guztion artean, Donibane topaleku, kirol, bizikidetza eta etorkizuneko espazio izaten jarraiaraziko dugu.

Besarkada bat.

Carlos Sotelo
LEHENDAKARIA



La Agrupación alcanza el equilibrio económico e invierte más de un millón de euros con fondos propios

El déficit se reduce de 353.929 euros en 2024 a 24.742 euros en 2025, a la vez que se mantiene un ambicioso plan de inversiones

El ejercicio 2025 de la Agrupación Deportiva San Juan registra el resultado económico más favorable de los últimos años: un déficit contable de apenas 24.742 euros, frente a los 353.929 euros del ejercicio anterior. La mejora supera los 329.000 euros y sitúa a la entidad a las puertas del equilibrio presupuestario, todo ello sin reducir la actividad ni posponer inversiones.

Los ingresos totales del ejercicio han alcanzado los 4.972.972 euros. Las cuotas de socios han sido la principal fuente de financiación, con 3.285.420 euros, seguidas de los ingresos por actividades deportivas (683.943 euros), los ingresos de secciones (504.455 euros), las subvenciones (200.042 euros) y otros ingresos por entradas a piscina y comedores (269.848 euros). Los gastos totales han ascendido a 4.997.714 euros, con la amortización del inmovilizado (989.323 euros) y los suministros y reparaciones (1.446.926 euros) como partidas más significativas.

Al margen del resultado contable, la Agrupación ha ejecutado durante 2025 reparaciones y obras por un importe total de 1.041.746 euros, sufragadas íntegramente con fondos propios. La partida principal corresponde a la construcción de la piscina exterior con comedores (837.469 euros), obra que ha concluido definitivamente en junio de 2025 tras varios ejercicios de inversión acumulada. Le sigue la ampliación de la Sala Fitness

(133.188 euros en 2025, dentro de un proyecto total de 630.000 euros ya finalizado), la renovación de la envolvente térmica de la fachada este y norte del edificio social (21.089 euros) y la renovación de equipos informáticos y sistemas de control de acceso (50.000 euros).

La solidez financiera de la entidad queda reflejada también en el fondo social, que cierra el año en 13,5 millones de euros con un incremento de 420.938 euros. El presupuesto aprobado para 2026 prevé ingresos y gastos de 5.131.900 euros, apuntando al equilibrio pleno, con una partida de personal que crece hasta 1.375.000 euros para consolidar la plantilla necesaria para las nuevas instalaciones.

En cuanto al movimiento de socios, 2025 ha registrado 321 altas y 267 bajas, con un saldo neto positivo de 54 personas. Los entráticos del ejercicio han ascendido a 437.662 euros con la participación de 320 socios. La Agrupación quiere recordar también a los 29 socios fallecidos a lo largo del año.

De cara a los próximos ejercicios, los proyectos en estudio incluyen la reforma de la terraza del bar, el cerramiento del polideportivo exterior, la pasarela cubierta entre salas y la finalización del equipamiento de la Sala Fitness. La entidad afronta estas actuaciones desde la posición más saneada de los últimos ejercicios, con fondos propios suficientes y un modelo de gestión que ha demostrado su capacidad para invertir sin comprometer el equilibrio financiero.



Información económica MEMORIA 2025

INGRESOS			PRESUPUESTO 2026
	CUOTAS ASOCIADOS Y AFILIADOS	3.290.435,27 €	3.385.000,00 €
	INGRESOS ACTIVIDADES DEPORTIVAS	683.942,96 €	700.000,00 €
	INGRESOS SECCIONES (actividades, patrocinios...)	504.455,44 €	515.000,00 €
	SUBVENCIONES Y LEGADOS	200.041,97 €	220.400,00 €
	OTROS (Entradas: piscina, comedores...)	264.833,13 €	281.500,00 €
	SUBVENCIONES DE CAPITAL Y EXCEDENTES	29.263,31 €	30.000,00 €
GASTOS			
	PAGOS ACTIVIDADES DEPORTIVAS	598.070,82 €	615.000,00 €
	GASTOS SECCIONES DEPORTIVAS	544.749,98 €	555.000,00 €
	PERSONAL	1.289.902,02 €	1.375.000,00 €
	SUMINISTROS, REPARACIONES, APROVISIONAMIENTOS	1.446.926,17 €	1.441.900,00 €
	AMORTIZACIÓN INMOVILIZADO	989.322,55 €	1.015.000,00 €
	GASTOS FINANCIEROS E IMPUESTO SOCIEDADES	128.742,79 €	130.000,00 €
	TOTAL INGRESOS	4.972.972,08 €	5.131.900,00 €
	TOTAL GASTOS	4.997.714,33 €	5.131.900,00 €
	RESULTADO EJERCICIO CONTABLE A 31 DE DICIEMBRE 2025	-24.742,25 €	

REPARACIONES Y OBRAS APROBADAS EN 2025 (SUFragADAS CON FONDOS PROPIOS)

PISCINA COMEDORES	837.515,00 €
AMPLIACIÓN SALA FITNESS	126.017,00 €
ENVOLVENTE TÉRMICA FACHADA ESTE Y NORTE EDIFICIO SOCIAL	65.712,00 €
LLAVEROS PÁDEL Y TATAMI	8.830,00 €
PORTÓN VERDE Y CÁMARA DE VIGILANCIA	2.639,00 €
LUZ PISTAS TENIS	13.405,00 €
RECEBADO CAMPO FÚTBOL	9.559,00 €
PINTADO BAR RESTAURANTE	12.700,00 €
MÁQUINAS SALA FITNESS	22.130,00 €
TOTAL:	1.098.507,00 €



Actuaciones

La AD San Juan continúa año tras año renovando sus instalaciones, al margen de las novedades que pueda llevar a cabo. En este último año, una de las obras más singulares y que da respuesta a una alta demanda de las personas socias es la renovación y ampliación de la Sala Fitness.

Un espacio que se ha visto duplicado en metros. Ahora, con un lugar mucho más amplio, los usuarios y usuarias de la sala podrán practicar deporte de forma más cómoda, mejorando sus entrenamientos y resultados.

Una pasarela une ambos espacios, el ya existente que se ha visto reorganizado, así como el nuevo, con máquinas de última generación y un ambiente idóneo para compartir ejercicios con otras personas.

Desde el pasado 17 de abril está operativa y se puede comprobar el resultado de las obras.

En la página de esta revista correspondiente a la Sala Fitness puedes encontrar más información sobre esta obra.



Descargar QR para ver vídeo de la renovada y ampliada Sala Fitness



MAYOR CONECTIVIDAD EN LA SALA DE ESTUDIO

Con el objetivo de hacer más productiva la estancia de las personas que deciden estudiar y realizar sus tareas en la sala de estudio, la Agrupación ha habilitado nuevas conexiones con toma USB en cada una de las mesas. De esta manera las personas interesadas pueden conectar sus equipos para trabajar en mejores condiciones a las ya existentes.



RECEBADO DE CAUCHO EN EL CAMPO DE FÚTBOL

Se trata de una actuación periódica que busca garantizar el confort en la práctica del fútbol, así como disponer de una mayor durabilidad del campo. Esta viene motivada por el deterioro normal de una instalación a la intemperie y a la que se somete a una continua actividad de equipos en el día a día.



PINTADO Y SUSTITUCIÓN DE LUCES EN EL ACCESO DEL EDIFICIO SOCIAL Y BAR RESTAURANTE

Recientemente se han sustituido las lámparas ubicadas en el techo tanto del acceso al Edificio Social como del Bar Restaurante, colocando una nueva iluminación de mayor alcance y bajo consumo. De igual modo se han pintado los techos, rejuveneciendo la instalación.



SANEAMIENTO DE LAS LAMAS UBICADAS EN EL EXTERIOR DEL EDIFICIO NUEVO

Fruto del desgaste propio del tiempo, la ADSJ-DKE ha procedido a restaurar parte de la fachada exterior que da al paseo del polideportivo nuevo. La actuación ha consistido en lijar, sanear la chapa, darle un tratamiento anti óxido y posterior imprimación y pintura. Los trabajos continúan en estos momentos.



CERRAMIENTO Y ADECUACIÓN DE LA TERRAZA DEL GRADERÍO DEL FÚTBOL

Con el fin de mejorar la práctica deportiva en el recinto del campo de fútbol, el club ha habilitado una zona cubierta para poder realizar ejercicios físicos de activación y/o recuperación, aprovechando la terraza del graderío. Para ello se ha instalado un césped artificial y se ha procedido a cerrar con mamparas aquellas partes de la grada en las que el viento y la lluvia pueden ser un mayor obstáculo.



COLOCACIÓN DE TOLDOS PARA EVITAR DESLUMBRAMIENTO EN LAS PISTAS DE PÁDEL 1, 2 Y 3

Fruto del desgaste propio del tiempo, la ADSJ-DKE ha procedido a restaurar parte de la fachada exterior que da al paseo del polideportivo nuevo. La actuación ha consistido en lijar, sanear la chapa, darle un tratamiento anti óxido y posterior imprimación y pintura. Los trabajos continúan en estos momentos.

San Juan impulsa su vertiente social con numerosas charlas, talleres y actividades para sus socios y socias

La Agrupación Deportiva San Juan – Donibane Kirol Elkartea ha reforzado durante los últimos meses su compromiso con la formación, el bienestar y la vida social de sus socios y socias mediante la organización de distintas charlas, talleres, actividades culturales y propuestas de carácter social abiertas a toda la comunidad del club.



CHARLAS SOBRE EL PROTOCOLO DE ACTUACIÓN ANTE EMERGENCIAS

Una de las iniciativas más destacadas fue el ciclo de charlas centradas en el protocolo de actuación ante emergencias, celebradas los días 5, 7 y 8 de mayo en la Sala de Usos Múltiples 1. Bajo el lema “Conoce el protocolo de actuación ante emergencias”, deportistas, familias, entrenadores y personal de la Agrupación pudieron adquirir conocimientos básicos para saber cómo actuar de forma rápida y eficaz ante situaciones críticas. Las sesiones combinaron explicaciones teóricas y ejemplos prácticos, contando además con la colaboración de Beatriz Robador Llorente, cuya experiencia y cercanía fueron muy valoradas por las personas asistentes.

PRESENTACIÓN DEL LIBRO ‘VIAJE EN EL TIEMPO POR LA NAVARRA MEDIEVAL’

La programación social y cultural también tuvo espacio para la literatura y la historia con la presentación del libro Viaje en el tiempo por la Navarra medieval, de Fermín Villanueva. La activi-

dad permitió a los asistentes descubrir diferentes aspectos de la Navarra medieval a través de una charla cercana y divulgativa en la que el autor compartió detalles sobre el contenido de la obra y su proceso creativo.



CATA DE ACEITE DE OLIVA VIRGEN EXTRA

Otra de las actividades que contó con una gran acogida fue la cata de aceite celebrada en el comedor del Bar Restaurante San Juan y dirigida por el olivicultor ecológico y catador Javier Adot. Los asistentes tuvieron la oportunidad de conocer diferentes variedades de aceite de oliva virgen extra, aprendiendo a identificar aromas, matices y cualidades a través de una experiencia práctica y didáctica que se completó con una selección de pintxos elaborados por el propio restaurante.

TALLER DE JUEGO CON FROGGIES

En el ámbito educativo y familiar, la AD San Juan acogió un “Taller de Juego” organizado por Froggies, centrado en el valor del juego y el acompañamiento respetuoso durante la infancia. La jornada reunió a familias, educadores y personas interesadas en el desarrollo infantil, ofreciendo recursos prácticos, dinámicas y actividades basadas en juegos, canciones, cuentos y bailes. Además, los más pequeños también pudieron disfrutar de una sesión de pintacaras dentro de una propuesta que destacó por su ambiente participativo y cercano.



CHARLA SOBRE DESARROLLO TRANSVERSAL A TRAVÉS DEL DEPORTE

El deporte y la educación volvieron a unirse en la charla impartida por Kepa Díez, psicólogo deportivo y árbitro de fútbol sala navarro, quien ofreció una ponencia sobre el desarrollo transversal a través del deporte. Familias, entrenadores y monitores reflexionaron sobre la importancia del deporte como herramienta educativa y de crecimiento personal, más allá de la competición y el rendimiento deportivo.



TRUEQUE FEST: SOSTENIBILIDAD Y SOLIDARIDAD

La sostenibilidad y la solidaridad también tuvieron su protagonismo con la celebración de la primera edición del Trueque Fest, un mercadillo de intercambio de ropa sostenible impulsado por la Agrupación. La iniciativa permitió a los participantes intercambiar prendas en buen estado, fomentando el consumo responsable y la reutilización de recursos. Según destacó Ana Unanua Santesteban, miembro de la Junta Directiva de la AD San Juan, la experiencia fue muy positiva y recibió una gran valoración por parte de las personas asistentes, muchas de las cuales mostraron su interés en que la actividad tenga continuidad en

futuras ediciones. La Agrupación quiso agradecer además la colaboración de Joma Sport por la donación de numerosas prendas que contribuyeron al éxito de la jornada. Como parte del compromiso social del proyecto, toda la ropa que no encontró un nuevo propietario fue destinada a Cáritas y París 365 para apoyar la labor que ambas entidades desarrollan con personas en situación de vulnerabilidad.

JORNADAS DE MONTAÑA

La oferta cultural de la Agrupación también incluyó unas exitosas Jornadas de Montaña que reunieron a numerosos aficionados y aficionadas en torno a algunas de las experiencias más inspiradoras del montañismo y los deportes de aventura. Durante tres jornadas, la Sala de Usos Múltiples acogió ponencias que permitieron viajar desde los impresionantes barrancos presentados por Álvaro Herrera hasta las exigencias de la ascensión al Makalu relatadas por Uxue Murolas e Ignacio Barrio. El ciclo culminó con la conferencia "Odissea Everest - 25 aniversario", en la que Koldo Aldaz compartió con el público los recuerdos y aprendizajes de una aventura histórica marcada por la superación y el compañerismo. La excelente acogida de las sesiones y la participación de los asistentes confirmaron el interés existente por este tipo de propuestas, que acercan la montaña, la naturaleza y los valores del esfuerzo personal a la comunidad de la AD San Juan.

IMPULSO AL CLUB SENIOR JUNTO A FUNDACIÓN SOLERA

Asimismo, la Agrupación continúa trabajando en iniciativas dirigidas a fomentar el bienestar y la participación social de las personas mayores. En este sentido, la AD San Juan alcanzó recientemente un acuerdo de colaboración con Fundación Solera para potenciar las actividades del Club Senior, ofreciendo nuevas propuestas deportivas, cognitivas, culturales y de ocio destinadas a socios y socias mayores de 65 años.

Con todas estas iniciativas, la AD San Juan sigue consolidándose como un espacio de encuentro, convivencia, solidaridad y formación, reforzando su apuesta por una oferta social variada que complementa la actividad deportiva y contribuye al bienestar de toda la masa social del club.



San Juan refuerza su apuesta por el fútbol formativo y social

La Agrupación Deportiva San Juan – Donibane Kirol Elkarteak ha reafirmado durante los últimos meses su compromiso con el deporte formativo y la integración de sus socios y socias a través de un proyecto futbolístico pensado para aquellos jóvenes que, pese a querer seguir practicando fútbol en el club, se habían quedado sin equipo debido al aumento de la competitividad en determinadas edades.

La iniciativa nació en abril de 2024 con la creación de un equipo Infantil formado principalmente por socios de la Agrupación. El objetivo era claro: ofrecer una alternativa deportiva a niños que deseaban continuar jugando en San Juan independientemente de su nivel competitivo, reforzando al mismo tiempo el sentimiento de pertenencia al club y evitando que tuvieran que marcharse a otras entidades.

Tras dos temporadas de funcionamiento, el balance realizado tanto por la Junta Directiva como por la Sección de Fútbol y las propias familias ha sido muy positivo. El crecimiento deportivo y personal de los jugadores, junto al buen ambiente generado dentro del grupo, ha llevado a la Agrupación a dar continuidad al proyecto con la creación de un nuevo equipo en categoría Cadete, manteniendo además el Infantil para la próxima temporada.

Desde la directiva de la ADSJ-DKE se destaca que esta propuesta responde a una de las principales demandas trasladadas por las familias socias del club. Más allá de la práctica deportiva, el proyecto busca ofrecer un entorno seguro y cercano en el que los jóvenes puedan seguir desarrollándose junto a sus amistades y manteniendo su vínculo con San Juan en una etapa especialmente importante de crecimiento personal.

La experiencia también ha sido muy valorada desde la propia Sección de Fútbol. Tanto el coordinador como los entrenadores subrayan la progresión mostrada por los jugadores durante estos dos años, no solo a nivel deportivo, sino también en aspectos relacionados con la convivencia, el esfuerzo y la disciplina. De hecho, el equipo Infantil logró finalizar tercero en su liga la pasada temporada, confirmando la buena evolución del grupo gracias al trabajo diario realizado en los entrenamientos.

Otro de los aspectos más destacados por las familias es la conciliación que ofrece el proyecto. Poder continuar realizando deporte dentro de la Agrupación permite a padres, madres e hijos seguir disfrutando juntos de las instalaciones y reforzar la vida social dentro del club. Además, las familias valoran especialmente el trabajo educativo y humano desarrollado por los técnicos, quienes

acompañan a los jugadores desde la cercanía, la exigencia y el respeto.

Con la puesta en marcha del nuevo equipo Cadete y la continuidad del Infantil, serán ya cerca de una treintena los futbolistas que formen parte de esta iniciativa impulsada por la AD San Juan, consolidando un modelo deportivo que apuesta por

la inclusión, la formación en valores y el deporte como herramienta de convivencia.

Desde la Agrupación también se sigue trabajando para poder dar respuesta a la creciente demanda existente en torno al fútbol femenino, con el objetivo de continuar ampliando las oportunidades deportivas para todos sus socios y socias.



La AD San Juan acerca a sus socios y socias el proyecto de Fundación Nánthea

Conscientes del creciente interés existente en torno al fútbol femenino y de la demanda trasladada por familias y futbolistas del club, la Agrupación Deportiva San Juan ha querido compartir entre sus socios y socias la información relativa al proyecto impulsado por Fundación Nánthea.

Se trata de una iniciativa centrada en el desarrollo integral de niñas y jóvenes a través del fútbol femenino, entendiendo el deporte como una herramienta educativa, social y de crecimiento personal. El proyecto apuesta por un modelo deportivo más humano, inclusivo e igualitario, sustentado sobre valores como la igualdad, la no violencia, la comunicación transparente y el empoderamiento femenino.

Además de la formación deportiva, Fundación

Nánthea incorpora diferentes áreas complementarias como la psicología, la nutrición, el apoyo escolar o el acompañamiento personal, buscando generar un entorno seguro y educativo para las participantes.

Las inscripciones permanecen abiertas para chicas nacidas entre 2011 y 2016 que deseen formar parte de la primera generación del proyecto durante la temporada 2026-2027. Los entrenamientos se desarrollarán dos tardes por semana en instalaciones de Noáin y Beriáin.

Desde la AD San Juan se facilita esta información con el objetivo de que cualquier futbolista o familia interesada pueda conocer más detalles sobre la iniciativa y valorar su participación a través de la página web www.fundacionnanthea.com

Casto Daniel y Ángel Moreno, campeones del Torneo Social de Mus 2026



Casto Daniel San Juan de la Rubia y Ángel Moreno Prado se proclamaron campeones del Campeonato Social de Mus de la Agrupación Deportiva San Juan – Donibane Kirol Elkarte en su edición de 2026. Un campeonato en el que Jesús Andrés Azcona Azanza y Pablo Goñi Aceituno quedaron en segundo lugar. La pareja en tercera posición fue la compuesta por Julián Urtasun Aldaz y Jesús Arana Alfaro.

A las puertas del pódium se quedaron Miguel A. Ilarri Santos y Miguel A. Maiza Goñi.

Como cada año la entrega de los galardones tuvo lugar en el Bar Restaurante San Juan, que junto con el resto de patrocinadores del campeonato han hecho posible que una vez más el torneo gozase de una alta participación y competitividad.





Conchi Sánchez ganadora del Campeonato Social de Chinchón 2026



De igual modo en fechas recientes concluía el social de chinchón, que en esta ocasión proclamó como ganadora a Conche Sánchez tras alcanzar un total de 666 puntos. Le siguieron M. Carmen Etayo con 681 puntos y Marisol Areta con 738 puntos.



Resaltar el gran ambiente mostrado en cada una de las partidas con las que ha contado la competición. Un juego desarrollado durante el último mes y medio en las instalaciones del club, haciendo de San Juan un lugar repleto de vivencias y de espíritu competitivo.



¡Felicidades a todos y a todas!



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

////////// Pases verano 2026

	TEMPORADA	UN MES	15 DÍAS	7 DÍAS	UN DÍA	1/2 DÍA*
De 14 a 64 años	682 €	341,50 €	239 €	125 €	28,50 €	23,50 €
De 6 a 13 años	517 €	261,50 €	193,50 €	96 €	20,50 €	15 €
De 0 a 5 años	230,50 €	119 €	96 €	51 €	13 €	9 €
Mayores de 65 años	569 €	284 €	199 €	101,50 €	20,50 €	15 €

*ENTRADAS 1/2 DÍA: Horario de venta y acceso a partir de las 16h.

FECHAS: DEL 1 DE JUNIO AL 13 DE SEPTIEMBRE DE 2026

1. Las personas que sean familiares de socios podrán adquirir en oficinas bonos con descuento del 50% para familiares de primer grado y segundo grado si son menores de 13 años (incluido) y 25% para los de segundo grado, mayores de 14 años (incluido). Deberán presentar el LIBRO DE FAMILIA o CERTIFICADO DE NACIMIENTO / MATRIMONIO y el DNI.
2. Asimismo, los familiares de socios podrán comprar entradas de un día con descuento siempre que se adquieran previamente en oficinas (NO EN PORTERÍA). Igualmente, habrán de presentar el LIBRO DE FAMILIA o CERTIFICADO DE NACIMIENTO / MATRIMONIO y el DNI. El descuento será del 25% en familiares de primer grado y segundo grado menores de 13 años (incluido) y del 10% en los de segundo grado, mayores de 14 años (incluido). Las entradas no utilizadas se perderán. No se admiten cambios de fecha.
3. Los bonos tendrán validez exclusivamente en días correlativos. Si una persona no acude a la Agrupación algún día del período de vigencia del bono, no podrá reclamar su uso fuera del plazo establecido.
4. Las personas menores de 14 años solo podrán retirar su bono o entrada diaria si vienen acompañadas de un socio mayor de edad.
5. El importe de los pases de verano será abonado íntegramente y antes de acceder a las instalaciones.
6. En el caso de que haya un gran número de personas en las instalaciones y con la finalidad de no superar el aforo, la Junta Directiva se reserva la facultad de no emitir entradas diarias para no socios.





AGRUPACIÓN DEPORTIVA
SAN JUAN
DONIBANE KIROL ELKARTEA

PISCINAS EXTERIORES

- Verano 2026 -

CALENDARIO DE APERTURA Y HORARIOS



VIERNES 29 DE MAYO
(PRIMER FIN DE SEMANA)

APERTURA DE CHAPOTEY Y SPLASH

🕒 11:00 a 21:00 h



DEL 1 AL 5 DE JUNIO
(LUNES A VIERNES)

ABREN PISCINA OLÍMPICA, CHAPOTEY Y SPLASH

🕒 16:00 a 21:00 h



A PARTIR DEL SÁBADO 6 DE JUNIO

SE INCORPORA LA PISCINA RECREATIVA

📅 SÁBADOS Y DOMINGOS

🕒 10:00 a 21:00 h



📅 DE LUNES A VIERNES

🕒 Piscina olímpica: 10:00 a 21:00 h
🕒 Piscina recreativa: 16:00 a 21:00 h



DESDE EL 13 DE JUNIO Y DURANTE TODA LA TEMPORADA ESTIVAL

TODAS LAS PISCINAS EXTERIORES ABIERTAS

📅 TODOS LOS DÍAS

🕒 10:00 a 21:00 h



SEPTIEMBRE

📅 TODOS LOS DÍAS

🕒 10:00 a 20:00 h
(INCLUIDO 31 DE AGOSTO AL CAER EN LUNES)



DEL 7 AL 11 DE SEPTIEMBRE



PISCINA OLÍMPICA, CHAPOTEY Y SPLASH

🕒 10:00 a 20:00 h



COMEDORES

🕒 16:00 a 20:00 h



LUDICA

CERRADA

📌 Los horarios podrán sufrir modificaciones por necesidades del servicio o condiciones meteorológicas. Se informará puntualmente a través de los canales oficiales del club.

Lampetia

Fotovoltaica inteligente



676 271 037 / 649 188 437 - tecnico@lampetia.es
Ronda de Barañain, 7 - Of. 11 31010 Barañain (Navarra)
www.lampetia.com

Ya está aquí el campus multideporte San Juan Aventura

La Agrupación Deportiva San Juan – Donibane Kirol Elkarteak volverá a apostar este verano por una nueva edición de San Juan Aventura 2026, un campus dirigido a socios y socias menores de edad que combina deporte, valores, convivencia y ocio educativo en un entorno seguro y adaptado a todas las edades.

El proyecto, desarrollado junto a Mundo Capitani y Alejandro Capitani, llega avalado por el éxito obtenido en las anteriores ediciones celebradas desde 2022 y por una trayectoria de más de diez años vinculada al club y a la gestión de actividades deportivas y formativas.

El campus estará orientado a niños y niñas de entre 4 y 12 años, organizados por grupos de edad reducidos y acompañados por monitores titulados y personal especializado en animación sociocultural y deporte. Además, contará con actividades en euskera e inglés, reforzando el carácter multilingüe de la propuesta.

Entre las actividades programadas destacan disciplinas deportivas como fútbol, tenis, pádel o natación, además de talleres creativos, cocina y repostería, manualidades, ajedrez, teatro, danzas urbanas y juegos de agua en la piscina recreativa del club. Todo ello bajo una filosofía centrada en la socialización, la convivencia, el trabajo en equipo y el fortalecimiento del sentimiento de pertenencia a la Agrupación.

La organización también pondrá especial atención en la seguridad y el bienestar de los participantes mediante protocolos específicos de acceso, recogida y primeros auxilios, así como una coordinación permanente con la enfermería del club y personal con formación de primer interviniente.



CAMPUS MULTIDEPORTE - ANITZEKO KANPALEKURA

San Juan Aventura 2026
Donibane aventura

Inscripción / Inskripzioa

4 - 12
Años / urte

Izen-ematea zabalik uda osoan zehar
Inscripciones abiertas DURANTE TODO EL VERANO

TANDAS / TXANDAK

1ª	- 22 AL 26 DE JUNIO / EKAINAREN 22TIK 26RA
2ª	- 29 DE JUNIO AL 3 DE JULIO / EKAINAREN 29TIK UZTAILAREN 3RA
3ª	- 13 AL 17 DE JULIO / UZTAILAREN 13TIK 17RA
4ª	- 20 AL 24 DE JULIO / UZTAILAREN 20TIK 24RA
5ª	- 27 DE JULIO AL 31 DE JULIO / UZTAILAREN 27TIK 31RA
6ª	- 3 AL 7 DE AGOSTO / ABUZTUAREN 3TIK 7RA
7ª	- 10 AL 14 DE AGOSTO / ABUZTUAREN 10TIK 14RA

El horario general del campus será de 09:00 a 14:00 horas, aunque se ofrecerán servicios gratuitos de conciliación familiar con recogida temprana desde las 08:15 horas y retirada tardía hasta las 14:30 horas.

San Juan Aventura 2026 se desarrollará en diferentes tandas entre el 22 de junio y el 14 de agosto, con un precio semanal de 135 euros por participante. Además, se contemplan descuentos para hermanos y para quienes repitan varias semanas de campus. La inscripción incluirá camiseta y gorra oficiales.

Con esta nueva edición, la ADSJ-DKE continúa reforzando su apuesta por ofrecer alternativas deportivas y educativas de calidad durante el verano, fomentando la convivencia y la identidad "sanjuanera" entre los más jóvenes del club.

Inscríbete ya al Campus de Tecnificación de Fútbol Verano 2026

La Sección de Fútbol de la Agrupación Deportiva San Juan ha presentado oficialmente una nueva edición del Campus de Tecnificación de Fútbol de Verano 2026, una actividad dirigida a niños y niñas nacidos entre los años 2011 y 2019.

El campus, pensado para seguir disfrutando y aprendiendo fútbol durante las vacaciones estivales, se desarrollará en formato semanal de cinco días y combinará trabajo técnico, diversión y convivencia en un entorno deportivo y educativo.

El horario habitual será de 9:00 a 14:00 horas, aunque también existirá la posibilidad de servicio de madrugadores, en función de la demanda, de 8:00 a 9:00 horas, con un suplemento de 10 euros.

Además, todos los participantes recibirán material técnico incluido con la inscripción y también se ofrecerá la posibilidad de apuntarse específicamente como portero o portera.

El precio del campus será de 150 euros para socios y socias de la AD San Juan. En el caso de familias con más de un hermano inscrito, se aplicará un descuento de 10 euros.

Las inscripciones podrán realizarse desde el 5 de mayo y permanecerán abiertas hasta una semana antes del inicio de cada campus. La inscripción se realizará exclusivamente a través de los canales habilitados por la organización.

En cuanto a las formas de pago, a las personas socias se les cargará el importe junto al próximo recibo de la AD San Juan, mientras que las no socias deberán formalizar el pago en las oficinas del club.

La organización también ha informado de las condiciones de baja: en caso de cancelar la inscripción una semana antes del inicio del campus, se devolverá el importe abonado aplicando una penalización del 25% de la matrícula. Una vez iniciado el campus, no se realizarán devoluciones.

Desde la Sección de Fútbol animan a todas las familias a participar en una actividad que cada verano reúne a numerosos jóvenes futbolistas en un ambiente de aprendizaje, compañerismo y pasión por el deporte.



El 22 de junio dará inicio una nueva edición del Campus de Natación con Aletas

La Agrupación Deportiva San Juan organizará este verano una nueva edición del Campus de Natación con Aletas 2026, una propuesta deportiva y educativa dirigida a niños y niñas de entre 6 y 12 años. El campus está dividido en un total de ocho tandas semanales repartidas entre el 22 de junio y el 28 de agosto.

El campus se desarrollará en horario de 9:00 a 14:00 horas y ofrecerá a los participantes la oportunidad de descubrir y practicar la natación con aletas a través de actividades adaptadas a cada nivel, combinando aprendizaje, diversión y convivencia.

A lo largo de la jornada, los asistentes disfrutarán de un completo programa de actividades que incluirá juegos cooperativos, talleres teóricos, actividades físicas suaves, ejercicios de respiración y control corporal, además de sesiones prácticas en piscina con técnica de monoaleta y bialetas, apnea adaptada y diferentes dinámicas acuáticas.

El campus también contará con actividades complementarias como gincanas temáticas, competiciones por equipos sin carácter competitivo, talleres creativos y momentos de valoración grupal y relajación guiada al final de cada jornada.

Además, los viernes tendrán un carácter especial con actividades y propuestas diferentes para cerrar la semana de una forma lúdica y divertida.

Desde la Sección de Natación con Aletas destacan que este campus busca no solo fomentar la práctica deportiva y el conocimiento de los deportes subacuáticos, sino también promover valores como el compañerismo, la cooperación y el respeto.

Las familias interesadas pueden obtener más información e inscribirse a través del código QR incluido en el cartel oficial del campus.

CAMPUS DE VERANO 2026 NATAción CON ALETAS

Programa de actividades diario (9:00 – 14:00)

9:00 – 10:00 Animación y actividad musical fuera del agua	<ul style="list-style-type: none"> Juegos cooperativos en aire libre o en agua. Planificar la natación con aletas con otros dispositivos. Música y desarrollo emocional. Talleres teóricos: Historia del deporte, reglamento, tipos de aletas, buceo, técnicas en competencias. Actividades físicas suaves: ejercicios de coordinación, movilidad articular, equilibrio. Respiración y control corporal: técnicas básicas de respiración y apnea.
10:00 – 10:30 Desayuno / desayuno aletas	<ul style="list-style-type: none"> Almuerzo. Juegos de mesa deportivos, puzzles de apnea, trivia teórica, etc.
10:30 – 12:30 Sesiones prácticas en piscina	<ul style="list-style-type: none"> Calentamiento en seco y en agua. Técnica con monoaleta / bialetas (carga nivel). Apnea estática y dinámica adaptada. Talleres por estaciones (velocidad, fondo, gincana, etc.). Juegos acuáticos y retos cooperativos. Descubrir los diferentes deportes subacuáticos.
12:30 – 13:15 Dinámicas y actividades complementarias	<ul style="list-style-type: none"> Cóncursos temáticos de natación con aletas. Taller de creación de la propia "libro de entrenamiento". Competencias suaves por equipos (sin carácter competitivo).
13:15 – 14:00 Testimonios, despedida del día y mensajes	<ul style="list-style-type: none"> Valoración del día por parte del grupo. Preparación para el día siguiente: ideas. Actividad de cierre lúdica y relajación guiada.

¿Tienes entre 6-12 años? ¡anímate!

Los viernes día especial!!

IGERIKETA HEGATSEKIN 2026KO UDAKO KANPUSA

Eguneroko jarduerako programa (9:00 – 14:00)

9:00 – 10:00 Harrera eta lanen jarduerak uretatik kanpo espazioetan	<ul style="list-style-type: none"> Kanpo edo gaithe joko kooperatibak. Aleaketa gaithe joko jirgira batzuetan baina. Multzoak eta jai-jaiak jokoak. Taller Workshop: kintaren historia, arraultz, aleta eta jantzen mota, materialak, buroak. Jokabide ludo jokoak: koordinazio jokoak, arraultz, mugimendua, eraketa. Antzerki eta gaithearen bidezko eraketa eta apnea berrak.
10:00 – 10:30 Hamaiketa / atsedeen aldirioa	<ul style="list-style-type: none"> Hamaiketa. Mahai joko kintarik, apnea jokoak, gaithe berrak, etak.
10:30 – 12:30 Uretaneko saio praktikoa	<ul style="list-style-type: none"> Lafarmina eta uretako berraketa. Munduko / berraketa teknika (inbentario ardurak). Egokitasun eraketa eta dinamika egokitasun. Estazio lana (liberazio, fondo, berraketa, eraketa). U jokoak eta eraketa kooperatibak. Uretako kint berraketa eraketa.
12:30 – 13:15 Dinamika eta jarduerak esangariek	<ul style="list-style-type: none"> Aleaketa jirgitekako ginkana berraketa. Zuzen "antzerkiaren egunkaria" jokoak talerra. Taldea joko eraketa berraketa gaitheak.
13:15 – 14:00 Egunerako buroak, hurrengo egunerako prestatzea eta jantzea	<ul style="list-style-type: none"> Egunerako buroak taldearen artean. Hurrengo egunerako jantzerako prestatzea: ideak. Antzerki jarduerak buroak edo eraketa gaitheak.

6-12 urte dituzu? Anima zaitetz!!

Ostiralak egun berezia!

Campus de verano de Pelota Vasca, del 17 al 21 de agosto

La Sección de Pelota de la Agrupación Deportiva San Juan organizará del 17 al 21 de agosto una nueva edición de su Campus de Pelota Vasca 2026, una actividad dirigida a niños y niñas de entre 8 y 14 años (nacidos entre 2012 y 2018, ambos inclusive).

El campus se desarrollará en horario de 9:00 a 14:00 horas en la modalidad sin comida y de 9:00 a 15:00 horas para quienes opten por incluir comida.

Durante toda la semana, los participantes podrán disfrutar y aprender diferentes modalidades de pelota vasca, tanto de pala como de mano. Entre las actividades principales destacan la paleta goma —adaptada a los más pequeños con pelota de tenis o goma—, la paleta cuero para los mayores y la práctica de pelota a mano.

Además de la actividad deportiva, el campus contará con numerosas propuestas complementarias como juegos cooperativos, talleres, piscina o visitas de pelotaris, ofreciendo así una experiencia completa de convivencia, diversión y aprendizaje.

Las sesiones estarán dirigidas por pelotaris y educadores con experiencia previa, y todas las actividades se desarrollarán en formato bilingüe, principalmente en euskera y, si fuera necesario, también en castellano mediante traducción instantánea.

Ordutegia		
9:00etatik 14:00etara (bazkaririk gabe)		115€
9:00etatik 15:00etara (bazkariarekin)		145€
Horario		
9:00h. a 14:00h. (sin comida)		115€
9:00h. a 15:00h. (con comida)		145€

Como recuerdo de la experiencia, todos los participantes recibirán una camiseta del campus y varias sorpresas preparadas por la organización. El precio del campus será de 115 euros sin comida y de 145 euros con comida incluida.

Desde la Sección de Pelota de la AD San Juan se anima a todas las familias a participar en una semana pensada para disfrutar del deporte, la convivencia y la cultura de la pelota vasca.



Galbis Paellas Gigantes
La paella es grande. Galbis la hizo gigante...

Tfno. 96 254 10 93 - 670 583 837

www.galbis.com



“Total Bienestar Fit”, la nueva actividad que estabas buscando

La Agrupación Deportiva San Juan continúa ampliando su oferta deportiva y de bienestar con la puesta en marcha de “Total Bienestar Fit”, una nueva actividad dirigida a socios y socias a partir de 14 años que combinará ejercicio físico, movimiento consciente y bienestar emocional durante los meses de verano.

TOTAL BIENESTAR FIT
 Tu verano 100%
 Reset y bienestar

BALLET FIT
 Entrenamiento accesible, equilibrado y divertido que mejora fuerza, postura, movilidad y tonificación.

BODY EMOTION RESET
 Movimiento consciente, automasaje y técnicas sensoriales para liberar tensiones y renovar la energía.

MATERIAL AUDIOVISUAL DE REFUERZO
 para practicar en casa y seguir progresando.

DURACIÓN
 90 minutos por sesión

MARTES Y JUEVES
 de 9:00 a 10:30 h.
(Horario 20h, si hay demanda)

FECHAS
 • 28 y 30 de julio
 • 4 y 6 de agosto
 • 11 y 13 de agosto
 • 18 y 20 de agosto

A PARTIR DE 14 AÑOS

CICLO COMPLETO
 8 CLASES DE 90 MINUTOS
52€ PRECIO ESPECIAL PARA SOCIOS Y SOCIAS

CICLOS QUINCENALES OPCIONALES
 • Primer periodo: 28 de julio al 6 de agosto
 • Segundo periodo: 11 al 20 de agosto
PRECIO POR CADA QUINCENA: 33€

AGROPACION DEPORTIVA SAN JUAN | INSCRIPCIONES EN OFICINAS

La propuesta une dos disciplinas complementarias: Ballet Fit y Body Emotion Reset. Por un lado, las sesiones de Ballet Fit ofrecerán un entrenamiento accesible, equilibrado y dinámico enfocado en mejorar la fuerza, la postura, la movilidad y la tonificación. Por otro, Body Emotion Reset trabajará el movimiento consciente, el automasaje y diferentes técnicas sensoriales para ayudar a liberar tensiones y renovar la energía.

Además, las personas participantes contarán con material audiovisual de refuerzo para continuar practicando en casa y seguir progresando entre sesiones.

La actividad se desarrollará los martes y jueves de 9:00 a 10:30 horas, con posibilidad de habilitar también horario de 20:00 horas en caso de demanda suficiente. Cada sesión tendrá una duración de 90 minutos.

Las fechas programadas serán:

- 28 y 30 de julio
- 4 y 6 de agosto
- 11 y 13 de agosto
- 18 y 20 de agosto

En cuanto a las tarifas, el ciclo completo de ocho clases tendrá un precio especial para socios y socias de 52 euros. También existirán ciclos quincenales opcionales por 33 euros cada uno:

- Primer periodo: del 28 de julio al 6 de agosto
- Segundo periodo: del 11 al 20 de agosto
- Las inscripciones podrán realizarse en las oficinas de la Agrupación.

Con esta nueva iniciativa, la AD San Juan sigue apostando por actividades innovadoras que fomenten la salud, el deporte y el bienestar integral de sus socios y socias durante la temporada estival.



SEMANA 2026 DEL SOCIO

JUNIO

sábado 13	PASE DE TEATRO DE ADULTOS: 18:30 H. Sala Multiusos 1.
domingo 14	PASE DE TEATRO DE MENORES: 12:00 H. Sala Multiusos 1.
lunes 15	CAMPEONATO SOCIAL DE SALA FITNESS: 19:00 H.
martes 16	PRUEBA DE MARCHA NÓRDICA: 10:00 H. EXHIBICIÓN DE GIMNASIA: 16:30 H. EXHIBICION DE PATINAJE: 18:00 H. EXHIBICIÓN DE DANZAS URBANAS: 19:00 H.
miércoles 17	EXHIBICIÓN DE NATACIÓN ARTÍSTICA: 18:30 H. EXHIBICIÓN DE KÁRATE: 19:00 H.
jueves 18	EXHIBICIÓN DE TRIATLÓN: de 17:00 H. AUDICIÓN FINAL DE MÚSICA: 17:30 H. EXHIBICIÓN DE DANZAS REGIONALES: 19:30 H.
viernes 19	EXHIBICIÓN DE TAEKWONDO: 17:00 H. TALLER DE MASAJE: 17:00 H.
sábado 20	DÍA DEL SOCIO HINCHABLES EN LA PISCINA OLÍMPICA: de 12:00 a 14:00 H. PAELLA POPULAR: 14:00 H. BINGO: 16:15 H. CONCIERTO DE SOBREMESA: 17:00 H. PINTACARAS: 17:00 H. HINCHABLES EN LA PISCINA OLÍMPICA: de 16:30 a 18:30 H.



ACTIVIDADES DE VERANO 2026

San Juan te ofrece una completa oferta deportiva y de bienestar dirigida a todas las edades para disfrutar de los meses de julio y agosto manteniéndose activo y saludable.

Las inscripciones podrán realizarse del 8 al 22 de junio, tanto a través del Portal del Socio como de forma presencial en las oficinas del club.

ACTIVIDADES DE FITNESS Y BIENESTAR

Easy Tono

Actividad orientada al trabajo físico general y tonificación.

- Agosto
- Martes y jueves
- 19:00 a 19:45 horas
- Sala 6
- Precio: 25 €
- Plazas: mínimo 14 y máximo 26 participantes.

Pilates

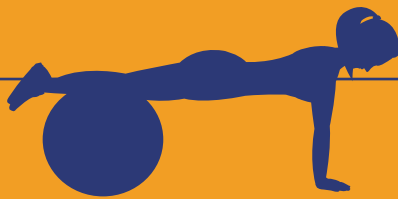
Durante el mes de agosto se impartirán sesiones los martes y jueves en la Sala 6, con dos horarios disponibles:

- 09:30 a 10:15 horas
- 19:45 a 20:30 horas
- Precio: 29 €
- Plazas: mínimo 14 y máximo 17 participantes.

Easy Line (+65 años)

Propuesta especialmente diseñada para personas mayores de 65 años.

- Agosto
- Martes y jueves
- 10:15 a 11:00 horas
- Sala 5
- Precio: 25 €
- Plazas: mínimo 14 y máximo 26 participantes.



TOTAL BIENESTAR FIT

Una novedosa actividad que combina dos disciplinas complementarias:

Ballet Fit, un entrenamiento accesible, equilibrado y divertido que mejora la fuerza, la postura, la movilidad y la tonificación.

Body Emotion Reset, basado en movimiento consciente, automasaje y técnicas sensoriales para liberar tensiones y renovar la energía.

- Fechas: del 28 de julio al 20 de agosto
- Días: martes y jueves
- Horario: de 09:00 a 10:30 horas
- Lugar: SUM 1

Precios:

- Ciclo completo (8 clases de 90 minutos): 52 €
- Primer periodo (28 de julio al 6 de agosto): 33 €
- Segundo periodo (11 al 20 de agosto): 33 €



Patinaie

La actividad de patinaje se desarrollará del 3 al 27 de agosto, de lunes a jueves, en horario de 18:00 a 19:00 horas.

- Precio: 35 €
- La actividad está dirigida a niños y niñas a partir de 5 años o nacidos en 2021.

Cursos de Natación

La AD San Juan volverá a ofrecer sus cursos intensivos de natación en dos periodos:

Del 20 al 31 de julio (10 sesiones)

Del 3 al 14 de agosto (10 sesiones)

Horarios:

- Iniciación: 10:00 – 10:45 h
- Iniciación II: 10:45 – 11:30 h
- Medio: 11:30 – 12:15 h
- Perfeccionamiento: 12:15 – 13:00 h
- Adultos: 13:00 – 14:00 h
- Precio: 56 €



Tenis

Las pistas de tenis de la AD San Juan también ofrecerán una amplia programación durante todo el verano.

CURSOS DE VERANO:

Las tandas son semanales, de lunes a viernes:

5 a 8 años

- 12:00 – 13:00 h
- 18:30 – 19:30 h
- Precio: 30 €

9 a 14 años

- 10:30 – 12:00 h
- 17:00 – 18:30 h
- Precio: 45 €

Adultos

- 13:00 – 14:30 h
- 19:30 – 21:00 h
- Precio: 45 €

STAGES DE COMPETICIÓN

Programa específico para jugadores de competición con tres horas diarias de entrenamiento (dos horas de tenis y una hora de preparación física).

- Horario: según inscripciones
- Precio: 100 €

Los cursos y stages se desarrollarán todas las semanas desde el 22 de junio hasta el 28 de agosto, previa inscripción y con un número mínimo de participantes.

Inscripciones e información:

- Correo electrónico: jonlerchundi@gmail.com
- Teléfono: 667 583 699

Los grupos se confirmarán personalmente una vez finalizado el proceso de inscripción.

La AD San Juan anima a todas las personas socias a participar en estas actividades y aprovechar el verano para seguir disfrutando del deporte, la salud y el bienestar en las instalaciones del club.



EL LEGADO DE EPI

Una vida dedicada al patinaje y a las personas



Hay reconocimientos que trascienden el ámbito deportivo porque premian mucho más que una trayectoria. Reconocen una forma de entender el deporte, una manera de trabajar y una huella que permanece en el tiempo. Es el caso de Epifanio Pejenaute, "Epi", una de las figuras más representativas del patinaje navarro de las últimas décadas y una persona estrechamente vinculada a la Agrupación Deportiva San Juan.

Su labor como delegado, dirigente federativo, organizador de competiciones, comentarista y divulgador le ha convertido en una referencia para varias generaciones de deportistas. Un trabajo silencioso en muchas ocasiones, desarrollado siempre desde el compromiso y la pasión, que le valió la Medalla de Plata al Mérito Deportivo concedida por el Gobierno de Navarra y, posteriormente, el reconocimiento de la Real Federación Española de Patinaje por su contribución al desarrollo y

promoción del patinaje de velocidad.

Lejos de hablar de títulos o reconocimientos personales, Epi prefiere recordar a las personas que le han acompañado durante el camino. Porque si algo tiene claro es que nada de lo conseguido hubiera sido posible sin quienes compartieron con él tantos años de dedicación.

Su historia en el patinaje comenzó gracias a una persona muy especial: su hija Bea. Fue ella quien despertó en él el interés por este deporte y quien le abrió las puertas a un mundo que acabaría ocupando una parte fundamental de su vida. A partir de entonces llegaron años de intenso trabajo tanto en la Agrupación Deportiva San Juan como en las federaciones navarra y española.

Durante su etapa en la AD San Juan ejerció como delegado de la sección de patinaje durante doce años, compartiendo responsabilidades con numerosos compañeros y compañeras. Posteriormente amplió su implicación formando parte de la Federación Navarra de Patinaje y de la Real Federación Española de Patinaje, donde participó activamente en proyectos que contribuyeron a modernizar y fortalecer la estructura competitiva de este deporte.

Entre las iniciativas de las que se siente especialmente orgulloso destaca la creación de la Liga Nacional de Clubes Sub-15, una competición que permitió impulsar las categorías de formación y ofrecer nuevas oportunidades a los jóvenes deportistas. También participó en la reorganización

de la Liga Nacional de Clubes, un proyecto complejo que exigió planificación, consenso y una visión de futuro para el crecimiento del patinaje español.

Sin embargo, cuando habla de los momentos más especiales de su trayectoria no menciona despachos ni reuniones. Su memoria viaja hasta el Campeonato de Europa de Patinaje de Velocidad celebrado en Pamplona en 2019. Aquella cita internacional, desarrollada entre la Txantrea, Antoniutti y las calles de la capital navarra, supuso uno de los mayores retos organizativos de su carrera y también uno de los recuerdos más emocionantes.

“Fue una experiencia preciosa y una de las cosas

más bonitas que he vivido dentro del patinaje”, recuerda.

Además de sus responsabilidades organizativas y federativas, Epi se convirtió en una voz reconocible para los aficionados. Durante años ejerció como comentarista y speaker en numerosas competiciones, acercando este deporte al público y contribuyendo a dar visibilidad a pruebas autonómicas, nacionales e internacionales. Una labor divulgativa que le permitió conectar con deportistas, familias y aficionados de toda España.

Al repasar su recorrido aparecen inevitablemente nombres propios. Personas que le marcaron tanto en el plano deportivo como en el personal. Entre ellas destaca a Antonio Oñate, referente histórico

optica zpilicuenta
CENTRO ÓPTICO Y AUDITIVO

15 Años contigo

Nos conoces por tu visión.
Descubre cómo cuidamos
también tu audición



SERVICIOS ÓPTICOS ESPECIALES

Examen visual completo | Tonometría | Retinografía
Topografía | Contactología | Control de miopía

SERVICIOS AUDITIVOS

Audiometría | Tapones a medida
Rehabilitación Auditiva



Calle Martin Azpilicueta 16,
Pamplona. 31011 Navarra.



948 25 32 12



www.opticzpilicuenta.com



de la Agrupación Deportiva San Juan, y a Araceli Larrea, entrenadora de la sección durante gran parte de su trayectoria. Junto a ellos recuerda también a Maite Beroiz, Raquel Morales, Ángel Azcárate y muchas otras personas con las que compartió años de trabajo, ilusión y amistad.

Porque si hay algo que Epi reivindica es el papel de quienes hacen posible el deporte desde el voluntariado. Personas que dedican su tiempo de forma altruista para que clubes como la AD San Juan sigan creciendo día tras día.

“Muchas veces no se ve todo el trabajo que hay detrás, pero el deporte se sostiene gracias a la implicación de muchísima gente que trabaja por los demás”, afirma.

Con el paso de los años llegó el momento de cerrar una etapa. Una decisión meditada que le permitió dar un paso al lado con la satisfacción del deber cumplido y la tranquilidad de haber contribuido al crecimiento del patinaje desde múltiples ámbitos.

Sin embargo, por encima de cualquier cargo o reconocimiento, Epi tiene claro cuál es el verda-

dero legado que le deja toda una vida vinculada al deporte.

No son las medallas, ni los campeonatos, ni los cargos federativos: Son las personas.

Las amistades construidas durante el camino, las generaciones de jóvenes deportistas que han crecido en este entorno y la certeza de haber ayudado, de una forma u otra, a que el deporte siguiera siendo un espacio de formación, convivencia y valores.

Quizá por eso recibe estos reconocimientos con una mezcla de orgullo y gratitud. Porque detrás de cada homenaje hay décadas de trabajo compartido.

Y porque, en el fondo, la historia de Epi Pejenau-te es también la historia de muchas personas que han hecho grande a la Agrupación Deportiva San Juan a través de su compromiso silencioso y desinteresado.



*Descargar QR
para ver noticia ampliada*

SECCIONES

SECCIONES



En un tablero de 64 casillas caben ocho décadas de vida

La sección de ajedrez reúne a jugadores de entre 4 y 83 años en un espacio donde competir es importante, pero aprender, compartir y desarrollarse juntos lo es todavía más.

Si hay una sección en la Agrupación Deportiva San Juan capaz de reunir a varias generaciones alrededor de una misma actividad, esa es la de ajedrez. Con cerca de un centenar de integrantes y edades comprendidas entre los 4 y los 83 años, este espacio se ha convertido en uno de los más singulares del club, donde niños, jóvenes, adultos y veteranos comparten tablero en igualdad de condiciones.

Al frente de este proyecto se encuentran figuras como Alberto Antoñanzas, delegado de la sección y socio de la entidad desde 2010, o Eduardo Tuñón, vinculado al ajedrez de San Juan desde 2003 y actualmente presidente de la sección. Ambos destacan que una de las grandes virtudes de este deporte es precisamente su capacidad para unir a personas de edades muy diferentes. “Es muy gratificante ver competir a niños y adultos en un mismo equipo, porque en el ajedrez no existen ventajas físicas ni condicionantes derivados de la edad. Un niño de diez años puede derrotar perfectamente a un adulto con décadas de experiencia, algo difícil de encontrar en otros deportes”, destacan.

UN VEHÍCULO PARA EL DESARROLLO PERSONAL

Más allá de la competición, desde la sección insisten en el ajedrez como un auténtico vehículo para el desarrollo del niño y del adolescente. No se trata únicamente de aprender movimientos o jugadas, sino de crecer en capacidades como la concentración, la planificación y la toma de decisiones. “En el ajedrez el principal responsable de lo que ocurre eres tú mismo. Esa responsabilidad ayuda a los más jóvenes a desarrollar autocritica, gestión de la frustración y capacidad de análisis, habilidades que posteriormente se trasladan a su vida diaria”.

Porque el objetivo que tienen desde la sección no es únicamente enseñar ajedrez, sino también

enseñar a pensar, analizar situaciones, valorar riesgos, respetar normas y convivir con otras personas. En cada partida aparecen decisiones, estrategias diferentes, emociones y problemas que resolver, lo que convierte este deporte en una herramienta educativa especialmente completa. Y siempre con el respeto ocupando un lugar fundamental, desde el saludo inicial hasta el apretón de manos final, ganar o perder nunca debe estar por encima de los valores que acompañan al deporte.

Los beneficios tampoco desaparecen con la edad. Para los adultos y las personas mayores, el ajedrez supone un excelente ejercicio de estimulación mental. Resolver posiciones, estudiar problemas o simplemente jugar una partida mantiene activo el cerebro y favorece el desarrollo de capacidades cognitivas. Además, la satisfacción que genera encontrar una solución correcta a un problema es una de las claves de su atractivo. “El ajedrez te presenta un problema tras otro y resolverlos resulta enormemente gratificante”.

MUCHO MÁS QUE GANAR PARTIDAS

En San Juan conviven dos formas de entender el ajedrez: por un lado, está la visión de la competición, con equipos y torneos federados, pero existe también una importante vertiente social y lúdica que forma parte de la identidad de la sección.

“La sala de ajedrez es una extensión de nuestra casa”, explican. No es extraño ver a niños acercarse con curiosidad, preguntar si pueden entrar y acabar aprendiendo sus primeras partidas junto a jugadores con más experiencia.

Y buscando ese ejercicio de apertura a todo el mundo, la sala de ajedrez permanece abierta todos los viernes a partir de las 19:30 para que cualquier socio pueda acercarse a jugar sin ser necesario formar parte de la sección. Además, durante todo el año hay tableros de ajedrez disponibles en el bar de la Agrupación y en verano también habrán habilitados varios en los asadores del club.



UNA ESCUELA SÓLIDA TAMBIÉN EN COMPETICIÓN

Aunque la competición no sea el único objetivo de la sección, los resultados deportivos reflejan el buen momento que atraviesa el ajedrez de San Juan. Durante la temporada se han conseguido numerosos logros deportivos entre los que pueden destacarse dos podios en el Torneo Navideño, un tercer puesto en el Campeonato Navarro Absoluto y dos medallas de oro en el Torneo Escolar de Ajedrez de Estella. Además, en el Interescolar de Navarra, varios integrantes de la sección fueron clave en los resultados logrados por sus centros educativos, tres de ellos proclamándose campeones de Navarra de Institutos y otros tres consiguiendo un tercer puesto en el Campeonato de Navarra de Colegios.

Detrás de estos resultados se encuentra una estructura cada vez más consolidada, liderada técnicamente por Mikel Huerga, único navarro que ha alcanzado el título de Gran Maestro.

El crecimiento de la sección también queda reflejado en los números. Si en 2013 apenas contaba con alumnos y el equipo de competición estaba formado por una decena de jugadores, actualmente supera el centenar de participantes además de la colaboración con centros educativos de San Juan, que permite acercar el ajedrez favoreciendo que cada vez más niños descubran este deporte sin necesidad de abandonar su entorno escolar.

El objetivo deportivo de este año es, sin duda, retornar a División de Honor en el Campeonato de Navarra Absoluto por Equipos, pero teniendo claro que este objetivo no pasa por crear grandes estrellas individuales, sino por construir un conjunto sólido y un nivel general del equipo cada vez más alto. Esta filosofía, presente en todos los equipos de la sección, explica el crecimiento constante del ajedrez en San Juan durante los últimos años, que sigue convirtiendo cada tablero en un lugar de encuentro para todas las edades.

BM San Juan cierra una temporada de éxito con una final de copa y el premio a la Mejor Escuela Deportiva de Navarra

La Sección de Balonmano de la Agrupación Deportiva San Juan ha puesto el broche final a una temporada que quedará marcada como una de las más importantes desde la creación de la sección. El crecimiento deportivo, el aumento de participantes, los éxitos competitivos y el reciente reconocimiento como Mejor Escuela Deportiva de Balonmano de Navarra reflejan la consolidación de un proyecto que no deja de crecer.

Tres años después de su puesta en marcha como sección, continúa dando pasos firmes y demostrando que el trabajo de base, la formación y los valores son el mejor camino para construir un futuro sólido.

CRECIMIENTO CONSTANTE Y UNA ESTRUCTURA CADA VEZ MÁS AMPLIA

La temporada 2025-2026 ha vuelto a confirmar la excelente evolución de la sección. La AD San Juan ha contado este curso con más de 80 jugadores y jugadoras distribuidos en cinco equipos: dos conjuntos benjamines, un alevín mixto, un infantil femenino y un juvenil femenino.

Más allá de los números, desde la sección destacan especialmente la implicación de los niños y niñas, así como la importancia de transmitir valores a través del deporte.

“El principal objetivo es que los chavales disfruten, aprendan y crezcan como personas. Queremos que aprendan balonmano, pero también valores como el respeto, el compañerismo, la convivencia y el trabajo en equipo”, destacan desde la coordinación.

RESULTADOS QUE AVALAN EL TRABAJO REALIZADO

La progresión de los equipos también se ha visto reflejada en la competición.

El Benjamín A finalizó como líder del Campeonato Navarro, mientras que el Benjamín B, formado por niños y niñas que se iniciaban este año en el balonmano, protagonizó una evolución sobresaliente a lo largo del curso.



Por su parte, el Alevín mixto completó una gran temporada tras integrar a numerosos jugadores y jugadoras de nueva incorporación.

Los mayores éxitos llegaron de la mano de los equipos femenino infantil y juvenil, que consiguieron clasificarse para el Grupo Campeó, reservado a los mejores conjuntos de Navarra.

Las infantiles finalizaron en una meritoria séptima posición entre los 37 equipos participantes en la competición navarra, mientras que las juveniles concluyeron sextas de Navarra, solo por detrás de entidades con una larga trayectoria en el balonmano como Loyola, Anaitasuna o Beti Onak, que metieron en ese grupo privilegiado a sus equipos A y B.

UNA FINAL DE COPA PARA EL RECUERDO

Otro de los momentos más destacados de la temporada fue la organización de la Final de Copa en las instalaciones de la AD San Juan.

La cita reunió a centenares de personas y convirtió el pabellón en una auténtica fiesta del balonmano. El ambiente generado por jugadoras, familias, aficionados y voluntarios fue espectacular, hasta el punto de convertirse en el evento con mayor afluencia de público de la historia de la sección.

La Federación Navarra de Balonmano felicitó expresamente a la AD San Juan por la organización del evento y por el ambiente vivido durante toda la jornada.

EL PREMIO A LA MEJOR ESCUELA DE BALONMANO DE NAVARRA

Sin embargo, el gran colofón de la temporada llegó con la concesión del premio a la Mejor Escuela Deportiva de Balonmano de Navarra, otorgado por la Federación Navarra de Balonmano.

Se trata de un reconocimiento que pone en valor el trabajo desarrollado durante los últimos años y que supone un importante respaldo al modelo formativo impulsado por la entidad.

Desde la sección consideran este galardón como el mayor éxito conseguido hasta la fecha, incluso por encima de cualquier resultado deportivo.

El premio reconoce el crecimiento experimentado por la escuela, la formación de jugadores y entrenadores, la promoción de valores y el esfuerzo realizado para consolidar un proyecto que nació prácticamente desde cero y que hoy es una referencia dentro del balonmano navarro.

UNA GRAN FAMILIA DENTRO Y FUERA DE LA PISTA

Uno de los aspectos más valorados dentro de la sección es el ambiente que se ha generado entre jugadores, entrenadores y familias.

Las jugadoras juveniles participan activamente en la formación de las categorías inferiores, ejerciendo como monitoras y referentes para las más pequeñas. Además, la sección continúa impulsando la formación de entrenadores mediante cursos internos y programas federativos.

Este sentimiento de pertenencia se refleja también en las actividades complementarias desarrolladas durante el año, como el Torneo de Navidad organizado por la AD San Juan, la participación en torneos de Andoáin, Corrales de Buelna, Villava y otras citas deportivas, así como la tradicional comida de fin de temporada, que reunió a cerca de 140 personas.



La costura crece en San Juan y repite presencia en Sitges

La Sección de Costura de la Agrupación Deportiva San Juan sigue consolidándose como uno de los espacios de encuentro más creativos y participativos del club. Durante los últimos meses, el grupo ha experimentado un crecimiento con la incorporación de nuevas socias, que se han sumado a las actividades y proyectos que se desarrollan de manera habitual a lo largo de la temporada.

Como ya viene siendo tradición desde hace varios años, durante el periodo navideño las integrantes de la sección llevaron a cabo su habitual taller de Navidad, una actividad que permite compartir conocimientos, desarrollar nuevas técnicas y elaborar trabajos temáticos en un ambiente de convivencia y colaboración. Esta iniciativa se ha convertido en una cita muy esperada por las participantes, que cada año aportan nuevas ideas y propuestas creativas.

En el ámbito de la competición, durante esta temporada la sección ha estado representada en el Concurso Internacional de Patchwork de Sitges, una de las citas más importantes y prestigiosas del sector a nivel nacional e internacional. La participación se realizó a través de una obra confeccionada por una de las socias de la sección, que mostró el trabajo, la dedicación y la ilusión que caracterizan a este grupo.

Aunque en esta ocasión el trabajo presentado no obtuvo reconocimiento en el certamen, desde la sección destacan la experiencia positiva que supone acudir a este tipo de encuentros, donde se pueden conocer nuevas tendencias, técnicas y propuestas artísticas. Además, la participación en eventos de estas características permite seguir aprendiendo, intercambiar experiencias con otras personas aficionadas a la costura y encontrar inspiración para futuros proyectos.



Por otro lado, la Sección de Costura ha trabajado en la preparación de una nueva exposición que puede visitarse durante la Semana del Socio. La muestra se encuentra en la sala del Txiki-park y permite a socios y socias descubrir de cerca algunos de los trabajos realizados por las integrantes del grupo durante el último año.

La exposición es una magnífica oportunidad para poner en valor el esfuerzo, la creatividad y el talento de las participantes, así como para acercar al conjunto de la masa social del club una actividad que combina artesanía, aprendizaje y convivencia. Desde la Agrupación Deportiva San Juan se anima a todos los socios y socias a visitar la muestra y conocer el excelente trabajo que desarrolla la Sección de Costura.

Un año de cultura en la AD San Juan: teatro, música, danzas y costura llenan el calendario artístico del club

La Agrupación Deportiva San Juan cierra otro curso cultural para enmarcar. A lo largo de 2025-2026, las actividades artísticas del club han vuelto a reunir a decenas de personas de todas las edades alrededor de algo tan bonito como crear y disfrutar juntos. El Taller de Teatro —con más de veinte años de historia a sus espaldas—, el Aula de Música, el Taller de Pintura, las Euskal Dantzak y los grupos de baile y danzas urbanas han demostrado, una vez más, que San Juan es mucho más que deporte.

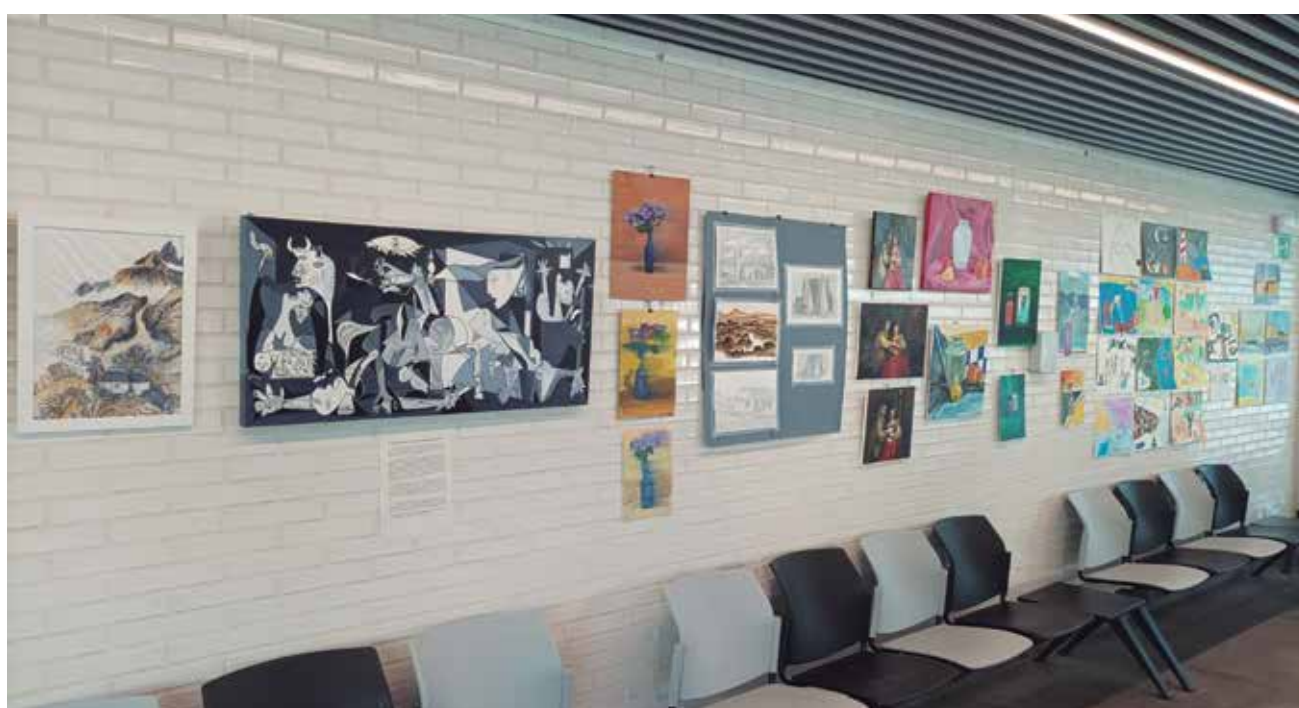
El Taller de Teatro ha marcado el paso del año con su energía de siempre. La fiesta de Halloween en noviembre y la Fiesta de Navidad en diciembre llenaron la Sala de Usos Múltiples de público, de risas y del calor que esta actividad lleva años despertando entre familias y socios. Por su parte, el Aula de Música celebró su audición anual y el Taller de Pintura ocupó todo el mes de julio con una ex-

posición de trabajos que incluyó, además, un taller especial de pintura china para celebrar el Año Nuevo Chino. Un detalle que no pasó desapercibido.

El broche de oro llega con la Semana Social, del 13 al 20 de junio: ocho días en los que el club se convierte en un escenario continuo. El teatro abre el turno con la actuación del grupo de adultos en la Sala Multiusos 1, a los que les siguen los grupos de pequeños y medianos.

La semana no para ahí. La exhibición de danzas urbanas; la audición final de música y la exhibición de danzas regionales son otras de las citas que no pueden faltar. Y durante toda la semana el Txikipark acoge la Exposición de Costura, con trabajos que merece la pena ver con calma.

Un curso redondo, sin duda.





El Tercera RFEF mantiene su apuesta por la continuidad y un bloque formado en casa

La Agrupación Deportiva San Juan ha puesto punto final a una temporada que vuelve a dejar un buen sabor de boca en el equipo de Tercera Federación. El conjunto dirigido por Julen Focillas logró clasificarse por segundo año consecutivo para el Play Off de ascenso a Segunda RFEF, un logro que adquiere aún más valor si se tiene en cuenta el nivel competitivo que ha presentado la categoría durante el presente curso.

Tras la eliminación en la fase regional del Play Off frente al CD Pamplona, equipo que posteriormente ha conseguido acceder a la eliminatoria nacional por el ascenso ante el Real Murcia, llega el momento de hacer balance. Y la valoración que realiza el entrenador de los verdes no deja lugar a dudas: **la temporada debe calificarse como positiva.**

“Es el segundo año consecutivo en Tercera consiguiendo el Play Off. Además, este año la dificultad era mayor porque había equipos muy potentes, algunos con presupuestos importantes y jugadores remunerados. Por eso tiene mucho valor lo que hemos conseguido”, destaca Julen.

Uno de los aspectos que más satisfacción genera dentro del club es la apuesta por la cantera. La presencia de jugadores formados en la propia entidad sigue siendo una de las señas de identidad del proyecto deportivo y una de las claves de su éxito. “De los 25 jugadores que hemos utilizado esta temporada, 19 han pasado en algún momento por las categorías inferiores. Nuestra fuerza reside ahí”, explica.

Más allá de los resultados, el técnico pone el foco en la cohesión del vestuario y en la implicación mostrada por toda la plantilla a lo largo del año. “Hay un grupo muy unido, con las ideas claras y trabajando muy bien. Eso es lo que nos hace fuertes y nos permite competir al nivel que lo hacemos. Estoy muy orgulloso de formar parte de ello, de haber podido ayudarles y de la respuesta que han dado durante toda la temporada”.

Pese al balance positivo, la eliminatoria frente al CD Pamplona sigue dejando cierta sensación de

oportunidad perdida. El conjunto de Donibane compitió de tú a tú frente a un rival que posteriormente ha demostrado su potencial alcanzando la fase nacional. “Nos queda la espina clavada de no haber superado alguna ronda más del Play Off. Incluso poder estar disputando ahora esa eliminatoria contra el Real Murcia porque creo sinceramente que podríamos haberlo conseguido. La eliminatoria estuvo muy igualada y en muchos momentos fuimos mejores que ellos. Creo que merecimos más, pero al final los detalles son los que decantan la balanza”.

El entrenador considera que esa experiencia debe servir como aprendizaje para seguir evolucionando en el futuro. “Tenemos margen de mejora. Hay aspectos en los que podemos crecer y siguiendo dando pasos adelante. Esa es la línea que queremos mantener”.

Entre esos detalles que pudieron marcar la diferencia durante la liga regular, Julen Focillas señala la dificultad para transformar algunos empates en victorias y la necesidad de aumentar la eficacia en acciones concretas del juego. “Hemos sido un equipo muy regular y hemos perdido muy pocos partidos. Quizá nos ha faltado acertar más en determinados momentos, resolver algunos empates y aprovechar mejor acciones a balón parado para haber estado todavía un poco más arriba en la clasificación”.

Uno de los datos que mejor refleja la competitividad del equipo durante el curso fue su fortaleza como local. La AD San Juan no perdió ningún encuentro de liga regular en casa durante toda la temporada y mantuvo una extraordinaria racha que se prolongaba desde marzo del año anterior. “Hay que darle mucho valor a que no perdimos ningún partido en casa durante toda la liga. Llegamos al Play Off sin haber perdido como locales en competición regular desde el 8 de marzo del año anterior. Es un dato que habla muy bien del trabajo realizado”.

Con la temporada ya finalizada, el club trabaja en la planificación del próximo curso. Las

perspectivas son optimistas gracias a la continuidad del bloque principal de jugadores y del cuerpo técnico. “Estamos contentos porque vamos a renovar a la mayoría de la plantilla y también continúa el cuerpo técnico. Creemos que manteniendo esta base, este grupo unido y fuerte que hemos construido, podemos hacer otra gran temporada. Ahora toca terminar de confeccionar el equipo e intentar volver a competir al máximo nivel”.

Tras una campaña marcada por la regularidad, la competitividad y el protagonismo de la cantera, la AD San Juan afronta el futuro con ilusión renovada y con la convicción de que el trabajo realizado durante los últimos años sigue asentando unas bases sólidas para continuar creciendo en el fútbol navarro.



EL JUVENIL DIVISIÓN DE HONOR PELEÓ HASTA EL FINAL POR LA PERMANENCIA

La temporada del Juvenil División de Honor arrancó con ilusión tras la llegada de Xabi Arcaya y Jokin Rosón al banquillo, después de que el anterior cuerpo técnico pasara a formar parte de la estructura de Osasuna.

El equipo atravesó un primer tramo complicado, en el que únicamente logró tres victorias en tres meses, aunque compitió en todos los encuentros. Posteriormente, los verdes protagonizaron una clara mejoría, sumando cinco victorias en apenas dos meses que permitieron al equipo tomar aire en la clasificación.

Sin embargo, una nueva mala racha de resultados volvió a situar al conjunto en la zona baja de la tabla. En el tramo final de la temporada se produjo la llegada de Unai Lacomba al banquillo con el objetivo de reactivar al equipo, aunque finalmente no fue suficiente para lograr la permanencia.

El descenso se consumó en un desenlace especialmente cruel, en el último partido de la temporada frente al Athletic Club, cuando la salvación se escapó en la última jugada del encuentro.

La campaña también estuvo marcada por la grave lesión sufrida por Markel, al que desde el club se le desea una pronta recuperación.

Desde la AD San Juan se quiere agradecer a todos los jugadores el esfuerzo y compromiso mostrados durante toda la temporada, peleando por el objetivo hasta el último instante.



EMOTIVO DESPEDIDA A 'TXETXU'

La Sección de Fútbol de la ADSJ-DKE no puede terminar la temporada sin recordar una vez más el que fue uno de los momentos más duros del último año. La pérdida de 'Txetxu', a quien se le rendía un homenaje en los minutos previos al partido de liga ante el Subiza, duelo en el que se quiso recordar a quien fuera jugador, entrenador y posteriormente presidente de la sección. Fallecido poco antes, el club quiso tener un momento de cariño con su viuda e hijo. Ambos recibieron el apoyo de los equipos presentes en el campo de fútbol, así como una serie de obsequios.

Iker Bizkai seguirá al frente del Segunda B en un proyecto que mira al futuro desde la cantera



La Sección de Fútbol Sala de la Agrupación Deportiva San Juan ya trabaja en la próxima temporada después de cerrar un curso exigente pero exitoso en Segunda División B. El conjunto verde logró asegurar una campaña más su presencia en la categoría de bronce del fútbol sala nacional, un objetivo alcanzado gracias al esfuerzo colectivo de una plantilla que supo sobreponerse a las numerosas dificultades encontradas por el camino. Entre ellas, las lesiones, que condicionaron buena parte del trabajo semanal del equipo.

Tras este balance positivo, la sección ha decidido renovar la confianza en Iker Bizkai, que continuará una temporada más al frente del primer equipo. Una decisión que refuerza la apuesta por un proyecto basado en el crecimiento progresivo, el trabajo de cantera y la identidad propia que caracteriza al fútbol sala de la Agrupación.

“El balance es muy positivo. La primera vuelta fue espectacular, sumando muchísimos puntos, mientras que la segunda, tras el parón navideño, fue como una montaña rusa”, explica el técnico, quien reconoce que las numerosas bajas con-

dicionaron el día a día del equipo. “Hubo momentos en los que apenas podíamos entrenar”, señala.

Precisamente en los momentos más complicados apareció uno de los grandes valores diferenciales del club: su cantera. Bizkai no duda en señalar a los equipos de formación como una pieza clave para alcanzar la permanencia.

“San Juan es uno de los mejores clubes en cuanto a trabajo de base. Gracias a los jugadores de nuestras categorías inferiores pudimos sacar adelante los entrenamientos. Tiramos del filial y del juvenil, y muchos de esos chicos han demostrado que pueden tener minutos con el primer equipo. Gracias a ellos conseguimos competir cada semana y alcanzar el objetivo marcado”, destaca.

De cara a la próxima temporada, el entrenador adelanta la llegada de nuevos jugadores y la incorporación de jóvenes talentos procedentes de la estructura formativa del club. “Hay chavales que vienen empujando fuerte desde abajo y que tendrán oportunidades. La cantera es nuestra gasolina. Mientras sigamos trabajando de esta manera y manteniendo esta gestión, los éxitos seguirán llegando a la Agrupación”, asegura.

Y es que los resultados obtenidos por los equipos de base durante esta temporada respaldan plenamente las palabras del técnico.

Uno de los mayores éxitos ha llegado de la mano del equipo Infantil, que ha firmado una campaña histórica al conquistar Liga y Copa sin conocer la derrota. Los jugadores dirigidos por Izaro y Ander se proclamaron recientemente campeones de Copa tras imponerse al Cintruénigo FS en la final disputada en Anaitasuna, completando un espectacular doblete y clasificándose además para la fase sector del Campeonato de España.

También ha brillado con luz propia el Juvenil División de Honor Nacional. El conjunto dirigido

por Adrián Alonso y David Alonso cerró el campeonato en una meritoria cuarta posición, peleando durante gran parte del curso por las plazas que daban acceso al Campeonato de España. Sus 195 goles reflejan el enorme potencial ofensivo de una generación que, además, ha aportado numerosos jugadores al Segunda B durante toda la temporada.

Dentro de este grupo sobresale la figura de Hugo Nagore Ongay, máximo goleador de todos los grupos de la División de Honor Juvenil española con 69 tantos, un registro extraordinario que le convierte en el mejor artillero nacional de la categoría.

A estos éxitos se suman los títulos ligeros conseguidos por diferentes equipos de cantera y la consolidación de los conjuntos de Tercera División y Juvenil, dibujando un panorama muy esperanzador para el futuro de la sección.

Con la continuidad de Iker Bizkai al frente del banquillo y una cantera que sigue produciendo talento temporada tras temporada, la Sección de Fútbol Sala de la AD San Juan afronta el futuro con optimismo y la convicción de que el trabajo realizado durante los últimos años seguirá dando sus frutos dentro y fuera de la pista.




CONSLAU
 CONSTRUCCIONES

☎ 948 317 563
 ✉ conslau@conslau.com
www.conslau.com

El futuro de la Gimnasia Artística está en buenas manos



La sección de Gimnasia Artística continúa consolidándose como una de las referencias de la Asociación gracias una temporada marcada por los resultados deportivos, el crecimiento de la cantera y el trabajo diario de sus entrenadoras Gema Urdániz, Maite Sota y Andrea Álvarez.

La temporada alta comenzó en marzo y, desde entonces, la sección ha afrontado ya cuatro importantes citas competitivas: dos fases de los Juegos Deportivos de Navarra, el Campeonato Navarro y el Trofeo Federación por equipos.

Precisamente en este último llegaron algunos de los resultados más destacados del curso. El equipo de categoría B1 a B5 logró una brillante segunda posición, mientras que el conjunto de B6 a B10 finalizó en una meritoria cuarta posición, quedándose a tan solo dos puntos del podio en una competición especialmente igualada.

Las sensaciones también fueron muy positivas en los Juegos Deportivos de Navarra, donde en la segunda fase se consiguieron medallas en todas las categorías en las que participó el club. A ello se sumaron otras 27 medallas en el Campeonato Navarro de Gimnasia Artística Femenina.

Desde la sección destacan que estas cifras reflejan la regularidad y competitividad mostrada duran-

te toda la temporada, después de haber conseguido subir al podio en todos los aparatos, con especial protagonismo para las paralelas. Además, muchas de las gimnastas estrenaban categoría este año y aun así han conseguido competir de tú a tú frente a deportistas con mayor experiencia, logrando incluso posiciones de podio en categorías especialmente exigentes.

Uno de los aspectos que más ilusión genera dentro de la sección es la evolución de las más pequeñas. Por un lado, las chicas de entre cuatro y ocho años que comienzan a familiarizarse con la gimnasia aprendiendo aspectos fundamentales como el calentamiento y el trabajo en diferentes aparatos. Y, por otro lado, el grupo formado por cuatro niñas de apenas ocho años que ha debutado esta temporada dejando grandes sensaciones tanto en competición como en los entrenamientos.

Sin embargo, desde la sección quieren destacar que la gimnasia en la AD San Juan va mucho más allá de la competición. Uno de los pilares más valiosos del proyecto es que cualquier niña pueda disfrutar de este deporte independientemente de su nivel o experiencia previa. Por ello, a parte de los grupos competitivos, el club cuenta con un grupo de niñas de entre 9 y 16 años que entrenan con un enfoque más recreativo. Muchas de ellas han comenzado más tarde en la disciplina y

encuentran en estas clases un espacio para aprender, mejorar y divertirse. Aunque el trabajo técnico sigue presente, las sesiones se desarrollan de una manera más lúdica y relajada, priorizando el disfrute y el compañerismo.

Otro de los momentos importantes de la temporada ha sido la semana de jornadas de puertas abiertas organizada para socios del club. Durante varios días, numerosas niñas pudieron acercarse a la disciplina y conocer de primera mano cómo son los entrenamientos y el trabajo diario que se realiza dentro de la sección. Una iniciativa que busca seguir creciendo y acercando la gimnasia artística a nuevas familias. Además, la temporada todavía reserva una de las grandes citas del año: el Campeonato de España, que se celebrará del 23 al 26 de junio en el Navarra Arena.

Todos estos avances deportivos llegan en un contexto en el que las instalaciones comienzan a quedarse pequeñas para las necesidades actuales del equipo. A pesar de ello, la sección continúa creciendo gracias al compromiso de entrenadoras, gimnastas y familias, manteniendo intacta la ilusión por seguir desarrollando una disciplina que cada año gana más protagonismo dentro de la AD San Juan.

DOS NUEVAS PROPUESTAS

La sección de Gimnasia Artística incorpora este año dos importantes novedades con el objetivo de ampliar la oferta deportiva para los socios y socias de la Agrupación:

- Por un lado se pone en marcha un nuevo grupo de iniciación para niñas y niños de 4 a 8 años, que entrenará los lunes y miércoles. Este grupo se suma al ya consolidado turno de los martes y jueves, lo que permitirá ofrecer una mayor flexibilidad a las familias.
- Por otro lado, para quienes buscan nuevos retos y formas diferentes de moverse, la sección presenta AGE Acrobacias & Movement, una nueva actividad que se desarrollará los viernes por la tarde. Se trata de una propuesta innovadora que combina gimnasia, acrobacias, trabajo en anillas y barras, movilidad, fuerza con el propio peso corporal y un aprendizaje progresivo de habilidades físicas. A través de

una metodología dinámica, segura y adaptada a cada nivel, los participantes desarrollarán habilidades como las verticales (handstand), el equilibrio, los saltos, los giros, la coordinación, la fuerza y el control corporal, descubriendo nuevas capacidades y mejorando su condición física de una forma divertida y motivadora. La actividad se organizará en dos grupos y no es necesario contar con experiencia previa:

- A) KIDS (8-14 años) Acrobacias, habilidades gimnásticas, coordinación, equilibrio y movimiento.
- B) ADULTOS (+15 años) Handstand, anillas, movilidad, fuerza relativa y control corporal.

Los horarios definitivos se publicarán en la programación de actividades de invierno del mes septiembre.

Para que podáis conocer esta nueva disciplina de primera mano, se organizarán próximamente varias jornadas de puertas abiertas. Estad atentos a la web y a las redes sociales de la Agrupación, donde se irá publicando toda la información y las fechas de inscripción.

AGE MOVE

ACROBACIAS & MOVEMENT

Una propuesta que combina gimnasia, acrobacias, trabajo en anillas y barras, movilidad y fuerza con el propio peso corporal para desarrollar habilidades físicas de forma progresiva, segura y divertida.

• Aprende verticales (handstand), equilibrio, saltos, giros, coordinación, fuerza y control corporal adaptados a tu nivel.

VERTICALES (HANDSTAND) | **ANILLAS Y BARRAS** | **ACROBACIAS Y HABILIDADES GIMNÁSTICAS** | **SALTOS, GIROS Y EQUILIBRIO** | **FUERZA CON EL PROPIO PESO CORPORAL** | **MOVILIDAD, FLEXIBILIDAD Y CONTROL CORPORAL**

KIDS 8-14 AÑOS
Acrobacias, habilidades gimnásticas, coordinación, equilibrio y movimiento.

ADULTOS +15 AÑOS
Handstand, anillas, movilidad, fuerza relativa y control corporal.

VIERNES POR LA TARDE | NO ES NECESARIA EXPERIENCIA PREVIA

UNA FORMA DIFERENTE DE ENTRENAR, APRENDER Y DESCUBRIR
TODO LO QUE TU CUERPO ES CAPAZ DE HACER

AGrupación Deportiva SAN JUAN



El karate en San Juan, mucho más que la competición

La Sección de Kárate de la AD San Juan ha puesto fin a una temporada especialmente intensa, marcada por el trabajo constante, los éxitos deportivos y el crecimiento técnico de sus deportistas. Sin embargo, a la hora de hacer balance, los responsables de la sección quieren poner el foco en un aspecto que consideran incluso más importante que las medallas: acercar el kárate a toda la sociedad y romper la idea de que se trata de una actividad reservada únicamente para competidores.

“Ha sido un año de muchísimo trabajo, muy duro, pero con grandes éxitos también”, resumen los entrenadores tras una campaña en la que la actividad ha mantenido abiertos numerosos frentes de trabajo simultáneamente.

Los resultados deportivos avalan esa valoración positiva. Durante el curso, la sección ha cosechado títulos nacionales, subcampeonatos de liga, medallas en diferentes campeonatos y convocatorias de deportistas para competiciones de máximo nivel. A ello se suma el trabajo realizado en la formación técnica de los alumnos, con la consecución de nuevos cinturones negros y primeros danes.

“Desde campeonas de España, subcampeonas absolutas de liga, medallistas por todos lados... Ha sido un año muy bueno”, destacan.

Pero el kárate de la AD San Juan va mucho más allá de la competición. Actualmente conviven dentro de la sección diferentes grupos y realidades: desde los más pequeños que se inician en el deporte hasta competidores nacionales e internacionales, pasando por los grupos de veteranos que continúan demostrando que la práctica del kárate no entiende de edades.

“Tenemos varios grupos y cada uno necesita una atención diferente. Con los más pequeños hay que poner mucha energía en la técnica, en la confianza y en que disfruten para que quieran seguir practicando”.

Precisamente, el crecimiento de la base sigue siendo una de las principales prioridades de la sección. Los entrenadores consideran que el kárate ofrece beneficios únicos en etapas de formación gracias a su capacidad para trabajar aspectos como la disciplina, la autoestima, el respeto, la concentración o la gestión emocional.

En este sentido, reivindican el papel de la AD San Juan como referencia del kárate navarro.

“Somos el mejor club de Navarra, sin discusión. No solo por los competidores y las medallas, sino por todo lo que hay detrás: licencias, cinturones, danes, actividad deportiva y formación”.

Sin embargo, pese a la buena salud de la sección, existe una preocupación compartida por los responsables: la dificultad para seguir creciendo en una sociedad en la que continuamente aparecen nuevas actividades deportivas que captan la atención de los más jóvenes.

“Las modas nos pasan por encima. Aparecen actividades nuevas constantemente y nosotros llevamos toda la vida haciendo kárate. Pero sabemos que podemos ser mucho más”.

Por ello, uno de los grandes objetivos de futuro pasa por cambiar la percepción que muchas personas tienen sobre esta disciplina.

Los entrenadores reconocen que la imagen de grandes campeones, cinturones negros o competidores de élite puede generar una barrera de entrada para quienes nunca han practicado este deporte.

“Queremos transmitir justo lo contrario. El kárate no es solo para los campeones. El karateka de verdad es el que está aquí todos los días entrenando, mejorando y disfrutando de la actividad”.



La sección quiere especialmente potenciar la incorporación de adultos y personas mayores. De hecho, durante la entrevista los responsables incidieron en las posibilidades que ofrece el kárate adaptado para mejorar la movilidad, la coordinación, el equilibrio y la calidad de vida.

“Hay mucha gente que podría beneficiarse del kárate y no lo sabe. Se puede adaptar perfectamente a cada persona”.

Incluso a nivel nacional están surgiendo iniciativas orientadas a utilizar ejercicios inspirados en el kárate con personas de edad avanzada, obteniendo resultados muy positivos.

“La gente piensa que tiene que adaptarse al kárate, cuando en realidad el kárate se adapta a cada persona”.

Además, desde la sección también se estudian nuevas fórmulas para acercar la actividad a las familias, favoreciendo experiencias compartidas entre padres e hijos y reforzando el carácter social de una disciplina que lleva décadas formando a

generaciones de deportistas.

Más allá de los éxitos competitivos, los responsables consideran que la verdadera fortaleza del kárate reside en su capacidad para acompañar a las personas durante toda su vida.

“Lo que queremos transmitir es que el kárate aporta muchísimo, física y psicológicamente. Es una actividad para toda la vida”.

Con esta filosofía, la Sección de Kárate de la AD San Juan afronta la próxima temporada con la misma ambición que ha caracterizado su trayectoria: seguir formando campeones cuando sea posible, pero, sobre todo, seguir formando personas y acercando los valores del kárate al mayor número posible de socios y socias.

“Estamos contentos porque trabajamos en muchos ámbitos diferentes y buscamos seguir evolucionando. Lo importante es no quedarse parado”.

Las jóvenes promesas de la Natación con Aletas

Emma Navarro representará a España en el Campeonato de Europa Junior



La nadadora de la Agrupación Deportiva San Juan, Emma Navarro, vivirá este verano uno de los momentos más importantes de su trayectoria deportiva tras ser convocada con la Selección Española Junior de Natación con Aletas para disputar el Campeonato de Europa que se celebrará en Grecia.

La joven deportista navarra ve así recompensado el trabajo y la constancia de toda una temporada en la que persiguió un objetivo muy claro: lograr la marca mínima que le permitiera vestir los colores de la Selección en una competición internacional.

“Desde el principio de la temporada intenté conseguir las mínimas para entrar en la selección. En la primera competición importante no lo logré, en la siguiente tampoco, pero en la última finalmente sí pude conseguirlo”, explica Emma.

La clasificación para el Europeo pone el broche a un largo camino de perseverancia que comenzó ya la temporada pasada. Entonces, la nadadora se quedó a las puertas de alcanzar el objetivo.

Emma afronta esta cita internacional después de ocho años vinculada a la AD San Juan, donde ha desarrollado todo su crecimiento en la piscina. Especialista en pruebas de fondo con monoaleta, durante esta temporada también ha comenzado a competir en la modalidad de escafandra, disciplina en la que los deportistas nadan utilizando una botella de aire.

Su progresión deportiva ha estado acompañada por una importante carga de trabajo tanto dentro como fuera de la piscina. Los entrenamientos semanales y la preparación física complementaria han sido fundamentales para alcanzar un nivel competitivo que le permita medirse ahora a las mejores nadadoras de Europa. “Entrenamos cinco días a la semana y, además, cuando podemos vamos al gimnasio dos o tres días. Depende un poco de los estudios y de los exámenes, pero en general trabajamos mucho también fuera del agua”, señala.

En ese proceso de crecimiento, Emma destaca la importancia de los consejos y la experiencia de deportistas del club que ya han recorrido ese camino internacional. Entre ellos, el también internacional Oier Irisarri, una de las referencias de la sección.

La noticia de su convocatoria ha sido recibida con enorme alegría tanto dentro como fuera de la Agrupación. Compañeros, entrenadores, familiares y amigos no han dejado de transmitirle su apoyo durante las últimas semanas. “Todo el mundo me está felicitando. Estoy muy contenta porque tanto el equipo como mi familia me apoyan muchísimo”, afirma.

A pesar de la importancia de la competición, Emma afronta el Campeonato de Europa con los pies en el suelo y consciente del altísimo nivel que encontrará en Grecia. “Hay gente muy buena. Para mí ya es muy importante poder participar y vivir esta experiencia... Entrar en una final estaría muy bien. Ese sería mi objetivo”.

Más allá del resultado, la nadadora de la AD San Juan considera que esta convocatoria representa una oportunidad única para seguir creciendo y aprender junto a algunas de las mejores especialistas continentales. “Va a ser una experiencia nueva. Quiero disfrutarla, aprender y ver qué tal sale”.

TASIO ARTOLA, UN NADADOR DE RÉCORD NACIONAL

Junto a Emma Navarro, otro de los nombres propios de la temporada en la Sección de Natación con Aletas de la AD San Juan ha sido Tasio Artola. El joven deportista, de 15 años y miembro de la sección desde hace cinco temporadas, continúa confirmando su progresión en las pruebas de medio fondo y, especialmente, en la disciplina de escafandra.

Fruto de su trabajo y constancia, Tasio logró este año uno de los hitos más destacados de su trayectoria al batir el récord de España de 200 metros escafandra durante el Campeonato Navarro celebrado el pasado mes de marzo. “Era mi principal objetivo de la temporada y lo pude conseguir después de mucho trabajo y muchos entrenamientos”, explica el nadador.

La mejora constante de sus marcas durante los últimos años ha sido consecuencia de una preparación exigente. “Si no mantienes una disciplina y una rutina fuera del agua es muy difícil alcanzar los objetivos”, señala.

Artola destaca también la importancia de la técnica en una modalidad que muchos consideran la “Fórmula 1 de la natación” por las altas velocidades que se alcanzan durante las

pruebas. “La técnica es fundamental. Puedes tener fuerza o resistencia, pero si no tienes una buena técnica es muy difícil conseguir tus objetivos”, afirma.

Tras conseguir el récord nacional, el joven nadador recibió numerosas felicitaciones de compañeros, entrenadores y familiares, conscientes de la importancia de un logro que supone un importante reconocimiento tanto para él como para la AD San Juan. “Un récord de España no es fácil de conseguir y para el club también es algo muy importante”, reconoce.

Con la satisfacción del objetivo cumplido, Tasio ya mira hacia el Campeonato de España, donde intentará seguir rebajando sus registros y continuar creciendo como deportista. Además, reconoce que una de sus grandes referencias dentro de la sección es precisamente su compañera Emma Navarro, con quien compartirá protagonismo este verano tras una temporada para el recuerdo.





Año histórico para la natación sincronizada en San Juan

El curso 2025/2026 quedará marcado como uno de los más destacados de su historia tras meses de éxitos deportivos, hitos históricos y crecimiento dentro de una disciplina que continúa ganando protagonismo dentro del club, especialmente con el campeonato de España de Alexander Hasenburg y el crecimiento de un grupo adulto que demuestra que nunca es tarde para lanzarse a la piscina.

UNA TEMPORADA PARA LA HISTORIA

El calendario competitivo arrancó con el Campeonato de Euskal Herria de Natación Artística celebrado en Portugalete, donde tres integrantes de la sección participaron en las pruebas de figuras infantiles y rutinas técnicas junior, iniciando así una temporada que no dejaría de crecer.

Uno de los momentos más destacados llegó en el IX Campeonato Navarro de Rutinas Técnicas de Natación Artística, donde la AD San Juan consiguió subir al podio en todas las categorías. En categoría Junior, el dúo logró la medalla de oro, mismo resultado que en categoría absoluta para la rutina acrobática.

El gran hito de la temporada para la sección llegaría con su primera participación en el Campeonato de España de Natación Artística, celebrado este año en Tenerife y representando a la Comunidad Foral de Navarra. Después de que la competición tuviera que aplazarse por la borrasca Therese, Alexander Hasenburg se proclamó campeón de España en solo masculino, firmando un resultado histórico y que junto a Andrea Mateo logró una magnífica cuarta posición en la modalidad de dúo mixto.

La dinámica positiva continuó durante el Campeonato de Euskal Herria de Invierno, donde Alexander volvió a proclamarse campeón en solo masculino y en dúo mixto junto con Andrea. Además, las nueve integrantes de la rutina acrobática revalidaron el oro logrado el pasado verano.

La cantera también siguió dejando grandes noticias durante la temporada. En la segunda jornada de figuras de los Juegos Deportivos de Navarra, Emma logró el bronce en categoría alevín y Laiatz consiguió la medalla de plata en categoría infantil. A ello se sumaron también los buenos resultados obtenidos en el III Open de Natación Artística de Amaya, donde la sección cerró su participación con un balance de un oro, dos platas y dos bronce.

La temporada pondrá el broche final con el Campeonato Navarro, los Juegos Deportivos y una exhibición especial durante la semana del socio, una de las citas más esperadas del año dentro de la sección.

LA EDAD EN LA PISCINA NO ES MÁS QUE UN NÚMERO

Pero más allá de las medallas y los resultados competitivos, la natación artística de la AD San Juan también ha encontrado un espacio muy especial en un grupo que demuestra que este deporte no entiende de edades.

Hace cuatro años, varias madres vinculadas al club decidieron lanzarse a probar algo completamente nuevo. Entre bromas y curiosidad surgió una pregunta: "¿Y si nos apuntamos a natación sincronizada?". Así nació un grupo adulto que hoy se ha convertido en una de las historias más especiales de la sección.

Actualmente el equipo está formado por nueve integrantes, con edades comprendidas entre los 20 y los 54 años. Aunque el grupo no nació con intención competitiva, sí comparte la misma ilusión, compromiso y compañerismo que cualquier equipo federado.

Su entrenadora es Nerea Irigoyen, integrante también del equipo Junior en San Juan y que este año ha debutado como técnica del grupo. "Al principio me costó mucho porque nunca había montado una coreografía como entrenadora, pero he aprendido muchísimo junto a ellas",

reconoce. Nerea destaca especialmente la evolución técnica del grupo y la implicación diaria de todas sus integrantes: “Yo, al ser también nadadora, intento enseñarles pequeños trucos desde mi experiencia y sí que he visto mucha mejoría, por ejemplo en la altura de las piernas”. De cara al próximo curso, el objetivo será seguir creciendo con coreografías más largas y nuevas ideas que ya empiezan a surgir dentro del equipo.

El funcionamiento del grupo es muy parecido al de cualquier equipo de competición. Primero ensayan la coreografía en seco, después realizan un calentamiento en la piscina y finalmente trabajan figuras, movimientos y saltos en el agua, una de las grandes novedades de este año. “Yo las veo muy unidas y se ayudan muchísimo entre todas”, explica Nerea.

Una de las integrantes del grupo es Estíbaliz Rudi Izura, socia del club desde hace siete años que recuerda perfectamente cómo comenzó toda esta aventura: “Todo surgió a través de una madre del equipo de fútbol de uno de nuestros hijos y nos pareció una idea divertidísima”. El grupo comenzó entrenando un solo día por semana

bajo la dirección de Isis Mínguez. “Éramos muy patosas al principio, pero poco a poco fuimos mejorando y motivándonos muchísimo”.

Con el paso de los años, el proyecto ha seguido creciendo hasta el punto en el que ahora entrenan dos días por semana por petición propia. “Conciliar entrenamientos con trabajo, familia y vida personal no siempre es sencillo, pero nos encanta venir y seguir aprendiendo”, explica Estíbaliz. Para muchas de ellas, la natación artística se ha convertido en mucho más que una actividad deportiva. “Te ayuda a mejorar la respiración, la flexibilidad, la fuerza, la coordinación y también la concentración mental”, destaca Estíbaliz. “Además, el ambiente que tenemos es muy familiar y celebramos muchísimo cada pequeño avance”.

Pero si hay un mensaje que quieren transmitir es que nunca es tarde para empezar. “La natación artística era algo que siempre había soñado hacer desde pequeña, y ahora me alegra muchísimo no haberme quedado sin probarlo. No te pongas límites. Saldrá mejor o peor, pero lo importante es que la ilusión, el compromiso y la diversión te permitan soñar”.



‘Los pozos del pádel’, una pista para todos y todas

La sección de pádel ha estrenado esta temporada una nueva iniciativa para acercar el deporte a todos los niveles, reforzar la cantera y seguir fomentando el carácter social de una de las actividades con mayor crecimiento de la Agrupación

UNA ACTIVIDAD EN PLENA EXPANSIÓN

Alfonso San Martín, socio de San Juan desde hace dos décadas, se incorporó a la sección hace dos años coincidiendo con un relevo generacional dentro de su estructura. Aficionado al pádel desde 2019, actualmente es uno de los tres vocales de la sección y capitán del equipo de Cuarta Categoría. “Nos animamos a ayudar para que cada vez más gente conozca este deporte y para que la sección siga creciendo”, explica.

Este crecimiento queda reflejado en la estructura deportiva, donde la sección cuenta con siete equipos masculinos, cuatro femeninos, dos de veteranos masculinos y uno de veteranas femeninas, lo que permite que jugadores de distintos niveles encuentren su espacio dentro de la competición.

Cada inicio de temporada los capitanes trabajan conjuntamente para confeccionar equipos equilibrados, organizando ascensos y descensos entre categorías según la evolución de los jugadores. Además de coordinar la competición, los capitanes colaboran en tareas organizativas como la gestión de actas, la reserva de pistas o la planificación de encuentros.

A nivel deportivo, la temporada ha dejado importantes alegrías para la sección, como la del equipo capitaneado por Alfonso que logró el ascenso de categoría y disputará las ligas nacionales a partir de noviembre. Pero más allá de los resultados, desde la sección destacan que una de las claves del éxito del pádel es su accesibilidad. “Si juegas con personas de tu

mismo nivel vas a disfrutar siempre. Es un deporte muy amable para todo el mundo”, señala Alfonso.

Las instalaciones también juegan un papel importante en este crecimiento. Aunque las siete pistas de la Agrupación registran una elevada ocupación durante gran parte del año, los usuarios valoran muy positivamente las condiciones para la práctica del deporte, algo que también destacan los equipos visitantes que acuden a competir a San Juan.

LOS POZOS Y EL TORNEO DE COLORES: EL PÁDEL MÁS SOCIAL

“La sensación general es que el pádel todavía mantiene margen para seguir creciendo, cada temporada se incorporan nuevos federados y la demanda de actividades continúa aumentando, impulsando nuevas propuestas para acercar este deporte a más personas”. Con esta idea que comparte Alfonso, este año ha nacido una de las principales novedades de la sección: los pozos de pádel.

Esta iniciativa se celebra un domingo al mes y está abierta gratuitamente a cualquier socio que quiera participar. El objetivo es sencillo: facilitar que nuevos jugadores se animen a probar el deporte y encuentren compañeros de nivel similar con los que disfrutar de la experiencia.

Para ello se organizan partidos de 15 minutos con parejas aleatorias que permiten conocer el nivel de los participantes y crear grupos equilibrados. De esta forma se evitan grandes diferencias y se garantiza que todos los asistentes puedan competir y divertirse en igualdad de condiciones.

La iniciativa también cuenta con una versión dirigida a los más jóvenes. Los pozos infantiles buscan reforzar la cantera de la sección y ofrecer a niños y niñas un primer contacto con el deporte dentro de un entorno lúdico y formativo.

La respuesta durante esta primera temporada ha sido muy positiva tanto entre los adultos como entre los jugadores más jóvenes, consolidando una propuesta que la sección espera seguir desarrollando durante los próximos años.

Junto a los pozos, otra de las grandes citas del calendario es el tradicional Torneo de Colores, una de las actividades más esperadas del verano y que destaca por su carácter participativo y festivo. Este torneo, abierto también a cualquier socio que quiera participar y que dará comienzo la primera semana de agosto, se caracteriza por que los jugadores acuden vestidos a los partidos con diferentes colores, convirtiendo las pistas en una imagen ya reconocible dentro de la Agrupación. La iniciativa ha ido ganando popularidad con el paso de los años y en la última edición alcanzó los 152 participantes.

Además de la competición, el torneo concluye con una cena de convivencia que reúne a jugadores de distintos niveles y edades, reforzando el carácter social que define a la sección. Porque si algo tienen claro en el pádel de San Juan es que la competición es importan-

te, pero que el verdadero éxito de la sección está en seguir creando espacios donde conocer gente, compartir experiencias y disfrutar del deporte.



Dos billetes para el Europeo y la ilusión de un tercero

En una temporada marcada por el relevo generacional dentro del equipo absoluto, Paula Rodríguez y Uxue Sola han conseguido la clasificación para el Campeonato de Europa, mientras que Iñaki Unanua permanece a la espera de la confirmación definitiva de la selección española.

Paula, Uxue e Iñaki son el reflejo del presente y el futuro de una sección que continúa cosechando éxitos deportivos gracias al trabajo desarrollado durante años desde la base. “Esta temporada hemos tenido un cambio de generación importante”, explica Jon Senosiáin, entrenador de San Juan desde hace más de una década. “Se han retirado patinadores que llevaban muchos años siendo referencia dentro del equipo y ahora son los y las más jóvenes quienes han tenido que asumir ese papel”.

Lejos de convertirse en un problema, la nueva situación ha servido para fortalecer al grupo. “Hemos conseguido crear un ambiente de piña y de club. Son chicos y chicas muy jóvenes que han sabido asumir la responsabilidad y están entrenando muy bien”, destaca Jon.

Los resultados hasta el momento están acompañando. Durante la actual temporada, el equipo ha logrado 19 medallas en el Campeonato Navarro de Velocidad en pista y otras 13 en el Campeonato Navarro de Velocidad en circuito, confirmando el gran momento que atraviesa la sección.

A ello se suma una meritoria quinta posición provisional en la 1ª División femenina de la Liga Nacional Absoluta de Patinaje de Velocidad, una competición en la que las patinadoras de San Juan históricamente llegaron a conquistar ocho títulos nacionales. “A principio de temporada nuestro objetivo era mantenernos y seguir siendo competitivas pese al cambio generacional”, explica Paula Rodríguez. “De momento estamos muy contentas porque estamos consiguiendo mantener el nivel y ser también un ejemplo para los más pequeños”.

La patinadora, vinculada a San Juan desde los tres años, inició el curso compitiendo internacionalmente en Gijón, donde consiguió dos medallas en pruebas de fondo. Posteriormente, llegaron dos medallas de oro en el Campeonato de





España, resultados que le han permitido asegurar su presencia en el Campeonato de Europa, que se celebrará en Cardano al Campo (Italia) a partir del 20 de julio. “Ahora toca seguir entrenando e intentar llegar en las mejores condiciones posibles para pelear por alguna medalla”, señala.

También estará en la cita continental Uxue Sola. Tras cuatro años en la sección, la patinadora logró una medalla de plata y otra de bronce en el Campeonato de España, resultados que, junto a su rendimiento en las jornadas de tecnificación de la selección española, le han valido el billete europeo. “Ahora lo importante es seguir trabajando y comprobar que podemos seguir los ritmos del resto de patinadoras”, explica.

La tercera gran noticia podría llegar en los próximos días de los patines de Iñaki Unanua, de 16 años, que se encuentra preseleccionado y espera conocer si finalmente formará parte de la expedición española.

El joven velocista ha firmado una temporada sobresaliente con dos medallas de plata y una de bronce en el Campeonato de España. Ade-

más, destaca su evolución experimentada durante los últimos meses gracias al incremento de los entrenamientos específicos de velocidad. “He mejorado mucho respecto al año pasado. Hemos aumentado las sesiones de velocidad y eso se nota mucho a la hora de competir”, reconoce.

La temporada también ha dejado un momento especialmente destacado para la sección con la organización en San Juan del Campeonato Navarro de Indoor, una competición que llevaba muchos años sin celebrarse. El torneo tuvo un balance muy positivo, con una organización muy bien valorada por todos los clubes de Navarra. El pabellón habitual de fútbol sala volvió a convertirse en pista de patinaje, un espacio idóneo para la práctica del indoor gracias a su suelo de parquet y al ambiente que genera. Además, el club contó con 28 participantes y logró varias medallas en un evento muy especial al disputarse en casa. “Al final competimos en casa, era nuestra pista y eso se nota, teníamos el público a nuestro favor”, comenta Jon entre risas.

Detrás de estos resultados se encuentra una estructura de formación consolidada que acompaña a los deportistas desde sus primeros pasos sobre los patines. La escuela recibe a niños y niñas desde los cinco años y posteriormente les introduce progresivamente en la técnica, la táctica y la competición.

Para Jon Senosiáin, ahí reside una de las claves del éxito de la sección: “Es importante que desde pequeños entiendan que, aunque el patinaje sea un deporte individual, también existe una dimensión colectiva. La Liga Nacional nos enseña a competir como equipo y a ayudarnos unos a otros”.

La temporada, además, todavía no ha llegado a su fin. Con varias competiciones aún por disputar, el grupo continúa trabajando con la misma rutina de entrenamientos y preparación que le ha permitido mantenerse entre las secciones más competitivas del club. Un trabajo constante que combina exigencia deportiva, técnica y una estrecha coordinación entre deportistas, cuerpo técnico y familias.



¡Al frontón!

Este verano el mejor Campus de Pelota Vasca te espera en San Juan/Donibane

¿Huele a verano? Sí, y en la Agrupación Deportiva San Juan ya estamos preparando el frontón para la semana más auténtica de agosto. Del 17 al 21 de agosto la pelota vuelve a ser la protagonista con nuestro Campus de Pelota Vasca, pensado para que los chicos y chicas de 8 a 14 años (nacidos entre 2012 y 2018) disfruten de este deporte como nunca.

PASIÓN POR EL FRONTÓN, DIVERSIÓN ASEGURADA

Olvídate de tecnicismos aburridos; este campus es puro frontón, pero con un enfoque dinámico y muy natural. No importa si ya le pegan fuerte o si nunca han cogido una paleta. Aquí venimos a disfrutar. Las mañanas se pasarán volando alternando tres disciplinas:

- **Paleta Goma:** El punto de partida ideal. Los más txikis jugarán con pelota de tenis o goma para aprender sin miedo, mientras los más grandes perfeccionan su golpeo.
- **Paleta Cuero:** ¡Acción pura! Reservada para los no tan txikis y mayores, es donde la técnica y la velocidad se encuentran.
- **Pelota a Mano:** La esencia. Aprender y experimentar, la postura y ese golpeo clásico que nos conecta con nuestras raíces.

MÁS QUE ENTRENAR: PISCINA, JUEGOS Y SORPRESAS

Sabemos que en agosto aprieta el calor, así que después del frontón, ¡al agua! La piscina es el refugio perfecto. Además, el programa incluye talleres, juegos cooperativos para hacer piña y algo que les encanta: la **visita de pelotaris** que vendrán a compartir sus trucos y jugar unos puntos con ellos.

UN EQUIPO QUE SABE LO QUE HACE

Nuestros monitores son pelotaris y educadores con experiencia. Saben cómo motivar a los cha-

vales y conseguir que se diviertan con seguridad. El campus se impartirá principalmente en euskera, con traducción instantánea al castellano para quien lo necesite. Una inmersión lingüística súper natural.

Precios y Detalles:

El horario está pensado para encajar con los planes de cada familia:

- **Opción Sin Comida** (9:00h. a 14:00h.): 120€.
- **Opción Con Comida** (9:00h. a 15:00h.): 150€.

Para que se lleven un buen recuerdo, repartiremos la camiseta del campus y varias sorpresas. Las plazas son limitadas, así que si tus hijos e hijas quieren pasar una semana del verano diferente, ¡apúntalos ya!

DONIBANEN EUSKAL PILOTA CAMPUSA: KIROLA ETA LAGUN BERRIAK!

Abuztuaren 17tik 21era, Donibane K.E-k bere Euskal Pilota campusa abiaraziko du 8 eta 14 urte bitarteko neska-mutilentzat (2012 eta 2018 artean jaioak). Goizero, frontoian gozatuko dugu hiru modalitaterekin: **Goma Paleta** (txikienak tenis-pilotarekin), **Larruzko Paleta** (nagusientzat) eta **Esku Pilota**.

Ez da entrenatzea bakarrik izango! Jolas kooperatiboak, tailerrak, **igerileku saioak** eta **pilotarien bisita** izango ditugu. Monitoreak eskarmentu handiko pelotari eta hezitzaileak dira. Campusa **euskaraz** izango da nagusiki (behar izanez gero, gaztelaniara berehalako itzulpenarekin).

Prezioak eta Ordu-tegiak:

- Bazkaririk gabe (09:00 - 14:00): 120€
- Bazkariakin (09:00 - 15:00): 150€

Opariak: Campusaren kamiseta eta hainbat sorpresa!



¿QUÉ OS HA MOTIVADO A RELANZAR UN CAMPUS DE PELOTA EN SAN JUAN Y ESTA VEZ HACIÉNDOLO COMO SECCIÓN?

Nos mueve la increíble respuesta y la ilusión que vemos a diario en la Agrupación. Dar el paso de organizarlo directamente como sección de pelota vasca nos permite diseñar una experiencia 100% fiel a nuestra identidad. Queremos abrir las puertas del frontón a todos los niños y niñas del club para promocionar este deporte desde la base, ofreciendo una semana donde la pelota sea el motor de convivencia, aprendizaje y diversión.

TRASLADAR AL CAMPUS EL BUEN TRABAJO DE LA ESCUELA

Esa es la meta principal. La escuela de San Juan/Donibane es sinónimo de cuidado, técnica y respeto. Queremos que el campus funcione como un escaparate y un puente directo hacia ella: un lugar donde los que ya juegan sigan mejorando de forma divertida, y donde quienes nunca han cogido una paleta o jugado a pelota a mano, se enamoren de este deporte gracias a la misma metodología cercana que aplicamos todo el año.

RESULTADOS EN LA BASE Y FUTURO PELOTAZALE EN DONIBANE

El futuro en Donibane está más que asegurado. En los últimos tiempos la sección está logrando destacar con fuerza en los campeo-

natos locales de Navarra, en provincias cercanas, en el campeonato de España, Euskal Herria, etc. Sobre todo en Senior, tanto en paleta goma como en las exigentes modalidades de paleta cuero y corta. Tenemos en el equipo Senior a pelotaris mundialistas y campeones de Euskal Herria y España como Goñi, Nicuesa, Tapia, Legarra, Berrogi I, Berrogi II, Mariñelarena, Mendizabal IV; emergentes como Gil, Martínez, Benito; jóvenes promesas de la escuela como Abaurrea, Tabar, los hermanos Pérez, Vergara, las hermanas Gerra... Entre otros logros, lo más destacado del año ha sido el campeonato navarro y de Euskal Herria de paleta goma conseguido por las pelotaris cadetes Izaro Gerra e Izaskun Iribarren, está última, pelotari cedida del club de Sorrauren. Tenemos dos pelotaris seleccionados con la selección Española y otros 7 pelotaris en la selección navarra, por ejemplo.

ESTRUCTURA DEL TRABAJO: INICIACIÓN, PERFECCIONAMIENTO O COMPETICIÓN

Lo tenemos perfectamente estructurado por niveles y edades (de 8 a 14 años). No mezclamos objetivos de forma caótica. Para los principiantes, el enfoque es totalmente recreativo y de asimilación técnica básica (aprender la postura en mano o el golpeo de paleta sin miedo). En San Juan hay sitio para todos y todas: desde el que quiere pasar el rato hasta el que busca competir. Pero eso sí, lo primero es disfrutar.

Sonia Elósegui: “Hoy contamos con una de las salas Fitness más grandes y modernas de Pamplona”

La renovación y ampliación de la Sala Fitness de la Agrupación Deportiva San Juan ha supuesto una de las actuaciones más destacadas dentro del proceso de mejora de instalaciones que está llevando a cabo el club. Una transformación que ha permitido dar un salto cualitativo tanto en espacio como en equipamiento, ofreciendo a los socios y socias una instalación moderna, funcional y adaptada a las necesidades actuales.

Para conocer más de cerca las mejoras realizadas y la acogida que han tenido entre los usuarios, hablamos con Sonia Elósegui, responsable de la Sala Fitness de la ADSJ-DKE.

“La ampliación ha supuesto un cambio muy importante. Hemos duplicado el espacio hasta alcanzar los mil metros cuadrados y hemos renovado buena parte de la maquinaria. Hoy podemos decir que contamos con una de las salas Fitness más grandes y modernas de Pamplona”, destaca.

La instalación es utilizada de forma habitual por más de 3.000 socios y socias, que disponen ahora de un entorno más amplio, cómodo y equipado con tecnología de última generación.

Entre las principales novedades se encuentra la incorporación de equipamiento de la firma Technogym, una de las marcas de referencia a nivel internacional dentro del sector del fitness. “Hemos ampliado notablemente el equipamiento e incluso hemos triplicado algunas máquinas para evitar tiempos de espera y mejorar la experiencia de los usuarios. El material que tenemos actualmente es de lo más avanzado que existe en el mercado”, explica Elósegui.

La responsable de la instalación asegura que la respuesta de los socios está siendo muy positiva desde la reapertura de la sala.

“La palabra que más escuchamos cuando la gente entra es ‘impresionante’. La amplitud,





la luz natural y la distribución de los espacios hacen que sea una instalación muy acogedora y agradable para entrenar”.

Precisamente, uno de los aspectos más trabajados durante el proyecto ha sido la organización de la sala por áreas específicas, permitiendo que cada usuario encuentre un espacio adaptado a sus objetivos.

“El espacio está muy estudiado. Tenemos una zona de entrenamiento funcional orientada especialmente a deportistas, una zona de estiramientos, un área de fuerza con peso libre para quienes buscan un trabajo más específico y una amplia zona de cardio completamente renovada. Todo ello con equipamiento de última generación”.

La versatilidad de la Sala Fitness permite además dar servicio a perfiles muy diversos. Actualmente la utilizan usuarios de todas las edades, desde adolescentes hasta personas de edad avanzada.

“Entre nuestros usuarios tenemos personas des-

de los 14 años hasta los 86 años. Es una instalación pensada para todos los socios y socias, independientemente de su edad o condición física”.

Además del entrenamiento deportivo, la Sala Fitness también desempeña un papel importante en la mejora de la salud y el bienestar de los usuarios gracias al asesoramiento profesional que reciben.

“Asesoramos tanto a personas que buscan mejorar su rendimiento deportivo como a usuarios que llegan con diferentes patologías o necesidades específicas. En estos casos trabajamos de forma coordinada con el servicio de fisioterapia para ofrecer una atención lo más completa posible”.

Con esta actuación, la Agrupación Deportiva San Juan continúa avanzando en su compromiso por ofrecer instalaciones modernas, accesibles y de calidad a sus socios y socias, reforzando una de las áreas con mayor demanda dentro de la entidad y consolidando la Sala Fitness como un referente dentro del ámbito deportivo de Pamplona.



El Squash encuentra su futuro en San Juan

Los buenos resultados deportivos, el crecimiento de la escuela y la consolidación de los torneos organizados en la Agrupación reflejan el trabajo que jugadores, entrenadores y voluntarios vienen realizando durante los últimos años para impulsar un deporte tan exigente como apasionante.

UN ESPEJO EN EL QUE MIRARSE

Una de las protagonistas de esta temporada en la sección de Squash de las piscinas ha sido Nuria Martínez, socia de San Juan desde hace tres décadas y vinculada al squash desde hace nueve años. Nuria ha firmado uno de sus mejores cursos deportivos, con victorias y podios en algunos de los principales torneos del calendario.

Ganadora del IV Open Nacional Villa de Aranda, subcampeona del Circuito Open de Cuenca y del Máster Navarro de Squash, semifinalista del Campeonato Vasco-Navarro y tercera clasificada en el Campeonato Navarro Absoluto, Nuria reconoce que la evolución ha sido fruto de la constancia y de una participación cada vez mayor en las competiciones. “Si te vas apuntando a todos los torneos acabas estando más presente y mejoras claramente”, explica.

Pero detrás de esos resultados hay muchas horas de entrenamiento. Iñaki González, monitor de la escuela desde hace cuatro años y jugador de squash desde hace siete, destaca el trabajo realizado por Nuria durante los últimos meses. “Ha dado un salto muy grande a nivel competitivo. Ha invertido muchas horas, ha entrenado como ninguna y eso se nota”, señala.

La propia Nuria reconoce que el ambiente de la sección ha sido fundamental en su progresión. Lo que comenzó como una actividad para hacer deporte ha terminado convirtiéndose en una pasión que la ha llevado a competir cada vez más y a seguir mejorando año tras año. “Los monitores siempre te animan a salir a jugar torneos. Es la mejor manera de mejorar y de crecer como jugadora”, explica.

Entre todas las competiciones disputadas esta temporada, hay una que ocupa un lugar especial en su memoria. Aunque no puntuaba como campeonato oficial, el IX Open Gasteiz Hiria fue para ella la mejor experiencia deportiva del año. Con 48 participantes femeninas, el torneo destacó por su nivel competitivo y por el ambiente generado entre las participantes. “Quizás no fue mi mejor resultado, porque terminé quinta, pero sí ha sido el torneo en el que mejor he jugado con diferencia”, recuerda.

LA ESCUELA QUE IMPULSA EL FUTURO DEL DEPORTE

Si los resultados deportivos reflejan el presente de la sección, la escuela representa su futuro. Actualmente, doce niños y niñas forman parte del programa de formación de San Juan y están obteniendo resultados destacados. El ejemplo más visible es el de Julen Blasco, que con tan solo diez años se proclamó subcampeón de la Copa de España de Squash.

Los éxitos de la cantera se apoyan también en la presencia de referentes cercanos como el de Nuria. Para Iñaki, contar con jugadoras que compiten al máximo nivel y entrenan junto a los más jóvenes supone un estímulo constante para la escuela. “Para nosotros es clave tener figuras como Nuria. Los chavales ven que alguien que entrena en las mismas pistas que ellos compite y consigue resultados importantes”, destaca.

La presencia de referentes femeninos adquiere además una importancia especial en un deporte donde la participación de mujeres sigue siendo reducida. “Tenemos dos chicas en la escuela y pueden verse reflejadas en ejemplos como el de Nuria o Sandra”, añade.

Además de la escuela, la sección organiza un ranking mensual de Squash y Squash 57 que permite a jugadores de distintos niveles competir regularmente y conocer nuevos compañeros de juego. El sistema busca mantener activa la práctica deportiva y favorecer la convivencia entre jugadores



que quizá nunca se habrían enfrentado dentro de la pista.

SAN JUAN REFERENCIA NAVARRA

La AD San Juan continúa siendo uno de los principales motores del squash en Navarra. Gran parte de los torneos autonómicos se celebran en sus instalaciones gracias a la disponibilidad de cuatro pistas y a la capacidad organizativa de la sección. "Son muchas horas de trabajo, pero nos hace muy felices seguir celebrando torneos en San Juan", explica Nuria.

La llegada de jugadores de diferentes comunidades, el intercambio de experiencias y la posibilidad de competir en casa convierten estos eventos en una oportunidad para seguir dando visibilidad a un deporte que atraviesa una etapa de menor popularidad que años atrás.

A nivel colectivo, otro de los grandes éxitos de la temporada llegó en el Campeonato Interclubes de Pamplona. San Juan fue el único club capaz de presentar tres equipos distintos, proclamándose uno de ellos campeón tras imponerse por 3-0 en la final frente a Amaya. "Ahí se ve la evolución de la escuela y de toda la sección de squash de San Juan", afirma Iñaki.

De cara al futuro, los objetivos pasan por seguir aumentando el número de jugadores, consolidar la escuela y atraer a más mujeres hacia la práctica del squash. "Me gustaría que más chicas se animaran a probar este deporte. Tenemos una familia muy bonita, hay muchas amistades y mucho apoyo entre todos. Al final, todo va mucho más allá del deporte", concluye Nuria.

Las figuras que guían dentro y fuera del tatami

La sección de Taekwondo firma una brillante temporada deportiva respaldada por su gran equipo de entrenadores

LA TÉCNICA, LA ESPECIALIDAD DE SAN JUAN

El curso de Taekwondo comenzó en octubre con la participación del equipo de competición en el Open Ciudad de Pamplona, primera gran cita del curso y también el estreno en el medallero para la Agrupación que consiguió un balance de tres oros, tres platas y tres bronce.

Un mes después, en el Campeonato Navarro Absoluto de técnica y combate, el equipo lograba la primera posición por equipos en la modalidad de técnica, además de otros cuatro oros, tres platas y un bronce.

Los Juegos Deportivos de Navarra volvieron a dejar numerosos podios para los deportistas de la Agrupación, logrando el primer puesto por equipos en técnica, tanto en categoría masculina como en femenina.

La progresión continuó durante el Campeonato Navarro de Poomsae, donde la AD San Juan volvió a finalizar en primera posición, confirmando el gran trabajo que desde hace años se realiza en

esta disciplina. Además, cinco deportistas del club lograron clasificarse para el Campeonato de España por Autonomías de Poomsae Infantil representando a Navarra, firmando una destacada actuación y situando de nuevo el nombre del club entre los más destacados del panorama nacional.

En combate, la sección sigue creciendo gracias a la participación de seis de sus integrantes más jóvenes en la Liga Interclubs, una competición planteada como una primera toma de contacto con esta modalidad. Más allá de los resultados, el objetivo principal es que los más pequeños puedan experimentar el combate desde una perspectiva formativa y educativa.

“UN DEPORTE INDIVIDUAL PERO PRACTICADO EN FAMILIA”

Todos estos éxitos deportivos respaldan el gran trabajo diario que realiza el equipo técnico formado por sus entrenadores: David, Jesús, Javier y Naiara. Entre ellos destaca especialmente la figura de Jesús, vinculado a la AD San Juan desde hace casi cuatro décadas, así como la experiencia de David que acumula más de treinta años impartiendo clases de Taekwondo y acumulando cinco temporadas dentro del club.



Uno de los aspectos que más valoran los entrenadores es la capacidad del Taekwondo para adaptarse a todas las edades. Javier explica que el trabajo con niños y adultos es completamente diferente pero con un fondo común: “Cuando empiezan se les enseña lo más básico y poco a poco van evolucionando hasta llegar a cinturones más altos. Con los adultos buscamos que disfruten, que hagan grupo y que mantengan la motivación”.

En ese sentido, la modalidad de técnica se ha convertido en una de las grandes señas de identidad de la sección. “Somos uno de los pocos clubes en Navarra que trabaja tan a fondo la técnica”, destaca Javier. Una especialización que, según David, se apoya también en la tradición y en el ejemplo de los deportistas más veteranos: “Los niños ven a los adultos con un nivel muy alto y eso crea una cultura dentro del club”.

Más allá de la competición, ambos entrenadores coinciden en destacar el enorme componente social y educativo que aportan las artes marciales a quienes las practican. “Muchas veces cuando pensamos en deporte nos viene a la cabeza las medallas, pero en Taekwondo no es necesario competir para disfrutarlo”, explica David. “Cada uno progresa a su ritmo y nosotros intentamos adaptarnos a las capacidades y necesidades de cada niño”.

Esa visión formativa aparece constantemente en el trabajo diario de la sección. Para David, uno de los mayores retos actuales es conseguir continuidad entre los más jóvenes: “Hoy en día los niños están muy sobreestimulados y lograr que mantengan una disciplina durante años es algo muy positivo”. Por eso, más allá de los éxitos competitivos, el mayor orgullo para los entrenadores está en la evolución personal de sus alumnos. “La foto muchas veces son los trofeos, pero lo importante es todo lo que aportamos física, mental y socialmente”.

Entre los momentos más especiales de la temporada, David se queda con dos instantáneas: la exhibición de fin de curso, “como culminación de todo el trabajo realizado durante el año”, y la participación de los deportistas de la AD San Juan en el Campeonato de España representando a Navarra.

De cara al futuro, el objetivo de la sección pasa por seguir creciendo y consolidando el trabajo realizado hasta ahora, especialmente en la faceta del combate. Además, desde el club, recuerdan que durante el mes de septiembre cualquier persona, independientemente de su edad y su nivel, podrá acercarse a probar esta modalidad.



La Escuela de Tenis de San Juan consolida su presencia entre la élite nacional



La Sección de Tenis de la Agrupación Deportiva San Juan ha vuelto a completar una temporada sobresaliente, repleta de éxitos individuales y colectivos que confirman el excelente momento que atraviesa la escuela y el trabajo que se viene realizando desde hace años en la formación de jugadores y jugadoras.

Detrás de estos resultados se encuentra una estructura sólida, una cantera cada vez más competitiva y un equipo técnico comprometido con el desarrollo deportivo y personal de sus alumnos. Así lo explica el director de la escuela, Jon Lerchundi, quien sitúa la clave del éxito en el trabajo diario y en el ambiente que se respira dentro de la sección.

“En la escuela se está trabajando muy bien desde la base. Hay muy buen ambiente, mucha gente y se nota que realmente nos gusta esto que hacemos. Es una forma de vida. Aquí hay que darle los siete días de la semana, no de lunes a viernes. El sábado y el domingo tenemos que estar con los equipos, con los jugadores, atendiendo a los padres, pegados al teléfono... La gente se siente muy querida por todos nosotros”, afirma.

A ello se suma el compromiso de unos jugadores que han entendido que el talento debe ir acompañado de sacrificio y constancia. Así lo destaca uno de los entrenadores de la escuela y también jugador de la sección, Luis Pérez.

“Tenemos una generación que entiende que el tenis es un deporte de mucho trabajo y de mucho sacrificio. No solo es entrenar en las clases, sino que muchos vienen solos a seguir trabajando, a competir, se van a Bilbao, Vitoria o Madrid. Esa cultura de trabajo es lo que marca todo”, explica.

RESULTADOS DESTACADOS EN TODAS LAS CATEGORÍAS

La temporada ha dejado importantes éxitos desde las categorías inferiores hasta el tenis absoluto.

En categoría alevín, Irene Arbiol se ha proclamado campeona navarra tanto en individual como en dobles, además de imponerse en los tres circuitos organizados por la Federación Navarra de Tenis. También destacó Izan Mendióroz, finalista en el último circuito federativo.

Entre los infantiles, Noa Ugalde logró el subcampeonato navarro, mientras que Marta Arbiol y Aritz Amorro alcanzaron varias finales de dobles. Los tres, junto a Noa, se encuentran entre los cuatro mejores tenistas de Navarra de su categoría tras una temporada muy regular.

En categoría cadete sobresalieron Telmo Muñoz y Alen Ugalde, finalistas en el primer circuito de la temporada. Además, Telmo se proclamó campeón navarro sub-16 en dobles.

Por su parte, Íñigo Rezusta consiguió el subcampeonato navarro junior individual, consolidándose como una de las referencias de la cantera sanjuanera.

DOMINIO EN CATEGORÍA ABSOLUTA

Los éxitos también llegaron en categoría absoluta, donde la presencia de jugadores de la AD San Juan en las rondas finales de los circuitos navarros volvió a ser constante.

Ariadna Pérez ha ganado dos de los tres circuitos femeninos disputados esta temporada y también se proclamó campeona navarra de dobles femenino. En el circuito disputado en Zuasti, tanto Ariadna como Nahuel Hernando se llevaron el triunfo en el grupo 1 femenino y masculino, respectivamente.

Asimismo, Ibai Celada y Nahuel Hernando han conquistado dos de los tres circuitos absolutos disputados este curso.

Uno de los momentos más destacados de la temporada tuvo lugar en las propias instalaciones de la AD San Juan, sede del Campeonato Navarro Absoluto. Allí, Ibai Celada se proclamó campeón de Navarra, mientras que Iñaki Alcalde se hizo con el título de dobles mixtos. Ariadna Pérez y Luis Pérez finalizaron como subcampeones de esta modalidad.

ÉXITOS COLECTIVOS PARA LA HISTORIA

Más allá de los logros individuales, la temporada deja importantes éxitos por equipos.

El equipo absoluto masculino se proclamó campeón de Navarra por segundo año consecutivo, reafirmando su dominio autonómico.

En el Campeonato Vasco Navarro Riojano Cántabro, los equipos alevín y cadete alcanzaron la final, mientras que el conjunto absoluto terminó en tercera posición en una edición histórica en la que se produjo un triple empate en victorias por primera vez.

Las chicas protagonizaron otra de las grandes alegrías del curso al proclamarse campeonas de Tercera División, logrando además el ascenso a Segunda División. También el equipo San Juan B conquistó su grupo de Tercera, aunque no pudo culminar el ascenso en la fase final.

Por su parte, el equipo de Veteranos +35 se proclamó campeón del Vasco Navarro Riojano Cántabro en Primera División.

A nivel individual, Luis Pérez sumó otro éxito al proclamarse subcampeón de España de Dobles +30 junto a Ramón del Olmo, también integrante de la Sección de Tenis de la AD San Juan.

ENTRE LOS MEJORES CLUBES DE ESPAÑA

Sin embargo, si hay un logro que sobresale por encima del resto es el histórico ascenso a Segunda División en el Campeonato de España Absoluto por Equipos.

La AD San Juan logró la promoción tras superar una exigente fase en la que se enfrentó a algunos de los clubes más potentes del panorama nacional, como Club de Campo de Madrid, Nazaret de

Jerez, Fadura o Alcorcón.

“Es uno de los mayores éxitos en la historia del tenis de San Juan. Fueron eliminatorias muy largas, muy bonitas y muy competidas. Este ascenso significa que estamos entre los 24 mejores clubes de tenis de España”, destaca Jon Lerchundi.

El director de la escuela pone en valor la magnitud de este logro para una entidad multidisciplinar como la AD San Juan.

“Hay ocho equipos en Primera División y dieciséis en Segunda. Nosotros somos uno de esos dieciséis. Estamos entre los mejores clubes de tenis de España y eso, para un club como San Juan, es un éxito brutal”, asegura.

Lerchundi también destaca la importancia de contar con unas instalaciones de primer nivel y una estructura consolidada: “Las instalaciones que tiene el club son brutales. San Juan es un club puntero en el norte de España y una de las mejores referencias tenísticas del país”.

Por último, Luis Pérez pone el foco en el trabajo de los técnicos y en el crecimiento continuo de la sección. “Hay jugadores con muchas cualidades, pero si no trabajas no las desarrollas. Además, la calidad de los entrenadores es muy alta y tienen muchas ganas de seguir creciendo. Se nota en el ambiente y en las ganas que tiene la gente de aprender y competir. Las licencias siguen aumentando año tras año”.

Una temporada más, la Escuela de Tenis de la AD San Juan demuestra que el trabajo de base, la dedicación de sus entrenadores y el compromiso de sus jugadores siguen siendo la mejor fórmula para mantenerse entre las grandes referencias del tenis navarro y nacional.



Pedalear, entrenar, progresar y disfrutar

La actividad de cycling en la AD San Juan ha evolucionado desde una pequeña sala de spinning a un programa integral que combina ciclismo indoor, fuerza, movilidad y entrenamiento funcional con más de 150 usuarios activos.

Una actividad en crecimiento constante

La actividad de cycling en la Agrupación Deportiva San Juan ha experimentado una evolución progresiva desde su llegada en 2005. Lo que comenzó como una pequeña sala de *spinning* se ha convertido, veintinueve años después, en un programa consolidado, con una propuesta más completa que combina ejercicio físico, salud y bienestar.

Al frente de la actividad se encuentra David Pérez Aquerreta, vinculado al sector del fitness durante toda su trayectoria profesional, y responsable del crecimiento y la transformación del servicio dentro del club.

El punto de partida es el Group Cycling: “El *spinning* es ciclismo indoor con bicicletas que funcionan por vatios, y eso nos permite la personalización y la alta intensidad según cada usuario”, explica David. Pero con el paso de los años la actividad ha ido mucho más allá del trabajo cardiovascular inicial, incorporando entrenamientos de fuerza, movilidad y estiramientos con el objetivo de ofrecer una preparación física más completa.

La demanda de los usuarios ha permitido ampliar horarios y consolidar estas actividades complementarias, entre las que también destaca el *BoxFit*, una dis-

ciplina enfocada al trabajo cardiovascular y funcional.

Entrenamiento presencial y digitalización

Uno de los elementos diferenciales del programa es la combinación entre clases presenciales y clases virtuales, que permiten a los usuarios entrenar en cualquier momento a través de una plataforma digital. Este modelo ha permitido aumentar la flexibilidad de la actividad y reforzar la personalización del entrenamiento. “La personalización es clave. Podemos hablar con cada persona, asesorarle y adaptar la experiencia a sus necesidades gracias a las herramientas digitales”.

Además, desde el grupo no buscan aislarse del resto de actividades de la Agrupación, teniendo a muchos usuarios que combinan las clases con otras disciplinas como el gimnasio o la piscina, construyendo una rutina deportiva más completa. Este enfoque flexible permite que cada persona adapte el entrenamiento a su disponibilidad y objetivos, integrando distintas actividades dentro de su semana. Actualmente, alrededor de 150 usuarios de la sección mantienen la actividad física como parte habitual de su rutina deportiva semanal.

Salud, constancia y mejora física

Más allá del rendimiento, el objetivo principal es la mejora de la salud y la continuidad en la práctica deportiva. Durante la temporada se ha observado una evolución positiva en el rendimiento de los usuarios, tanto en la capacidad física como en la consecución



de objetivos individuales. “El enfoque principal es la salud. Buscamos que la gente encuentre aquí una forma de mantenerse constante, disfrutar y notar cambios reales”, explica David.

Y para alcanzar ese objetivo, el futuro de la actividad pasa por seguir avanzando en la digitalización del servicio, permitiendo que los usuarios puedan visualizar su progreso de forma clara y objetiva. La intención es integrar todas las actividades en una App que permita reservar clases y medir la evolución real de cada persona a lo largo del tiempo “con datos y gráficas que reflejen su progreso”.

Desde la sección, también se está trabajando en la mejora de los espacios y del material disponible dentro de las posibilidades presupuestarias de cada momento, con el objetivo de ofrecer un servicio cada vez más completo, cómodo y adaptado.

El componente social del entrenamiento...

El cycling ha generado un fuerte componente social dentro del club, muchos usuarios organi-

zan sus horarios para coincidir en clase, convirtiendo la actividad en un espacio de encuentro. Este factor social, unido a la motivación grupal y al seguimiento personalizado, contribuye a la continuidad de la práctica deportiva. Las clases se complementan con monitorización en tiempo real y un sistema de seguimiento que busca hacer la actividad más dinámica, atractiva y motivadora.

... y el componente vital del entrenamiento

“Hoy ya no hablamos solo de deporte, existe una sólida evidencia científica que demuestra que el ejercicio físico regular tiene un papel clave en la prevención de enfermedades y en la mejora de muchas patologías”. Esa es la visión y propósito que se marcan desde la sala de Group Cycling, BoxFit y actividades complementarias de fuerza: seguir construyendo un servicio cercano, útil y de calidad, que ayude a los socios y socias de la Agrupación Deportiva San Juan a moverse más, cuidarse mejor y disfrutar del proceso.

EL MOVIMIENTO TAMBIEN FORMA PARTE DEL VERANO

En AD San Juan seguimos apostando por un servicio que une **entrenamiento, salud y comunidad.**



Group Cycling, BoxFit y Fuerza son mucho más que clases: son espacios para **cuidarte, ganar energía, mejorar tu condición física y mantener la constancia en compañía del grupo.**



Un servicio nacido en el club, consolidado con los años y en **evolución constante** para adaptarse cada vez mejor a las personas socias.

Escanea el QR y te informo por **WhatsApp**



WhatsApp: 618 081 841
Horarios, plazas y novedades

AD San Juan · Ejercicio físico, salud y comunidad





AGRUPACIÓN DEPORTIVA SAN JUAN
DONIBANE KIROL ELKARTEA

