

# ATLETISMO

## THLEO



aniversario

# 42

25 abril  
1981-2023

OLÍMPICO EN ATLANTA 96, ATENAS 04,  
PEKÍN 08, LONDRES 12 , RÍO 16 Y TOKIO 20

### CAMPEONES EUROPA 35 KM. PODEBRADY 21/5/23



### CAMPEONATO DE ESPAÑA DE MARCHA EN RUTA

26  
FEB  
2023  
CIEZA

### CAMPEON DE ESPAÑA 20 KM. M40.

#### Sumario

Editorial · Aplausos y Fanfarrias · Nuestros Atletas · Sabías que... 78° · Teorías del Entrenamiento 73°  
Ranking Cadete · Nuestra Historia 88° · Crónicas deportivas y Humanas 39° · Noticias de Prensa



## Créditos

### EDITA:

Club Athleo  
C.I.F.: G-30283089  
Apartado de Correos 260  
30530 CIEZA - (Murcia)  
Web: <http://www.clubathleo.net>  
E-mail: [athleo@clubathleo.net](mailto:athleo@clubathleo.net)

### COORDINA:

José A. Carrillo Morales

### PORTADA:

Acabamos el 1er semestre  
2023 con nota.

### CONTRAPORTADA:

Ofrenda floral a las Claritas  
y Peques de sobresaliente.

### COLABORAN EN ESTA REVISTA:

José Marín  
José López  
José Bermúdez  
Pedro Moreno  
Juan José Marín  
Andrés García  
José A. Vera  
Onda Regional  
Diario Marca  
Universidad de Murcia  
Cus - Palermo

### IMPRIME:

Innovaciones Gráficas S.C.L  
C/ Pacheco, 11 - CIEZA - (Murcia)

Difusión Gratuita

# E ditorial

## ¡¡ CADA VEZ MÁS CERCA DE LOS 50 !!

El 25 de abril de 1.981 comenzamos a correr, saltar, lanzar y marchar. Parece que fue ayer y ya han pasado 42 años. Muchas han sido las peripecias, momentos agradables y también tristes que hemos pasado, pero siempre manteniendo nuestro lema,

**“LO MEJOR ESTÁ POR LLEGAR” y eso...**

\*\*Que llevamos, hasta la fecha, 2.856 campeonatos y 611 récords regionales.

\*\*Que hemos realizado 1.559 ACTUACIONES EN CAMPEONATOS DE ESPAÑA con 333 MEDALLAS y 19 RÉCORDS DE ESPAÑA conseguidos.

\*\*Que 212 INTERNACIONALIDADES nos contemplan con presencia en 6 JJ. OO con 4 atletas y un entrenador además de 2 presencias en JJ. OO de la juventud.

\*\*Que nuestros atletas han conseguido 73 MEDALLAS en distintos Campeonatos de Europa; del Mundo; Juegos del Mediterráneo; Ctos. del mundo universitario; Ctos. Ibero-americanos; encuentros internacionales, visitando 43 países.

\*\*Y que llevamos 9.078 TROFEOS; 8742 MEDALLAS y 891 PREMIOS recibidos por nuestros asociados y/o el club. Por todo ello, muchas gracias a todos los que habéis formado parte de este club y seguís caminando codo con codo, también a los padres, familiares, simpatizantes, amigos, anunciantes, medios de comunicación, empresas, socios protectores, etc.

A la Dirección General de Deportes y concejalía de Deportes de Cieza que este año nos han concedido sendas subvenciones. Acabar con el profundo agradecimiento a la “UCAM” nuestro gran valedor y que D. José Luis Mendoza Q.E.P.D. apostó por nuestro club en el año 2004.

La cena aniversario tendrá lugar, dios mediante, el próximo 14 de Octubre.

**FELIZ 42 ANIVERSARIO**



Paraje El Buho, s/n - C/ Confiteros, 3  
Telf. y Fax 968 76 11 77  
[ziezaraucarestdelsegura@gmail.com](mailto:ziezaraucarestdelsegura@gmail.com)  
[www.autocaresziezar.com](http://www.autocaresziezar.com)



# aplausos fanfarrias

**Nuestro más sentido pésame** a la familia personal y universitaria por el fallecimiento el pasado 18 de enero de D. José Luis Mendoza, presidente de la UCAM.

**Sugerencia a nuestras autoridades** para que pongan todos los medios para que Cieza tenga una casa museo de la juventud y el deporte.

**Felicidades** al ciezano Pepe Villa campeón de la copa del Rey de Voleibol. A las ciezanas del club balonmano Cieza que consiguieron medalla en la copa España por selecciones autonómicas "Sara; Mariola; Laura; Lucía; Inés; Claudia; Isabel y Elena.

**Nuestro más sentido pésame** a la familia de Mariano Caballero, fundador de Piedras vivas y sobre todo una bellísima persona, que falleció en el mes de febrero. D.E.P.

**Felicidades y enhorabuena** a tod@s l@s voluntari@s que hicieron posible una perfecta organización del Cto. de España de marcha y en especial a los motores de este evento personalizados en Juanma y Cutillas.

**Felicidades y enhorabuena** a Daniel López - SUBCAMPEÓN de España M40 en 35 km. marcha, en Cieza y CAMPEON de España M40 en 20 km. Marcha, en Córdoba.

**Felicidades** a los ciezanos Pascual López sub17 del voleadores convocado con la Selección Española. A Rui Jerónimo y David Saorín 3o en el europeo de Karate por equipos. A Ángel Turpín ganador del USA open en kumite cadete. A la gimnasta Silvia Sánchez Bronce en el open interclubes.

**Felicidades** a Antonio Jesús Bermúdez homenajeado por la Famu y Asociación de Federaciones deportivas. A Daniel López; Manuel Bermúdez y Club premiados por la Famu en su gala anual y a José A. Carrillo premiado en la gala 90o aniversario Radio Murcia.

**Felicidades** a Joel Ramos convocado para el Cto. De Europa de Voley Playa Sub18 y Sylvia Sánchez, entre las 3 mejores de España en fitkid.

**Felicidades y gracias** a Carlos Semitiel exconcejal de deportes del Ayuntamiento de Cieza por el gran trabajo realizado en esta materia.



# Actuaciones del Club durante el semestre

**ENERO - FEBRERO - MARZO - ABRIL - MAYO Y JUNIO DE 2023**

**VIERNES 13 ENERO. - III CONTROL VALENCIANO PISTA CUBIERTA. - PATERNA**

Estuvimos con Irene García 2a en 800 ml y Rocío Morote y Rafael Bermúdez 2o en sus series de 3.000 ml y Francisco J. Ruíz también en 3.000 m.l. pero que acabó con problemas digestivos, acompañados de su entrenador José Lucas (nuevo responsable regional de cross).

**DOMINGO 15.- I JORNADA LIGA REGIONAL CROSS. - MAZARRON** Participamos con 6 equipos y un total de 51 atletas destacando a Yeray Piñera y Pura Ramírez **CAMPEONES REGIONALES SUB8**. Rocío Morote **CAMPEONA REGIONAL SUB18**. Alina Valcárcel **SUBCAMPEONA REGIONAL SUB14** y Ana Gil **TERCERA SUB8**.



**SÁBADO 21.- CTO. REGIONAL PISTA SUB23 Y ABSOLUTO. - LORCA** Participamos con 8 atletas logrando **3 TITULOS REGIONALES; 3 SUBCAMPEONATOS Y 1 TERCER PUESTO**. Irene García **CAMPEONA REGIONAL** en 800 m.l.; Rafael Bermúdez **CAMPEÓN REGIONAL SUB23** y **SUBCAMPEÓN ABSOLUTO** en 3.000 m.l. Amanda Cano **CAMPEONA REGIONAL** en 5.000 m. marcha y ganadora del gran premio en carreras. Morote **SUBCAMPEONA REGIONAL** en 1.500 m.l. Irene Vázquez **SUBCAMPEONA REGIONAL** en 5.000 m. marcha y Alicia Vázquez **TERCERA REGIONAL** en 5.000 m. marcha.



**SÁBADO 21.- XI GRAN PREMIO NACIONAL MARCHA. - BURJASSOT** Fuimos con 4 atletas destacando a Esther Yepes 3a en 5 km. sub16 con 27.53" que es **MINIMA** para el nacional de Cieza. Santiago Guardiola 4o en 5 km. sub16 con 25.25" también **MINIMA** para Cieza. Daniel López 4o en 20 km. Máster con 1.34.53" Igualmente **MINIMAS** para Cieza y Córdoba. Antonio Camacho abandonó la prueba de 20 km. transcurrido el 16 por problemas físicos.

**DOMINGO 22.- I JORNADA SUB14 Y SUB-16 Y JABALINA SUB16.- CARTAGENA**

Estuvimos con 18 atletas destacando en Sub14 a Laura Rojas 2a en 500 m.l.; Noelia Alexandra Estrada 2a en su serie de 60 m.l. Fernando Ortiz 3o en 500 m.l. Juana Ruiz 3a en su serie de 60 m.l. Juan José Marín mejoró en 500 m.l. con 1.41"83c. En cuanto a los Sub16 Angela Ortiz 1a en triple salto y 3a en su serie de 60 m. vallas. Iris Pérez 2a en su serie de 60 m.l. y Jorge Giménez mejoró en 60 m.l. con 8"53 y Triple salto con 9.69 m. La mayoría de las atletas al ser de primer año en estas categorías no se refleja sus marcas a ser realizadas por primera vez.



**MARTES 24.- FASE LOCAL CROSS ESCOLAR. - CIEZA**

Participaron Rocío Morote 1a; Angela Ortiz 2a; Laura Rojas 3a y Fernando Ortiz 4o, - en sus categorías- representando a sus respectivos centros escolares y clasificándose para la final regional. Enhorabuena.

**SÁBADO 28.- CONTROL DE LANZAMIENTOS LARGOS. - ALHAMA**

Estuvo María Antonia Carrillo siendo 2a en lanzamiento de jabalina Sub18 con 28.73 m.

**SÁBADO 28.- CTO. REGIONAL MARCHA EN RUTA IND. Y POR EQUIPOS. - JUMILLA** Participamos con 7 equipos y 26 atletas logrando **14 TITULOS REGIONALES; 4 SUBCAMPEONATOS Y 5 TERCEROS**. Fuimos **CAMPEONES REGIONALES** con Raquel Marín en 2 km. alevín que junto con Daniela Piñera **TERCERA** el equipo fue **CAMPEON REGIONAL**. Lucas Buitrago **CAMPEON REGIONAL** en 3 km. infantil. Claudia Marín **CAMPEONA REGIONAL** 3 km. infantil que junto con Victoria Lucas **SUBCAMPEONA**; Ainhoa; Juana y Julia quedaron **CAMPEONAS REGIONALES**. Esther Yepes **CAMPEONA REGIONAL** cadete en 5 km. marcha. Santiago Guardiola **CAMPEON REGIONAL** cadete en 5 km. marcha. Daniel López **CAMPEÓN REGIONAL M40** en 10 km. marcha con 45.15" que junto a Cristóbal Rizo **TERCERO M50** fueron **CAMPEONES REGIONALES**. Manuel Bermúdez **CAMPEON REGIONAL SENIOR** en 10 km. marcha que junto





usar gafas no lo eliges, a **tu óptico SI**

**fernandooptico** es el compromiso real de un establecimiento sanitario. La última tecnología, los mejores avances informáticos y un equipo de óptico especializados para ayudarte en tus problemas de visión.

Las mejores marcas y los mejores diseños para que te veas bien.

fernandooptico®

profesionales en salud visual

**noego Chloé MARKUS T**



con Antonio Camacho fueron CAMPEONES REGIONALES. También fuimos CAMPEONES REGIONALES con el equipo benjamín femenino en 2 km (Daniela Guardiola SUBCAMPEONA con 13.35" - Pura Ramírez TERCERA con 14.47" y Ana Gil). Equipo Benjamín masculino CAMPEON (Álvaro López SUBCAMPEON y Germán Martínez TERCERO) y el equipo senior femenino CAMPEÓN en 10 km. (Amanda Cano SUBCAMPEONA - Irene Vázquez TERCERA - Alicia; Melisa y María).

#### DOMINGO 29.-I JORNADA SUB10 Y SUB12.- CARTAGENA

Estuvimos con 14 atletas destacando en Sub10 a Nacho Sánchez que mejoró en 50 m.l. con 12"05 y en la prueba de 1.000 m.l. que lo hicieron Álvaro López con 4.31"09 y Humberto García con 4.45"29. Además, Humberto García; Pascual Yepes e Iker López fueron 1o; 2o y 3o respectivamente en sus series de 50 m.l. En Sub12 Alejandra Guardiola mejoró en las 3 pruebas del triatlón A 9"90 en 60 m.l.; 13.41" en 60 m. vallas y 6.71 en peso. Andrés Villa fue 1o en 60 m. y 500 m.l. y 3o en longitud. Aina Palomares 2a en 2.000 m.l. Valeria Torres 1a en su serie de 60 m.l. y 2a en la de 500 m.l. y Juan Antonio López fue 2o en su serie de 60 m.l. con 10.06", mejoró marca en 500 m.l. con 1.43"06 y fue 2o en salto de longitud.

#### DOMINGO 29.- CTO. ESPAÑA CROSS INDIVIDUAL Y POR FEDERACIONES. - ORTUUELLA (VIZCAYA)

Participó nuestra Sub20 Irene García siendo la 88a y el equipo FAMU el 15a, también fue de la partida el técnico José Lucas (nuevo responsable Famu de cross)

#### MIÉRCOLES 1 FEBRERO. - PRESENTACIÓN CTO. ESPAÑA MARCHA RUTA. - CIEZA

Este miércoles 1 de febrero tuvo lugar el acto de presentación de dicha cita, a partir de las 17:00h. en el Museo Siyasa de Cieza, con la asistencia del alcalde de Cieza, Pascual Lucas, concejal de Deportes, Carlos Semitiel; presidente de la RFEA, Raúl Chapado; el director general de Deportes, Fran Sánchez; Pruden Guerrero, presidenta de la FAMU, José Antonio Carrillo, presidente del UCAM Athleo Cieza y miembro del equipo técnico nacional de la disciplina. También participaron los atletas Álvaro Martín; Miguel A. López y Manuel Bermúdez. Todo transcurrió con la normalidad de las presentaciones, poster incluido (obra de José Marín) hasta que al final el presidente de la RFEA aprovechó el momento para sorprender a un emocionado Carrillo con la entrega de 2 galardones: Uno de la -AEA- Asociación Europea de atletismo y la INSIGNIA OLIMPICA del comité olímpico español.

**SÁBADO 4.- CTO. REGIONAL MASTER Y CONTROL SUB18 A ABSOLUTO. - CARTAGENA** Estuvimos con 6 atletas: Daniel López CAMPEÓN REGIONAL M40 en 5.000 m. marcha con 21.41"27c. En cuanto al control Raúl Yuste participó en las pruebas de 60m.l.; longitud, altura y peso sub18. Eduardo Guardiola en 60 y 200 m.l. Y en 1.500 m.l. Irene García 2a. Rafa Bermúdez 5o y Francisco J. Ruiz 13o

**SÁBADO 4.- GRAN PREMIO DE MARCHA. - CUENCA** Fuimos con 3 atletas. Santiago Guardiola 1o en 5km marcha sub16; Daniela Guardiola 2a en 2 km. sub12 y Antonio Camacho 4o en 10 km. absoluto.

#### DOMINGO 5.- II JORNADA LIGA REGIONAL CROSS - CTO. REG. MASTER. - SAN PEDRO PINATAR

Participamos con 40 atletas destacando los TRIUNFOS de Yeray Piñera y Purificación Ramírez en sub8 y Rafa Bermúdez en Sub23. Los SEGUNDOS de Andrés Villa en Sub12 y Fernando Ortiz y Alina Valcárcel en Sub14 y el TERCERO de Ana Gil en Sub8.



#### SÁBADO 11.- II JORNADA SUB10-SUB12.- JUMILLA

Estuvimos con 10 atletas destacando en Sub10: El triplete en 2 km. marcha con Daniela; Purificación y Martina. El 2o puesto de Yeray Piñera en 500 m.l. con 1.51"88. El 2o puesto en su serie de 500 m.l. de Álvaro López con 1.55"82 y la mejora de marca de Martín Verdejo en 500 m.l. con 2.10"90. En sub12: Andrés Villa 1o en 60 m. vallas con 11"05 y 1.000 m.l. Raquel Marín 1a en 2 km. marcha y 3a en su serie de 60 m.l. Alejandra Guardiola 2a en 2km. marcha; 1a en su serie de 60 m.l. y mejoró marca en peso con 7.31 metros siendo también 1a en su serie. José Antonio López 2o en su serie en 60 m. vallas con 11"63 y 2o en 1.000 m.l. y Valeria Torres 2a en 1.000 m.l. con mejora de marca en 60 m. vallas con 13"19c.

#### DOMINGO 12.- II JORNADA SUB14-SUB16.- ALHAMA

Participamos con 23 atletas destacando, en Sub12: El 1o puesto de Lucas Buitrago; Claudia Marín (triatlón C) y Victoria Lucas en 3 km. marcha. Los 2o puestos de Laura Rojas y Fernando Ortiz en 2.000 m.l. Noelia Alexandra 2a en su serie de 60 m.l. con 9"59 y mejora de marca en 500 m.l. con 1.38"91. Juana Ruiz 2a en su serie de 60 m.l. y mejora en peso con 5.01 m. Sandra Giménez 3a en 3 km. marcha con 18.15"65. Esther Molina 3a en su serie de lanzamiento de peso con 5.77 m. Además, mejoraron marcas Valeria Rodríguez en 60 m.l. con 10"08 y Juan José Marín en 2.000 m.l. con 7.51"82.

En Sub-16 Angela Ortiz 1a en Triple Salto y 3a en 60 m. vallas con 10"26. Santiago Guardiola 1o en 5 km. marcha. José Lucas 2o en 5 km. marcha. Irene Bermúdez mejoró en 60 m.l. con 10"54 y lanzamiento de peso con 5.69 m. Jorge Giménez mejoró marca en triple salto con 9.74 m.

#### SÁBADO 18.- CAMPEONATO REGIONAL SUB18 Y SUB20.- JUMILLA

Estuvimos con 10 atletas destacando los 4 CAMPEONATOS REGIONALES de Raúl Yuste en salto con pértiga y SUBCAMPEÓN en triple salto. Rocío Morote en 3.000 m.l. y Rocío Moreno y Alexis Salmerón en 5.000 m. marcha. Francisco José Ruiz mejoró marca en 3.000 m.l. con 10.23"29c. En cuanto al control de 5.000 marcha fueron 1o Antonio Camacho y Esther Yepes; 2o Santiago Guardiola y 3o José Lucas con 31.47"32.



**mueblesjuan**

Financiación 18 meses sin intereses

Gran Vía, 119 - 30530 CIEZA (Murcia)  
Telef.: 968 76 31 47



← búscanos

COMERCIO DE CALIDAD  
COMERCIO DE CALIDAD ISO 9006

ADMINISTRACIÓN DE  
LOTERIA N° 2

«Margarita»

C/. Mesones, 22 - Tfno. 968 76 14 74  
30530 CIEZA (Murcia)



**DOMINGO 19.- III JORNADA LIGA REGIONAL CROSS. - LORCA**  
 Participamos con 34 atletas destacando a Yeray Piñera 1o en sub8; Rafael Bermúdez 2o en sub23 y Fernando Ortiz 3o **SÁBADO 25.- CAMINATA SOLIDARIA "MEMORIAL ALBERTO LUCAS". - CIEZA**

Participó nuestro master Daniel López.

**DOMINGO 26.- CTO. REGIONAL COMBINADAS SUB14-SUB16.- CARTAGENA**

Estuvimos con 2 atletas en exatlón cadete femenino. Angela Ortiz quedó 4a mejorando marcas en 60 m. vallas con 9"94c y en peso con 8.80 m. Por su parte Elena Gil fue la 18a mejorando marca en peso con 8.82 m.

**DOMINGO 26.- CAMPEONATO DE ESPAÑA 35 KM Y CTO. EQUIPOS AUTONOMIAS. - CIEZA.** Participamos con 10 atletas: En la prueba de 35 km. Daniel López **SUBCAMPEON DE ESPAÑA M40** con 3.08"42. Irene Vázquez 7ª con 3.03.16 que es **RECORD REGIONAL**. Alicia Vázquez y Manuel Bermúdez 9º y Melisa Sánchez 10ª. En 5 km. cadete hombres Santiago Guardiola 6o con 24.46 y José Lucas 34º siendo Murcia 6ª por autonomías. En 5 km. cadete mujeres Esther Yepes se retiró por problemas físicos. En los 10 km. junior hombres Alexis Salmerón fue 10º y en los 10 km. sub18 mujeres Rocío Moreno llegó en el puesto 39ª.

**SÁBADO 4 MARZO. - III JORNADA SUB14-SUB16.- JUMILLA**  
 Fuimos con 20 atletas destacando en Sub14 Fernando Ortiz 1o en 1.000 m.l. con 3.12.26; Alina Valcárcel 1a en 2.000 m.l. con 7.36.91; Claudia Marín 1a en 3 km. marcha. Victoria Lucas 2a en 2.000 m.l. con 7.41.58. Laura Rojas 3a en su serie de 1.000 m.l. Mejoraron marcas en 1.000 m.l. Samuel Iniesta con 3.31.10 y Juan José Marín con 3.38.91. Juana Ruiz lo hizo en peso con 5.49 m. Valeria Rodríguez en 60 m.l. con 10.09 y 60 m. vallas con 13.68 y Noelia Estrada en 60 m.l. con 9.47 y 60 m. vallas con 13.15. En Sub16 Angela Ortiz Ganó las pruebas de Altura con 1.44m. y Triple salto con 10.56m. y fue 2a en 60 m. vallas. Santiago Guardiola 1o en 5 km. marcha con 24.44.57. José Lucas 2o en 5 km. marcha con 31.31.23. Elena Gil mejoró en triple salto con 8.77 m. e Irene Bermúdez en 60 m.l. con 10"45.

**SÁBADO 4.- V CAMINATA COLOR RUN FLORACIÓN. - CIEZA**  
 Participamos con 15 atletas.

**DOMINGO 5.- III JORNADA SUB10-SUB12.- LORCA**  
 Participamos con 17 atletas, destacando en SUB10 los 1o puestos de Álvaro López y Martina Moreno en 1 km. marcha. el 2o de Claris Torres y el 3o de Ana Gil en 1 km. marcha. Javier García mejoró en 50 m.l. con 13"81 y en 1.000 m.l. con 6.55.00. Yeray Piñera en 1.000 m.l. con 4.01.02" y Nacho Sánchez en 50 m.l. con 12"02.



En cuanto a los SUB12 Alejandra Guardiola fue 1a en peso y 2a en sus series de 60 m.l. y 60 m vallas con 12"87 del triatlón A. Andrés Villa 1o en sus series de 60 m.l. y 60 m. vallas con mejora de marca en peso con 6.06 m. del triatlón A. Juan A. López 2o en su serie de 60 m.l. con mejora en peso con 5.92 m. Manuel Cano fue 3o en su serie de 60 m.l. con 9"84 además de mejorar con peso con 6,24 metros y 60 m. vallas con 12"84c. Pablo Ramos mejoró en peso con 6.21 m.

**SÁBADO 11.- FINAL SUB14 Y SUB16.- YECLA** Participamos con 17 atletas destacando en SUB14 a Claudia Marín **CAMPEONA REGIONAL** 3.000 m. marcha. Lucas Buitrago **CAMPEON REGIONAL** 3.000 m. marcha con 16.35"14. Alina Valcárcel **SUBCAMPEONA REGIONAL** en 2.000 m.l. Laura Rojas **SUBCAMPEONA REGIONAL** en 500 m.l. con 1.29"56c. Fernando Ortiz **TERCERO REGIONAL** en 2.000 m.l. y la mejora de marca de Ainhoa Salinas en 3.000 m. marcha con 18.36.68. En SUB16 Angela Ortiz **CAMPEONA REGIONAL** en triple salto con 10.68 m. **SUBCAMPEONA REGIONAL** en salto de altura con 1.47 m. y mejora de marca en 60 m. vallas con 9"89c. Santiago Guardiola **CAMPEON REGIONAL** en 5.000 m. marcha con 24.42"77. José Lucas **SUBCAMPEON REGIONAL** en 5.000 m. marcha con 29.40"40 y Esther Yepes **SUBCAMPEONA REGIONAL** en 5.000 m. Marcha.

**DOMINGO 12.- II MEDIA MARATHON Y 10K.- ARCHENA**  
 Víctor López participó en la prueba de 10k llegando 11o

**DOMINGO 12.- CTO. REGIONAL 5K.- LOS ALCAZARES. -**  
 Rafael Bermúdez se proclamó **CAMPEON REGIONAL SUB23** y Francisco José Ruiz **SUBCAMPEON REGIONAL SUB20**.

**VIERNES 17.- JORNADA TECNIFICACIÓN DEPORTIVA FAMU SALTOS. - CAR LOS NAREJOS.-**

Han participado nuestras entrenadoras Carmen Saorín y Josefina López siendo ponente Miguel Vélez entrenador RFEA de Saltos.

**SÁBADO 18.- CTO. REGIONAL LANZAMIENTOS LARGOS. - CARTAGENA** Ma Antonia Carrillo se proclamó **SUBCAMPEONA REGIONAL SUB18** en lanzamiento de jabalina.



# TABLEROS ANDRÉS

Polígono de Ascoy, Km. 1'500 - 30530 CIEZA (Murcia)  
 Teléfono 968 76 18 65 - Fax 968455173



**SÁBADO 18.- 5K Y 10K FLORACIÓN. - CIEZA**

Participamos con 11 atletas destacando los TRIUNFOS de Alina Valcárcel en sub16 y Rafael Bermúdez en Sub23. Los SEGUNDOS puestos de Iris Pérez y Fernando Ortiz en sub16 y Francisco José Ruiz en Sub23 y los TERCEROS de Laura Rojas y Santiago Guardiola en sub16.



**SÁBADO 18.- FINAL SUB10 Y SUB12.- ALHAMA** Estuvimos con 16 atletas destacando en SUB10: Yeray Piñera **SUBCAMPEÓN REGIONAL** en 1000 m.l. con 3.58"28. Daniela Guardiola **SUBCAMPEONA REGIONAL** en 1000 m. marcha y Álvaro López **TERCERO REGIONAL** en 1.000 m. marcha con 6.53"21c. En SUB12: Andrés Villa **DOBLE CAMPEÓN REGIONAL** en 60 m.l. y 500 m.l. y **SUBCAMPEÓN REGIONAL** en 60 m. vallas con 10"58. Aina Palomares **CAMPEONA REGIONAL** en 2000 m.l. con 8.51"86. Raquel Marín **CAMPEONA REGIONAL** en 2000 m. marcha con 11.54"70. Juan A. López **TERCERO REGIONAL** en 60 m. vallas con 11"07 y mejoró en 1.000 m.l. con 3.33"71. Alejandra Guardiola **TERCERA REGIONAL** en peso y mejoró marca en 60 m.l. con 9"66. Manuel Cano mejoró en 60 m.l. con 9"19.

**DOMINGO 19.- CAMPEONATO ESPAÑA CROSS EN EDAD ESCOLAR. - PAMPLONA** Participó con el equipo sub18 Rocío Morote llegando en el puesto **62ª** y el equipo el **12ª**

**SÁBADO 25 Y DOMINGO 26.- I JORNADA SUB10-SUB12 Y SUB-14.- YECLA**

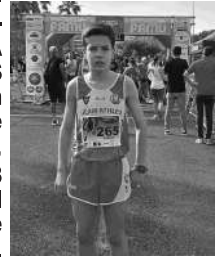
Participamos con 24 atletas destacando en SUB10 a Martina Moreno que en triatlón A ganó las pruebas de 50 m.l. y 50 m. vallas. Unai Segura ganó su serie de 500 m.l. del triatlón B y fue 2o en vortex. Álvaro López fue 3o en vortex y eu su serie de 500 m.l. con 1.53"49 mejorando marca en longitud con 2.52 m. del triatlón B. Pascual Yepes mejoró en las 3 pruebas del triatlón B 1.57.85 en 500 m.l. 2.52 m. en longitud y 10.72 en vortex. Yeray Piñera mejoró en vortex con 13.64 y 500 m.l. con 1.51.30. Ana Gil en 50 m. vallas con 13.18. Javier García en 500 m.l. con 3.21.49. Humberto García en 500 m.l. con 2.01.99. En SUB12 Alejandra Guardiola 1a en peso; 1a en su serie de 60 m.l. con 9.54 y 2a en su serie de 60 m. vallas con 12.35 del triatlón A. Juan A. López triple 2o en 1000 m.l. con 3.32.96; longitud y Vortex con 29.52 m. del triatlón B. Pablo Ramos 2o en peso con 6.55 m. y 3o en disco del triatlón D. Valeria Torres 3a en 500 m.l. y Manuel Cano que mejoró en 60 m. vallas con 12.38 del triatlón A. y en SUB14 Laura Rojas 1a en 500 m.l.; Fernando Ortiz 1o en 3.000 m.l. con 11.22.56. Alina Valcárcel 2a en 3.000 m.l. y Victoria Lucas y Juan José Marín 3o en 3.000 m.l.



**DOMINGO 26.- CAMPEONATO ESPAÑA 20 KM. MARCHA. - CORDOBA.** - Estuvimos con 7 atletas donde Daniel López se proclamó **CAMPEÓN DE ESPAÑA M40** con MMP 1.33"53 (Llegó en el puesto 19º de la general y 1º máster global). Manuel Bermúdez 5º. El Equipo femenino se portó de maravilla con Irene Vázquez

en el puesto 14º; Amanda Cano 17ª; Alicia Vázquez 23ª; Melisa Sánchez 25ª y María Alarcón la 27ª.

**VIERNES 14 Y SÁBADO 15 ABRIL. - JORNADA TECNIFICACIÓN DEPORTIVA FAMU CAMPO A TRAVES.- CAR LOS NAREJOS.**- Tuvo lugar una concentración del sector de campo a través que dirige nuestro técnico **Jose Lucas Carrillo**, donde también participó nuestra atleta sub18 Rocío Morote. La misma se celebró en el Car de Los Narejos y las instalaciones de San Javier, resultando muy provechosa.



**DOMINGO 16.- II ANIMAL 10K- CTO. REGIONAL. - SAN JAVIER** Participó nuestro Sub20 Francisco José Ruiz que se proclamó **SUBCAMPEON REGIONAL.**

**DOMINGO 16 A SÁBADO 29 ABRIL. - CONCENTRACION ALTITUD PREVIA CTO. EUROPA NACIONES MARCHA. - SIERRA NEVADA** Estuvieron Manuel Bermúdez y su técnico J.A. Carrillo



**SÁBADO 22.- II JORNADA SUB10-SUB12.- ALHAMA**

Estuvimos con 19 atletas (12 sub10 y 7 sub12) destacando en SUB10 a Daniela Guardiola 1a en Vortex con 13.41 m. y 1 km. marcha con mejora en 50 m.l. 10"65 del triatlón E. El 1o puesto de Unai Segura en 1.000 m.l. José Daniel Chávez 1o en peso y 3o en disco del triatlón D. El 2o puesto de Yeray Piñera en 1.000 m.l. Purificación Ramírez 2a en 1 km. marcha con 6.48.74 y 3a en 50 m.l. del triatlón E. Pascual Yepes 2o en 50 m.l. con 9"23 del triatlón E. Álvaro López 3o en 1.000 m.l. con 4.07"30. Ana Gil 3a en vortex y marca personal en 1 km.

marcha con 8.24.38 del triatlón E. Mejoraron marca en 1.000 m.l. Humberto García con 4.32.76 y Javier García con 6.54.95. Y en SUB12 Andrés Villa 1o en 60 m.l. y 60 m. vallas del triatlón A. Alejandra Guardiola 1a en 60 m.l. y 2a en Vortex con 18.64 m. y 2 km. marcha con 12.53.72 del triatlón E. Raquel Marín 1a en 2 km. marcha. Juan A. López 3o en 2.000 m.l. con 7.42.62. Aina Palomares mejoró marca en 2000 m.l. con 8.43"15.

**SÁBADO 22.- CTO. ESPAÑA UNIVERSITARIO. - LEON**

En representación de la UCAM participó Manuel Bermúdez en la prueba de 10.000 m. marcha quedando en **4º lugar.**

**SÁBADO 22.- 5K Y 10K MAR MENOR GAMES 2023 Sport4cancer. - SANTIAGO DE LA RIBERA.-**

Participó en los 10k, nuestro senior Víctor López, llegando en el puesto 27o de la general y 8o de su categoría.

**DOMINGO 23.- II JORNADA SUB14 Y I SUB16.- LORCA**

Participamos con 17 atletas (13 sub14 y 4 sub16). En SUB14 Lucas Buitrago 1o en 2000 m. marcha con 10.35.29 y el triatlón E con 932 puntos. Claudia Marín 1a en 2.000 m. marcha con 10.48.33. Noelia Estrada 1a en su serie de 80 m.l. y mejora en el triatlón E con 975 puntos. Fernando Ortiz 2o en 1.000 obstáculos. Alina Valcárcel 2a en 1.000 m.l. Juan José Marín 2o en 1.000 m.l. con 3.30.71. Samuel Iniesta 3o en 1.000 m.l. Victoria Lucas 3a en 2.000 marcha con 11.07.95 y mejora en triatlón E con 1190 puntos. Sandra Giménez 3a en su serie de 80 m.l. con 12.53 y mejoras



**CENTRO MÉDICO PASEO**  
CENTRO DE RECUPERACIÓN FUNCIONAL

Paseo, 15 - 30530 CIEZA (Murcia)  
Teléf. y Fax: 968 76 40 62 - Móvil 676 70 62 82



**La Fuensanta**  
café-bar

C/ Rambla, 11 - RICOTE · Telf. 968 682 089 - 665 847 701



de marca en jabalina con 10.64 m. 2.000 marcha con 12.14.75 y el global del triatlón E con 1.120 puntos. Esther Molina 3a en su serie de 80 m.l. Y en SUB16 Angela Ortiz 1a en Triple Salto y 3a en 100 m. vallas. Santiago Guardiola 1o en 5.000 marcha; Esther Yepes 2a en 3000 marcha y José Lucas 3o en 5.000 marcha.

**MIERCOLES 26.- ASAMBLEA ORDINARIA DE LA FAMU. - UCAM**

Asistieron José Lucas (directivo Famu) y en nombre del club Antonio Jesús Bermúdez (directivo y entrenador), en la que se aprobó el calendario y sedes de verano, nuevas normas de inscripciones en competiciones, etc. Durante el desarrollo de esta, Pruden Guerrero -presidenta de la FAMU - hizo entrega de una **placa a Cutillas en reconocimiento por su excelente trabajo** durante su cargo como secretario general de la federación.

**SÁBADO 29.- GALA ASOCIACIÓN FEDERACIONES DEPORTIVAS DE LA REGIÓN DE MURCIA. - MURCIA. -**

Nuestro entrenador y directivo **Antonio Jesús Bermúdez recibió un galardón** por su brillante trayectoria como secretario general en la FAMU. Enhorabuena

**DOMINGO 30.- IV CARRERA Y MARCHA ONG CIRUGIA SOLIDARIA 5 Y 10K.- MURCIA. -**

Juan José Marín participó en la prueba 5k logrando un brillante 12º puesto en la general, siendo sub14.

**DOMINGO 30.- II GRAN PREMIO INTERNACIONAL MADRID MARCHA LA LIGA. - MADRID.**

Irene Vázquez participó en la prueba de 10 km. Llegando en el puesto 29a

**LUNES 1 MAYO.- 41a CARRERA PEDESTRE 1o DE MAYO.- CEUTI.-**

Participamos con 8 atletas con el siguiente resultado: Fueron **CAMPEONES** en sus categorías Álvaro López; Alina Valcárcel; Fernando Ortiz; Santiago Guardiola; José Francisco Ruiz y Rocío Morote que también campeona absoluta. Jesús Alba y Rafael Bermúdez fueron **SUBCAMPEONES**.



**DOMINGO 30 A SABADO 6.- CONCENTRACIÓN EQUIPO NACIONAL CTO. EUROPA MARCHA. - TORREVIEJA.**

Estuvieron Manuel Bermúdez y J.A. Carrillo.

**JUEVES 4.- GALA ATLETISMO FAMU 2022.- JUMILLA**

Varios eran los premiados de nuestro club pero tanto J.A. Carrillo que ya tenía un compromiso previo con la cadena ser, como

Manuel Bermúdez de concentración en Torrevieja, no pudieron asistir. Recibieron su premio Daniel López por ser Plata en el cto. de España de 10 km. marcha M40 y nuestro club, por parte de la directiva Josefina López, por la organización del gran premio nacional de marcha 40o aniversario del club. También estuvo Carlos Semitiel, en nombre del ayuntamiento de Cieza por la organización del Cto. de España de promoción de marcha. Enhorabuena a tod@s I@s premiad@s.

**JUEVES 4.- GALA 90 AÑOS CADENA SER EN MURCIA. -**

Nuestro entrenador J.A. Carrillo, acompañado por familiares, amigos y directivos del club, recibió **el premio, en la parcela del deporte**, junto con Miguel A. López.

**SÁBADO 6.- 5K IX RUTA DE LAS IGLESIAS. - CEHEGIN**

Rafael Bermúdez ganó la prueba 5k sub23.

**SÁBADO 6.- III JORNADA SUB10 Y SUB12.- ALHAMA**

Participamos con 11 sub10 y 7 sub12 destacando en SUB10 a Álvaro López que ganó las 3 pruebas del triatlón E mejorando marcas en 50 m.l. con 9"45 y Vortex con 16.99 m. Martina Moreno 1a en 50 m.l, mejorando marca en vortex con 6.74 m. y 3a en 1.000 m. marcha con 7.14.39. José Daniel Chávez 2o en su serie de peso con 4.66 m. del triatlón A. Beltrán Martínez 3o en las 3 pruebas del triatlón E mejorando en vortex con 7.46 m. y 9.11.77 en 1.000 m. marcha. Claris Torres mejoró en Vortex con 7.93 m. Mejoraron en 50 m.l. Yeray Piñera con 9,01; Martín Verdejo con 9"47 y Javier García con 13.25. En SUB12 Andrés Villa 1o en 500 m.l. con 1.27"89. Valeria Torres 2a en 500 m.l. con 1.40"49. Alejandra Guardiola 2a en peso y disco con 15.09 y mejora en 60 m.l. con 9"35 del triatlón D. Juan Antonio López mejoró en longitud con 3.63 m. Vortex con 30.85 m. y el global del triatlón B con 772 puntos. Daniela Piñera mejoró en 2000 m. marcha con 14.48"39.



**DOMINGO 7.- III JORNADA SUB14 Y II SUB16 Y CONTROL. - LORCA**

Participamos con 12 atletas destacando en SUB14 a Lucas Buitrago 1o en las 3 pruebas del triatlón E mejorando marcas en jabalina con 16.40 y 2 km. marcha. Samuel Iniesta 1o en 1.000 m.l. Victoria Lucas 1a en 2.000 m. marcha con 11.03.22 y mejoras en 80 m.l. con 12.59 y jabalina con 12.45 acabando con 1.273 p. en triatlón E. Sandra Giménez 1a en jabalina con 18.20 m. mejorando en 80 m.l. con 12.35 y 2000 marcha con 11.51.24, siendo 2a en triatlón E con 1.325 p. Noelia A. Estrada fue 3a en sus series de 80 m.l. y 80 m. vallas del triatlón A. En SUB16 Santiago Guardiola 1o en 5.000 m. marcha. Angela Ortiz 2a en longitud y 2a en su serie de 100 m.l. Elena Gil 2a en su serie de 100 m.l. y 3a en peso. Iris Pérez mejoró en triple salto con 9,15 m. y en el control de 3.000 marcha Daniel López 1o con 12.36.52 y Antonio Camacho 2o.

**SABADO 13 Y DOMINGO 14.- TROFEO LOS MAYOS DE PRUEBAS COMBINADAS.- ALHAMA**

Participaron Victoria Lucas en pentatlón infantil, mejorando en longitud con 3.57 m. y Angela Ortiz retirándose tras la primera jornada del exatlón cadete por encontrarse mal.



**jm** JUAN MARÍN  
Asesoría & Inmobiliaria



**"Tu ilusión, nuestro trabajo"**

Paseo,28 - Cieza · Murcia · T. 968 453 913



www.juan-marin.com  
@inmobiliariajuanmarin

desde  
**1988**



**MARTES 16.- OFRENDA FLORAL A LAS HERMANAS CLARISAS. - CIEZA**

Con motivo de nuestro 42 aniversario (25-abril-2023), alrededor de 100 personas, entre atletas, familiares y amigos del club, hemos realizado una ofrenda floral a la Virgen María. Un acto muy emotivo donde, tras dirigirnos unas palabras María José (superiora del monasterio), 3 jóvenes atletas han hecho unas peticiones a la Virgen y luego todos los miembros le hemos ofrecido flores. Tras el acto, ha habido regalos para los asistentes y una merienda en familia, degustando unas deliciosas magdalenas de chocolate y suspiros, gentileza de las hermanas. Agradecer a Tele Red Cieza la cobertura del acto.

**SABADO 20 Y DOMINGO 21.- 5K-10K - 10a VILLA DE ALGUAZAS**

Participamos con 4 atletas destacando los PRIMEROS puestos de Yeray Piñera; Samuel Piñera y Alina Valcárcel (2a en la general) en sus categorías.

**DOMINGO 21.- 15o CTO. EUROPA NACIONES MARCHA.- PODEBRADY - R. CHECA**

Participó Manuel Bermúdez en el equipo de 35 km. (17a internacionalidad y 6a absoluta) siendo 15o individual y CAMPEÓN DE EUROPA POR EQUIPOS (junto a los también pupilos de Carrillo, Álvaro Martín 1o RE y Miguel A. López 3o)

**SABADO 27 Y DOMINGO 28.- CTO. REGIONAL PRUEBAS COMBINADAS SUB14 Y SUB16 Y CONTROL. - CARTAGENA**

Participamos con 11 atletas destacando el PRIMER PUESTO de Daniel López en 5.000 marcha. Los SEGUNDOS de Esther Yepes en 3.000 marcha; Rocío Moreno en 5.000 marcha y Santiago Guardiola en 5.000 marcha con 24.16"48. Los TERCEROS de María Antonia Carrillo en jabalina. Irene Bermúdez en peso con 6.05 m y Antonio Camacho en 5.000 m. marcha. Noelia Alexandra mejoró marcas en altura con 1.17m. jabalina con 12.14m. sumando un total de 869 puntos en el pentatlón sub14.

**SÁBADO 3 JUNIO. - GRAN PREMIO INTERNACIONAL MARCHA "CANTONES". - CORUÑA**

Participó Manuel Bermúdez en la prueba de 20 km. marcha realizando una aceptable carrera -38o -dada la extraña lesión de la cadera derecha que le está lastrando los entrenamientos y competiciones los últimos meses.

**SÁBADO 3.- CTO. MASTER Y CONTROL. - CARTAGENA**

Participamos con 8 atletas. Daniel López CAMPEÓN REGIONAL M40 en 5.000 marcha. En cuanto al control. Irene García 1a en 800 m.l. Rocío Morote 1a en 5.000 m.l. Santiago Guardiola 2o en 5.000 m. marcha con 23.52.04. Rocío Moreno 2a en 5.000 m. marcha. Antonio Camacho 3o en la misma distancia con 23.56.66 y Rafael Bermúdez 3o en 5.000 m. lisos.

**DOMINGO 4.- CTO. REGIONAL SUB16.- JUMILLA** Estuvimos con 5 atletas donde Esther Yepes en 3.000 marcha y Santiago Guardiola en 5.000 marcha quedaron CAMPEONES REGIONALES. Angela Ortiz SUBCAMPEONA REGIONAL en triple Salto y José Lucas TERCERO en 5.000 m. marcha.

**SÁBADO 10 Y DOMINGO 11.- FINAL SUB10 - SUB12 - SUB14.- ALHAMA**

Estuvimos con 33 atletas logrando un total de 7 CAMPEONES REGIONALES; 5 SUBCAMPEONES Y 6 TERCEROS. En SUB10 Pascual Yepes CAMPEÓN REGIONAL en 1000 marcha con 6.16"77. Daniela Guardiola SUBCAMPEONA en 1000 marcha con 6.20"53. Martina Moreno TERCERA en 1000 marcha con 6.31"77 pasando a la final de 50 m.l. con 8"83c. y mejorando en peso con 4.18 m. y 50 m. vallas con 10"88. Mejoraron marcas José Daniel Chávez en peso con 5.16 m. y disco con 14.47 metros. Yeray Piñera en longitud con 2.50 m. y 500 m.l. con 1.49"56. Purificación Ramírez en 1000 marcha con 6.45"52. Unai Segura en 1.000 m.l. siendo 4o con 3.51"68 y Javier García en 1.000 m.l. con 6.46"49. En SUB12 Andrés Villa DOBLE CAMPEÓN REGIONAL en 60 m.l. y 500 m.l. con 1.27"37. Raquel Marín CAMPEONA REGIONAL en 2000 marcha con 11.25"33 y SUBCAMPEONA en 1000 m.l. con 3.44"69. Alejandra Guardiola CAMPEONA REGIONAL en peso con 7.76 m. y TERCERA en disco. Juan Antonio López TERCERO en 2000 m.l. Mejoraron marcas Pablo Ramos en peso con 6.97 metros y disco con 15.38 m. y Rodrigo Martínez en 500 m.l. con 2.07"32. y en SUB14 Claudia Marín CAMPEONA REGIONAL en 3000 marcha con



16.13"09. Lucas Buitrago CAMPEÓN REGIONAL en 3.000 marcha con 16.12"72. Fernando Ortiz DOBLE SUBCAMPEÓN en 1.000 obstáculos con 3.31"10 y 3.000 m.l. con 11.08"93. Alina Valcárcel SUBCAMPEONA en 3000 m.l. Juan Jose Marín TERCERO en 3.000 m.l. con 11.32"31. Victoria Lucas TERCERA en 3.000 m.l. Sandra Giménez TERCERA en jabalina con 19.46 m. Juana Ruiz mejoró marca en 150 m.l. con 22"84.



**SÁBADO 17.- CTO. REGIONAL CLUBES MENORES. - ALHAMA**

Participamos con 3 equipos y un total de 29 atletas. El SUB10 MIXTO quedó 4º y a nivel individual Martina Moreno 1a en 50 m.l. con 8"82 y 3a en altura con 0,95 m. Daniela Guardiola 1a en 1.000 marcha. Beltrán Martínez 2o en 1000 marcha con 8.54.79. Yeray Piñera 3o en 1000 m.l. con 3.56.85. Pura Ramírez 3a en 1.000 marcha. Martín Verdejo mejoró en 500 m.l. con 2.01"51. El SUB12 MIXTO brillante 3º y a nivel individual Andrés Villa 1o en 60 m.l. Raquel Marín 1a en 2000 marcha. Alejandra Guardiola 1a en peso. Pablo Ramos 1o en disco con 15.76 m. Juan A. López 2o en 1.000 m.l. con 3.31"43 y 3o en altura con 1.05 m. Manuel Cano 2o en longitud con 3.64 m. y en SUB14 FEMENINO 3º por escuadras siendo Claudia Marín 1a en 2000 marcha con 10.29"59 y mejora en peso con 3.76 m. Alina Valcárcel 1a en 1.000 m.l. Laura Rojas 2a en 1.000 m.l. Esther Molina 3a en jabalina con 15.20 m y mejora en 80 m.l. con 12.64. Juana Ruiz 3a en 80 m.l. con 11"79 y Victoria Lucas 3a en 2000 marcha y mejora en altura con 1.20 m. Valeria Rodríguez mejoró en jabalina con 10.40 m. Resaltar que para llevar casi un año sin foso de longitud, zona de lanzamientos, salto y calles de pista para hacer carreras, el orgullo que nos producen nuestros peques es supino ya que se han lanzado, saltado, corrido por calles, etc. como si estuviesen todos los días entrenando en excelentes condiciones de instalaciones, todo ello también mérito de los entrenadores de nuestro club que son unos auténticos profesionales.

**SÁBADO 17.- III DARK TRAIL. - CIEZA**

Nuestro club estuvo presente por partida doble. José A. Carrillo fue invitado a dar la salida de las pruebas y Juanma Molina participó en la distancia corta.

**SÁBADO 17 Y DOMINGO 18.- CTO. REGIONAL SUB18 Y SUB23 Y CONTROL. - CARTAGENA**

Estuvimos con 6 atletas. Rocío Morote CAMPEONA REGIONAL en 3.000 m.l. sub18; Rafael Bermúdez CAMPEÓN REGIONAL en 5000 m.l. sub23 y María Antonia Carrillo SUBCAMPEONA REGIONAL en jabalina. En el control Daniel López 1o en 5000 marcha y Francisco José Ruiz 3o en 3.000 m.l.



**MARTES 20.- JORNADA TECNIFICACIÓN FAMU - RELEVOS - ALCANTARILLA**

Participó nuestro entrenador José Lucas dado que además será el delegado y entrenador que irá con el equipo sub18 FAMU al nacional de Logroño.

**SABADO 24.- CTO. ESPAÑA FEDERACIONES SUB18.- LOGROÑO.**

Estuvieron nuestros entrenadores Josefina López y José Lucas, como técnicos del equipo de la Famu.

**DOMINGO 25.- CTO. REGIONAL SUB20 Y CONTROL. - YECLA**

Participamos con 3 atletas. Irene García CAMPEONA REGIONAL SUB20 en 800 m.l. Francisco José Ruiz 4o en 3.000 m.l. y en el control de 5000 m.l. Daniel López 2o.

**DOMINGO 25.- CTO. ESPAÑA CADETE. - LA NUCIA**

Participó Santiago Guardiola en la prueba de 5.000 m. En la carrera de un deportista siempre hay un día malo, ese fue el de Santi. Partía con la 5a mejor marca y grandes posibilidades de pódium. "Según sensaciones de Santi, la carrera fue con muchos cambios y mis ansias de estar en todos y el nerviosismo, me ha matado". Finalmente fue el 16o.

**DOMINGO 25/6 A MIERCOLES 12 JULIO. - CONCENTRACIÓN ALTITUD PREMUNDIAL. - SIERRA NEVADA. -**

Estuvo nuestro técnico Carrillo con su grupo de entrenamiento para preparar el mundial de Budapest.

# NUESTROS ATLETAS



Yeray Piñera Saorín  
SUB8 - PREBENJAMÍN 2016

**ESTUDIOS Y PREFERENCIAS:** Estudio 1o de primaria en el colegio San José Obrero. Mi deporte favorito es correr y de mayor quiero ser policía.

Elegí el atletismo en 2022 porque me gusta mucho correr y me llevo muy bien con mis entrenadores y compañeros. Del atletismo me gusta los saltos y el campo a través.

Mis deportistas favoritos son Rafa y Manuel Bermúdez.

## PALMARES MAS DESTACADO:

### TEMPORADA 2022 (PREBENJAMIN SUB8)

- 3º regional cross equipos 2/10/22 Puerto Lumbreras
- 2º en 4º jornada liga regional cross 4/12/22 San Pedro del Pinatar
- Subcampeón liga regional cross equipos 4/12/22 San Pedro del Pinatar

### TEMPORADA 2023 (PREBENJAMIN SUB8)

- Campeón regional cross 15/1/23 Mazarrón
- Campeón 2ª jornada liga regional cross 5/2/23 San Pedro del Pinatar
- Campeón 3ª jornada liga regional cross 19/2/23 Lorca
- Subcampeón regional 1.000 m.l. invierno 18/3/23 Alhama

**ESTUDIOS Y PREFERENCIAS:** Tengo 12 años y estudio 1o de la ESO en el colegio Jaime Balmes.

De mayor me gustaría ser profesora de educación física.

Mi afición favorita es practicar atletismo, sobre todo el 500 m.l.

Mi atleta favorito es Mariano García

## PALMARES MAS DESTACADO:

### TEMPORADA 2021 (ALEVÍN - SUB12)

- 3ª Regional 1.000 m.l. verano 11/6/21 Alhama
- 2ª Regional 500 m.l. verano 12/6/21 Alhama
- Campeona regional cross equipos 26/9/21 P. Lumbreras
- Subcampeona milla urbana 26/10/21 P. Lumbreras
- Subcampeona regional cross mixto 7/11/21 Los Dolores

### TEMPORADA 2022 (INFANTIL SUB-14)

- Subcampeona San Silvestre 12/2/22 Cieza
- Subcampeona IX carrera popular 22/5/22 Alguazas
- Campeona regional 500 m.l. verano 12/6/22 Alhama



Laura Rojas Martínez  
SUB14 - INFANTIL 2010



# Teorías del Entrenamiento

## CAPÍTULO 73ª

### COLABORACIÓN (I)

Morales-Baños, Vicente\*; Lanna, Riccardo\*\*; Vegara Ferri, José Miguel\*; Cano-Coyle, Liam José\* (2022).

### “Atletismo para personas con discapacidad”

\*Universidad de Murcia - España - \*\*Cus Palermo - Italia

Train4inclusive es un proyecto de asociación colaborativa, cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea, coordinado por Rijeka Sports Association for Persons with Disabilities (Croacia) y cuyos socios son: CUS Palermo (Italia), Bulgarian Sports Development Association (Bulgaria), Universidad de Murcia (España) e IPAK Institute for Symbolic Analysis and Development of Information (Eslovenia).

El objetivo del proyecto es promover la inclusión social de las personas con discapacidad a través del deporte y su mejora física y cognitiva.

A diferencia de otros deportes, el atletismo es inclusivo desde sus raíces. Desde la base hasta los más altos niveles de competición, no es decisivo si un atleta es alto, bajo, más pesado, más ligero, más joven o más viejo. El deporte se divide en diferentes especialidades en las que, dependiendo de tus cualidades, puedes practicar con gente similar a ti.

Son bien conocidos los grandes beneficios psicológicos, físicos y motores del deporte para la población en general, siendo aún más importantes para las personas con discapacidad. Según Zucchi (2001)

El deporte adaptado representa una importancia real en el desarrollo personal y social del individuo que lo practica. Uno de los principales beneficios a tener en cuenta es el psicológico.

El mismo autor sostiene que:

Toda persona con alguna capacidad disminuida tendrá que enfrentarse a una sociedad construida sobre parámetros "normales", y estos parámetros son a menudo las barreras que las personas con discapacidad tendrán que superar en su día a día.

El atletismo es un deporte incluido en el programa de los Juegos Paralímpicos desde 1960 y ofrece una amplia gama de competiciones, tanto masculinas como femeninas, para todo tipo de discapacidades. A continuación, mencionaremos las clasificaciones para que quede claro qué disciplinas contiene el atletismo y cuáles pueden ser los tipos de discapacidad.

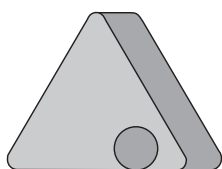
La letra "T" se utiliza para marcar todas las pruebas de atletismo, desde los 100 metros hasta el maratón, así como

las pruebas de salto de altura, salto de longitud y triple salto. La letra "F" se utiliza, en cambio, para indicar los lanzamientos, es decir: lanzamiento de peso, lanzamiento de disco, lanzamiento de jabalina, lanzamiento de garrocha (que es una especialidad exclusiva del atletismo paralímpico y a la que dedicaremos unas líneas dentro de un momento).

La letra va seguida de un doble número, el primero indica el tipo de discapacidad y el segundo identifica el grado. Cuanto más bajo es el segundo número, mayor es el impacto que la condición de discapacidad tiene en la capacidad del atleta para competir. Las clases 11 a 13 tienen una discapacidad visual y para estos atletas es posible utilizar un guía, al que están conectados únicamente por un cordón y el atleta con discapacidad visual siempre debe cruzar la línea de meta antes que el guía.

En las competiciones de saltos, los atletas ciegos pueden ser orientados por asistentes mediante pitidos.

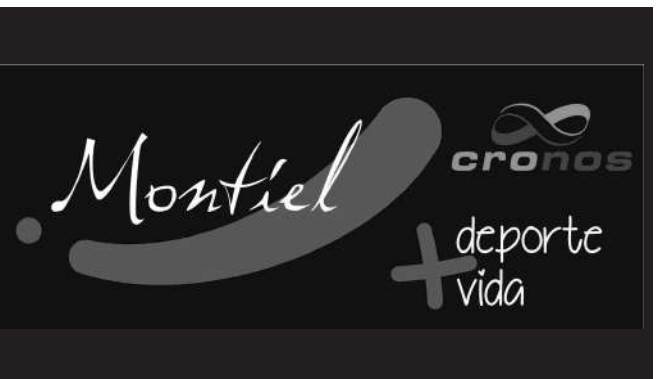
A continuación, los atletas de la clase 20 presentan discapacidad intelectual; los grupos 31 a 38 presentan problemas de coordinación debidos a lesiones cerebrales; T 32-34 compiten en una silla de ruedas para correr; F 31-34 realizan saltos sentados; T/F 35 y 38, en cambio, compiten de pie; los atletas F40-41 están afectados de enanismo; las clases T/F 42-44 son para atletas con discapacidad en uno, o ambos, miembros inferiores que no utilizan prótesis, mientras que los que las utilizan compiten en las clases T/F 61-64; en T45-47 hay atletas con discapacidad en los miembros superiores; en T51-54 los atletas tienen lesiones medulares o amputaciones de miembros inferiores y compiten en sillas de ruedas para correr; en las competiciones de lanzamiento los atletas se dividen en las categorías F51-57 y compiten en sillas de lanzamiento, presentando generalmente lesiones medulares y más raramente amputaciones.



**BUITRAGO  
&  
ASOCIADOS**

ASESORIA EMPRESARIAL

Camino de Murcia, 106 - 1º - CIEZA - Telf. 968 762 161  
www.buitrago-asociados.com





**CAMPEONATO ESPAÑA  
CROSS FEERACIONES  
ORTUELLA . VIZCAYA 29/1/23**



**PRESENTACIÓN CTO. ESPAÑA MARCHA - CIEZA 1/2/23**



**CTO. ESPAÑA 35 KM. MARCHA - CIEZA 26 FEBRERO 2023**



**CÓRDOBA 26 MARZO DE 2023**



**CTO. ESPAÑA - CROSS ESCOLAR  
PAMPLONA 19 MARZO 2023**



**CTO. ESPAÑA UNIVERSITARIO  
LEON 22 ABRIL**



**ASAMBLEA FAMU  
26 ABRIL**





# GALA CADENA SER 4 MAYO 2023



## GALA UNION FEDERACIONES LA MANGA 27 ABRIL

## CAMPEONATO DE ESPAÑA - LA NUCIA - 25 JUNIO



## GALA FAMU JUMILLA 4 MAYO



## OFRENDA FLORAL 16 DE MAYO



## CAMPEONATO EUROPA MARCHA - PODEBRADY 21 MAYO





# Nuestra Historia

## Capítulo 89º - Temporada 2011/2012 (II) “DIPLOMA OLÍMPICO”

En esta nos vamos a detener en las 59 actuaciones en CAMPEONATOS DE ESPAÑA y las 27 medallas conseguidas.

### \*\*11/12/11\*\* I CAMPEONATO ESPAÑA MARCHA DE INVIERNO. - GETAFE

María José Jiménez: PLATA en 3 km. Cadete; Irene Vázquez: BRONCE en 3 km. Cadete Alicia Vázquez: 6a en 3 km. Cadete. Manuel Bermúdez: ORO en 5 km. Cadete. Melisa Sánchez: BRONCE en 5 km. Juvenil. Amanda Cano: ORO en 5 km. Junior.

**\*\*CAMPEONATO ESPAÑA CROSS POR CLUBES. - MARINA D'OR** Manuel Bermúdez: 52o individual y 32o por equipos. Mario Carrillo: 65o individual y 32o por equipos. Zouhayr el Badr: 191o individual y 32o por equipos. Felipe Párraga: 192o individual y 32o por equipos

**\*\*4/3/12\*\* CAMPEONATO ESPAÑA MARCHA EN RUTA. - PONTEVEDRA** Manuel Bermúdez: ORO en 5 km. Cadete. María José Jiménez: BRONCE en 5 km. cadete y PLATA por autonomías. Irene Vázquez: 5a en 5 km. cadete y PLATA por autonomías. Alicia Vázquez: 14a en 5 km. cadete y PLATA por autonomías. Melisa Sánchez: 6a en 10 km. juvenil y BRONCE por autonomías. Amanda Cano: ORO en 10km. juniors y BRONCE por autonomías. Rubén Vázquez: 9o en 20 km. promesas. Antonia Ramírez: PLATA en 10 km. W45. Benjamín Sánchez: PLATA en 50 km. Juan Manuel Molina: 4o en 50 km.

**\*\*4/3/12\*\* CAMPEONATO ESPAÑA CROSS INDIVIDUAL Y AUTONOMIAS. - GIJON** Marina Lucas: 72o individual y 12 por autonomías juniors.

**\*\*10-11/3/12\*\* CAMPEONATO ESPAÑA PISTA CUBIERTA JUNIOR. - SAN SEBASTIAN** José Ángel Martínez: 9o en 400 m.l.

**\*\*10-11/3/12\*\* CAMPEONATO ESPAÑA PISTA CUBIERTA VETERANOS. - ZARAGOZA** Pascual Ruiz: 5o en 800 m.l. M40.

**\*\*11/3/12\*\* CAMPEONATO ESPAÑA CROSS ESCOLAR. - LA CORUÑA** María José Jiménez: 70a individual y 16o por equipos. Irene Vázquez: 118a individual y 16o por equipos. Manuel Bermúdez: 53o individual y 13o por equipos. Mario Carrillo: 59o individual y 13o por equipos. Zouhayr El Badr: 113o individual y 13o por equipos. Melisa Sánchez: 56o individual y 16o por equipos. Étienne López: retirado y 14o por equipos.

**\*\*5/5/12\*\* CAMPEONATO ESPAÑA UNIVERSITARIO. - SALAMANCA** Miguel Ángel López: ORO en 10 km.

Marcha. Juanma Molina: BRONCE en 10 km. marcha \*\*26-27/5/12

**\*\*CAMPEONATO ESPAÑA JUVENIL ESCOLAR. - ZARAGOZA** Étienne López: 10o en 5.000 m.l. y 13o por equipos. Melisa Sánchez: 4a en 5 km. marcha y 14a por equipos.

**\*\*2-3/6/12\*\* CAMPEONATO ESPAÑA CADETE ESCOLAR. - ZARAGOZA** Manuel Bermúdez: ORO en 5 km. marcha y 12o por autonomías. María José Jiménez: 11a en 3.000 m. l. y 13a por autonomías. Mario Carrillo: 15a en 3.000 m. l. y 12o por autonomías. Irene Vázquez: PLATA en 3 km. marcha y 13a por autonomías. Alicia Vázquez: 14a en 1.000 m.l. y 13a por autonomías

**\*\*9/6/12\*\* CAMPEONATO ESPAÑA 20 KM. MARCHA RUTA Y VETERANOS. - LA CORUÑA.** Miguel Ángel López: ORO en 20 km. Benjamín Sánchez: Retirado en 20 km. Marcha. José Manuel Sánchez: 3o en 10 km. M35

**\*\*16/6/12\*\* CAMPEONATO ESPAÑA DE FEDERACIONES. - BARCELONA.** - Miguel A. López: 1o en 5 km. marcha y 11o por autonomías. Amanda Cano: 6a en 5 km. marcha y 11o por autonomías. José A. Martínez: 8o en 4x400; 10o en 400 m.l. y 11o por autonomías.

**\*\*23-24/6/12\*\* CAMPEONATO ESPAÑA JUNIORS. - AVILES** Amanda Cano: ORO en 10 km. Marcha. José A. Martínez: 14o en 400 m.l.

**\*\*29/6-1/7/12\*\* CAMPEONATO ESPAÑA VETERANOS. - AGUILAS** Ramón Martínez: 5o en 400 m.l. M50. Antonia Ramírez: ORO en 5 km. marcha W45. José Manuel Sánchez: BRONCE en 5 km. marcha M35. Manuel López: PLATA en 5km. marcha M60 **\*\*30/6-1/7/12\*\* CAMPEONATO ESPAÑA CADETE. - CASTELLON** Manuel Bermúdez: ORO en 5 km. Marcha. Irene Vázquez: PLATA en 3 km. Marcha. María José Jiménez: BRONCE en 3 km. Marcha. Alicia Vázquez: 5a en 3 km. marcha

**\*\*8/7/12\*\* CAMPEONATO ESPAÑA JUVENIL. - ARANJUEZ** Melisa Sánchez: Desc. en 5 km. marcha

**\*\*25-26/8/12\*\* CAMPEONATO ESPAÑA ABSOLUTO. - PAMPLONA.** - Miguel Ángel López: ORO en 10 km. Marcha. Benjamín Sánchez: PLATA en 10 km. marcha

**\*\*16/9/12\*\* CAMPEONATO ESPAÑA MILLA RUTA. - BARCO DE VALDEORRAS - ORENSE** Jesús Velasco: PLATA en veteranos M50. En la próxima revista seguiremos desgranando lo que fue esta temporada 2011/2012....




# Gala

Perfumeria

Cmno. de Murcia, 47 bajo  
Tlf. 868 962 716  
30530 CIEZA (Murcia)





**KIA MOTORS**

## J&M AUTOMOCIÓN

Paraje El Buho, Nave 1  
Tfno. y Fax 968 76 37 50  
Móviles: 615 49 86 30 - 615 49 86 31  
30530 CIEZA (Murcia)  
E-mail: jym.automocion@hotmail.com





# Sabías Qué... (78º)

## JJ.OO. ATENAS 1896 (I DE IV)

Andrés García (Marca)

1. El sueño del barón de Pierre de Coubertain de recuperar los JJOO de la Grecia clásica se hizo realidad en 1.896.
2. Dos años antes en la Conferencia de Paris donde se sentaron las bases del Movimiento Olímpico, Coubertain propuso 1900 como principio de los juegos y Paris como sede, para aprovechar la Exposición Universal, que se celebraría en la capital francesa con motivo de la llegada del siglo XX.
3. El plazo de espera era demasiado largo. En un primer momento, Coubertain descartó la posibilidad de restaurar los juegos en Grecia, debido a la crisis económica que atravesaba el país helénico y al rechazo mostrado por su jefe de gobierno. Tricoupus, que consideraba excesivos los gastos de organización.
4. Pero finalmente, la exaltación patriótica alentada desde la oposición política, el apoyo recibido por la familia real griega y sobre todo la aportación económica del financiero griego George Aeroff, que donó un millón de dracmas, hicieron posible que el 6 de abril de 1896 los Juegos de la era moderna arrancaran en Atenas.
5. Fue un día de fiesta para todos los griegos. Desde primeras horas de la mañana, comparsas y grupos musicales animaron las calles de la capital helena.
6. A las 12 del mediodía se abrieron las puertas del estadio, y tres horas más tarde el rey Jorge I proclamó abiertos “los primeros juegos Internacionales de Atenas, que celebran la primera olimpiada de la era moderna”.
7. Entre todas las instalaciones que acogieron los Juegos, una destacó por encima de las demás: el estadio olímpico.
8. El Gobierno griego se dio cuenta de la importancia de contar con un recinto que acogiera las principales pruebas atléticas, y fuera el referente de la cita olímpica.
9. Por ello, decidió restaurar el antiguo estadio, que Licurgo edificó 350 años antes de Cristo. Los griegos no repararon en gastos y decidieron construir el recinto en mármol.
10. El estadio Panathenaico renació de entre sus ruinas y acogió a las de 70.000 espectadores, que presenciaron la ceremonia de inauguración, al margen de los 150.000 que lo contemplaron desde los montes cercanos.

**BENEDICTO**

**E.S. ASCOY**

SALIDA AUTOVÍA, 98 - CIEZA NORTE  
ABIERTA DE 6:00 A 23:00 H.



**E.S. CIEZA**

CAMINO DE MURCIA, 182 - CIEZA SUR  
ABIERTA DE 6:00 A 24:00 H.



# Crónicas deportivas y humanas 1973 - 2023 (39º)

Artículos publicados en diferentes medios de comunicación o no - que gentilmente nos ha enviado nuestro amigo José López

## EL DEPARTAMENTO DE INVESTIGACIÓN Y ESTADÍSTICA, EN MARCHA (El Municipio 16/7/1988 San Javier, Murcia)

El PDM en su proceso de mejora continua se ha propuesto crear el Departamento de Investigación y Estadística. Dentro del primer apartado, nos comenta Manolo Pastrana (responsable del DIE) que están tratando de dar una información precisa y efectiva a los profesionales del Patronato. Bajo las siglas DIP (documentación interna para profesores) se han comenzado a lanzar artículos sobre experiencias de los propios profesores o sobre trabajos aparecidos en revistas nacionales o extranjeras. Sobre este apartado nos comenta el director técnico José López, nos damos cuenta de que el perfeccionamiento de profesores no es un lujo, sino una necesidad imperiosa. Como botón de muestra hay que decir que este año gastaremos una importante cantidad en comenzar una biblioteca deportiva.

La estadística será igualmente otro de los campos de actuación. Actualmente, afirma Manolo Pastrana, estamos procesando datos del Proyecto Citius, en el que hemos llevado a cabo un estudio sobre 50 y 600 metros. También hemos utilizado interesantes adelantas en el Programa Máster Atlético 88, al que han acudido 50 deportistas de la zona. Seis carreras, dos saltos y dos lanzamientos han compuesto esta actividad que ha servido para estimular a los alumnos de la Escuela de Atletismo y para incorporar más chicos a la citada actividad.

### INTELIGENCIA Y EDUCACIÓN FÍSICA (publicado en La Gaceta de los negocios 13.12.06 con el título: parece ser)

Parece ser que somos la primera potencia europea en obesidad infantil. Parece ser que va a disminuir el número de horas de educación física en los colegios. Parece ser que el número de profesores que introduce "teóricas" en esta asignatura práctica va en aumento. Parece ser que si lo que queremos es desarrollar hábitos todo lo anterior no es correcto. Parece ser que si la inteligencia genera proyectos; los autores de la disminución de horas han tenido un día un poco espeso, al igual que los profesores teóricos de una asignatura práctica. Parece ser que, si la inteligencia se demuestra por la cantidad de incertidumbre que es capaz de soportar, no cabe duda de que los profesionales de la educación física estamos de enhorabuena.



**VULCANIZADOS LUCAS, S.L.**

Ctra. Madrid, 59  
CIEZA  
Tfno. 968 76 37 39  
Fax 968 76 73 25

**INSTALACIONES ELÉCTRICAS**

Alejandro Marín Fenollar  
INSTALADOR ELÉCTRICO

Telf. 665 950 173  
electrimafer@gmail.com

# CAMINANDO HACIA EL 50 ANIVERSARIO

Recortes de prensa, portadas de revistas, fotos, cuadros, etc. de nuestra trayectoria.

JUNIO 82



JUNIO 83



**como entrenarse**

RANKING CLUB ATHLEO  
proyectos 83-84  
aprobación de estatutos



"CUMPLIMOS UN AÑO DE VIDA"

**Atletismo**




EN PARIS  
¡GONZALEZ  
BATIO A  
COE!!



- CONSEJOS
- PLANES DE ENTRENAR
- PERSONAJES
- PROYECTOS DEL CLUB
- NOTICIAS DE PRENSA
- ENTREVISTAS
- ACTIVIDADES etc...

**CLUB  
ATHLETISMO ATHLEO**

REVISTA N°2 JULIO-AGOSTO-SEPTIEMBRE/82



- CALVIN SMITH "Rey de la Velocidad"
- LAS AGUJETAS
- LA ZAPATILLA IDONEA
- UN ENTRENAMIENTO PARA PRINCIPIANTES
- EL AGUANTE O RESISTENCIA AEROBICA
- CUENTAS DEL CLUB
- ACTIVIDADES
- PROYECTOS
- CONSEJOS MEDICOS ETC.....

**atletismo**




**CLUB  
ATHLETISMO  
ATHLEO**

REVISTA N°3  
OCTUBRE  
NOVIEMBRE  
DICIEMBRE  
83



ENERO FEBRERO MARZO 1984  
N° 4

**atletismo**

- ACTORES QUE INFLUENCIA AL ATLETA
- ZHI JIANHUA ¡EL CHINO SALTARIN!
- EL CORREJOR EN LA MESA ¡EL DESAYUNO!
- RANKING DEL CLUB ATHLEO
- ENTRENAMIENTO PRIMAVERAL
- MEDICINA DEPORTIVA
- ACTIVIDADES Y PROYECTOS
- ACTIVIDAD FISICA Y EL DEPORTE
- AGRADECIMIENTOS Y FANFARRIAS
- NOTICIAS DE PRENSA

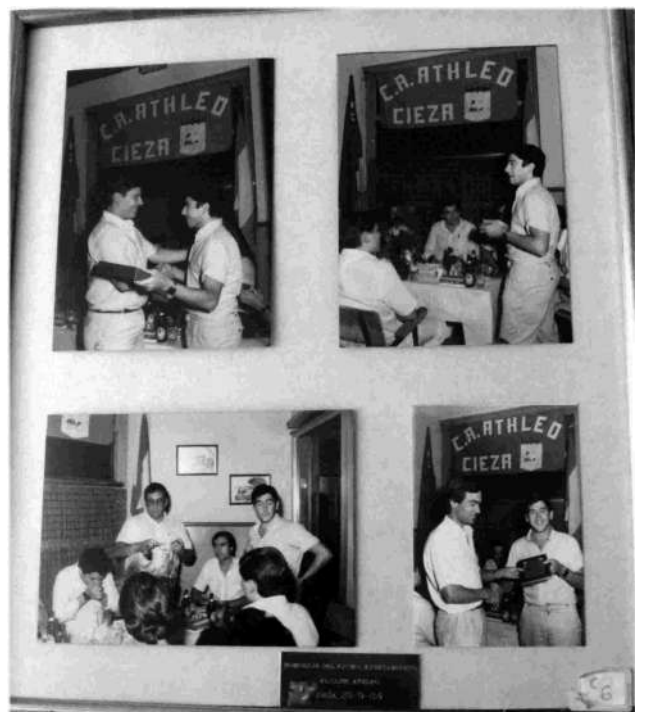
**CLUB  
ATHLETISMO  
ATHLEO**








1984



# Ranking

permanente del club:  
Cadete SUB16.

## 60 M.L.

José A. Martínez de Hoyos	7"47
José Miguel Pérez Pérez	7"3
Juan Antonio Bernal Castillo	7"3
Salvador García Pérez	7"4
Fernando Miralles Carrillo	7"4
Verónica Camacho Martínez	8"2
Juani Santos Bermúdez	8"2
Manola Martínez Bermúdez	8"2
<b>Angela Ortiz Rojas</b>	<b>8"49</b>
Raquel C. Fernández Martínez	8"54

## 100 M.L.

José Miguel Pérez Pérez	11"1
José A. Martínez de Hoyos	11"86
Juan Antonio Bernal Castillo	11"7
Fernando Miralles Carrillo	11"8
Salvador García Pérez	11"9
Raquel C. Fernández Martínez	13"0
Esther Piñera González	13"1
Verónica Camacho Martínez	13"40
Juani Santos Bermúdez	13"2
Mari Carmen Penalva Herrero	13"4

## 300 M.L.

Ignacio Egea Lucas	37"0
José Miguel Pérez Pérez	37"5
Francisco Marín Vázquez	37"93
José A. Martínez de Hoyos	38"06
Ginés Verdejo Ruiz	38"6
María José Marín García	43"9
Verónica Camacho Martínez	44"25
Juani Santos Bermúdez	45"31
Carmen Velasco Ramos	45"2
Manola Martínez Bermúdez	45"2

## 600 M. L.

Ignacio Egea Lucas	1.24"18
José A. Fernández Lucas	1.24"3
José Ángel Martínez de Hoyos	1.25"71
Ginés Verdejo Ruiz	1.26"1
Bilal Khadi	1.26"73
María José Marín García	1.38"5
Irene García López	1.42"73
Sonia Quijada Buendía	1.43"2
Ana María Avellaneda Gómez	1.43"86
Juani Santos Bermúdez	1.44"1

## 1.000 M. L.

Fco. Pascual Fernández Bernal	2.39"98
José Antonio Fernández Lucas	2.41"8

Bilal Khadi	2.43"01
Ignacio Núñez Martínez	2.43"6
Pascual Lucas Álvarez	2.44"11
María José Marín García	3.00"7
Ángela Lucas Marín	3.11"29
Josefina López Moreno	3.12"3
Puri López Méndez	3.13"08
Almudena Sánchez Espín	3.14"74

## MILLA

Domingo Puerta Martínez	5.10"
Francisco Marín Vázquez	5.19"
Rafael Bermúdez Jiménez	5.35"
Fernando Vázquez Piñera	6.15"
Mario Fernández Morote	6.30"
Ana María Avellaneda Gómez ®	5.39"
Puri López Méndez	5.59"
<b>Rocío Morote Valenzuela</b>	<b>6.04"</b>
Inma Avesani Brunton	6.09"
Ana María Montiel Piñera	6.25"

## 1.500 M. OBSTÁCULOS

Ignacio Núñez Martínez	4.30"0
Diego López Saura	4.35"0
Mario Carrillo Saorín	4.35"33
Jesús Manuel Marín Ros	4.39"0
Pedro Ramos Bernal	4.41"8
Margarita Montesinos Jiménez	6.36"93
María Herrera Avilés	6.55"07
Puri López Méndez	6.55"47

## 3.000 M. L.

Francisco Pascual Fdez. Bernal	9.10"0
Ignacio Núñez Martínez	9.19"2
Pedro Ramos Bernal	9.21"7
Mario Carrillo Saorín	9.26"04
Antonio Manuel Martínez Yepes	9.28"7
María José Marín García	10.53"03
Josefina López Moreno	10.53"6
Almudena Sánchez Ortiz	10.54"0
Ángela Lucas Marín	11.20"80
María José Jiménez Méndez	11.25"24

## 60 M. VALLAS.

Juan Antonio Bernal Castillo	8"9
Salvador García Pérez	9"7
Diego J. Ballesteros Villegas	9"99
José Luis Guardiola Sánchez	9"8
Antonio José Camacho Martínez	9"9
<b>Ángela Ortiz Rojas</b>	<b>9"94</b>
Raquel C. Fernández Martínez	9"8

Manola Martínez Bermúdez	10"3
Nieves Guardiola Quiles	10"8
<b>Elena Gil Cabanes</b>	<b>10"09</b>

## 100 M. VALLAS.

Carlos Gómez Aroca	15"5
Diego J. Ballesteros Villegas	16"59
Antonio J. Camacho Martínez	17"2
David Valenzuela Bermúdez	18"0
Antonio P. Rodríguez García	19"2
Raquel C. Fernández Martínez	15"97
Manola Martínez Bermúdez	16"11
<b>Ángela Ortiz Rojas</b>	<b>16"35</b>
<b>Elena Gil Cabanes</b>	<b>18"00</b>
<b>María Antonia Carrillo Saorín</b>	<b>18"89</b>

## 300 M. VALLAS.

Ignacio Egea Lucas	43"4
Antonio Ramos Valenzuela	44"9
José Luis Guardiola Sánchez	45"1
Miguel Ángel López Morcillo	45"6
David Valenzuela Bermúdez	45"90
Verónica Camacho Martínez	51"11
Carmen Velasco Ramos	51"56
Juani Santos Bermúdez	51"7
Mari Carmen Penalva Herrero	53"1
Gema Montesinos Martínez	53"5

## LONGITUD

Juan Antonio Bernal Castillo	6.16 m.
Salvador García Pérez	5.98 m.
Jesús Turpín Aroca	5.87 m.
David Ato Ruiz	5.83 m.
Francisco José López Villalba	5.76 m.
Manola Martínez Bermúdez	5.29 m.
Juani Santos Bermúdez	4.78 m.
Raquel C. Fernández Martínez	4.69 m.
Esther Piñera González	4.68 m.
<b>Ángela Ortiz Rojas</b>	<b>4.62 m.</b>

## TRIPLE

Francisco José López Villalba	13.51 m.
Jesús Turpín Aroca	12.26 m.
José Luis Guardiola Sánchez	11.88 m.
David Ato Ruiz	11.80 m.
Carlos Izquierdo Vázquez	11.71 m.
Verónica Camacho Martínez	10.74 m.
<b>Ángela Ortiz Rojas</b>	<b>10.56 m.</b>
<b>María Antonia Carrillo Saorín</b>	<b>9.89 m.</b>
<b>Iris Pérez Tormo</b>	<b>9.15 m.</b>
<b>Elena Gil Cabanes</b>	<b>8.77 m.</b>





## ALTURA

Francisco José López Villalba	1.85 m.
Salvador García Pérez	1.82 m.
Jesús Turpín Aroca	1.76 m.
Juan Antonio Bernal Castillo	1.75 m.
Francisco José López Piñera	1.66 m.
Raquel C. Fernández Martínez	1.50 m.
Manola Martínez Bermúdez	1.46 m.
<b>Ángela Ortiz Rojas</b>	<b>1.44 m.</b>
Juani Santos Bermúdez	1.35 m.
Ana Belén Fernández López	1.34 m.

## PERTIGA

Juan Antonio Bernal Castillo	3.65 m.
Salvador García Pérez	3.40 m.
Carlos Gómez Aroca	3.25 m.
<b>Raúl Yuste Ayala</b>	<b>2.90 m.</b>
Francisco José López Villalba	2.70 m.
<b>Iris Pérez Tormo</b>	<b>1.60 m.</b>

## JABALINA

Ignacio Egea Lucas	49.18 m.
Salvador García Pérez	46.24 m.
Juan Antonio Bernal Castillo	42.94 m.
Carlos Gómez Aroca	39.72 m.
Alejandro Lucas Ruiz	38.60 m.
Laura Rodríguez García	27.67 m.
<b>María Antonia Carrillo Saorín</b>	<b>26.75 m.</b>
Manola Martínez Bermúdez	25.20 m.
Fabiola Guardiola López	25.04 m.
<b>Ángela Ortiz Rojas</b>	<b>23.71 m.</b>

## MARTILLO

José Manuel Vicente Real	32.86 m.
David Marín García	26.48 m.
José Manuel Ramos Sánchez	23.94 m.
Diego David García Morcillo	20.24 m.
Jesús Carrillo Saorín	19.21 m.
María Antonia Carrillo Saorín	27.00 m.

## PESO

José Manuel Vicente Real	12.36 m.
Carlos Gómez Aroca	12.05 m.
Francisco José López Villalba	12.00 m.
Salvador García Pérez	11.85 m.

Diego David García Morcillo	11.30 m.
María Antonia Carrillo Saorín	10.05 m.
Fabiola Guardiola López	9.55 m.
Laura Rodríguez García	9.25 m.
Elena Gil Cabanes	8.82 m.
Ángela Ortiz Rojas	8.80 m.

## DISCO

Salvador García Pérez	37.42 m.
Diego J. Ballesteros Villegas	34.03 m.
David Marín García	32.25 m.
Alejandro Lucas Ruiz	31.83 m.
Juan Antonio Bernal Castillo	31.60 m.
Laura Rodríguez García	34.26 m.
María Antonia Carrillo Saorín	25.01 m.
Marta Marín Guardiola	23.94 m.
Fabiola Guardiola López	22.06 m.
Gema Montesinos Martínez	21.66 m.

## 3 KM. MARCHA

Sara Balsalobre García	14.12"50
Irene Vázquez Gea	14.14"16
Silvia Ortiz Ortega	14.21"86
María José Jiménez Méndez	14.48"60
María Alarcón Martínez	14.52"93
Santiago Guardiola Mondéjar	16.00.87

## 5 KM. MARCHA

Benjamín Sánchez Bermejo	21.31"95
Manuel Bermúdez Jiménez	21.58"33
Juan M. Molina Morote	21.58"40
Fernando Vázquez Martínez	22.06"5
Alexis Salmerón Moreno	23.05"37
Silvia Ortiz Ortega	23.44"
Irene Vázquez Gea	24.43"
María José Jiménez Méndez	25.13"
Davinia Ferrer Moreno	25.21"
María Alarcón Martínez	25.25"

## 10 KM. MARCHA

Benjamín Sánchez Bermejo	Re 45.01"76
Manuel Bermúdez Jiménez	Re 46.05"0
Juan M. Molina Morote	47.34"0
Fernando Vázquez Martínez	49.39"5
José Molina Riquelme	51.24"0

## TETRATHLON

Laura Rodríguez García	1.769 p.
Raquel C. Fernández Martínez	1.526 p.
Carmen Velasco Ramos	1.173 p.
Marta Marín Guardiola	693 p.

## PENTATHLÓN

Carlos Gómez Aroca	2.186 p.
Diego J. Ballesteros Villegas	2.094 p.
David Valenzuela Bermúdez	1.824 p.
Antonio J. Camacho Martínez	1.409 p.
Alejandro Lucas Ruiz	1.404 p.
<b>Ángela Ortiz Rojas</b>	<b>2.569 p.</b>
María Antonia Carrillo Saorín	2.206 p.
<b>Elena Gil Cabanes</b>	<b>2.013 p.</b>

## EXATHLÓN

<b>Ángela Ortiz Rojas</b>	<b>2.858 p.</b>
Manola Martínez Bermúdez	2.792 p.
Raquel C. Fernández Martínez	2.716 p.
<b>María Antonia Carrillo Saorín</b>	<b>2.588 p.</b>
Laura Rodríguez García	2.421 p.
Ricardo Sánchez Bernal	2.216 p.
Raúl Yuste Ayala	2.119 p.

## HEPTATHLÓN

Carlos Gómez Aroca	3.570 p.
Diego J. Ballesteros Villegas	2.898 p.
David Valenzuela Bermúdez	2.813 p.
Antonio José Camacho Martínez	2.280 p.
Alejandro Lucas Ruiz	2.170 p.

## OCTATHLON

Raúl Yuste Ayala	2.867 p.
<b>Jorge Giménez Vázquez</b>	<b>1.751 p.</b>

## 4 x 100 M. L.

Ramos--Piñera--Bernal--Pérez	48"8
Athleo Femenino	62"3

## 4 x 300 M. L.

Ramos --Piñera--Bernal--Pérez	2.43"7
Athleo Femenino	3.24"7

## CENTRO FISIOTERAPIA



# EIRA

FISIOTERAPEUTA  
**Antonia Lucas Serrano**  
Colegiada N° 358

**667 47 85 52**

Calle Juan José Ayala Aroca, 3  
30530 Cieza, Murcia



**Almudena**  
seguros

**José Luis Valenzuela Buendía**

Agencia en CIEZA:

Telf. 868 961 975 - 670 357 745

cieza@almudenaseguros.es

# Noticias de Prensa

## PRESENTADO EL CAMPEONATO DE ESPAÑA DE MARCHA EN RUTA CIEZA 2023

FAMU – ADRIAN BONACHE – 2 /02/2023

**El Museo Siyasa acogió, este miércoles, la puesta de largo de la competición que tendrá lugar el próximo 26 de febrero, teniendo como escenario un circuito homologado de 1km. en torno a la Avenida de Abarán.**



Ya contamos apenas unas semanas para que la competición nacional vuelva a tener la Región de Murcia como escenario. Así será el próximo domingo 26 de febrero, cuando Cieza acoja el XCII Campeonato de España de Marcha en Ruta por categorías (Absoluto hasta Sub16), así como el Nacional por Federaciones Autonómicas Sub20 y Sub16, sobre el circuito homologado de 1km. en la Avenida de Abarán.

Precisamente este miércoles tenía lugar el acto de presentación de dicha cita, en el Museo Siyasa de Cieza, con la asistencia del alcalde de Cieza, Pascual Lucas, así como del concejal de Deportes, Carlos Semitiel; el presidente de la Real Federación Española de Atletismo, Raúl Chapado; el director general de Deportes, Fran Sánchez; Pruden Guerrero, presidenta de la Federación de Atletismo de la Región de Murcia, así como de José Antonio Carrillo, presidente del UCAM Athleo Cieza y miembro del equipo técnico nacional de la disciplina.

También asistían algunos de los atletas más destacados del panorama internacional, como el doble campeón de Europa, el extremeño Álvaro Martín, el campeón conti-

nental de 35km. Miguel Ángel López, y el ídolo de la afición local, Manu Bermúdez, actual campeón de España Absoluto de 10.000m. Marcha y cuarto de Europa de 35km.

Allí se han conocido todos los detalles de una cita con importancia añadida, pues servirá en gran parte para confeccionar la representación en la Copa de Europa de Marcha, a celebrar el 21 de mayo, en Podebrady (República Checa), y también será clasificatoria para el Campeonato del Mundo, del 19 al 27 de agosto en Budapest. Sin duda el momento más emotivo del acto, tenía lugar cuando Raúl Chapado hacía entrega de un galardón de la Asociación Europea de Atletismo como entrenador destacado, así como de la insignia del Comité Olímpico Español, a un José Antonio Carrillo visiblemente emocionado, recibiendo dicho reconocimiento ante sus atletas, ante su gente.



## PODEBRADY, DE NUEVO UNA FIESTA PARA NUESTRA MARCHA

FAMU – ADRIAN BONACHE 21- MAYO 2023

**Este domingo se celebraba el 15º Campeonato de Europa de Marcha por Equipos en la ciudad checa, donde Miguel Ángel López y Manuel Bermúdez lograban el título continental en 35km. con España, siendo López 3º individual.**

Este domingo nos traía una nueva cita continental con la marcha atlética. Así sería nuevamente en Podebrady (República Checa), testigo del 15º Campeonato de Europa de Marcha por Equipos, como ya lo fuera en 2017 y 2021. Una nueva ocasión en la que nuestro atletismo contaba con representación, teniendo en la lista de atletas seleccionados con Miguel Ángel López Nicolás y Manuel Bermúdez, ambos pupilos de José Antonio Carrillo, que tampoco faltó a la cita.

Los dos atletas eran de la partida en los 35km., contribuyendo finalmente al título español en otra actuación para el recuerdo, por delante de Italia y Ucrania.



Además, a título individual Miguel Ángel López volvía a subirse al podio, tras lograr la 3ª posición (2:27:33), con Bermúdez (2:35:46), imponiéndose en la cita otro de los pupilos de Carrillo, Álvaro Martín (2:25:35) y siendo 8º Marc Tur (2:32:06).



# Noticias de Prensa

## CIEZA SE ENCUMBRA COMO REFERENTE DE LA MARCHA NACIONAL

LA OPINION - José Bermúdez 27-2-23



Álvaro Martín celebra su victoria en los 35 kilómetros.

**El extremeño Álvaro Martín, que corría en casa al estar afinado en el municipio ciezano, se cuelga el oro en la prueba de 35 kilómetros**

Cieza, ciudad deportiva por naturaleza y donde la marcha ha dado los mayores frutos deportivos, volvió a vibrar ayer con esta disciplina atlética que tantos triunfos ha dado al deporte murciano, volviendo a ser referente nacional del deporte con la celebración del Campeonato de España en ruta.

Enmarcado en uno de los pétalos de Floración 2023, con una organización ejemplar bajo la batuta de Juan Manuel Molina y con un Club UCAM Athleo Cieza, que lo dio todo en una organización ejemplar, la Avenida de Abarán volvió a ser un circuito mágico, donde, marchadores venidos de todos los rincones de la geografía española hicieron vibrar a un numeroso público que aún con las condiciones gélidas, desde primeras horas de la mañana,



## Manu Bermúdez, baza regional en el Nacional de Marcha ante la baja de Miguel Ángel López

El ciezano dice que "más que presión, es un lujo competir en mi casa". La prueba de 35 km, el domingo a las 8:30 horas, contará con figuras como Álvaro Martín, Diego García, Marc Tur, Álvaro Núñez y el yeclano Iván López

disfrutaron de un digno espectáculo.

A las 08.30 de la mañana arrancaba la prueba de 35 km en categoría absoluta y máster. Desde el pistoletazo de salida, el extremeño Álvaro Martín, que corría en casa al estar afinado en Cieza, se mostró inconmensurable.

Marcó un ritmo infernal y acabó siendo oro en una prueba en la que fue baja Miguel Ángel López. La plata fue para Diego García, bronce en los 20 kilómetros del pasado europeo, y el bronce para Marc Tur. Alberto Amezcua que abandono tras hacer un test de 20 km. En esta prueba dos murcianos acabarían entre los diez primeros. Iván López fue séptimo, mientras que el ciezano Manuel Bermúdez acabó décimo.



En categoría Máster 40 el oro sería para Juan Manuel Morales, mientras que la plata la logró Daniel López. En Máster 45, Fernando Zamora se hacía con el oro. El ganador en Máster 50 fue José Antonio Aparicio.

En categoría femenina volvería a ser María Pérez, la actual record-women de la distancia, la que repetiría oro. Llegó segunda Cristina Montesinos, que debutaba en la distancia, mientras que gallega Antia Chamosa completaba el podio. La mejor marchadora regional fue Irene Vázquez, que acabó

octava. Alicia Vázquez llegó en décima posición y Melisa Sánchez la undécima.

En categoría Máster 40 la victoria sería para Ainhoa Pinedo, mientras que la plata caería en manos de Yolanda Rodríguez.

Otro de los platos fuertes serían las pruebas sobre 5 km en categoría sub-16 masculina y femenina. En hombres, el catalán Oriol López se hacía con el oro, Marc Suárez sería plata y Mateo Puertas sería bronce. En féminas, Claudia Mier cruzaría la línea de meta en primera posición. Estela Ortiz se haría con la plata y Marta Bautista, con el bronce.



Terminaría la mañana con la disputa de los 10 km en categoría juvenil y junior tanto en hombres como en mujeres. En sub-18 hombre, Pablo González logró la victoria, seguido de Pablo Zárate e Iván Molina. En féminas, Adriana Meilan fue la mejor. Sofía Santancreu Julia Suárez completarían el podio.

En categoría sub-20 y sobre la distancia de 10 km, Pablo Rodríguez se impuso a Pablo Postigo y Asier Díaz. En el lado femenino, Griselda Ferrer fue oro, siendo plata Verónica Fernández y la madrileña Silvia Villar acabaría siendo bronce.

Sin duda, la localidad ciezana volvió a disfrutar de un magnífico deporte y con una disciplina que tantos y tantos triunfos ha traído a la Región de Murcia.





