

EVENTOS DESTACADOS LAS DOS GRANDES CITAS DEL INVIERNO

ENTREVISTA HERMENEGILDO CONEJERO

ORIOLANAS DE ÉLITE FUTURO EN FEMENINO

Nº5

ENERO-MARZO 2020

GRATUITA

dxtsorihuela

LA REVISTA DIGITAL DE LA CONCEJALÍA DE DEPORTES



**CONSECUENCIAS DEL COVID-19
EN LOS SERVICIOS
E INSTALACIONES DEPORTIVAS**

SUMARIO



EDITORIAL_3

EVENTOS II CROSS ORIHUELA "CIUDAD DEL POETA MIGUEL HERNÁNDEZ"_4

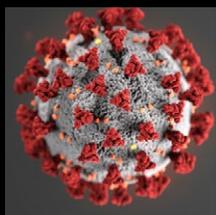
UN PASO MÁS NUEVAS HERRAMIENTAS, NUEVOS RETOS_5

ENTREVISTA HERMENEGILDO CONEJERO_7



DEPORTE ESCOLAR INFODEPORTE. ESPACIO SEGURO_12

EVENTOS DESTACADOS LAS DOS GRANDES CITAS DEL INVIERNO_18



NOTICIA CRECE LA FAMILIA DEL CICLISMO EN ORIHUELA_20

ACTUALIDAD CONSECUENCIAS DEL COVID-19 EN LOS SERVICIOS E INSTALACIONES DEPORTIVAS_21

EVENTOS COPA DE ESCALADA EN BLOQUE "CIUDAD DE ORIHUELA"_23



ORIOLANAS DE ÉLITE FUTURO EN FEMENINO_25

ARTÍCULO INFLUENCIA DE LA OSTEOPATÍA EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA_26

EN LA PRENSA_30

© De este número: Excmo. Ayuntamiento de Orihuela
Concejalía de Deportes, 2020

Director: Emilio Martínez Lidón

Diseño: Alberto Gómez López

Redacción y edición: Ginés Alcántara, Juan Antonio Sánchez, Norberto Granero, Emilio Martínez, Pablo Sánchez, Israel Navarro, María Díaz

Agradecimientos/colaboraciones: Hermenegildo Conejero, Paco Escudero (Clínica Escudero)

EDITORIAL

Nos toca de nuevo volver a superarnos, a dar lo mejor de nosotros mismos para que, juntos, emerjamos más fuertes ante los desafíos que nos presente el futuro.

La resiliencia forma parte ya de nuestro ADN. Desfallecer o rendirnos no es una opción. Somos un pueblo trabajador y solidario, acostumbrado a crecerse ante la adversidad.

Y somos como somos porque hemos recogido una magnífica herencia de nuestros mayores. A los que nunca podremos agradecerles lo suficiente, los valores que nos han transmitido. Ellos son el espejo donde mirarnos. Por tanto que nos han legado les debemos una lucha sin tregua contra el enemigo que ha puesto su objetivo en ellos, el coronavirus.

Ante el mayor reto que hemos tenido como sociedad como ha sido la crisis sanitaria Covid-19, un hito sin precedentes en nuestra historia moderna, la respuesta social ha sido emocionante y esperanzadora.

Orgullosos nos hemos sentido de nuestros profesionales sanitarios, primera línea de defensa en la lucha contra el coronavirus; farmacéuticos, miembros de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado y de nuestro Ejército, Policías Locales, Protección Civil, Transportistas, personal de limpieza, de tiendas de alimentación y supermercados, y tantos héroes anónimos. Habéis dado lo mejor como seres humanos y habéis sido, además, un gran ejemplo para las generaciones más jóvenes. A todos y todas, mil gracias.

También merecen un capítulo aparte de nuestros agradecimientos todos los profesionales que han aportado desde su ámbito, y de forma altruista, su granito de arena para conseguir vencer la epidemia.

Sin embargo, queremos profundizar sobre una cuestión más concreta y que

entendemos necesita una reflexión crítica por parte de la sociedad. Producto de la larga cuarentena vivida y la inactividad física han sido muchos los que nos han bombardeado, principalmente desde las redes sociales, con vídeos para mantenernos en forma durante el confinamiento.

Como profesionales del deporte y la actividad física, cualificados, mantenemos una lucha constante contra el intrusismo. De ahí, nuestra implicación en una regulación de las profesiones del deporte en nuestra Comunidad.

Nuestro objetivo principal es proteger y mejorar la salud, la educación, la integridad física y la calidad de vida de los consumidores, usuarios o deportistas en una prestación de servicios deportivos.

La regulación del ejercicio de las profesiones tituladas (artículo 36 CE), comporta [...]: a) la existencia misma de una profesión titulada, es decir, de una profesión cuya posibilidad de ejercicio quede jurídicamente subordinada a la posesión de unos títulos concretos, b) los requisitos y títulos necesarios para su ejercicio y c) su contenido, o conjunto formal de las actividades que la integran.

La utilización del ejercicio físico y el entrenamiento debe estar en manos de los profesionales con mayor cualificación y expertos en esta herramienta de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

Para José Luis Herreros, Presidente del Colegio Oficial de Licenciados/Graduados de Educación Física de la Comunidad Valenciana (COLEF-CV) "El que usuarios y consumidores entiendan que deben asesorarse por profesionales titulados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, debe ir de la mano del apoyo institucional, y ahí los ayuntamientos cobramos especial relevancia".

II CROSS ORIHUELA 'CIUDAD DEL POETA MIGUEL HERNÁNDEZ'



Los más de 750 participantes, de todas las edades, del II Cross Orihuela - Ciudad del Poeta Miguel Hernández pudieron disfrutar de un entorno natural único en nuestro término municipal, el Parque del Soto del Río Segura I-6. Este fue el escenario elegido por segunda vez, para trazar los diferentes circuitos de la prueba, delimitados a un lado por el río, por otro por la huerta y como fondo la Cruz de la Muela.

Desde las 09:30 de la mañana los corredores de las 18 categorías participantes pudieron vibrar con un itinerario poco habitual en el campo a través. Estos atletas, provenientes de toda la Comunidad Valenciana y de la vecina Región de Murcia, tuvieron que saltar obstáculos, atravesar pinadas o realizar un sprint de más de 150 metros para alcanzar la meta. ¡Todo un desafío!

En esta edición, se apostó por los más pequeños y no defraudaron. De manera

paralela a la celebración del Circuito Autonómico de Campo a Través, tuvo lugar el Campeonato Autonómico de Cross Escolar por Equipos. De este modo, se pudo vivir toda una fiesta del deporte en familia. De nuevo, las categorías base nos dieron una lección de cómo disfrutar de la actividad física y del deporte.

Como puntos fuertes de esta prueba, organizada por la Concejalía de Deportes, cabe destacar la colaboración de la Concejalía de Medio Ambiente quien adecuó de manera excepcional el circuito para uso y disfrute de los atletas tras los pasados episodios de la Dana. Y, por otro lado, la asistencia técnica dirigida por el C. A. Tragamillas, fue indispensable para llevar a cabo la prueba con un nivel de calidad que nos sitúe como Cross referente en toda la Provincia.

¡Os esperamos a tod@s en 2021!

NUEVAS HERRAMIENTAS, NUEVOS RETOS



Es labor de la administración pública facilitar el acceso a los servicios que oferta y proporcionar al usuario una información útil y actualizada. Con esa intención, la Concejalía de Deportes hace ya más de dos décadas, dispuso de un software de gestión que permitía, tanto su uso a nivel interno para la configuración de programas y gestión de instalaciones y ligas locales, así como de cara al usuario para la inscripción en cursos y programas y alquiler de instalaciones.

Con el avance de las nuevas tecnologías y las cada vez mayores necesidades de adaptación a los nuevos tiempos, a lo largo de los años se han ido detectando determinadas carencias en el funcionamiento y posibilidades del software actual que propiciaban buscar una alternativa que permitiese un mejor acceso a la información, y procesos de inscripción más sencillos.

Desde la inauguración del Palacio del Agua, con la apertura de varias piscinas en pedanías y el incremento de programas y actividades, con los medios disponibles, se han ido incorporando opciones que han permitido realizar de modo online, inscripciones y pago de los cursos, alquiler de instalaciones, etc. No obstante, las limitaciones del software y los sistemas eran evidentes, las incidencias se sucedían en el tiempo, y a pesar de

los grandes esfuerzos y modificaciones realizadas, el funcionamiento no llegaba a ser el óptimo y deseado. Ello generaba la búsqueda de alternativas que subsanasen las actuales carencias y garantizaran un sistema más accesible y acorde a las necesidades actuales.

Por todo ello, se procedía hace unos meses, a la licitación de un nuevo contrato que garantice disponer de un software que cubra las necesidades de nuestros servicios y se adapte a esta era de la información y la comunicación. Resultaba ya indispensable disponer de una herramienta que permitiese en primer lugar, trabajar de forma fluida y diligente a las personas que forman la Concejalía de Deportes y, por otra, facilitar al ciudadano el acceso a la información, la comunicación y el conocimiento y adhesión a cualquier programa o actividad de la oferta deportiva del municipio.

Una vez finalizada la licitación, la Concejalía de Deportes se encuentra en proceso de implementación y configuración del nuevo software, que entrará en funcionamiento de cara a la época estival, con la inscripción en las Escuelas Deportivas Municipales para la temporada 2020/21 y los programas deportivos de verano.



Este proceso incluye la formación necesaria para el personal de administración, gestión y control de accesos, así como la instalación de determinado software y hardware.

La nueva herramienta ofrece grandes beneficios y comodidades para el usuario y solventa las problemáticas y carencias del software que le precede.

El nuevo contrato incluye una nueva página web donde se recoge toda la información relativa a los programas, servicios e instalaciones de Orihuela, sus pedanías y playas. Además, desde la misma se tiene acceso desde distintos perfiles (usuarios, monitores, clubes, árbitros...) tanto a la información general, como a inscripciones en cursos y programas, alquileres, elaboración de actas, etc. Dispone también de apartados específicos para noticias, eventos e información general. Se trata de una web responsiva que facilita su visionado en dispositivos móviles como tablets y smartphones.

Las mejoras no quedan ahí ya que de forma complementaria se instará, en la recepción del Palacio del Agua, una máquina expendedora de tickets que, permitiendo el pago tanto en efectivo como con tarjeta, ofrecerá la

posibilidad de realizar los mismos trámites que la nueva web: alquiler de instalaciones, inscripción y pago de cursos, venta de entradas de piscina, etc.

Como cualquier proceso de implementación de un sistema de estas características, se precisa de un tiempo de adaptación y aprendizaje en el que la Concejalía de Deportes ya se encuentra inmersa y en el que se están volcando tanto medios y recursos, como entrega e ilusión, realizando todos los esfuerzos necesarios para que su puesta en marcha sea un éxito. En breve se iniciará también una campaña informativa al ciudadano que dará a conocer la web, sus opciones, e instrucciones de registro y uso, para garantizar así su aprovechamiento. Del mismo modo, y para usuarios de cursos del Palacio del Agua, se entregará una nueva tarjeta de acceso para optimizar las entradas y salidas a través de los tornos y nuestro personal asesorará a quienes utilicen por primera vez la nueva máquina de venta.

Esperamos que la incorporación de estos nuevos sistemas facilite a todos los ciudadanos el acercamiento al deporte de nuestro municipio y sea bien recibido. Nuestro objetivo es el de mejorar cada día y pretendemos que esta nueva herramienta sea, un paso más.

ENTREVISTA A HERMENEGILDO CONEJERO PRESIDENTE DEL GRUPO ORIOLANO DE MONTAÑISMO



Está ligado a la montaña desde que era joven, siempre atraído por la Sierra de Orihuela, empieza a hacer sus pinitos encaramándose por sus paredes e intentando escalar, en aquellos años, con el material precario y escaso del que disponía.

Hombre cauto y organizado, prepara sus actividades de montaña meticulosamente no dejando cabos sueltos.

En el verano de 2018 consiguió un sueño perseguido durante mucho tiempo, hizo cumbre en el Cervino, montaña emblemática de los Alpes.

Lleva el deporte en la sangre y prueba de ello

es su participación, en varias ediciones, en la Media Maratón de Orihuela.

Desde 2016 es presidente del Grupo Oriolano de Montañismo y con él al frente ha visto el crecimiento espectacular de sus socios. Hoy conocemos un poco mejor a Hermenegildo Conejero, más conocido como "Gildo".

Has estado ligado a la montaña desde joven, nos gustaría nos contaras como fueron esos comienzos y tu inquietud por el montañismo.

Desde que muy pequeño mi padre me subió al monte de San Miguel (Castillo de Los Moros) me han atraído las montañas. La visión espléndida que hay desde este monte a



las impresionantes paredes de la cara sur de nuestra sierra me marcó para siempre. Pero creo que lo que me impulsó definitivamente fue la conferencia que dio Miguel Ángel García Gallego (El Murciano), en el casino de Orihuela, en la que nos contó su experiencia en la primera escalada invernal por la cara oeste del Naranjo de Bulnes en 1973. Esta gran hazaña pude seguirla en directo por la radio ya que, el famoso periodista José María García, estuvo retransmitiéndola durante varias noches.

Estoy convencido que eres de las personas que mejor conoce la Sierra de Orihuela, cuéntanos como es para tí.

La Sierra de Orihuela es una montaña muy completa, con su forma longitudinal de Este a Oeste tiene dos vertientes muy diferentes, una cara norte más suave, con bastante vegetación que nos ofrece bonitas rutas de senderismo y una sur muy escarpada y soleada que nos permite disfrutar de grandes escaladas durante todo el año. Una de sus grandes cualidades es que se pueden practicar casi todos los deportes relacionados con la montaña: Escalada en todas sus modalidades, Trail running, senderismo y barranquismo.

Has escalado en Picos de Europa, Pirineos, Alpes, Sierra Nevada y toda la sierra de Alicante, cuéntanos alguna anécdota o en qué montaña has tenido mejores sensaciones.

Anécdotas tengo muchas pero voy a contar

una que recordamos, los que la vivimos, siempre que tomamos unas cervezas. Cuando intentábamos escalar un famoso pico de los Alpes franceses llamado Diente de Gigante, ascendíamos por una ladera muy vertical con un sendero estrecho y peligroso. En ese momento uno de mis compañeros tuvo una inminente e inaplazable necesidad fisiológica, que al no disponer de otro lugar, por la estrechez y verticalidad del terreno, tuvo que solventarla junto al sendero. Cuando pensaba que ese momento iba a quedar en el anonimato, apareció un grupo de escaladores franceses que muy gentilmente lo fueron saludando uno a uno cuando pasaban junto a él, con el bonjour tradicional.

En 1987 se crea el Grupo Oriolano de Montañismo, un grupo de locos que se unió ¿con qué fin?

En 1987 coincidimos en Orihuela un grupo de jóvenes amantes de la montaña que nos gustaba escalar, deporte de riesgo y por tanto de locos como nos decían nuestros padres. A ese grupo se unió mi gran amigo Elías Abad que provenía de la ciudad de Novelda, donde había un Grupo de montaña con mucha tradición. Por esas fechas también conocí a Miguel Catalán (primer presidente del GOM) que también había pertenecido a un club de montaña en Alicante y que puso a nuestra disposición su experiencia y conocimientos. Cuando juntas a un grupo de locos oriolanos amantes de la montaña con la experiencia de Miguel y los conocimientos de Elías no pudo surgir otra cosa que el GOM, un grupo creado con el fin de poder compartir aventuras, experiencias y sueños.

El club ha sido como el Guadiana, que aparece y desaparece hasta llegar 2016 en el que vuelve a reflotar el G.O.M. y contigo como presidente, cuéntanos que actividades realizáis y cuáles son vuestros objetivos.

Por una parte los socios realizan actividades individuales y colectivas por su cuenta



estando en contacto a través de unos grupos de whatsapp de Trail, Senderismo y Montaña, Escalada y BTT. También disponemos de un programa de actividades anual donde tienen cabida todas esas disciplinas, pero como nuestro principal objetivo es la difusión de estos deportes, le damos prioridad a las jornadas de formación, realizando jornadas de iniciación a la escalada, barranquismo, orientación y primeros auxilios. El objetivo en todas nuestras actividades es hacer especial hincapié en la seguridad, la importancia del compañerismo y el respeto y cuidado del medio ambiente.

El crecimiento del G.O.M. duplicando sus socios en los dos últimos años hasta llegar a los más de 200 socios que lo componen en la actualidad. ¿A qué es debido? ¿Ha sido el G.O.M. el nexo de unión entre la sociedad y el medio natural? ¿Ya no hace falta escalar un 6a para poder ser socio del club?.

Creo que hemos crecido tanto porque la sociedad se está concienciando cada vez más que el deporte proporciona calidad de vida y nuestro club ofrece actividades en el medio natural que se pueden practicar con diferentes edades y niveles. Por otra parte Orihuela tiene el privilegio de tener una montaña junto a la ciudad que nos permite acercarnos a ella disponiendo únicamente de unas zapatillas de trekking.

La Concejalía de Deportes del Excmo. Ayuntamiento de Orihuela también está contribuyendo enormemente a nuestro crecimiento por el gran apoyo recibido y la buena sintonía que mantenemos con el actual Concejal Víctor Bernabeu y sus técnicos. Tanto las Jornadas de Deporte y Montaña como la construcción del Rocódromo municipal en el Pabellón Bernardo Ruiz están favoreciendo que los amantes de la montaña y la naturaleza se acerquen a nosotros para conocernos.

En tu opinión, ¿somos los Oriolano respetuosos con el medio ambiente?, ¿las nuevas generaciones están concienciadas?

Yo creo que hay de todo. Seguimos encontrando basura a lo largo de la sierra aunque también es verdad que vemos a muchos montañeros concienciados que van recogiendo lo que otros van dejando. Nuestro lema siempre ha sido "La montaña no necesita nada de lo que llevamos en nuestra mochila". En cuanto a los jóvenes, sería irresponsable opinar sobre las nuevas generaciones porque no tengo datos objetivos para poder valorar este tema, aunque creo que, del mismo modo que Félix Rodríguez de La Fuente y los documentales de La 2 intentaron concienciar a nuestra generación, el Cambio Climático y la invasión de plásticos están acelerando la concienciación de las nuevas generaciones.

La Sierra de Orihuela ¿tiene potencial como lugar de "Turismo deportivo y natural"?

Por supuesto. A nuestra sierra se acercan escaladores y senderistas de diversos lugares. La Pared Negra, El Frontal, El Raiguero, La Bóveda, etc. son zonas de escalada conocidas a nivel nacional e internacional. Es casi imposible pasar por el túnel un fin de semana y no ver coches y furgonetas de escaladores aparcados

en el mirador, atraídos por la calidad de nuestras vías de escalada. Solo tienes que darte una vuelta por la Cruz de la Muela un fin de semana, para ver la cantidad de gente que viene a Orihuela a practicar senderismo. Ahora la actividad de moda son las Vías Ferratas y nuestros vecinos de Redován y Callosa ya han construido las suyas. El GOM ha propuesto a la Concejalía la construcción de un Camino Equipado que salga de nuestra ciudad y termine en la Cruz de la Muela. La diferencia entre una Ferrata y un Camino Equipado es que este último suele tener menos dificultad y es más respetuoso con la naturaleza. Esta instalación creemos que atraería mucho turismo porque sería asequible a gente menos especializada y discurriría por rincones y parajes espectaculares de nuestra sierra. Pero también creo que faltan lugares donde el turismo de montaña pueda pernoctar a precios asequibles. En esta dirección, le hemos propuesto a la Concejalía de Deportes la posibilidad de habilitar una zona donde puedan acampar furgonetas Camper y Autocaravanas.

¿Qué ruta recomendaría a una persona que no ha pisado la montaña en su vida?

Elegir una ruta es muy difícil. Lo siento pero le recomendaría tres rutas muy bonitas: La subida a la Cruz de La Muela desde la Urbanización Montepinar, es una clásica pero sigue teniendo mucho encanto, la subida por el Barranco de Las Minas, desde la Ermita de Montepinar, y la subida por el Barranco de La Senda (también conocido como Las Balsas) que también se puede comenzar desde la misma Ermita.

Desde 2019, Orihuela cuenta con Rocódromo municipal, y me consta que el G.O.M da buena cuenta de él, ¿son más cortos los inviernos?

Claro que sí. Los escaladores de Orihuela veníamos pidiendo desde hace más de 25

años la instalación de un Rocódromo en nuestro municipio. Por fin el año pasado, la Concejalía de Deportes y en particular su titular Víctor Valverde escuchó nuestras reivindicaciones y nos propuso el local del Pabellón Bernardo Ruiz, donde estaban las antiguas oficinas de la Concejalía. Gracias a su total apoyo nuestro sueño se hizo realidad. Por fin en 2019 los escaladores de Orihuela teníamos el tan deseado Rocódromo. Esta instalación consideramos que es muy importante para este deporte porque cumple varias funciones: por una parte permite, como bien has dicho, que las tardes de invierno podamos seguir entrenando y no se nos haga este tan largo, pero también sirve como lugar de formación para los jóvenes escaladores y como punto de encuentro y convivencia entre las diferentes generaciones. También cabe recalcar que hemos solicitado, junto a lo comentado anteriormente, una ampliación de este con intenciones de permitir su uso por parte de un mayor número de escaladores, estoy seguro que junto al concejal de deportes Víctor Bernabéu, Orihuela va a tener en los años venideros, un crecimiento exponencial de practicantes en este deporte.

EL TEST DE MAGAZINE DXTSORIHUELA

Un color: Verde

Comida favorita: Los Altaballacos

Una red social: No soy muy amante de ellas

Una película: La Lista de Schindler

Una canción: Imagine - John Lennon

Un lugar que no sea Orihuela: El Valle de Ordesa

Un lugar en Orihuela: La Pared Negra

Un hobby o afición: El montañismo

Un deseo: Frenar el cambio climático

Un ídolo: No tengo ninguno en particular. En general todos los aventureros y grandes escaladores desde mediados del siglo XIX hasta mediados del XX.

Este 6 de abril, día mundial de la actividad física, tenemos que estar en nuestras casas pero no por ello tenemos que dejar de practicar deporte. En nuestras redes sociales estamos compartiendo vídeos, retos, e-books, entrenamientos... para seguir activ@s.

Celebra el día mundial de la actividad física subiendo un vídeo a las redes sociales haciendo deporte y etiquétanos @dxtsoriuela.

#OrihuelaEntrenaEnCasa

*también el 6 de abril,
día mundial de la AF*



CONCEJALÍA DE DEPORTES
un pasomás...



INFODEPORTE. ESPACIO SEGURO



La Concejalía de Deportes presta un servicio de punto informativo y de asistencia sanitaria a los jóvenes deportistas que sufren algún accidente en la competición del programa de Deporte Escolar

La práctica de deporte, que está cada vez más extendida, precisa de asistencia cuando es necesaria prestar una adecuada atención al deportista, especialmente en deportistas que se encuentran en proceso de formación en las categorías inferiores.

El municipio de Orihuela organiza anualmente la Fase intermunicipal de los Juegos Deportivos Municipales, en la que participan más de 2.000 alumnos y alumnas de 25 centros educativos oriolanos, así como entidades de los municipios de Bigastro, Rafal, Catral, Guardamar, Albatera, Torrevieja, Callosa, Redován y Almoradí.

En cada una de las jornadas del programa del Deporte Escolar, se presta un servicio de asistencia sanitaria ubicado en el punto informativo **Infodeporte** del Polideportivo Municipal "El Palmeral", donde se atienden de manera inmediata los accidentes deportivos sufridos por cualquier deportista, entrenador o delegado de los equipos participantes. Este servicio cuenta con fisioterapeutas cualificados y experimentados en el ámbito escolar y deportivo.

El equipo sanitario realiza una primera asistencia de urgencia ante cualquier situación de riesgo que se pueda dar en el deportista, de manera cercana e individualizada, que garantice la salud de éste. Asimismo, se realiza una labor de aprendizaje y concienciación tanto al deportista como, en su caso, al familiar acompañante, tratando temas de prevención y de actuación, tales como:

- El autocuidado en la práctica deportiva y la concienciación al deportista sobre los beneficios y perjuicios para su salud de un calzado adecuado y bien colocado.
- El aprendizaje y concienciación de cómo tratar en un primer momento un traumatismo para evitar un aumento de la lesión.
- El aprendizaje y concienciación sobre cómo tratar una herida, medidas de limpieza en una primera actuación (jabón y agua) y limpieza adecuada de manos para poder empezar a tratar dicha herida.
- La educación de la prevención en la práctica deportiva (higiene, alimentación, indumentaria...).

En definitiva, no solo se realiza una actuación de primeros auxilios para el deportista accidentado, sino que se realiza una labor didáctica dirigida a los autocuidados ante un posible accidente, buscando así que la persona se sienta capaz de reaccionar ante cualquier situación y poder actuar minimizando los daños.

En los casos que se determina que es preciso derivar al hospital al deportista accidentado, se realiza una labor de orientación al padre/madre/tutor de éste, en la que se explica de manera detallada el protocolo de actuación a seguir por accidente deportivo establecido por la Conselleria durante la participación en los Juegos Deportivos Municipales.

Infodeporte cuenta con un botiquín de primeros auxilios con el instrumental básico necesario, que es revisado y repuesto de material semanalmente por el personal sanitario, así como con un desfibrilador externo semiautomático (DESA), elemento básico y primordial en la instalación deportiva. También cuenta con otros elementos de análisis como son un tensiómetro, un glucómetro y un pulsioxímetro.

Registro de patologías.

Con el objetivo de obtener ciertos datos que nos puedan ayudar a orientarnos en la mejora de la asistencia sanitaria, a la prevención y la promoción de la salud de los deportistas participantes, se realiza un registro de las patologías más comunes que han sido objeto del servicio Infodeporte durante cada una de las jornadas.

En el *Registro de patologías* se anotan diferentes datos de cada una de las asistencias realizadas, como el centro educativo o entidad, edad del deportista, género, deporte que practica, posible patología, calentamiento realizado antes del desarrollo de la actividad, así como otras observaciones que puedan indicar las causas del accidente (calzado adecuado para la práctica deportiva y atado en óptimas condiciones, hábitos posturales, etc.).

Todos los datos obtenidos son analizados a final de temporada, en especial las patologías más comunes o que se repiten en mayor número estadísticamente, quedando reflejadas las conclusiones obtenidas en un informe sanitario final, obteniendo así un instrumento de prevención y protección que garantice la salud de los jóvenes deportistas. Fruto de este análisis, en la temporada 2018/2019 se redujo en un 50 % el número de asistencias realizadas motivadas por una mayor concienciación en cuanto a la utilización de un calzado no adecuado o por la no realización de un calentamiento óptimo previo, con respecto a la temporada anterior 2017/2018.

Cómo actuar en caso de accidente deportivo.

Otra de las medidas preventivas que lleva a cabo el personal sanitario del programa de los Juegos Deportivos Municipales, son las jornadas preventivas destinadas a los

árbitros de competición del programa. Estas clases teórico-prácticas son organizadas de manera previa al inicio de la competición, cuyo objetivo es capacitar a los árbitros a reaccionar ante cualquier situación de emergencia de manera rápida y óptima, basada en la conducta **PAS (Proteger, Avisar y Socorrer)**.

En estas jornadas se tratan aspectos básicos sobre primeros auxilios, como los principios

básicos de asistencia en torno a heridas, contusiones, y lesiones traumáticas que puedan ocurrir esporádicamente durante las jornadas, así como las bases teóricas de la RCP, mareos, pérdidas de conciencia, traslado de accidentados, etc. Del mismo modo, en la temporada 2017/2018 se realizaron varias jornadas de orientación sobre primeros auxilios y hábitos saludables destinadas a los deportistas participantes y asistentes al programa Deporte Escolar.



¿OTRO ABURRIDO VERANO?
PUFFF!!!
YO QUIERO IR
A LAS **ESCUELAS**
DEPORTIVAS DE VERANO
ORIHUELA 2020

imagen: Freepik.com

ESCUCHA A TU HIJO.

DESTINATARIOS

GRUPO 1: niñ@s de 5 a 8 años.
GRUPO 2: niñ@s de 9 a 12 años.
GRUPO 3: grupo de atención a la diversidad.

ACTIVIDADES

Béisbol, Hockey, Pádel, Psicomotricidad, Juegos populares, Talleres, Baloncesto, Balonmano,... Novedades 2020: Circuito de circulación vial con patines, patinetes, monopatín,... charlas sobre nutrición y primeros auxilios, gymkanas, etc... además al finalizar la quincena se les hará entrega de un diploma.

FECHAS

1ª quincena: del 29 de junio al 10 de julio.
2ª quincena: del 20 de julio al 31 de julio.

* Consultar bonificaciones en la web.
Inscripciones online a partir del 1 junio a las 9:00 horas.

HORARIOS Y PRECIOS



CONCEJALÍA DE DEPORTES
unpasomás...

HORARIO

PRECIO*

OPCIÓN 1	- De lunes a viernes de 8:00 a 15:00. Incluye ludoteca de 8:00 a 9:00 y comida de 14:00 a 15:00.	120 euros/quincena
OPCIÓN 2	- De lunes a viernes de 8:00 a 14:00 horas. Incluye ludoteca de 8:00 a 9:00 horas. - De lunes a viernes de 9:00 a 14:00.	90 euros/quincena

@dxtsorihuela



Toda la información disponible en:

dxtbaseorihuela.wordpress.com
www.deportes.orihuela.es



GRAC

CIAS.

Hemos utilizado 2 páginas de nuestra revista para poner la palabra GRACIAS pero si pudieramos ponerla más grande lo haríamos.

Gracias a los profesionales sanitarios, Fuerzas y Cuerpos de Seguridad, Fuerzas Armadas, transportistas, farmacéuticos, dependientes de supermercados y tiendas de alimentación, personal de limpieza etc. A todos MUCHAS GRACIAS por vuestra gran labor en estos tiempos difíciles.



CONCEJALÍA DE DEPORTES
un pasomás...

LAS DOS GRANDES CITAS DEL INVIERNO: Media Maratón "Ciudad de Orihuela" y Volta Ciclista a la Comunitat Valenciana.



El mes de febrero comenzó con fuerza en su primer fin de semana. En primer lugar, con la salida el viernes 7, de la 3ª etapa de la 71ª Volta Ciclista a la Comunitat Valenciana, situando a nuestra ciudad en el epicentro del ciclismo internacional gracias a la presencia de corredores como Alejandro Valverde (Movistar Team) o Geraint Thomas (Ineos). Y tan solo dos días después, el domingo 9, con celebración de la fiesta del running por excelencia en el municipio, la XXII Media Maratón "Ciudad de Orihuela".

71ª Volta CV 2020

Esta etapa, denominada Orihuela, Historia del Mediterráneo-Torre Vieja, unió los dos municipios de mayor población de la Comarca de Vega Baja. Desde la Puerta de la Olma,

y usando de "fondo" el Colegio Diocesano Santo, el objetivo marcado por la organización fue rendir homenaje al mayor número de poblaciones afectadas por la DANA del pasado mes de septiembre. Con una distancia a cubrir de 175 km, dentro de nuestro municipio, el itinerario cruzó la ciudad y las pedanías de La Murada, El Escorratel, Hurchillo y Molins. Esta prueba fue retransmitida a través del canal Eurosport llegando a más de 130 países de todo el mundo.

Desde el Ayuntamiento de Orihuela, agradecemos a la organización de la Volta y a su director Ángel Casero el apoyo y solidaridad mostrado con nuestra comarca y en particular con nuestro municipio, al hacer posible un año más la celebración de este evento a pesar de las dificultades. ¡Seguimos rodando juntos!

XXI Media Maratón "Ciudad de Orihuela" y V 8k "Gran Premio Caja Rural"

Con más de 1.800 participantes y más de 20 de puntos de animación distribuidos por el recorrido, la fiesta del deporte estaba asegurada. El trabajo incesante del C. A. Tragamillas tiene su culmen en esta prueba referente en el calendario oriolano. Miles de atletas y ciudadanos pudieron participar de una prueba diseñada para su disfrute.

Los 21 kilómetros y 97 metros que recorría, en su mayor parte, el casco histórico y el palmeral puso a prueba a los atletas pertenecientes a más de 130 clubes de toda la geografía nacional. Desde la organización se mostraron muy satisfechos con el desarrollo de la prueba y ya se encuentran preparando la que será su edición número XXIII.



CRECE LA FAMILIA DEL CICLISMO EN ORIHUELA



Orihuela cuenta con una nueva entidad deportiva. Hace un año se fundó y registró el Club Ciclista El Agudo, cuya escuadra, ENCACON CONSTRUCCIONES SLU, nombre que recibe de su principal patrocinador es un equipo que ha estado vinculado al Club Ciclista Benferri desde sus inicios hace ya diez años.

El equipo ha ido creciendo progresivamente desde sus orígenes, logrando en los últimos años victorias en pruebas como la Volta a La Marina, Interclub Vega Baja, Interclub del Campo Cartagena y Mar Menor, entre otras.

En 2019, el sprinter santomerano Juan José Alarcón, campeón Regional de Murcia, hizo segundo en la clasificación general de la Interclub Vega Baja, alzándose con la victoria en la general individual en la Copa Mar Menor.

Desde 2015 el equipo está dirigido bajo la batuta del oriolano Manuel Mateo, que ya fue

Presidente del club ciclista Pasión BTT en nuestra ciudad.

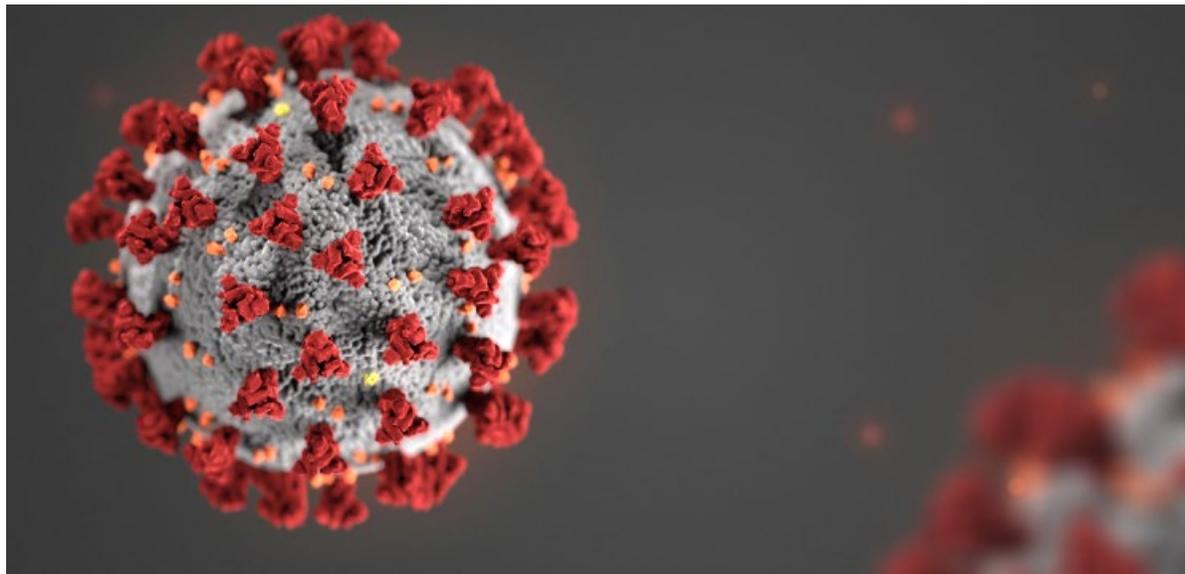
Componen también el equipo los oriolanos José Manuel Martínez y Vicente Rocamora como mecánicos y auxiliares del equipo.

Rafael y Domingo Guillén, benferrejos, pero residentes en Orihuela son los managers del club.

El equipo está integrado por los oriolanos Raúl Sigüenza, Carlos López, Rafael Guillén, José Tomás Espinosa y Domingo Alcocer. Completan el conjunto Juan José Alarcón (Santomera), José Javier Gil (Crevillente), José Diego Jara (Murcia), Raúl Patiño (Torrevieja), Sergio Ruíz (Llano de Brujas), Héctor Pons y Raúl Serna (Valencia).

Desde la Concejalía de Deportes les deseamos los mejores éxitos deportivos y una longeva vida como club.

CONSECUENCIAS DEL COVID-19 EN LOS SERVICIOS E INSTALACIONES DEPORTIVAS



Entre las medidas adoptadas por las distintas autoridades, desde la administración local en primera instancia el pasado jueves 12 de marzo, reforzadas por la Administración Autonómica y, finalmente, por el Gobierno de España, declarando el estado de alarma, se encontraban la suspensión de todas las actividades de ocio y deportivas, simultáneamente con el cierre de centros y espacios deportivos, públicos y privados, parques, etc. a efectos de proteger la salud y seguridad de los ciudadanos, contener la progresión de la enfermedad y reforzar el sistema de salud pública.

Con el fin de afrontar la situación de emergencia sanitaria provocada por el coronavirus COVID-19, e intentar frenar los casos de contagio se han articulado medidas de contención con un impacto directo, entre otros muchos sectores, sobre los servicios e instalaciones deportivas, afectando además a algunos eventos deportivos ya planificados.

Ante este escenario, uno de los programas más afectado ha sido las actividades acuáticas y de sala impartidas en el centro

deportivo Palacio del Agua. Por ello, la Concejalía de Deportes ha resuelto proceder a resolver, de oficio, de conformidad con los artículos 2 y 3 de la Ordenanza Fiscal que regula el uso de las instalaciones y los servicios deportivos, la devolución del exceso pagado y no disfrutado a los usuarios de la segunda quincena de marzo. Esta devolución se gestionará mediante compensación del importe proporcional no devengado en futuras facturaciones de trimestres venideros, sin perjuicio del derecho de quienes no se hayan inscrito o deseen no hacerlo en futuros cursos, soliciten la devolución que corresponda de forma expresa.

Otro de los programas deportivos que se ha visto damnificado por esta suspensión han sido las escuelas deportivas municipales. En este sentido, el Área de Deportes actuará de la misma forma citada en el párrafo anterior con los usuarios que han visto suspendido el servicio. En estos momentos estamos esperanzados en la reanudación de las actividades y competiciones deportivas hasta que no se determine lo contrario, y que nos hace actuar con cautela. De reanudarse el

servicio se aplicaría la parte proporcional correspondiente al tercer pago y, de no hacerlo, se suspendería automáticamente el cobro de dicho pago.

Por su parte, todos aquellos usuarios de la piscina o spa con bonos de baño libre en vigor se suspenderán la caducidad de los mismos desde el 12 de marzo, ampliándose ésta de nuevo con la reapertura de las instalaciones.

Los abonados del gimnasio municipal también verán paralizado y ampliado su correspondiente derecho de uso, como ya se hizo en el mes de septiembre como consecuencia del cierre de este servicio por las inundaciones que afectaron al Polideportivo del Palmeral tras el paso de la DANA.

En otro orden, destacamos que no solo las instalaciones, actividades y clubes deportivos han sido menoscabados por estas medidas, ya que no han corrido mejor suerte algunos de los eventos deportivos planificados para las próximas fechas.

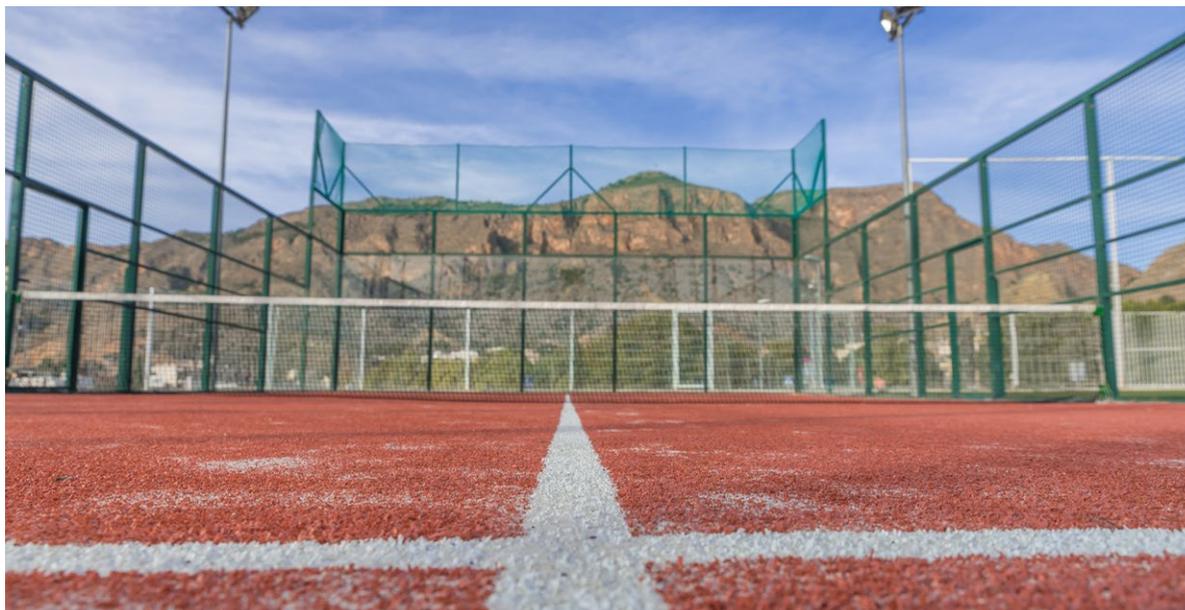
El Club Atletismo Tragamillas anunciaba el aplazamiento de su XVII duatlón "Memorial Carmen y Joaquín", programado para el próximo 29 de marzo en la pedanía de La

Matanza y en el que, además, este año celebraban el Campeonato Autonómico Duatlón Sprint Comunidad Valenciana.

La cuarta edición del evento "Mayores en Marcha", organizado por la Concejalía de Bienestar Social y la colaboración de la Concejalía de Deportes, que debía celebrarse el 2 de abril también era cancelado por la amenaza del COVID-19 y las medidas adoptadas para combatir esta epidemia.

También la ya tradicional jornada de Deporte Adaptado, organizada por la Consellería de Educación, Cultura y Deportes y la colaboración de la Concejalía de Deportes, que pretendía reunir en las instalaciones deportivas del Palmeral a más de 500 escolares de centros educativos de educación especial de la provincia no ha podido celebrarse.

Todos estos acontecimientos hacen que la Concejalía de Deportes deba transformar su manera de trabajar, aprovechando los recursos existentes. En definitiva, se trata de evolucionar y adaptarse al medio, superarse en los momentos difíciles, ser capaces de llegar a la meta o construir nuevas metas, en concordancia con las bases del espíritu de superación que caracteriza el deporte.





COPA DE ESCALADA EN BLOQUE 'CIUDAD DE ORIHUELA'

Prueba inédita en nuestra localidad la celebrada el pasado 15 de febrero, donde más de 50 participantes se disputaban la Copa de Escalada en Bloque "Ciudad de Orihuela". El Grupo Oriolano de Montañismo (GOM) junto con la Federación de Deportes de Montaña y Escalada de la Comunidad Valenciana y con la colaboración de la Concejalía de Deportes, organizaron este espectacular acontecimiento en el "Pabellón Bernardo Ruíz".

Esta especialidad deportiva, se practica en instalaciones artificiales conformadas por estructuras que no superan los 4-5 metros de altura. En estas estructuras se disponen paneles donde se colocan presas (agarres) para que los escaladores puedan alcanzar su objetivo. Según su disposición la dificultad de los movimientos es mayor o menor; se prima la seguridad del deportista protegiéndolos de una posible caída con colchonetas de alta densidad ya que no van sujetos con ningún elemento.



Con respecto a lo que fue la competición, los escaladores que se dieron cita en Orihuela, tanto mujeres como hombres, divididos en diferentes categorías (sub-16, sub-18 y absoluta) se enfrentaron a los diversos problemas (movimientos técnicos a realizar para alcanzar el objetivo) planteadas por parte de la organización. Como novedad respecto a eventos similares, se otorgaron trofeos a los escaladores veteranos y se creó una categoría local con el fin de motivar a los escaladores de nuestra localidad.

En dicha prueba, escaladores de toda la Comunidad Valenciana pudieron enfrentarse

a 7 problemas diferentes en la primera fase de clasificación, desarrollada en un formato de rotación en grupos (Redpoint: ilimitado en intentos) en la que luchaban por dominar las diferentes presas finales (Top) o al menos por conseguir una bonificación. En la segunda fase final, cada finalista contaba con 5 minutos para resolver cada bloque. En ambas fases los competidores se enfrentan a un máximo de 12 presas de mano comenzando con una salida marcada para el comienzo de cada bloque.

Finalmente Lucía Sempere González e Iker Ortiz Tudela fueron los ganadores absolutos de la competición, aunque no se lo pusieron nada fácil nuestros compañeros del G.O.M. María Paz Gracia Ferrández, Francisco Javier Alfonso Sánchez y Francisco Luis Gutiérrez Pardines.

El Grupo Oriolano de Montañismo agradece la colaboración de los

diferentes patrocinadores, voluntarios, Federación de Deportes de Montaña y Escalada de la Comunidad Valenciana y de la Concejalía de Deportes, que con su ayuda permitieron convertir esta primera edición de la Copa de Escalada en Bloque "Ciudad De Orihuela" en toda una fiesta de la escalada dejando a los asistentes con un gran sabor de boca de cara a próximos eventos.

Por último, destacar que el Comité Olímpico Internacional (COI), aprobó la inclusión de esta especialidad deportiva en el programa olímpico de los Juegos de Tokio 2020. Hecho que, sin duda, impulsará la escalada abriendo nuevos y apasionantes horizontes para muchos escaladores.

Sergio Conejero Martínez.

Secretario del G.O.M. – Grupo Oriolano de Montañismo.



FUTURO EN FEMENINO



Cuando hablamos o pensamos en fútbol nuestra cabeza lo asocia, de manera instintiva, a un juego de hombres, pero no, no nos sentimos culpables, todo lleva su tiempo...y esos tiempos están cambiando de manera inexorable.

Justo ahora, no pasamos por alto la efeméride del partido de fútbol femenino que congregó a más espectadores en un estadio, fueron 60.739 y en el Wanda metropolitano de Madrid en Marzo de 2019. Un evento que pasará a la historia del fútbol en nuestro país.

No sabemos si pasará a la historia (eso el tiempo lo dirá) pero, la temporada que están realizando las futbolistas oriolanas en éste 2019/2020, podemos calificarla de magnífica. Si ya conocíamos del buen trabajo colectivo que se está realizando en el Club de fútbol femenino Uryula y en la Escuela Municipal de Fútbol, ahora nos congratulamos de otro pasito más.

Paula Fernández Pardo y Rocío Roselló Pastor del CFF Uryula y Claudia Alonso Pardo de las EDM de Orihuela, han sido convocadas para jugar su primer partido amistoso con la Selección Valenciana Femenina Sub-12 contra el C.F. E-1 Valencia. Estas convocatorias, no hace más que, al margen de premiar sus habilidades futbolísticas que las tienen, poner en valor el esfuerzo, sacrificio, disciplina y compañerismo de unas niñas que, desde lo más bajo, acaban de dar el primero de, esperemos muchos, pasos dentro de su joven trayectoria.

Os felicitamos y animamos a seguir en ésta línea, vuestra alegría ya es nuestra también...no sé, quizá en un futuro os veamos en un gran estadio lleno de público o quizá no, lo que sí habéis hecho es que nuestra cabeza piense en fútbol en femenino.

INFLUENCIA DE LA OSTEOPATÍA EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

Paco Escudero. Diplomado en Fisioterapia. Máster en Técnicas Osteopáticas en el aparato locomotor. Experto en valoración y tratamiento del sistema fascial.



El deporte en todos sus aspectos y disciplinas está viviendo, actualmente, uno de los mejores momentos de su historia; el nivel de los deportistas ha mejorado exponencialmente su nivel desde sus inicios en el rendimiento deportivo, llevándolo a unos máximos nunca antes imaginables en el ser humano. La competición está brindando al espectador los mejores eventos deportivos sea cual fuere la disciplina, se están pulverizando todos los records en velocidad, fuerza y resistencia creando en cada uno de los ámbitos los mejores deportistas de la historia, estos están hoy entre nosotros, es la generación del deporte, del alto rendimiento, de la cuantificación numérica y de resultados.

Para obtener todo esto se requiere de un equipo médico y paramédico que evalúe constantemente la situación real del deportista,

por ello: fisioterapeutas-osteópatas, preparadores físicos, nutricionistas, podólogos, psicólogos, trabajan diariamente para crear en el deportista una optimización global de todos sus sistemas, para alcanzar el máximo rendimiento posible y esto será así con la suma de todas las partes de este importante trabajo multidisciplinar en el que nos vemos envueltos cuando tratamos a un deportista de alto nivel.

Personalmente intentaré explicar cuál es la aportación de la Osteopatía y de la Fisioterapia Manual Avanzada en la mejora de la práctica deportiva y en el rendimiento, para ello expondremos qué es la osteopatía. Conceptualmente se trata de trabajo manual que contempla a la integridad o totalidad del individuo, no considero que el término "holístico" sea el idóneo para nombrar nuestro

trabajo porque suele confundir y a la gente les lleva a pensar que es algo mágico o esotérico, restándole importancia y evidencia científica al trabajo que realizamos los fisioterapeutas-osteópatas en cada uno de nuestros pacientes; volviendo a la osteopatía se trata de un trabajo manual completo a nivel estructural (columna vertebral y articulaciones), craneal (normalización tensional en huesos y musculatura en el cráneo) y visceral (ajuste, liberación viscerofascial y movilización de vísceras toraco-abdomino-pélvicas), complementando el trabajo manual del aparato locomotor (músculos, ligamentos, tendones, fascias) con nuestra formación en fisioterapia, pudiendo así dotar al deportista de un estado óptimo en todas sus estructuras corporales para la realización de ejercicio, actividad física o competición.

Ante esto tenemos la suerte de que la conceptualidad del cuerpo humano está sufriendo un cambio de paradigma, pasando de la anatomía analítica, descriptiva y cartesiana que divide al cuerpo en sistemas, músculo, tendón, hueso y muy individualista, hacia la idea que el cuerpo funciona como una máquina con sus engranajes perfectamente ejecutados, que se unen o entremezclan uno sobre otro, hacia un modelo que conocemos de "tenseguridad o integridad tensional", donde la funcionalidad de todos los sistemas que componen el cuerpo humano es el criterio a seguir, permitiendo así nuestros tratamientos de carácter manuales, modificando así las calidades y la distribución de tensión en nuestro sistema muscular y óseo. Todo ello será posible gracias a ajustes osteopáticos y a la mecanotransducción manual dirigida, conceptos que explicaremos más adelante.

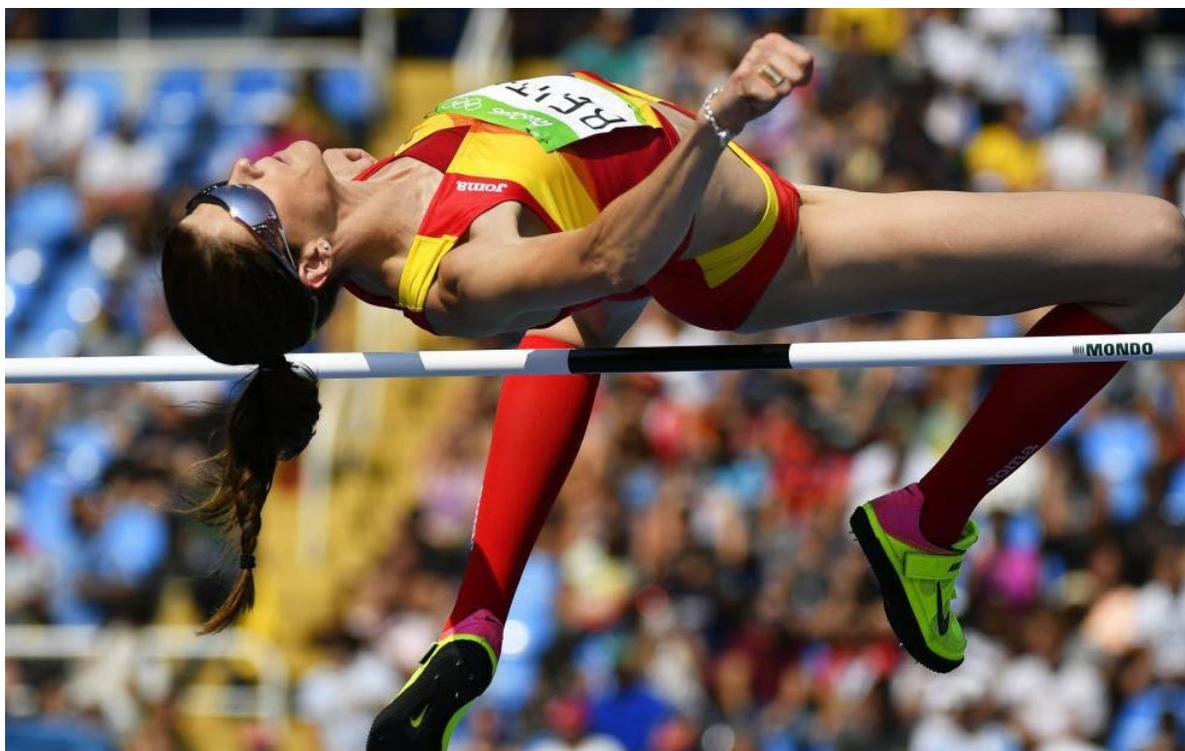
¿Qué es un ajuste osteopático y que beneficios tiene para el deportista?; es la normalización de estructuras articulares, tras una exhaustiva exploración y valoración manual que estén, articularmente, en una posición mínimamente incorrecta exponiendo así a todas las estructuras de

alrededor a un mal funcionamiento de las mismas, por consiguiente, un déficit de la funcionalidad, aumentando el riesgo de lesión y disminuyendo el rendimiento. Por ello, cuando realizamos un ajuste osteopático conseguimos la optimización de la estructura que tratamos, mejorando la calidad de todos sus componentes y la funcionalidad de los mismos, creando un bucle terapéutico y un confort tisular que incluso llega a niveles bioquímicos e histológicos permitiéndonos de esta forma alcanzar el máximo rendimiento y una mejoría de la calidad y efectividad en el gesto deportivo.

Todo esto lo conseguimos mediante trabajo manual y manipulaciones articulares. Otro gran trabajo de base es el trabajo de mecanotransducción manual dirigida, consistente en el proceso por el cual el cuerpo convierte un estímulo mecánico (como por ejemplo, presiones manuales dirigidas) en una respuesta a nivel celular (pequeñísimas unidades que forman las diferentes estructuras corporales) o dicho de otra manera, es el proceso por el que un estímulo mecánico (desplazamiento manual miofascial) va a generar una respuesta química (regeneración de tejido, mejora de la nutrición, cambios viscoelásticos y en las propiedades del tejido).

Esto es de gran interés a la hora de la rehabilitación de lesiones y en su prevención, así como en el rendimiento, ya que si mejoramos el ambiente celular, por ejemplo de una rodilla o de una cadera, ésta será más competente para cualquiera que sea la exigencia a la que la sometamos. La mecanotransducción nos permite dotar a cada estructura del ambiente de tejido más óptimo y esto dirige a la estructura a mejorar su bioquímica, su histología y por todo ello su funcionamiento.

A la vez tiene una gran capacidad en prevención de lesiones, dado que si preparamos el tejido, conseguiremos que



este sea más viscoelástico, reactivo y con un mejor control motor y con menos fallos eliminando o pormenorizando el riesgo a lesionarse. Sin embargo, cabe destacar que en el ámbito deportivo el riesgo 0 no existe y los deportistas siempre están expuestos a la lesión por el ritmo de la competición o por exigencias de la disciplina.

El deportista amateur, que por las condiciones climáticas que tenemos en esta zona de la Vega Baja y que permite tener una frecuencia de entrenamientos muy alta, aficionados que salen a entrenar 5-6 veces a la semana o todos los días, eso salvo a efectos de patrocinación y a contratos millonarios, los convierte ante nosotros no en deportistas de élite, pero sí en deportistas de alto rendimiento. De ahí la importancia que, eventualmente, acudan a los servicios de Fisioterapia – Osteopatía a realizar revisiones del sistema muscular y articular para mejorarlos y optimizarlos. Solamente así conseguirán los objetivos deseados evitando lesiones, si no realizamos una buena planificación de cargas-descanso-fisioterapia el camino

hacia el éxito se verá mermado por lesiones, dolores y en ocasiones abandonando la práctica deportiva.

Para concluir, quería hacer alusión al momento histórico de rendimiento y de resultados en el que se encuentra el deporte a nivel mundial, sin dudarlo es por la calidad de los deportistas, su determinación, capacidad de sufrimiento, unido a componentes genéticos individuales en todos y cada uno de ellos; pero sin olvidar la labor importantísima que desempeña su equipo médico y, en particular, el profesional fisioterapéutico que complementa al deportista para que éste consiga sus metas, además de sus sueños.

Fisioterapia y deporte siempre han ido unidos de la mano, nosotros los fisioterapeutas estamos al servicio del deportista y cabe destacar que la fisioterapia en España está considerada sino la mejor, de las mejores del mundo, posibilitando, entre otros factores, la situación actual del éxito del deporte español a nivel mundial.



C L Í N I C A
ESCUDERO
OSTEOPATÍA Y FISIOTERAPIA

- 📶 LESIONES DE COLUMNA VERTEBRAL
- 📶 LESIONES DEPORTIVAS
- 📶 TRASTORNOS DE ATM
- 📶 DOLOR CRÓNICO
- 📶 DIATERMIA Y ONDAS DE CHOQUE
- 📶 RECUPERACIÓN DEPORTIVA

SERVICIO DE URGENCIAS DIARIO

HORARIO

LUNES - VIERNES
9.00-14.00H
16.00-20.00H

CONTACTO

625 174 033
865 757 515
info@clinicaescudero.com

DIRECCIÓN

Avda. Teodomiro, 1
Entresuelo Derecha A
Orihuela (Alicante)



Carmen Marco, bronce en el Campeonato de España sub 23



Deportes inicia los trabajos de derribo de la grada oeste del campo de Los Arcos

activaor — 23 diciembre, 2019



Clequali entrega juguetes y alimentos a Cáritas

activaor — 7 enero, 2020



El oriolano Jorge Sánchez se proclama subcampeón de España Máster

La Apareció la Carrera del Año en Nuevo

activaor — 30 diciembre, 2019



ATLETISMO

La mota del río acoge el II Cross Orihuela 'Ciudad del Poeta Miguel Hernández'



Alumnos de artes marciales de Orihuela y Torrevieja representarán a la Comunidad Valenciana en el Campeonato Nacional de Kenpo

05/03/2020 Diario de la Vega



El atletismo comarcal se luce en el II Cross de Orihuela

19/02/2020 Diario de la Vega



Medio Maratón 2020

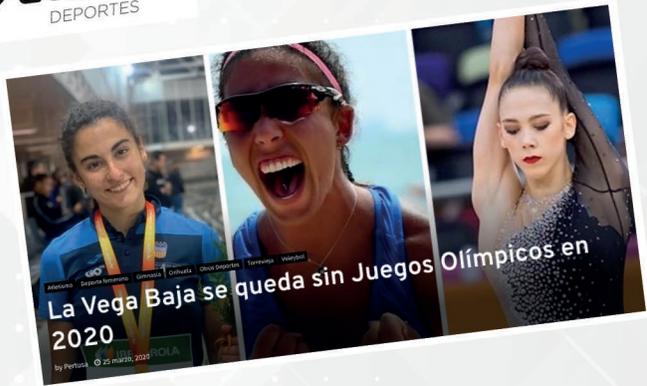


Deportes al Palmar tr





EN LA PRENSA



Abren al público las instalaciones del Polideportivo del Palmeral tras cuatro meses clausuradas por la DANA

activaor - 17 enero, 2020



da acoge este 1 de enero del Amanecer de Año



ATLETISMO Medallas para la EDM en el provincial sub16

Atletas de la EDM de atletismo, consiguieron 5 medallas en el campeonato provincial sub14 celebrado en Alicante. Raquel López alcanzó la plata en 1.000 metros y triple salto. Lotfi Fidjel fue bronce en 1.000 y en 60 metros lisos. Y Diego Andreu, oro en 2 kilómetros marcha. Por su parte, en el control sub16, Eric Antolíns volvió a batir su marca en salto de altura, lo que le permite clasificarse para el campeonato de España al aire libre, una semana después de haber conseguido la clasificación para el nacional de pista cubierta.



Alumnos de la escuela municipal muestran orgullosos sus medallas. / CD



Bronce de Carmen Marco en el campeonato de España y mejor marca personal

© 17/02/2020 Diario de la Vega



Pabellón repleto por el XVI Festival Interescuelas de Gimnasia Rítmica

Con un pabellón repleto de público, el viernes 28 de febrero tuvo lugar el XVI Festival Interescuelas de Gimnasia Rítmica 'Ciudad de Orihuela' con la participación de escuelas de diferentes municipios de las zonas cercanas. En la imagen, la actuación de la Escuela Municipal de Gimnasia Rítmica de Orihuela.



Orihuela acogerá por primera vez la Prueba Copa de Escalada en Bloque "Ciudad de Orihuela" el próximo sábado

Abren al público las instalaciones deportivas del Polideportivo del Palmeral tras cuatro meses clausuradas desde la DANA



Playas de
Orihuela
ARENA 1000
BALONMANO PLAYA

**ARENA
 HANDBALL
 TOUR
 2020**



10-12
JULIO 2020

PLAYA CALA BOSQUE - LA ZENIA
 ORIHUELA (ALICANTE)

*Enjoy
 The Experience*



WWW.ARENAHANDBALLTOUR.COM

Instituciones



Instituciones locales



Proveedores oficiales AHT



Patrocinadores oficiales RFEBM

