

**Federación de Gimnasia  
de CASTILLA-LA MANCHA**

**2.020**

# **MEMORIA de ACTIVIDADES**

## **ii Provisional I!**

**DADO QUE**

**POR LOS PROBLEMAS**

**DEL COVID-19**

**LA REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA**

**DE GIMNASIA, HA ALARGADO**

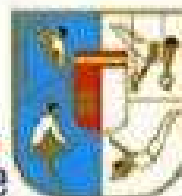
**EL CALENDARIO NACIONAL A ENERO-2021**



## FEDERACIÓN DE GIMNASIA DE CASTILLA-LA MANCHA PARTICIPACIÓN DURANTE 2020

**NOTA.-** Este listado de participación es **PROVISIONAL** toda vez que por los problemas del Covid-19, el Calendario Nacional se ha alargado (provisionalmente) hasta el mes de ENERO -2021-.-

DENOMINACIÓN DE LA COMPETICIÓN	PARTICIPACIÓN GIMNASTAS			
	Provinc	Region	Nacion	Intern
2020-02-18 - Control al Cº NAC BASE INDIV -Gim.Ritmico- Albacete		194		
2020-02-18 - Control COPA de GR BASE CONJUNTOS Albacete		44		
2020-02-18 - Control COPA ESPAÑA GR R3 CONJ 1ª Fase Albacete		34		
2020-02-18 - - Control COPA de la REINA INDIVIDUAL (Mas) Albacete		6		
2020-02-18 - - Control COPA de la REINA INDIVIDUAL (Fem) Albacete		6		
2020-02-22_a Control comp Liga Iberdrola 3ª División Oviedo			4	
2020-06-04/07 - Curso 3em Prepa Fisico y prev lecciones ON LINE		20		
2020-06-11/14 - 2º Curso 3em Prepa Fisico y prev lecciones ON LINE		20		
2020-10-07-CAMPEONATO PROV FEDERADO AB ON LINE	63			
2020-10-08-CAMPEONATO PROV FEDERADO CR ON LINE	75			
2020-10-08-CAMPEONATO PROV FEDERADO TO ON LINE	176			
2020-10-10-CAMPEONATO PROV FEDERADO CU ON LINE	65			
202-10-11-CAMPEONATO PROV FEDERADO GU ON LINE	107			
202-10-18-CONTROLES CTOS NACIONALES ABSOLUTOS ON LINE		43		
202-10-18-CONTROLES CTOS NACIONALES DE BASE ON LINE		170		
2020-11-16/22 - CT BASE NACIONALES G-RITMICA VALENCIA			133	
<b>Total de Gimnastas en Comp PROVINCIALES (7 eventos)</b>	<b>486</b>			
<b>Total de Gimnastas en Comp REGIONALES (8 eventos)</b>	<b>537</b>			
<b>Total de Gimnastas en Comp NACIONALES (1 eventos)</b>			<b>137</b>	
<b>TOTAL de GIMNASTAS EN COMPETICIONES (16 eventos)</b>	<b>1.023</b>		<b>1.160</b>	



**GIMNASIA RÍTMICA DEPORTIVA**

**GRAN NIVEL A COMIENZO DE LA TEMPORADA**

**COPA DE ESPAÑA GR REINA SOFÍA INDIVIDUAL masculina y femenina- CONTROL COPA DE GR  
BASE CONJUNTOS- COPA DE ESPAÑA GR RS CONJ 1 FASE- CONTROL CTO NACIONAL BASE  
INDIVIDUAL**

**Niveles: BASE, ABSOLUTO Y CONJUNTO.**

**ALBACETE- 16-FEBRERO-2020**

El pasado fin de semana, se celebró en el Pabellón C. M<sup>º</sup> Llanos Martínez los siguientes controles:  
COPA DE ESPAÑA GR REINA SOFÍA INDIVIDUAL- masculino y femenino  
CONTROL COPA DE GR BASE CONJUNTOS  
COPA DE ESPAÑA GR RS CONJ 1 FASE  
CONTROL CTO NACIONAL BASE INDIVIDUAL

En total contó con la participación en total de 284 gimnastas femeninas, pertenecientes entre otros a los siguientes clubs.

- Albacete: Palas EC, Alicante-La Mancha y Almansa.
- Toledo: Atl Toledo, Fenix, Rítmica Ros, 7 Estrellas, Torrijos, Illescas, Escuela de Illescas, Expresión Rítmica Talavera, Venus, Eufemia Escalona.
- Guadalajara: Infantado, Esfera, Stylo, Omega; Rítmica Guadalajara, Wad Al Hayara, Olimpo.
- Cuenca: Esperanza Galvo, Kenq y Huecar.
- Ciudad Real: Alegria y Pedro Muñoz.

**PRINCIPALES RESULTADOS**

**COPA DE ESPAÑA GR REINA SOFÍA INDIVIDUAL-  
masculino**

CUERDA→ Sergi Bulgus (Alicante-La Mancha)  
ARO→ Sergi Bulgus (Alicante-La Mancha)  
PELOTA→ Jose Luis Cano (Expresión Rítmica Talavera)  
MAZAS→ Iker Herrera (Rítmica Alegria)  
CINTA→ Jose Luis Cano (Expresión Rítmica Talavera)  
RESERVA: Carlos Celada (Wad Al Hayara)

**COPA DE ESPAÑA GR REINA SOFÍA INDIVIDUAL  
femenino**

CUERDA→ Almara Fajardo (Infantado)  
ARO→ Almara Fajardo (Infantado)  
PELOTA→ Lucia Romero (Huecar)  
MAZAS→ Blanca Fernández (Venus)  
CINTA→ Blanca Fernández (Venus)  
RESERVA: Elena Martín (Expresión Rítmica Talavera)

**CONTROL COPA DE GR BASE CONJUNTOS**

CGBS ALEVIN 5 PELOTAS CLUB RITMICA INFANTADO  
CGBS ALEVIN 5 PELOTAS CLUB GIMNASIA RITMICA  
ALMANSA  
CGBS CADETE 3 PELOTAS Y 4 MAZAS CLUB RITMICA  
INFANTADO  
CGBS CADETE 3 PELOTAS Y 4 MAZAS CLUB  
DEPORTIVO RITMO K EN Q  
CGBS CADETE 3 PELOTAS Y 4 MAZAS GIMNASTICO  
ESCUELA DE ILLESCAS  
CGBS CADETE 3 PELOTAS Y 4 MAZAS RITMICA ROS  
CGBS CADETE 3 PELOTAS Y 4 MAZAS VENUS  
CGBS PREBENJAMIN 5ML GR ALICANTE-LA MANCHA

**COPA DE ESPAÑA GR RS CONJ 1 FASE**

CGRS ALEVIN 5 AROS PALAS E.C.  
CGRS INFANTIL 10 MAZAS PALAS E.C.  
CGRS INFANTIL 10 MAZAS PALAS E.C. 1  
CGRS JUNIOR 10 MAZAS PALAS E.C.  
CGRS SENIOR 3 AROS Y 4 MAZAS PALAS E.C.  
CGRS SENIOR 5 PELOTAS VENUS

- 1 -



**CONTROL CTO NACIONAL BASE INDIVIDUAL JUVENIL MAZAS 2002 Y ANTERIORES**  
 MARIA GARGES PLAZA RITMICA GUADALAJARA  
 SANDRA CAMARERO MIÑANO RITMICA GUADALAJARA  
 INES CAMPOS CARRILLO RITMICA ROS  
 ALICIA GOMEZ AZNAR ESFERA  
 HELENA AVILA BARRIO CLUB RITMICA OLIMPO GUADALAJARA  
 NEREA BLAZQUEZ ARIAS ESFERA  
 ANGELA HERRERO GARCIA CD RITMICA ALEGRIA  
 ANHUA RUIZ LUNA CLUB DEPORTIVO RITMO K EN Q

**JUVENIL MAZAS 2004-2003**  
 MARIA AYELEN ESCRIBANO LLOREDA RITMICA ROS  
 CRISTINA RUBIO ISIDRO CLUB DEPORTIVO HUEGAR  
 ROCIO VICQUE PASTOR RITMICA GUADALAJARA  
 MARINA GASCION GARCIA CLUB DEPORTIVO HUEGAR  
 NATALIA FERNANDEZ AYUSO-MORALES RIT PEDRO MUÑOZ  
 MARTA LIAN GIL CARO RIT TORRUJOS  
 LORENA GOMEZ JAREÑO CLUB DEPORTIVO ELEMENTAL G.R. OMEGA ALSAN  
 CANDELA LOPEZ GONZALEZ RIT TORRUJOS  
 CARMEN PARRA GARCIA CD GIMNASIA RITMICA ATLETICO TOLEDO  
 LAVINIA ANDREEA TUTUIANU NO CONSTA CLUB DEPORTIVO HUEGAR  
 RAQUEL ROMOJARO LOPEZ RIT TORRUJOS  
 NATALIA CAMARERO MIÑANO RITMICA GUADALAJARA  
 LAURA CASTILLO LOZANO ESFERA  
 ARANTXA VERA FLORES RIT TORRUJOS  
 ADRIANA BACHILLER SORIANO CLUB DEPORTIVO HUEGAR

**CADETE AÑO 2005**  
 OLIVIA IZQUIERDO ALCAIDE RIT PEDRO MUÑOZ  
 ANNA EPISHINA GR ALICANTE-LA MANCHA  
 ROCIO PARRA BORDAS ESFERA  
 PAULA DELEGIDO ALMANSA  
 ANDREA PATRICIA NENCIU CLUB GIMNASIA RITMICA ILLESCAS  
 INES SANCHEZ MARTIN CD GIMNASIA RITMICA ATLETICO TOLEDO  
 AFRICA DE LA FUENTE PALMA CLUB DEPORTIVO ELEMENTAL RITMICA SIETE ESTRELLAS  
 CANDELA SANCHEZ MONGAYO MERINO RIT TORRUJOS  
 MARTA MANRIQUE MARHUENDA GR ALICANTE-LA MANCHA  
 MARIA FERNANDEZ-MONTENEGRO SERRANO CLUB RITMICA INFANTADO

**CADETE AÑO 2006**  
 VALERIA MARTIN AGUDO RITMICA ROS  
 EVA LOPEZ PEREZ HIGUERAS RIT TORRUJOS  
 MARIYA ZAKHLEBINA GR ALICANTE-LA MANCHA  
 SACHA GONZALEZ GALLARDO RIT TORRUJOS  
 DIANA NURCHAR CLUB GIMNASIA RITMICA ILLESCAS  
 CLAUDIA MUÑOZ LOPEZ CLUB DEPORTIVO EXPRESION RITMICA TALAVERA  
 ISABEL PRADILLO CALONSE RIT PEDRO MUÑOZ  
 LAURA GOMEZ DELGADO CLUB DEPORTIVO ELEMENTAL G.R. OMEGA ALSAN  
 NAYARA PEREZ RODRIGUEZ CD GIMNASIA RITMICA ATLETICO TOLEDO

CLAUDIA DIAZ GARRIDO CLUB DEPORTIVO RITMO K EN Q  
**INFANTIL PELOTA 2008**  
 DANIELA LOPEZ ALONSO CD GIMNASIA RITMICA ATLETICO TOLEDO  
 DARIA MARIA BARBU RIT PEDRO MUÑOZ  
 SOFIA PEÑA CARMONA CLUB DEPORTIVO ELEMENTAL G.R. OMEGA ALSAN  
 BLANCA GARCIA VILLAR CLUB DEPORTIVO HUEGAR  
 PAULA ADRIANO MEJIA STYLO 1

MALEVA PELAEZ ALMENDRO CLUB GIMNASIA RITMICA ILLESCAS  
 CARLA TEJADA AVILES CD GIMNASIA RITMICA ATLETICO TOLEDO  
 ALEJANDRA ANDUJAR SANCHEZ CLUB DEPORTIVO ELEMENTAL G.R. OMEGA ALSAN  
 ALBA VERA FLORES RIT TORRUJOS  
 SARA ALVAREZ DE LA FUENTE RITMICA GUADALAJARA  
**ALEVINARIO 2002**

LIZI LABADZE GAMBASHIDZE CLUB RITMICA INFANTADO  
 BLANCA BORREQUERO VALENZUELA CLUB RITMICA INFANTADO  
 ROCIO ROJO MARTIN ESFERA  
 DANIELA HIDALGO MUÑOZ CLUB GIMNASIA RITMICA ILLESCAS  
 SANDRA MARTINEZ ESCAMELLA RITMICA ROS  
 ARANTXA RUFES ENCINAS CLUB RITMICA INFANTADO  
 ROCIO CORTES VILLAMOR CD GIMNASIA RITMICA ATLETICO TOLEDO  
 LAURA QUISPE MIRANDA CLUB DEPORTIVO HUEGAR  
 VICTORIA VAZQUEZ FRESNEDA RIT PEDRO MUÑOZ  
 MONICA SANCHEZ MASELI CLUB DEPORTIVO ELEMENTAL RITMICA SIETE ESTRELLAS

**INFANTIL PELOTA 2007**  
 SOFIA MORENO REVILLA RITMICA ROS  
 INES BALLESTER PERALES GR ALICANTE-LA MANCHA  
 MARIA ARNAIZ MARTINEZ CLUB RITMICA INFANTADO  
 ROCIO AJENO ALCOBENDAS VENUS  
 ANARA HUETE VENEGAS CLUB DEPORTIVO HUEGAR  
 MARIA ALGARRA MARTINEZ CLUB DEPORTIVO HUEGAR  
 PENELOPE GONZALEZ TENDERO GR ALICANTE-LA MANCHA  
 LAURA SANCHEZ VARELA CD GIMNASIA RITMICA ATLETICO TOLEDO  
 CAYETANA ELIAS ROBLES VENUS  
 LUCIA CARRO GARCIA CLUB DEPORTIVO RITMO K EN Q

**ALEVINARIO 2010**  
 DANIELA CARRO GARCIA CLUB DEPORTIVO RITMO K EN Q  
 PAULA BLAS RITMICA ROS  
 VICTORIA JEREZ RECIO CLUB GIMNASIA RITMICA ILLESCAS  
 INES GUTIERREZ HERMIDA CD GIMNASIA RITMICA ATLETICO TOLEDO  
 VICTORIA PEREZ DE BUSTOS CASTRO RITMICA ROS  
 ROCIO PEREZ NAVARRO CLUB DEPORTIVO ELEMENTAL G.R. OMEGA ALSAN  
 ANAIS TOME CAUSAYA GR ALICANTE-LA MANCHA  
 VICTORIA SANCHEZ LOPEZ CLUB DEPORTIVO EXPRESION RITMICA TALAVERA  
 INAYA LOPEZ PEREZ STYLO  
 ITZIAR CATALAN VILLALBA ESFERA

**Prebenjamín**  
 JIMENA GEMIO RAMIREZ RITMICA ROS  
 SARA LUCAS MELLADO RITMICA ROS  
 VALERIA ZUBCOFF SLATINA GR ALICANTE-LA MANCHA  
 JIMENA INES DE VELASCO CUESTA ESFERA  
 VALERIA DE DIEGO MONGE ESFERA  
 CARMEN DELGADO MARTINEZ ESFERA

**Benjamín**  
 JIMENA BLAYA LOZANO CLUB RITMICA INFANTADO  
 NAYADE MONTROYA MOROTE RITMICA ROS  
 LUCIA GARDONA PEREZ GR ALICANTE-LA MANCHA  
 MARIA PLATAS PEÑA CLUB DEPORTIVO HUEGAR  
 AITANA RODRIGUEZ GUTIERREZ ESFERA  
 JULIA PILAR MORENO PLASENCIA ESPERANZA CALVO

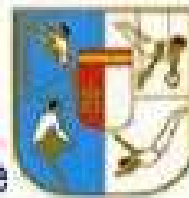
Estos son unos excelentes resultados para retomar ilusiones de cara al futuro y deseamos mucha suerte a los/as gimnastas que van a los próximos COPA DE ESPAÑA GR REINA SOFIA INDIVIDUAL fem y mas- COPA DE GR BASE CONJUNTOS- COPA DE ESPAÑA GR RS CONJ 1 FASE- CTO NACIONAL BASE INDIVIDUAL que se celebrarán en Pamplona en el mes de Abril.





-2-





## **NUEVO** CURSO / Seminario de preparación física aplicada a la gimnasia

### Objetivos del curso

1. Conocer como los músculos ganan en resistencia, velocidad y fuerza
2. Como mejorar la hipertrofia muscular.
3. Como mejorar la fuerza resistencia (entrenamientos de tolerancia al lactato)
4. Fuerza excéntrica, isométrica y propiocepción
5. Preparación física para la prevención de lesiones

El curso de preparación física va dirigido a preparadores físicos y entrenadores de cualquier nivel que quieran actualizar sus conocimientos en la materia aportando una visión global y sintética de la preparación física.

Por un lado, se aportan los conceptos y nociones básicas tradicionales y por otro lado se introduce la visión más contemporánea y táctica

Se impartirán a través de videoconferencia en la plataforma ZOOM

Duración: 6 horas

Desarrollo: del 11 al 14 de mayo

Horario: 15:00 a 16:30

Duración: 6 horas

CLAVE DE ZOOM



### DISERTANTE

José Miguel Cantos Cebrián

- Fisioterapeuta y Experto (profesor) de la Federación Internacional de Gimnasia
- Brevet F.I.G. Gimnasia Artística Masculina y Trampolín.
- Nivel III Gimnasia Artística Femenina
- Experto en Academias F.I.G. presentaciones de Prevención de lesiones y Preparación física para la prevención de lesiones.
- Experiencia al haber impartido más de 20 Academias F.I.G. y Age groups.

José Miguel Cantos Cebrián

Fisioterapeuta y Experto de la Federación Internacional de Gimnasia

Ante la buena acogida que ha tenido el Curso/Seminario de preparación física y las peticiones recibidas, la Federación de Gimnasia de CLM ha organizado un

### **NUEVO CURSO**

igualmente de preparación física y prevención de lesiones en la fecha y horario que se indica, para entrenadores de cualquier disciplina gimnástica con el único requisito de tener licencia de 2020 de entrenador por un Club de Gimnasia de Castilla-La Mancha.

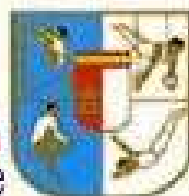
Se impartirá a través de videoconferencia en la plataforma ZOOM.

Las plazas son VEINTE, y se cubrirán por riguroso orden de inscripción en el correo de la Federación:

[fgimnasia@hotmail.com](mailto:fgimnasia@hotmail.com)

(No podrán inscribirse los que entrenadores que se hubieran inscrito en el Curso anterior)





## GIMNASIA RÍTMICA DEPORTIVA

### Gran éxito de participación de los "CAMPEONATOS ONLINE"

Con más de QUINIENTOS GIMNASTAS participantes

CAMPEONATOS PROVINCIALES de ALBACETE, CUENCA, GUADALAJARA, TOLEDO, y CIUDAD REAL

CONTROL CAMPEONATO DE ESPAÑA DE EQUIPOS, INDIVIDUAL ABSOLUTO Y MASCULINO.

Niveles: PROMESAS, B, BASE, ABSOLUTO Y CONJUNTO.

Tras la suspensión de todos los Campeonatos debido a la Pandemia Covid 19, la Comisión Gestora de la Federación de Gimnasia de Castilla-La Mancha acordó en la reunión mantenida de 7 de mayo de 2020, celebrar todos los Campeonatos Provinciales, Regionales y Controles de Gimnasia Rítmica de forma ONLINE, acuerdo que fue corroborado por la nueva Junta Directiva, fijando las siguientes condiciones:

Los clubs deberán enviar por email un video DIFERENTE para cada campeonato, con las siguientes instrucciones:

- El video debe ser plano y fijo, que permita visualizar todo el tapiz y la cámara no se mueva. Debe estar grabado de frente, es decir, simulando que la cámara son los jueces.
- No está permitida la yuxtaposición de videos.
- Para diferenciar los videos, las gimnastas deben cambiar de maillot, cambiar de peinado, cambiar la orientación del pabellón donde se realiza el ejercicio. (El cambio debe ser indicado en el email cuando lo envíen)
- El nombre del archivo será configurado: Nºorden - NOMBRE - CLUB - CATEGORIA - APARATO

La realización de estos CAMPEONATOS ONLINE ha tenido una gran aceptación con la inscripción y participación de más de 500 gimnastas entre todos los clubs de Castilla-La Mancha, que ha supuesto una reactivación de la actividad deportiva, así como proporcionando a los gimnastas un horizonte competitivo adaptado a la nueva situación.

Los campeonatos realizados han sido:

- CAMPEONATO PROVINCIAL DE ALBACETE- 7 octubre
- CAMPEONATO PROVINCIAL DE CIUDAD REAL- 8 octubre
- CAMPEONATO PROVINCIAL DE TOLEDO- 9 octubre
- CAMPEONATO PROVINCIAL DE CUENCA- 10 octubre
- CAMPEONATO PROVINCIAL DE GUADALAJARA- 11 octubre
- CONTROL CAMPEONATO DE ESPAÑA MASCULINO, CONTROL CAMPEONATO DE ESPAÑA DE EQUIPOS e INDIVIDUAL ABSOLUTO- 18 octubre.

Estos Campeonatos se programaron para realizarse del 23 al 28 de septiembre, ambos inclusive, pero debido a problemas con las instalaciones para grabar los videos, se acordó una prórroga hasta las nuevas fechas indicadas.

Todos los videos han sido recibidos en el periodo establecido, con la siguiente participación:

- CAMPEONATO PROVINCIAL DE ALBACETE- 63 participantes
- CAMPEONATO PROVINCIAL DE CIUDAD REAL- 75 participantes
- CAMPEONATO PROVINCIAL DE TOLEDO- 176 participantes
- CAMPEONATO PROVINCIAL DE CUENCA- 66 participantes
- CAMPEONATO PROVINCIAL DE GUADALAJARA- 107 participi,
- CONTROL CAMPEONATO DE ESPAÑA MASCULINO, CONTROL CAMPEONATO DE ESPAÑA DE EQUIPOS y CONTROL INDIVIDUAL ABSOLUTO- 43 participantes con un total de 101 ejercicios.



Foto de archivo

Ahora la FGCLM por medio del Comité de Jueces cuenta con un periodo de 15 días para publicar las clasificaciones en su página WEB y hacérselo llegar a los clubs participantes.



Somos deporte





23-OCTUBRE-2.020.

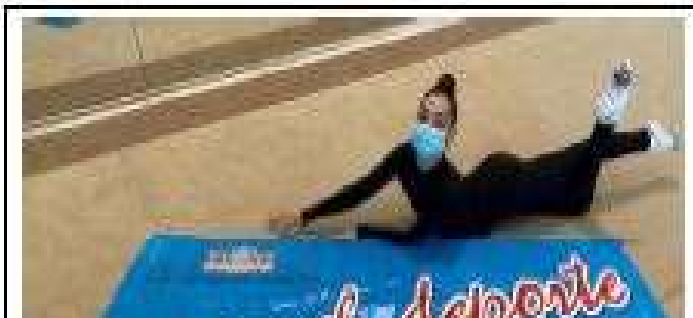
**GIMNASIA RÍTMICA DEPORTIVA**

**Resultados de los Controles a los  
Campeonatos de ESPAÑA, "realizados ONLINE"  
CAMPEONATO DE ESPAÑA DE EQUIPOS, INDIVIDUAL ABSOLUTO Y MASCULINO.**

Conforme a los acuerdos de la Comisión Gestora (7 de mayo-2020) y corroborado por la Junta Directiva (10-septre-2020) tras la suspensión de todos los Campeonatos debido a la Pandemia Covid 19', se vienen celebrando ON LINE, las actividades y competiciones de acuerdo con nuestro Calendario por lo que el pasado 18 de octubre se celebró el CONTROL al CAMPEONATO DE ESPAÑA INDIVIDUAL Y EQUIPOS con una participación de 43 gimnastas con los siguientes RESULTADOS:

**CLASIFICADAS CAMPEONATO DE ESPAÑA INDIVIDUAL Y AUTONOMÍAS**

<b>Benjamin</b>						
<i>Individual Femenino GR</i>						
1	Benjamin	ML Pelota	1030	CARLA CARDONA PEREZ	GR ALICANTE-LA MANCHA	CLM
<b>Infantil</b>						
<i>Individual Femenino GR</i>						
2	Infantil	Cuerda Aro Cinta	1032	AIMARA FAJARDO GOMEZ	CLUB RITMICA INFANTADO	CLM
<b>Júnior</b>						
<i>Individual Femenino GR</i>						
3	Júnior	Cuerda Pelota Mazas Cinta	1038	ESTHER PARRA HERNANDEZ	C.G.R. GUADALAJARA	CLM
4	Júnior	Cuerda Pelota Mazas Cinta	1042	LUCIA ROMERO BEGOVIA	CS HUÉCAR	CLM
5	Júnior	Cuerda Pelota Mazas Cinta	1034	MARIA CORDERO SAEDARA	CLUB G.R. OMEGA AL SAN	CLM
6	Júnior	Cuerda Pelota Mazas Cinta	1040	LUCIA CABALLERO GARCIA	EL ESCAS	CLM
7	Júnior	Cuerda Pelota Mazas Cinta	1044	RUTH DE LOS REYES PEREZ-CEJUELA	RITMICA TALAVERA	CLM
<b>Sénior</b>						
<i>Individual Femenino GR</i>						
8	Sénior	Aro Pelota Mazas	1036	MYRIAM ARANDA HARANGOU	CLUB G.R. OMEGA AL SAN	CLM





**JORNADAS de TECNIFICACIÓN y SEGUIMIENTO DE GIMNASTAS,  
PREPARATORIAS PARA LOS CAMPEONATO DE ESPAÑA ABSOLUTO Y DE EQUIPOS 2020.**

La Federación de Gimnasia de Castilla-La Mancha, va a organizar unas Jornadas de Tecnificación y seguimiento para las gimnastas que van a participar en los Campeonatos de España de Gimnasia Rítmica de 2020 y que ya se ha comunicado a las gimnastas por medio de sus respectivos Clubs.

Van a celebrarse durante los días: 31 de Octubre, 1º de Noviembre, 8 de Noviembre y 29 de Noviembre, durante cada Jornada de Tecnificación realizarán una clase de ballet a cargo de la profesora experta en ballet clásico y contemporáneo María Elena Gaudé, acompañada del coreógrafo ruso Antón Valdibauer de la Escuela Vaganova.

La coordinadora de las jornadas Elena Córcoles Ramos y la técnico nacional Carmen Jiménez, junto a los técnicos asistentes realizarán un trabajo de colaboración para corregir dificultades corporales y de aparatos, la directora técnica de las jornadas será Nani Carlos Cebrián.

Las jornadas darán comienzo a las diez de la mañana hasta las catorce horas.

Por la tarde a partir de las cuatro se realizará un control ante un jurado formado y compuesto de Jueces Nacionales de Gimnasia Rítmica de la Federación de Gimnasia de Castilla-La Mancha.



Las gimnastas seleccionadas para realizar estas jornadas son :



## **CELEBRADAS LAS DOS PRIMERAS JORNADAS de TECNIFICACIÓN y SEGUIMIENTO DE GIMNASTAS**

Se han celebrado durante este fin de semana, las dos primeras Jornadas de Tecnificación y seguimiento de las gimnastas que van a participar en los Campeonatos de España de Gimnasia Rítmica de 2020.

Durante el sábado 31 de Octubre, en la 1ª Jornada participaron las gimnastas AIMARA FAJARDO, CARLA CARDONA, ANDREA CHICANO, DANIELA CORDOBA, DULCELENA MURILLO, LAURA CHICANO, PILAR LOPEZ DE LA CONCEPCION, VALERIA CORDOBA, ALEJANDRA GARCIA, MARIA CEBRIÁN y LAIA CAULIN, de los Clubs INFANTADO, ALICANTE-LA MANCHA y PALAS ESCUELA.

El domingo día 1º de Noviembre, en el que se realizó la 2ª Jornada, lo hicieron las gimnastas SILVIA PEREZ, MARTA VILLAESCUSA, MARIA CORDERO, MYRIAM ARANDA, LUCIA CABALLERO, GIMENA GUERRA y ESTHER PARRA, de los Clubs AVALÓN, OMEGA, ILLESCAS, ESFERA y RITMICA GUADALAJARA.

En cada una de las Jornada de Tecnificación se desarrolló una clase de ballet dirigida por María Elena Gaude Profesora Experta en Ballet Clásico y Contemporáneo junto con Anton Valdbauer, Coreógrafo Ruso de la Escuela Vaganova.

El trabajo de corrección dificultades corporales y de aparatos, estuvo a cargo de la coordinadora de las jornadas Elena Córcoles Ramos y la técnica nacional Carmen Jiménez, así como por los técnicos asistentes de cada club, que colaboraron en dicho trabajo, bajo la dirección técnica de Nani Santos Cebrián.

En cada Jornada por la tarde se realizó un control con un jurado formado y compuesto de Jueces Nacionales de Gimnasia Rítmica de la Federación de Gimnasia de Castilla-La Mancha, con el objetivo de que puedan mejorar sus puntuaciones de cara a los próximos campeonatos.

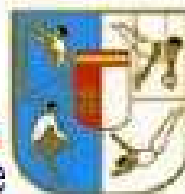
En la 1ª Jornada del sábado por la mañana tuvimos el honor de la visita del Diputado de Deportes de la Excmo. Diputación Provincial de Albacete, D. Daniel Sancha, a quien desde aquí le agradecemos su apoyo y colaboración, así como el de la propia Diputación Provincial de Albacete.

La 3ª y 4ª Jornada están previstas para los próximos 8 y 29 del actual mes de Noviembre.



A la izquierda, las gimnastas con el diputado de Deportes D. Daniel Sancha

Arriba las gimnastas en el desarrollo de la Jornada



**GIMNASIA RÍTMICA DEPORTIVA**

## **DOS MEDALLAS DE BRONCE para SERGIO BUIGES en los CAMPEONATOS DE ESPAÑA**

Por fin y después de las numerosas contrariedades que ha provocado la indeseada pandemia del Covid-19, han arrancado los Campeonatos de España de Gimnasia Rítmica que se han celebrado en el CENTRO COLONIAL SPORT de Valencia y en el que han podido representar a Castilla-La Mancha un total de 133 gimnastas, y en los que ya el hecho de su participación ya supone un merito extraordinario si tenemos en cuenta las dificultades que han tenido que soportar en cuanto a entrenamientos, desplazamientos, etc (entre otros) durante la pandemia que nos ha tocado vivir.

· Sin duda, cabe destacar las dos medallas de Bronce que ha ganado el gimnasta Sergio Buiges, del club ALICANTE LA MANCHA, en el CAMPEONATO DE ESPAÑA MASCULINO de Gimnasia Rítmica, en los aparatos Aro y Cinta. En este mismo Campeonato Masculino participaron además gimnastas de los clubs Alegria, Fenix, Wad al Hayara y Expresión Rítmica Talavera.

· En la COPA DE GIMNASIA RITMICA BASE CONJUNTOS, participaron los Clubs, KENG, INFANTADO, GIMNASTICO ESCUELA ILLESCAS, ROS y VENUS.

· Y en el CAMPEONATO NACIONAL BASE INDIVIDUAL de Gimnasia Rítmica, lo hicieron los Clubs ALEGRIA, OLIMPO, KENG, SIETE ESTRELLAS, HUEGAR, OMEGA ALBAN, ILLESCAS, INFANTADO, ESFERA, ESPERANZA GALVO, FENIX, PALAS EC, PEDRO MUÑOZ, TORRIJOS, GUADALAJARA, ROS y VENUS.



**SERGIO BUIGES, BRONCE en ARO y CINTA**

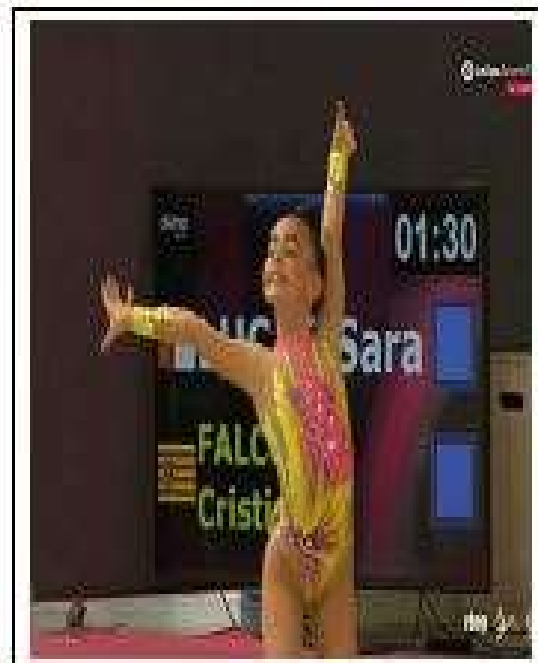


**SARA LUCAS, DIPLOMA 8ª Clasificada cat. PREBENJAMIN**

Los principales resultados además de las dos medallas de Bronce del gimnasta SERGIO BUIGES del club ALICANTE LA MANCHA en ARO Y CINTA, han sido los conseguidos en el CAMPEONATO NACIONAL BASE INDIVIDUAL, en el que VICTORIA PEREZ DE BUSTOS del CLUB ROS logró el 4º puesto en la CATEGORÍA ALEVIN, MARÍA AYELEN ESCRIBANO, también del CLUB ROS quedó 6ª CLASIFICADA en CATEGORÍA JUVENIL y SARA LUCAS del CLUB PALAS E.C. que al clasificarse 8ª en CATEGORÍA PREBENJAMIN lograron sendos diplomas. Enhorabuena pues a todos los participantes sin olvidarnos la actuación destacada de AIMARA FAJARDO del CLUB INFANTADO por el 4º puesto logrado en LA LIGA NACIONAL IBERDROLA DE GIMNASIA RITMICA.



## Mas fotos de los Campeonatos Nacionales





**GIMNASIA RÍTMICA DEPORTIVA**

**-CAMPEONATO DE ESPAÑA DE CONJUNTOS NIVELES BASE Y  
ABSOLUTO-**

MARZO-2021

La pasada semana, del 15 al 20 de Marzo, se celebró el Campeonato de España de Conjuntos en los niveles base y absoluto, en ALFAFAR (VALENCIA) con una participación de 50 gimnastas de los clubs Fenix, Venus, Almansa y Palas EC.

**NIVELES:**

**ABSOLUTO:**

-PALAS→4 conjuntos (ALEVIN, INFANTIL, JUNIOR Y PRIMERA)

**BASE:**

-ALMANSA→2 conjuntos (ALEVIN Y JUVENIL)

-FENIX→ 1 conjunto (CADETE)

-VENUS→ 2 conjuntos (CADETE Y BENJAMIN)



**PRINCIPALES RESULTADOS:**

Conjunto Alevín Club Palas EC → PRIMER CLASIFICADO COPA DE LA REINA Y CAMPEON DE ESPAÑA POR APARATOS.



Conjunto Primera Categoría Club Palas EC→  
10º CLASIFICADO POR APARATOS Y MANTIENEN  
EL CONJUNTO EN PRIMERA CATEGORÍA,  
que es la máxima división, dentro de esta modalidad.



(Fotos CLUB PALAS EC)

Ambos Campeonatos pertenecientes a 2020 fueron celebrados por la RFEG.

Damos la enhorabuena a todos los clubs y gimnastas. Esperamos que preparen con ilusión la temporada 2021.

- 1 -



**TRAMPOLÍN**



## **GIMNASIA EN TRAMPOLÍN**

# **RESULTADOS CAMPEONATO DE ESPAÑA TRAMPOLÍN 2020**

3 CLUBES DE CASTILLA-LA MANCHA PRESENTES EN LA CIUDAD VALLISOLETANA

Un total de 12 medallas y 4 trofeos han conseguido entre los 3 clubes de la comunidad durante el Campeonato de España BASE que ha tenido lugar durante toda la tarde del viernes 18 de diciembre.

A continuación detallamos los resultados más destacados:

## **TRAMPOLÍN**

### BASE 1 (7 a 10 años):

#### Femenino

1ª clasificada - Noa Pérez (C. Ruidtramp)

### BASE 2 (11 a 14 años):

#### Masculino

1º clasificado - Hugo Valero (C. Aerotramp)

### BASE 3 (15 años y más):

#### Femenino

1ª clasificada - Ruumi Nishikawa (C. Ruditramp)

3ª clasificada - Patricia Tomás (C. Aerotramp)

#### Masculino

1º clasificado - Iván Pascual (C. Ruditramp)

2º clasificado - Álvaro Castilla (C. Trampolín Albacete)

## **DOBLE-MINISTRAMP**

### BASE 1 (7 a 10 años):

#### Femenino

3ª clasificada - Noa Pérez (C. Ruidtramp)

#### Masculino

3º clasificado - Pablo Apolonio (C. Ruditramp)

### BASE 2 (11 a 14 años):

#### Masculino

1º clasificado - Hugo Valero (C. Aerotramp)

### BASE 3 (15 años y más):

#### Femenino

2ª clasificada - Ruumi Nishikawa (C. Ruditramp)

3ª clasificada - Raquel Sánchez (C. Aerotramp)

#### Masculino

2º clasificado - Iván Pascual (C. Ruditramp)

## **EQUIPOS**

### TRAMPOLÍN

1os clasificados - C. Ruditramp

2os clasificados - C. Aerotramp

### DOBLE-MINISTRAMP

2os clasificados - C. Ruditramp

3os clasificados - C. Aerotramp

El resto de resultados han sido los siguientes:

## **TRAMPOLÍN**

### BASE 1 (7 a 10 años):

#### Femenino

4ª clasificada - Mara Apolonio (C. Ruditramp)

#### Masculino

6º clasificado - Pablo Apolonio (C. Ruditramp)

7º clasificado - Álvaro Gil (C. Aerotramp)

8º clasificado - Gonzalo Gutiérrez (C. Aerotramp)

9º clasificado - Manuel García (C. Aerotramp)

### BASE 2 (11 a 14 años):

#### Femenino

8ª clasificada - Noelia Rodríguez (C. Ruditramp)

11ª clasificada - Mireya Rueda (C. Ruditramp)

18ª clasificada - Daniela Ramírez (C. Aerotramp)

22ª clasificada - Rocio Tornero (C. Aerotramp)

### BASE 3 (15 años y más):

#### Femenino

5ª clasificada - Ana Vazquez (C. Ruditramp)

6ª clasificada - Carla Torrente (C. Trampolín Albacete)

7ª clasificada - Faima (C. Ruditramp)

9ª clasificada - Patricia Morcillo (C. Aerotramp)

11ª clasificada - Raquel Sánchez (C. Aerotramp)

14ª clasificada - Laura Martínez (C. Aerotramp)

#### Masculino

5º clasificado - Adrián Navarro (C. Trampolín Albacete)

6º clasificado - Guillermo López (C. Trampolín Albacete)

7º clasificado - Mateo Sánchez-Muliterno (C. Trampolín Albacete)

8º clasificado - Yago Castilla (C. Trampolín Albacete)

## DOBLE-MINITRAMP

### BASE 1 (7 a 10 años):

#### Femenino

6ª clasificada - Mara Apolonio (C. Ruidtramp)

#### Masculino

4º clasificado - Gonzalo Guitérrez (C. Aerotramp)

5º clasificado - Manuel García (C. Aerotramp)

6º clasificado - Álvaro Gil (C. Aerotramp)

### BASE 2 (11 a 14 años):

#### Femenino

8ª clasificada - Noelia Rodríguez (C. Ruidtramp)

11ª clasificada - Rocio Tornero (C. Aerotramp)

17ª clasificada - Daniela Ramírez (C. Aerotramp)

19ª clasificada - Mireya Rueda (C. Ruidtramp)

### BASE 3 (15 años y más):

#### Femenino

5ª clasificada - Ana Vazquez (C. Ruidtramp)

6ª clasificada - Laura Martínez (C. Aerotramp)

7ª clasificada - Carla Torrente (C. Trampolín Albacete)

11ª clasificada - Faima (C. Ruidtramp)

#### Masculino

4º clasificado - Álvaro Castilla (C. Trampolín Albacete)

6º clasificado - Guillermo López (C. Trampolín Albacete)

7º clasificado - Adrián Navarro (C. Trampolín Albacete)

8º clasificado - Yago Castilla (C. Trampolín Albacete)

9º clasificado - Mateo Sánchez-Muliterno (C. Trampolín Albacete)

# RESULTADOS CAMPEONATO DE ESPAÑA TRAMPOLÍN 2020

3 CLUBES DE CASTILLA-LA MANCHA PRESENTES EN LA CIUDAD VALLISOLETANA

Un total de 11 medallas y 5 trofeos han conseguido entre los 3 clubes de la comunidad durante el Campeonato de España ÉLITE que ha tenido lugar durante los días 19 y 20 de diciembre.

A continuación detallamos los resultados más destacados:

## TRAMPOLÍN

### ÉLITE 4 (8 a 10 años):

#### Femenino

1ª clasificada - Belén Sánchez (C. Aerotramp)

#### Masculino

1º clasificado - Manuel Oliva (C. Ruidtramp)

2º clasificado — Ángel Rodríguez (C. Ruidtramp)

### ÉLITE 6 (13-14 años):

#### Femenino

2ª clasificada - Carmen Hernández (C. Ruidtramp)

### ÉLITE 9 (Absoluto)

#### Femenino

1ª clasificada - Noemí Romero (C. Trampolín Albacete)

## DOBLE-MINITRAMP

### ÉLITE 4 (8 a 10 años):

#### Femenino

1ª clasificada - Belén Sánchez (C. Aerotramp)

#### Masculino

2º clasificado - Manuel Oliva (C. Ruidtramp)

3º clasificado — Ángel Rodríguez (C. Ruidtramp)

### ÉLITE 6 (13-14 años):

#### Femenino

3ª clasificada - Carmen Hernández (C. Ruidtramp)

#### Masculino

2º clasificado - Luis Sánchez (C. Aerotramp)

### ÉLITE 8 (17-21 años)

#### Femenino

3ª clasificada - Patricia Tomás (C. Aerotramp)

## EQUIPOS

### TRAMPOLÍN SUB-15

#### Femenino

2as clasificadas - C. Aerotramp

3as clasificadas - C. Ruidtramp

### DOBLE-MINITRAMP SUB-15

#### Femenino

1as clasificadas - C. Aerotramp

2as clasificadas - C. Ruidtramp

#### Masculino



### 3os clasificados - C. Ruditramp

El resto de resultados han sido los siguientes:

## TRAMPOLÍN

### ÉLITE 4 (8 a 10 años):

#### Femenino

7ª clasificada - Vera Valero (C. Aerotramp)

#### Masculino

4º clasificado - Raúl Moreno (C. Trampolín Albacete)

### Élite 6 (13-14 años):

#### Femenino

8ª clasificada - María Herranz (C. Ruditramp)

9ª clasificada - Iris Camarasa (C. Aerotramp)

12ª clasificada - Carla Santos (C. Aerotramp)

13ª clasificada - Adriana López (C. Ruditramp)

#### Masculino

11º clasificado - Jorge Sánchez (C. Ruditramp)

15º clasificado - Luis Sánchez (C. Aerotramp)

### Élite 7 (15-16 años)

#### Masculino

8º clasificado - Nicolás López (C. Ruditramp)

## DOBLE-MINITRAMP

### ÉLITE 4 (8 a 10 años):

#### Femenino

7ª clasificada - Vera Valero (C. Aerotramp)

#### Masculino

5º clasificado - Raúl Moreno (C. Trampolín Albacete)

### Élite 6 (13-14 años):

#### Femenino

5ª clasificada - Iris Camarasa (C. Aerotramp)

6ª clasificada - Carla Santos (C. Aerotramp)

7ª clasificada - Adriana López (C. Ruditramp)

10ª clasificada - María Herranz (C. Ruditramp)

#### Masculino

10º clasificado - Jorge Sánchez (C. Ruditramp)

### Élite 7 (15-16 años)

#### Femenino

8ª clasificada - Patricia Morcillo (C. Aerotramp)

#### Masculino

8º clasificado - Nicolás López (C. Ruditramp)

## SINCRONISMO

### Nivel 1 (Sub-15) Mixto

5as clasificadas - Belén Sánchez y Vera Valero (C. Aerotramp)

7as clasificadas - Iris Camarasa y Carla Santos (C. Aerotramp)

9as clasificadas - Carmen Hernández y María Herranz (C. Ruditramp)

12os clasificados - Ángel Rodríguez y Manuel Oliva (C. Ruditramp)

14as clasificadas - Adriana López y Carla Medina (C. Ruditramp)

16os clasificados - Luis Sánchez y Albert Cid (C. Aerotramp)

## EQUIPOS

### TRAMPOLÍN SUB-15

#### Masculino

4os clasificados - C. Ruditramp



**AEROBIC**



## Un ejemplo a seguir del Club Deportivo Vertical Split de Puertollano en el Campeonato de España de Gimnasia Aeróbica 2020



El pasado sábado 19 de diciembre el Club Deportivo Vertical Split de Puertollano asistió al Campeonato de España de Gimnasia Aeróbica 2020 en el Centro de Alto Rendimiento Colonial Sport de Valencia

En esta ocasión tan diferente y tan excepcional que vivimos en la actualidad el club no presento a ninguna gimnasta de su cantera dado que las consecuencias de la COVID-19 no lo permitieron, pero sus entrenadores Agustín González (campeón de España 2019 en individual masculino), Alba Bernal ( varias veces subcampeona y campeona de España en Pareja Mixta) y María Cabrera (gimnasta veterana del club) decidieron presentarse en esta ocasión en trío adulto para dar ejemplo a sus gimnastas que todo es posible, quedando como resultado los cuartos clasificados en el ranking.

A parte del parón producido por el confinamiento y desescalada más todas adversidades encontradas para una correcta continuación y sumado a todo ello nuestra entrenadora Alba Bernal venía de ser madre por segunda vez hace solo un año y María Cabrera retirada de la competición hace cuatro años, se decidió asistir y dar lo mejor de nosotros en un Campeonato atípico donde igualmente se brilló y transmitió el mensaje a todos.

Ahora toca continuar y enfocar todos los esfuerzos y reinversión para que tod@s nuestros gimnastas brillen igualmente en los siguientes campeonatos de la temporada 2021 y en esta ocasión se llevará a toda la cantera.

El Club Deportivo Vertical Split lleva trabajando con chicas y chicos de la comarca de Puertollano desde el año 2012 haciéndose cada vez más grande y consiguiendo mayor nivel competitivo en tecnificación de deportistas gracias a la labor incesante de sus entrenadores Agustín González, Alba Bernal y María Cabrera, promocionando esta disciplina e insertando la gimnasia cada vez más en nuestra comarca.



