

SOTA PAR

LA REVISTA DE GOLF Y TURISMO



n° 82
Revista gratuita
Abril - Mayo



Búinkers: ¿obstáculos de arena, o trampas psicológicas?

Circuito Catalunya Cup Alisgolf
Audi A1 al hoyo en uno
en Golf Barcelona




Audi
Mogauto
www.mogauto-audi.es

PREMIO
HOLE
IN
ONE

Audi A1

ESPECIAL GOLF: Oporto, Madeira y Azores



Su caddie en la carretera.

Amplia gama de vehículos con todo el espacio que necesita para el material de su deporte favorito.

902 10 50 30 · europcar.es



Europcar
moving your way

Sumario

REVISTA NÚM. 82 • ABRIL-MAYO 2014



4
noticias



14
jugadores
en el green

16
resultados



18
viajes



23
especial
portugal



48
entrenador
personal

Editorial

Los niños quieren imitar a sus padres

Cuando aparecen las primeras manifestaciones es cuando se les debe encauzar fomentado su participación en los juegos. La orientación al golf en un principio puede no existir en forma definida. Ello no es impedimento para desarrollar la destreza física con cualquier actividad lúdica, que requiera actividad física.

En familia de golfistas los niños quieren imitar a sus padres y participar de la diversión que todo juego despierta en ellos. Es importante que el niño elija el deporte, porque haciéndolo nacerá la necesidad de practicarlo para ampliar sus habilidades motrices.

Tenemos que recalcar que en los niños la diversión debe encontrarse por encima de la técnica. Una vez adquiridas las habilidades, nacerá la necesidad de demostrar lo que pueden hacer en un campo de golf. Respetando las etapas mencionadas primará el juego divertido como base de rendimiento y se aceptarán los contratiempos de la misma manera que se aceptan los tropiezos de cualquier actividad placentera. Ello evitará el aburrimiento o la falta de motivación. Un niño que juega mal, no se divierte y si ocurre lo abandona por aburrido y frustrante ■

Golf de Barcelona sede de la 6ª jornada del Catalunya Cup Alisgolf

Los días 7 y 8 de marzo se disputó la 6ª jornada del Circuito en el recorrido del Golf de Barcelona, dos días calurosos y con mucho sol para disfrutar de una plácida partida de golf



El viernes los jugadores iniciaron sus partidos en el Tee del hoyo 1, mientras el sábado se habilitaron salidas a partir de las 8.30h por dos Tees.

A mitad de recorrido se instauró la carpa de avituallamiento para que los participantes repusieran fuerzas y se refrescaran del calor con montaditos de jamón y embutidos ibéricos (La Reserva Ibérica), tortilla de patatas, salmón ahumado, snacks variados y fruta.

El hoyo 16 se designó como el "hoyo Audi-Mogauto" donde los jugadores tenían la oportunidad de ganar un Audi A1 si conseguían embocar con un solo golpe, la fortuna no acompañó y el premio quedó desierto aunque José Luis Paredes, el jugador que más se acercó al hoyo con una distancia de 2.56m, fue recompensado con una bolsa de palos Taylor Made - Audi.



Et falta regularitat en el teu joc?

Els professionals utilitzen pals personalitzats i a mida. Aconseguix els adequats per a tu.

Gualta Fitting Centre

El Fitting Centre més important de Catalunya

Fitting Centre oficial de:



Els vostres pals tindran un codi únic que us garantirà la seva restitució en cas de qualsevol incidència, ara o d'aquí a uns anys. No cal demanar un joc sencer, tan sols els pals que necessitis.



Fitting **gratuït** per la compra dels pals.
Descompte d'un **10%** en els pals a tots els federats FCPP

Utilitzant el radar i la tecnologia:



I si vols reparar o personalitzar els teus pals actuals aprofita't del nostre servei de Taller de pals gratuït.

Amb la garantia de:
GPS N42° 02'05" / E3°07'08"
Ctra. Torroella, Km 0,5
E17257 Gualta - Baix Empordà
Tel. (+34) 972 76 03 38
www.gualta.com | info@gualta.com



Al completar los 18 hoyos los jugadores entregaron sus tarjetas en la carpa de control de resultados, donde se les obsequió con un pack de 3 bolas Wilson Staff Audi Mogauto y un Gintonic Premium combinando la variedad de tónicas Schweppes Premium con ginebras Citadelle y Magellan (Amer Gourmet).

El sábado a las 17h se procedió a la entrega de trofeos a los ganadores y sorteo de regalos entre los asistentes con estancias de fin de semana en AC Palau de Bellavista (Girona), Barceló Montecastillo (Jerez) y una estancia de 4 días 3 noches en Tenerife, además de material de golf, Whisky Glengoyne de 12, 15 y 18 años...

Los Ganadores de la prueba fueron:

Cristina Pamies en categoría scratch con 32 puntos brutos, Antonio Matas venció en handicap inferior con 39 puntos, Manel Munne con 38 fue el segundo clasificado.

En Handicap Superior Robert Altarriba resultó ganador con 37 puntos mientras Antonio Gaspa con 36 se hizo con la segunda posición.





Benvinguts al Pitch

Tot són avantatges!!

Lleure i diversió
per a tota la família.

Temps de joc a escollir
entre 9 o 18 forats.

Competicions per
a tots els nivells.

Més de 38 camps
molt a prop teu.



Vols més informació?

www.pitch.cat



Circuito Catalunya Cup Alisgolf en Golf Sant Vicenç

Una nueva jornada del Circuito Catalunya Cup se disputó en el recorrido de Golf Sant Vicenç de Montalt, situado en el corazón del Maresme, cuenta con una casa club única, rodeada de jardines e igual que el recorrido cuenta con unas magníficas vistas al Mar

Como en todas las pruebas del Circuito se instalaron dos carpas en el recorrido, la de avituallamiento en frente del décimo Tee para ofrecer un tentempié de media parte a base de montaditos de jamón y embutidos ibéricos (La Reserva Ibérica) Anchoas de primera calidad, tortilla de patatas, caldo aneto, fruta, snacks variados... acompañado por los maridajes "Can Bech" y bañado con vino y cava, cerveza, refrescos, bebidas isotónicas y la variedad de cafés de cápsulas Stracto.

La segunda, cerca de la casa club, tras el último Green, habilitando la zona de entrega de tarjetas y un espacio de descanso para degustar gintonics Premium combi-





nando la variada gama de tónicas Schweppes Premium con las ginebras Citadelle y Magellan (Amer Gourmet).

El campeonato de Birdies estuvo de lo más reñido, con hasta nueve jugadores empatados con 2 hoyos bajo par, hasta que José M^a Cruixens se impuso con un total de 3 birdies.

En la categoría reina Victor Majó se impuso con un solo golpe de ventaja sobre Gabriel Vera con un resultado de 32 puntos stableford, 4 golpes sobre el par del campo.



en Handicap Medio Inferior Gabriel Vera ganaba con autoridad gracias a sus 39 puntos

En categorías inferiores Max Mezquita se adjudicó el Handicap Inferior con 36 puntos mientras en Handicap Medio Inferior Gabriel Vera ganaba con autoridad gracias a sus 39 puntos.



En los hándicaps superiores, José Company venció en el Medio Superior con 36 puntos y Javier Bueno con sus 37 puntos resultó vencedor del Handicap Superior.

En Categoría Femenina la vencedora fue Carmen Rocas con 32 puntos stableford. El domingo una vez finalizados todos los partidos se procedió a la entrega de trofeos y sorteo de regalos entre los asistentes, que gozaron de hasta segunda vuelta de sorteo para despedir el torneo con 2 regalos ■



9 campos de 9 hoyos **lanzan el primer Circuito Nacex 9x9**



hoyos de Caldes de Montbui, Moià, Castellterçol, Taradell, Camprodón, Vallès Golf (Terrassa), Can Cuyàs (Sant Feliu de Llobregat), Can Bosch (Sant Feliu de Codines) y Matadepera, con el objetivo de promocionar los campos de golf para atraer nuevos practicantes y generar las condiciones para fidelizar su presencia en los campos.

De esa iniciativa conjunta nace oficialmente el Circuito Nacex 9x9 que recorrerá, a partir del 5-6 de abril, los nueve campos catalanes, bajo la modalidad Parejas Fourball Stableford a dos vueltas (18 hoyos).

De la mano de Nacex, principal patrocinador del nuevo circuito, y con el apoyo de la Federación Catalana de Golf y la Diputación de Barcelona, nueve campos catalanes de nueve hoyos pre-

sentaron el nuevo circuito. El campo Municipal de Matadepera acogió la presentación oficial del nuevo Circuito Nacex 9x9, una iniciativa conjunta lanzada por los campos de golf de nueve

Con unos precios muy competitivos, el objetivo principal de los campos participantes es atraer nuevos segmentos de público y lograr fidelizarlos ■

Los seniors sufren las consecuencias más variopintas **en el Dobles de Catalunya**

El Campeonato de Catalunya Dobles Senior se decidió en el campo de El Montanyà, después que los 45 equipos participantes tuvieran que hacer frente a dos jornadas intensas de juego y con una climatología cambiante.

Todos los jugadores sufrieron prácticamente todas las estaciones del año en los 36 hoyos disputados: lluvia, nubes, sol, viento, y hasta nieve y granizo en una última jornada muy cambiante, aunque sin problemas para completar la vuelta en un campo en perfectas condiciones.

Una vez entregadas las tarjetas de juego, la pareja ganadora masculina Scratch fue la formada por Juan Carlos Giralt y Lennart Hedberg (Terramar), que se impusieron en el play-off de desempate a Ferran Lafita y Josep Durano, de Rimat, después que ambas parejas finalizaron



las dos jornadas con un total de 151 golpes.

El campeonato, organizado por la Federación Catalana de Golf, se disputó la primera jornada bajo el formato de Fourball Stroke Play mientras que la

segunda, se jugó Greensome. En la categoría femenina, las ganadoras Scratch fueron María Torrens y Teresa Casas (El Prat), con un total de 159 golpes mientras que la pareja ganadora en parejas mixtas correspondió a Manuel Torrades y Celia Huarte (Roqueta), con 160 golpes ■



RESERVA IBÉRICA



BARCELONA

Rambla de Catalunya, 61
Tel. 932 155 230

SANT CUGAT

Francesc Moragues, 26
(amb Rambla del Cellar)
Tel. 935 878 811

WWW.RESERVAIBERICA.COM

REGALOS DE EMPRESA - ENTREGAS A DOMICILIO

El CTAM cita a cinco jugadores en San Diego

El Comité Técnico Amateur Masculino de la RFEG llevó a cabo una concentración en San Diego (California, Estados Unidos) en la que participaron cinco jugadores que en la actualidad están desarrollando su carrera deportiva y académica en universidades norteamericanas.

A finales de marzo, el técnico de la RFEG Salva Luna fue el encargado de trabajar con Scott W. Fernández, Jon Rahm, Emilio Cuartero, Pep Inglés y Adrià Arnaus, cinco jugadores habituales de los Equipos Nacionales y con un buen número de triunfos a sus espaldas, tanto en España como en Estados Unidos.

En esta concentración, que se desarrolló en las instalaciones del Titleist Performance Institute (TPI) en San Diego y que ha contado en su parte organizativa con la ayuda de Ricardo Relinque, Salva Luna y los especialistas de TPI evaluaron el estado físico y técnico de los jugadores, que están cuajando un buen inicio de temporada en la Liga Universitaria. ■



Adrià Arnaus

La primera victoria universitaria de la temporada, para Pep Inglés



Recordar que el catalán Pep Inglés consiguió la primera victoria española masculina de la temporada en la Liga Universitaria de Estados Unidos al imponerse en el Louisiana Tech Argent Financial Classic, torneo de dos jornadas celebrado en el campo de Squire Creek Country Club (Choudrant, Louisiana).

Pep, que juega para la universidad de Central Arkansas, ganó la prueba con dos rondas de 70 y 72 golpes para 142 al total (-2). Su victoria se cimentó en una primera manga libre de penalizaciones.

Pep Inglés aventajó en un golpe a Albert Milner, segundo clasificado, y si bien es cierto que no pudo guiar al triunfo a Central Arkansas, sí se confirmó como el golfista del equipo más solvente, tal y como atestiguan los resultados de esta temporada. ■



MEDITERRÁNEA
BEACH & GOLF COMMUNITY

Abónatete a Lumine Golf Club y obtén tu pase de verano para el Beach Club



www.lumine.com



977 12 90 70

El PGA Catalunya Resort acogerá un Open de España maravilloso

Presentación oficial, que se celebrará entre el 15 y el 18 de mayo



La gran fiesta del Open de España, la gran fiesta del golf, un Open de España maravilloso en una sede espectacular, el golf como promoción turística y compromiso con la sociedad... todo ello se plasmará próximamente en la celebración de este torneo integrado dentro del European Tour

Todos estos conceptos salieron a relucir durante la presentación oficial del Open de España 2014 que acoge, entre el 15 y el 18 de mayo con el patrocinio principal de Reale Seguros, el PGA Catalunya Resort (Caldes de Malavella, Girona), un marco excepcional unánimemente alabado que asegurará el mejor de los espectáculos.

Ángel Gallardo, Vicepresidente del PGA European Tour, afirmó que “el Open de España 2014 será un gran evento como lo ha venido siendo en los últimos años”

La más que previsible presencia de la 'armada española' al completo fue otro de los avales de éxito recalcados por Gonzaga Escauriaza, presidente de la RFEG, en su alocución.

Por su parte, Ángel Gallardo, Vicepresidente del PGA European Tour, afirmó que “el Open de España 2014 será un gran evento como lo ha venido siendo en los últimos años”, y ensalzó el nivel de un campo como el gerundense, “reconocido de manera unánime, a nivel internacional, como uno de los mejores de Europa”.

Precisamente, el Director Ejecutivo del PGA Catalunya Resort, Miguel Girbés, recordó que “es la tercera vez que el torneo recalca en nuestra sede tras las ediciones de 1999 y 2009, en las que la pre-

sencia de aficionados fue masiva, en torno a los 40.000”.

Seguidamente, Alberto Durán, Presidente de la Federación de Golf de Cataluña, ahondó en el interés de Cataluña en albergar torneos tan importantes como el Open de España, ya que cuenta con campos de primer nivel, como el Real Club de Golf de El Prat, sede del torneo en 2015.

A continuación, Iván Tibau, Secretario General de Deportes de la Generalitat de Catalunya, cerró la presentación oficial de este Open de España 2014 asegurando que “el auge del golf entre los catalanes explica el interés de la Generalitat en dar un paso al frente y brindar un firme apoyo al Open.

Programa de Voluntarios dirigida a Greenkeepers

Para mantenimiento y preparación del campo

La Asociación Española de Greenkeepers, junto con la RFEG, ponen en marcha, como cada año, el programa de voluntarios para la preparación del Open de España 2014 que se celebrará en el PGA Catalunya Resort, en Caldes de Malavella (Girona).

El PGA Catalunya Resort cuenta con dos recorridos de 18 hoyos (el Stadium Course es el elegido para el Open de España) diseñados por Ángel Gallardo, toda una leyenda de esta disciplina en España, y Neil Coles, jugador estrella de la Ryder Cup.

Los voluntarios tendrán asignadas tareas de mantenimiento y preparación del campo durante la semana del torneo, que serán coordinadas por el equipo de mantenimiento del PGA, al frente del cual se encuentra su Head Greenkeeper David Bataller, que afronta una importante tarea para la que contará con el apoyo de la AEdG y la RFEG mediante este programa



de voluntariado, que subvencionará el desplazamiento, alojamiento y manutención a seis voluntarios elegidos de entre todos los interesados que se presenten.

Para ello, la única condición necesaria es ser miembro en activo de la AEdG y estar disponible para trabajar en la preparación

del campo durante toda la semana del torneo, desde el día 11 al 18 de mayo.

Los interesados han de enviar un formulario a fexposito@agreenkeepers.com.

El plazo para poder presentarse y enviar la documentación concluye el día 15 de Abril de 2014 ■

Tercer puesto de Carlos Pigem

Una de las mejores noticias del mes de marzo ha sido la tercera posición de Carlos Pigem en el Circuito Asiático, que a finales de marzo transitaba por Filipinas. En el Solaire Open -que se ha jugado en The Country Club (Manila, Filipinas)- el golfista catalán ha conseguido su mejor resultado en Asia.

El jugador del Programa Pro Spain 2014, que venía de hacer un gran cuarto puesto en la India hacia apenas diez días, entregó tarjetas de 69, 70, 71 y 69 golpes para terminar con -5, a dos golpes del ganador, el canadiense Richard T. Lee. Pigem vivió prácticamente todo el torneo dentro del Top 10 ■



COSTA DORADA

TROFEO SENIOR MARZO

Handicap Inferior	
1º Manel Carbo	(-3)
Handicap Superior	
1ª Ana Mª Vidal	(-5)
Handicap Master Senior	
1º Antonio Beraza (Par)	
Scratch	
1º Juan Bartoli	(26)

III TORNEO DE GOLF LUIS DEL OLMO

Handicap	
1ª Jose Faura	
Carolina Pamies	(-12)
2ª Joan Carles Campillo	
Oscar Biesa	(-12)
Scratch	
1ª Oscar Mestre	
Carles Jimenez (64)	

III TROFEO RESTAURANT NAUTIC DE TARRAGONA

Handicap Inferior	
1º Antonio Prieto	(+1)
2º Tomas Saz	(+2)
Handicap Superior	
1º Arnau Pallas	(-1)
2º Antonio Valencia	(Par)
Handicap Femenino	
1ª Pilar Rosello	(+3)
Scratch Indistinto	
1º Angel Cervantes	(26)

XX TORNEIG DE GOLF EL CORTE INGLES

Handicap Masculino	
1º Luis Ortiz	(-4)
2º Zoel Salvado	(-3)
Handicap Femenina	
1ª Natividad Podio	(Par)
2ª Mireia Boneta	(+2)

VIII TROFEO PERFUMERIA JULIA

Handicap	
1ª Natividad Podio	(-1)
2ª Ana Mª Vidal	(+3)
3ª Paula Garcia	(+3)
Scratch	
1ª Analia Subi	(15)



MATADEPERA

CAMPIONAT CARNESTOLTES

Femenina	
Handicap Inferior	
1ª Elena Moix Vidal	
2ª Gloria Gómez Val	
Handicap Superior	
1ª Loles Escudé Planas	
2ª Marta Raventos Moix	
Masculino	
Handicap Inferior	
1º Josep Bravo Carmona	
2º César Suárez Granados	
Handicap Superior	
1º J. Caballero Tejedor	
2º Josep Albó Cortina	
Senior Indistint	
1º Benjami Busquets Berenguer	
2º Carmen Claudia Calvo Pastor	
Infantil Indistint	
1º Blanca Yagüe Cuadros	
Premios Especiales	
Disfraz Más Divertido	
Salvador Paez Gallardo	
Detalle	
Carmen Claudia Calvo Pastor	



MONTBRÚ-MOIÀ

TORNEIG CARNESTOLTES

Scratch	
1ª Ferran consul Camps	
Josep Pujol Navarro	
Handicap	
1ª Lottie Wikstrom	
Josep Sabaté Figueras	
2ª Joaquim Arnaus Clusella	
Lidia Antunez Roca	
3ª Javier López Mecinas	
Javier López Icart	

GRAN TROFEO CASA CLUB

Scratch	
1º Joaquim Arnaus Clusella	
Handicap Inferior	
1º Javier Lopez Mecinas	
2º Jaume Jou Fabregas	
Handicap Superior	
1º Francesc Elias Calvo	
2º Roberto Monros Alegre	

PERALADA

TORNEIG EL CORTE INGLÉS 2014

Femenino	
1a Creus Ribas, Maria	41
2a Rocas-Albas Flotats, Carmen	37
3a Mitjavila Roiget, Maria Cinta	36
Masculino	
1a Carreras Ibars, Angel Modesto	39
2a Alemany Burch, Josep M.	35
3a Torrents Romeu, Alberto	33

COSTA BRAVA

DIMARTS DEL SENIOR FEBRER

Handicap Inferior	
Francisco José Raya Rivero	41 Punts
Handicap Superior	
Cristobal Quesada Carmona	36 Punts

XXXIX COPA PALLÉ

1ª Pareja	
Ignacio Cruzate Gual	74 Nets
Rafael Clemares Sibils	
2ª Pareja	
Axel Kim Hansen	72 Nets
Hanne Haupt Hansen	

CAMPIONAT DOBLE DEL CLUB

1a Masculina	
Guillermo Arola Diaz	155 Bruts
Gonzalo Serrano Fenollosa	
2ª Masculina	
Roberto Zabala de Oleza	160 Bruts
Ignacio Bel Vidal	
1ª Femenina	
Cristina Platon Sibils	175 Bruts
Mariona Platon Sibils	
2ª Femenina	
Maria Nordstrom	191 Bruts
M. del Carmen Ujados Lopez	
Hcp Indistinto	
Javier Nieto Masero	150 Nets

TROFEU DE L'EMPORDÀ

Hcp Inferior	
Ramon Codina Pedrero	148 Nets
Hcp Superior	
Rafael Clemares Sibils	148 Nets
Hcp Inferior	
Cristina Platon Sibils	148 Nets
Hcp Superior	
Cristina Vila Geis	147 Nets
Hcp Superior	
Xavier Iglesias Caralt	73 Nets
Hcp	
Katrina Mc Carry Boyle	72 Nets

17È TROFEU INSURANCE GOLF

1º Andreu Santacreu Garreta	32 punts
2º Josep Novell Pujadas	30 punts

TROFEU EL CORTE INGLÉS

1º Javier Nieto Masero	35 punts
2º Ricard Cases Torm	33 punts
1ª Teresa Dorado Urrengoechea	35 punts
2ª Alba Gil Sánchez	32 punts

CAMPIONAT DE SANTA CRISTINA (GRAN PRIX)

1º Jorge Feliu Feduchi	146 bruts
2º Albert Sanchez Garcia	149 bruts
1ª Marta Trillo Galindo	148 bruts
2ª Garolina Gonzalez Garcia	152 bruts
Handicap	
1º Ignasi Jimenez Lores	149 nets
1ª Judith Castro Roldan	148 nets

SANT CUGAT

CIRCUITO GALAXY GOLF

Handicap Inferior	
Enrique Amoretti Fortuny	39
Handicap Superior	
Santiago Piñon Rey	40
Handicap Femenino	
Angeles Montuenga Badia	37
Scratch Indistinto	
Rosendo Menta Sala	35
Premio Especial	
Handicap Inferior	
Cesar Ignacio Gonzalez Mesas	29
Handicap Superior	
Carlos Melville	38
Bola Más Cercana Hoyo 2	
Patxi De Beascoa	233 Cm.
Bola Más Cercana Hoyo 6	
Rafael Canillo	31 Cm.
Bola Más Cercana Hoyo 15	
Andreu Obis	72 Cm.
Bola Más Cercana Hoyo 17	
Juan José Anguera	151 Cm.



TERRAMAR

IX TROFEU COMITÉ COMPETICIÓN

Handicap	
Beatriz Aizpún	
Carlos Baxeras	62 Golpes
Scratch	
Nieves Piera	
José Mª Durán	67 Golpes

Premios Especiales:

Hoyo 7: Susana Martí	1,41 Metros
Hoyo 14: Carlos Durán	1,13 Metros

II OPEN GOLF -BRITANNIA SCHOOL

1ª B&G Y Cadetes

1º Aizpún De Abadal, Javier	34
2º Badia Camats, Jordi	34
3º Alberti Quinlan, Genis	33

2ª Infantiles

1 Miro Bruna, Nicolas	37
2 Gonzalez Garcia, Alejandro	37
3 De Pineda Alabart, Maria	

3ª Alevines

1º Voltas Moreno, Jan	36
2º Bach Canals, Isabelle	33
3º Garcia-Munte Balleste, Victor	31

4ª Benjamins

1º Badia Camats, Eduardo	20
2º Miro Bruna, Patricia	20
3º Figueras Araluze, Alvaro	18

5ª Pitch & Putt

1º Perez Tapia, Luna	15
2º Garcia-Munte, Alberto	15
3º Perez-Ullivarri Vinzia, Ainhoa	9

Cal Dragano: Naturaleza, espacio, viñedos



Cal Dragano, masía del año 1800 espaciosa, totalmente reformada y equipada, alojamiento rural con todas las comodidades, ideal para disfrutar de un fin de semana o vacaciones con la familia, amigos, rodeado de un entorno rural y de viñedos

La Masía de Cal Dragano, está situada en el corazón del Alt Penedès, a unos 9 km. de Vilafranca del Penedès, con una inmejorable situación para disfrutar de los paisajes y de los vinos y cavas de la comarca. Su localización, en pleno clima mediterráneo, permite disfrutar de un tiempo soleado prácticamente todo el año. Un paisaje romántico rodeado de un mar de viñas interminable, que garantizan un cambio constante del paisaje. En el interior, el mobiliario es sobretodo confortable y funcional, poco recargado donde destacan piezas restauradas con historia, recuperadas del entorno familiar. Un diálogo acertado entre lo viejo y lo nuevo.

Recientemente, la Masía Cal Dragano ha recibido un diploma del Consorci de Promoció Turística de l'Alt Penedès en reconocimiento al compromiso para la mejora continuada de la calidad.

Actividades

En este alojamiento rural se concentran un espacio al aire libre para una estancia agradable y tranquila, actividades como el enoturismo, practicar deportes como el golf (hay 4 campos de golf cercanos) y disfrutar de la gastronomía local.

Si lo deseáis, podéis pedir una Cata de vinos y podréis degustar los vinos y cavas del Penedès sin desplazarnos. Os organizan en la misma casa una cata con el tipo de Vinos y Cavas, que se adaptan al gusto del visitante. Entre las instalaciones, en el jardín encontramos una zona de barbacoa y un horno de leña para cocinar a la brasa, hacer calçotadas,...

Además, los amantes de los caballos, disponen de instalaciones hípcas y de cuadras que pueden utilizar para los caballos.

Si estás planeando una escapada familiar, disfruta del Penedés, déjate conquistar por su personalidad, por sus vinos y cavas y por su gastronomía, por la naturaleza, la arquitectura y el arte. En esta Masía confortable y acogedora, los propietarios han tenido en cuenta todos los detalles para que los visitantes tengan una estancia inolvidable.

Planta baja

- Cocina totalmente equipada: nevera, congelador grande, horno eléctrico, microondas, o vitro-cerámica, lavaplatos y pequeños electrodomésticos, etc.
- Comedor con mesa para 20 personas
- Sala de estar con TV, y Chimenea

- Calefacción
- Conexión a Internet WIFI
- Lavabo
- Juegos para los niños y documentación de la zona

Planta superior

- 5 habitaciones
- Tres habitaciones dobles con baño individual
- Habitación individual-(doble), con baño individual
- Habitación triple-(cuádruple) con baño a parte
- Pequeña biblioteca, zona de relax
- Lavadero con lavadora, secadora y tabla de planchar
- Terraza con vistas

Espacio exterior con el perímetro cerrado

- Barbacoa y Horno de leña
- Jardín con zona de césped
- Piscina, tumbona.
- Columpios, tobogán, arenal
- Aparcamiento
- Mesas exteriores donde podréis disfrutar del aire libre

Tel. 670 759 145 Imma
email: caldragano@gmail.com
Barri La Rovira Roja s/n
SANT MARTÍ SARROCA
(Barcelona)



SERHS HOTELS
El Montanyà
Resort & Spa
★★★★



hotel spa
restaurante
golf
bar cafetería
celebraciones
salas de reuniones



Avenida del Montseny s/n · 08553 · Seva · Barcelona
T 937 027 600 · reserves.elmontanya@grupserhs.com

www.hotelserhselmontanya.com

Búncers: ¿obstáculos de arena, o trampas psicológicas?

Si pensamos en el número de veces que hemos practicado la salida de búnker en el último mes, la mayoría de personas llegaremos a la conclusión que no demasiadas



A nivel de aficionado es un tipo de golpe que se suele practicar sólo en el campo. Todo el mundo sabe de la importancia de sacar la bola a la primera desde el búnker, pero es un golpe que al no entrenarse demasiado, acostumbra a provocar inseguridad y cierta frustración cuando se cae en uno. Esta es una contradicción que sufren la mayoría de practicantes, convirtiendo los búnkers en trampas psicológicas más que en obstáculos de arena.

El hecho de que no se entrene demasiado desde la arena, es una prueba evidente de que se trata de un obstáculo men-

el componente psicológico es tan importante como el técnico a la hora de salir de una de estas trampas

tal. Practicar los golpes desde la arena puede provocar cierta pereza o incluso miedo, puesto que cuando se entrena, normalmente se busca el golpe perfecto desde la seguridad de la alfombra. Pero es evidente que si se practican situaciones difíciles, la seguridad en uno mismo aumenta mucho a la hora de jugar y afrontar los imprevistos.

Parece una contrariedad que a uno de los golpes más delicados de ejecutar se le preste tan poca atención. Los golpes desde los búnkers suelen provocar un incremento de la tensión, provocada por

Si no se saca la bola del búnker en el primer intento, la desesperación se suele apoderar del jugador y entonces es cuando aparece la precipitación

el hecho de encontrarse en un “terreno desconocido” y no haber entrenado debidamente. Por este motivo el componente psicológico es tan importante como el técnico a la hora de salir de una de estas trampas.



LARGO ES BUENO

LARGO Y CONSISTENTE ES MEJOR



FIABILIDAD
EN UNA
AMPLIA
GAMA

HÍBRIDO
G25™

FORMA TRADICIONAL
CON UBICACIONES
PROGRESIVAS
DEL CG. LANZAN
ALTOS, VUELAN
LEJOS Y ATERRIZAN
SUAVEMENTE.



FABRICADOS PARA QUE DISFRUTE DE SU JUEGO

DISTANCIA + TOLERANCIA + SENSACIÓN

RENDIMIENTO
TOTAL



LA ANCHURA
PROGRESIVA
EN LAS SUELAS
Y EL BORDE
SUPERIOR
DELGADO
PROPORCIONAN
VERSATILIDAD
Y ATRAEN A
LOS GOLFISTAS
DE TODOS LOS
NIVELES.

EL PUERTO DE AJUSTE
A MEDIDA (CTP) ESTÁ
INTEGRADO EN LA SUELA
PARA AUMENTAR EL MOI
Y PARA MAYOR DISTANCIA
Y TOLERANCIA.



Distancia no es solo lo único que los hierros G25 le añaden a su juego. Usted obtendrá consistencia y control. Cada cabeza de acero inoxidable 17-4 ha sido fabricada a medida con un diseño impecable y versátil conjuntado con una máxima tolerancia. Para añadir distancia en la que pueda confiar visite a un especialista de fitting PING o ping.com

PING[®]
PLAY YOUR BEST™

Cuando se juega desde la arena, la determinación debe ser predominante, ya que será muy importante ejecutar el golpe con un compromiso total

Si no se saca la bola del búnker en el primer intento, la desesperación se suele apoderar del jugador y entonces es cuando aparece la precipitación, disminuyendo las probabilidades de éxito en el siguiente golpe. Por este motivo es importante tener seguridad en estos obstáculos que tanto pueden determinar el resultado final.

Consultar a vuestro profesional para tener en cuenta los aspectos técnicos de los golpes desde la arena ya nos hará ganar confianza. Pero hará falta entrenar el aspecto mental de este golpe tan delicado, y dado que lo más importante será favorecer que aparezca la serenidad en lugar de la angustia, se deberá practicar con frecuencia para que la arena pase a ser "terreno conocido".

Algunas claves psicológicas que pueden ayudar en la ejecución desde la arena también se deberán tener en cuenta a la hora de practicar y jugar, como por ejemplo que se ha de entrar en el búnker cuando el jugador sienta que está preparado para hacerlo. Esto quiere decir que buena parte del trabajo se deberá haber realizado en la preparación del golpe fuera del obstáculo. Es importante que los movimientos de práctica sirvan para coger seguridad e intentar focalizar la mente en el objetivo y el movimiento correcto. Hasta que la sensación no sea positiva, no tendríamos que entrar en el búnker a jugar.

Cuando se juega desde la arena, la determinación debe ser predominante, ya que será muy importante ejecutar el golpe con un compromiso total, si en cambio prevalecen las dudas, lo más probable es errar el golpe. Ya se sabe que es importante pasar el palo a través de la arena y no detener el swing, por este motivo es importante sentirse con confianza y decisión.

Otro truco es tener muy claros los puntos de impacto en la arena y el punto dónde



se quiere que la bola vaya a parar, puesto que el cerebro necesita tener muy claro qué debe hacer, y si se juega con determinación y con un punto de impacto claro las posibilidades de éxito se incrementan mucho. También es importante no dejar pasar demasiado tiempo entre la preparación y el impacto, puesto que sino pueden aparecer las dudas que pueden perjudicar la confianza y ejecutar un golpe impreciso e inhibido.

Si pese a lo expuesto no se consigue salir del búnker, se debe repetir el proceso intentando que la determinación prevalezca por encima de las dudas. La prisa nunca es una buena aliada en este juego.

En los golpes desde la arena, es muy importante pensar en lo que se debe

hacer, y no en lo que podría pasar. Esto no es garantía de éxito, pero si que aumenta mucho las probabilidades de acertar.

Es preciso entrenar los golpes desde la arena, y si se tiene ocasión es bueno hacerlo en compañía para favorecer la competitividad y cogérselo como un juego. También se puede anotar el porcentaje de éxito y poder ver las mejoras que provocan el entrenamiento y la práctica. De este modo, los búnkers se convertirán en un terreno conocido, consiguiendo cierta ventaja respecto a los rivales ■

Albert Soldevilla
Psicólogo del deporte
www.mensalus.es

EUROPEAN
BEST
DESTINATION
2014
★ PORTO ★



OPORTO

Portugal nació en la región Porto y Norte, en la que, en el siglo XII, los portugueses se convirtieron en un pueblo y en una nación

Porto, ciudad Patrimonio Mundial, es la puerta de entrada y el punto de partida de un viaje por la diversidad natural y cultural de la región. Se la conoce por el vino de Porto, que desde aquí parte hacia todo el mundo, pero también por un patrimonio que sabe combinar la antigüedad de iglesias y monumentos, como la Catedral o la Iglesia de San Francisco, con la contemporaneidad de destacados edificios, como la Casa de la Música o el Museo de Serralves. Y también por la Escuela de Arquitectura, de la que salieron los nombres de Álvaro Siza Vieira y Eduardo Souto de Moura, ambos Premios Pritzker.

El río Duero atraviesa la región. Entra en Portugal entre los barrancos y montañas del interior para recorrer todo el paisaje del Patrimonio Mundial en el que se cultivan los vinos de Porto y de Douro. Allí el vino que va hasta las bodegas de Gaia se cruza con los cruceros que visitan la región.

En esta zona de montañas y parques naturales, el patrimonio se reparte entre castillos, como el de Guimarães, o santuarios e iglesias que en verano son escenario de romerías. Al lado de ermitas rurales encontramos el barroco del Norte de Portugal, realizado en granito y talla dorada. En ciudades que han sabido conservar la escala humana, como Viana do Castelo, Braga, Lamego, Chaves o Vila Real, o en casas solariegas y señoriales, encontramos al portugués más auténtico, a aquel que le gusta compartir su mesa, sus costumbres y sus tradiciones. En Porto y en el Norte de Portugal la alegría y la gratitud por todo lo que tenemos y somos se vive de forma natural ■

OPORTO

It was in the Porto and in the North regions that Portugal was founded in the 12th century and the Portuguese became a people and a nation

Porto, a World Heritage city, is the gateway and departure point for a journey across the natural and cultural diversity of the region. It is known for the Port wine which is shipped from here all over the world, but also for a heritage which combines ancient churches and monuments, such as the Cathedral and the Church of São Francisco, and modern buildings, such as Casa da Música and the Serralves Museum. And also for its School of Architecture which bred names like Álvaro Siza Vieira and Eduardo Souto de Moura, both winners of the Pritzker Prize.

The region is crossed by the River Douro which enters Portugal between the ravines and mountains of the interior to flow through the entire World Heritage landscape where the Port and Douro wines are produced. It is from here that the wine is sent to the lodges at Vila Nova de Gaia, as the cruises touring the region make their way upriver.

In this area of mountains and Natural Parks, the region's heritage is seen in its castles, such as the one in Guimarães, and the shrines and churches which are the stage for pilgrimages in the summer. You will find the Baroque architecture of Northern Portugal in its stone and gilded carvings side by side with rural chapels. In its cities, which retain a human scale, such as Viana do Castelo, Braga, Lamego, Chaves and Vila Real, and in the manor houses and stately halls, you will find the genuine Portuguese people, who like to share their table, their customs and traditions. In Porto and Northern Portugal, the joy and gratitude for all we have and are is experienced in the most spontaneous way ■



CIUDAD DE GOLF

En el corazón de la ciudad de Oporto, el campo de golf de la ciudad ofrece buenas condiciones para el aprendizaje y la práctica del golf. Además de la gama de conducción, el campo de 9 hoyos de Golf City fue concebido para proponer a todos los obstáculos que encontrará en un campo de golf de 18 hoyos: bunkers, lagos y árboles grandes. Los dos agujeros más interesantes de la ciudad de Campo son: - Número 3, el más largo con 145 metros; - El número 7, el más corta (57 m), pero el más difícil con el lago que se extiende entre el tee y el green ■

In the heart of Porto city, the City golf course offers good conditions for learning and practicing golf. Apart from the driving range, the City Golf 9-hole course was conceived to propose all the obstacles you will find in a 18-hole championship golf course: bunkers, lakes and big trees. The two most interesting

holes of City Golf are: - number 3, the longest with 145 m; - number 7, the shortest (57 m) but the most difficult with the lake lying between the tee and the green ■

CURIA GOLF CLUB

Curia Golf Course está integrado en la estación termal de alta calidad de la Curia con un sabor histórico interesante. A 20 minutos en coche de Coimbra y Aveiro, Curia se encuentra en el centro de Portugal. A lo largo de una corriente de agua natural, rodeada por tres lagos artificiales, el circuito de campo de golf Curia es plana con suaves ondulaciones en fairways y bunkers. El campo de golf Curia ofrece varios desafiando par 3 y par 5. Los verdes son generosos y ondulada y están protegidos por bunkers laterales esencialmente. Curia Golf es el lugar ideal si usted está buscando un refugio tranquilo de la salud ■

Curia Golf Course is integrated in the high quality thermal station of Curia with an interesting historical flavour. At 20 minutes drive from Coimbra and Aveiro, Curia is in the center of Portugal. Along a stream of natural water, surrounded by three artificial lakes, the circuit of Curia Golf Course is flat with soft undulations in fairways and bunkers. The Curia golf course offers several challenging Par 3 and Par 5. Greens are generous and undulated and are essentially protected by lateral bunkers ■



AMARANTE GOLF

A sólo 45 minutos de Oporto y una hora desde el valle del Duero, rodeado de naturaleza virgen y con vistas impresionantes, Amarante Golf Course es, sin duda, la mejor opción para aquellos que, desde los que buscan más al golf desafiante de las vistas únicas y vinos la región vinícola del Duero. Situado en un paisaje extraordinario campo de golf Amarante también incluye varias cascadas. Cuando se conduce fuera de los tees en el inicio de los agujeros, las exigencias del campo de golf de Amarante tiros particularmente precisas debido a su diseño estrecho, y debido a los bunkers que protegen a los verdes y lagos, que son ingredientes decisivos del juego en hoyos 3, 8, 12 y 17. A pesar de ser un campo de golf montañoso ascendente a 600 metros sobre el nivel del mar, la mayoría de los 18 hoyos de Amarante Golf ofrecen un juego suave, porque el arquitecto, Jorge Santana da Silva ha sido capaz de limitar las subidas al mínimo.



At just 45 minutes from Porto and one hour from the Douro valley, surrounded by unspoiled nature and with breathtaking views, Amarante Golf Course is, for sure, the best option for those who seek, further to challenging golf, the unique views and wines from the Douro wine region. Located in an extraordinary landscape the Amarante golf course also includes several waterfalls. When driving off from the tees at the start of the holes, the Amarante golf course demands particularly precise shots because of its narrow design, and because of the bunkers protecting greens and lakes, which are decisive ingredients of the game at holes number 3, 8, 12 and 17. Despite being a hilly golf course rising 600 metres above sea level, most of the 18 holes of Amarante Golf offer a gentle game, because the architect, Jorge Santana da Silva has been able to limit the climbs to a minimum ■

ESTELA GOLF CLUB



Situado cerca de un complejo veraniego, Póvoa de Varzim, ya sólo 30 minutos de Oporto, el campo de golf de Estela es un curso de enlaces típica (en el lado del mar). Construido en tres kilómetros de hermosas dunas, Estela Golf Club ofrece impresionantes vistas sobre el Atlántico. Dos grandes lagos añaden a la belleza de la Estela Golf Course, que puede llegar a ser bastante difícil cuando el viento sopla. Este es un verdadero enlaces y no para aquellos que tienen dificultades con el conductor! Con calles estrechas en la zona de llegada, toda la presión se coloca en el golpe de salida. De hecho las unidades inexactas serán castigados por el aterrizaje en las dunas de arena, y en casi todas las ocasiones la pelota bota fuera del fairway hay pocas posibilidades de alcanzar el green con un segundo disparo. Hay pocos bunkers de calle en el campo de golf Estela, simplemente porque no son necesarios. Si fallas un espacio abierto en Estela, lo van a detener por las dunas. Al igual que en los tradicionales lazos clásicos, la mayoría de

los tiros en los greens están abiertos, lo que permite que el balón entre ellos rodando. Si te las arreglas para llegar sin muchos rodeos, se encuentra firme y greens rápidos. No hay muchas líneas y, aún después de las lluvias torrenciales en invierno, los verdes se mantienen en buenas condiciones ■

Situated near a lively summer resort, Póvoa de Varzim, and only 30 minutes from Oporto, the Estela golf course is a typical links course (at the sea side). Built over three kilometres of beautiful dunes, Estela Golf Club provides breathtaking views over the Atlantic. Two big lakes add to the beauty of Estela Golf Course, which can become quite challenging when the wind is blowing. This is a true links and not for those who have difficulties with the driver! With narrow fairways in the landing areas, all pressure is placed in the tee shot. Indeed inaccurate drives will be punished by landing in the sand-dunes, and on almost every occasion a ball lands off the fairway there is little chance of reaching the green with a second shot. There are few fairway bunkers in Estela golf course, simply because they are not needed. If you fail a fairway at Estela, you will be caught by the dunes. Just like in the classical traditional links, most shots at the greens are open, thus allowing the ball to enter them rolling. If you manage to get there without many detours, you will find firm and fast greens. There aren't many lines and, even after torrential rain in winter, the greens remain in good condition ■

Descubre la gastronomía, los vinos, la historia y el golf, **de la región de Oporto y Duero**



El campo de golf de Amarante, situado a tan solo 30 minutos de Oporto, junto con el boutique Hotel Casa da Calçada Relais & Chateaux y su restaurante con Estrella Michelin, Largo do Paço, te permitirán descubrir la belleza, la historia y la cultura de una región aun desconocida por muchos.

Descubra el paquete Gourmet & Golf en nuestro web site www.casadacalcada.com que incluye, 2 noches de estancia, 1 cena para dos en nuestro restaurante Largo do Paço y 1 green fee por persona en Amarante Golf Course por apenas 272 € por persona.

Reserve ya y vea los comentarios de nuestros clientes en TripAdvisor



Casa da Calçada Relais & Chateaux

Largo de Paço, 6 • 4600-017 Amarante, Porto - PORTUGAL
Tel. (+351) 255 410 830 • **GPS:** 41°16'06.00" - N8°4'41.03°W
www.casadacalcada.com

MIRAMAR GOLF CLUB



Miramar Golf Club es uno de los más tradicionales y antiguos campos de golf de Portugal, situado en la famosa ciudad costera del norte y correr junto a las playas de Espinho y Oporto. El histórico campo de golf de Miramar fue alterado recientemente bajo la supervisión de Howard Swan, que rediseñó el 1934 diseño original producido por Mackenzie Ross. Nueve hoyos de Miramar, algunos de cuyos tees están situados en la cima de las dunas de arena, son casi todos acompañados por las vistas al mar típicos de la costa norte de Portugal. Los cambios han sido principalmente introducir en los orificios número 3 y 8, por lo que el campo de golf Miramar 100 metros más largo ■

Miramar Golf Club is one of the oldest and most traditional golf courses in Portugal, situated in a famous northern seaside resort and running alongside the beaches between Espinho and Porto. The historic Miramar golf course was recently altered under the supervision of Howard Swan, who redesigned the original 1934 layout produced by Mackenzie Ross. Miramar's nine holes, some of whose tees are situated on the top of sand dunes, are almost all accompanied by the typical ocean views of Portugal's northern coastline. The changes have mainly been introduced at holes number 3 and 8, making the Miramar golf course 100 metres longer ■

QUINTA DA BARCA

El campo de golf de Quinta da Barca es parte de un desarrollo turístico y residencial, que incluye una marina de agua dulce. Este campo de golf Quinta da Barca es ideal para aquellos que gustan de pensamiento estratégico. Quinta da Barca diseño suave, sin embargo, requiere un poco de juego de estrategia en alerta. Incluso en su forma actual, el Quinta da Barca es un campo de golf de largo, con cuatro hoyos par 4 que lo convierten en un reto suficiente para mantener los jugadores de golf en estado de alerta. Los primeros cuatro hoyos están al abrigo de pinos, mientras que los otros agujeros son de ribera, el corredor hasta la sede del club. Quinta da Barca características sobresalientes son ondulantes greens, bunkers estratégicamente situados y tres lagos que le dan belleza y peligro para jugar ■



The Quinta da Barca golf course is part of a tourist and residential development, including a freshwater marina. This Quinta da Barca golf course is ideal for those who like strategic thinking. Quinta da Barca gentle design nevertheless demands some alert game strategy. Even as it stands, Quinta da Barca is a long golf course, with four par 4 holes that make it an adequate challenge to keep golfers on their toes. The first four holes are sheltered by pine trees while the others holes are riverside, running back up to the clubhouse. Quinta da Barca outstanding features are undulating greens, strategically placed bunkers and three lakes that lend beauty and hazard to play ■

QUINTA DAS LAGRIMAS

Campo de golf de Quinta das Lagrimas es una manera increíble para aprender y jugar al golf en el centro de Coimbra, con una sensación de naturaleza romántica debido a la beautiful surrounding jardines. La Quinta das Lagrimas Pitch & Putt es un corto de 9 hoyos campo de golf ideal para la práctica y el juego del juego corto. Una buena manera para el primer paso de sus hijos en el golf, agradable por todo el Family. Los miembros de la Quinta das Lagrimas club de golf se encuentran entre los mejores jugadores de juego corto y usted también puede hacerlo, si se practica. Es así una escapada de golf muy romántico para parejas ■

Quinta das Lagrimas golf course is an amazing way to learn and play golf in the middle of Coimbra, with a feel of romantic nature due to the beautiful surrounding gardens. The Quinta das Lagrimas Pitch & Putt is a short 9-hole golf course ideal for the practice and play of the short game. A nice way for your kids' first step in golf, enjoyable by all the family. Members of Quinta das Lagrimas golf club are among the best short game players and so can you, if you practise well! It is as well a very romantic golf escape for couples ■



QUINTA DO FOJO

Quinta do Fojo es un gran complejo de salir, rodeado de lagos y edificios históricos. Es verdaderamente una belleza natural. Quinta do Fojo campo de golf de 6 hoyos se encuentra al otro lado del río de Oporto, en la frontera de la autopista para ir a Lisboa. Esto hace que la Quinta do Fojo muy conveniente para los golfistas ocupadas que quieren jugar durante la semana y se divierten practicando sus golpes en los hoyos cortos, o si usted quiere combinar sus juegos favoritos con los encantos de la segunda ciudad más importante de Portugal, Porto. Quinta do Fojo es también un campo de golf muy acogedor en el que se inicie el proceso de aprender a jugar el juego del golf. Quinta do Fojo ofrece varios niveles de dificultad y permite la combinación de 6, 12 o 18 agujeros, dependiendo de la disponibilidad de los jugadores ■

Quinta do Fojo is an extensive leaving resort, surrounded by lakes and historical buildings. It is truly a natural beauty. Quinta do Fojo 6-hole golf course is located across the river from Porto, in the border of the motorway to go to Lisbon. This makes Quinta do Fojo very convenient for busy golfers who want to play during the week and have fun practicing their strokes on the short holes ; or if you want to combine your favourite game with the charms of the second most important city of Portugal, Porto. Quinta do Fojo is also a very inviting golf course on which to start the process of learning how to play the game of golf. Quinta do Fojo offers several levels of difficulty and allows combination of 6, 12 or 18 holes, depending on the availability of the players ■



MONTEBELO GOLF

Corriendo a través de 200 hectáreas, Montebelo Golf está situado en un paisaje único con excepcionales vistas sobre la Serra da Estrela y Serra do Caramulo. Montebelo Golf de golf fue diseñado por Mark Stilwell y Malcolm Kenyon a respetar tanto las dimensiones del terreno y su forma, y el resultado ha sido la de hacer lo mejor de las cualidades del paisaje del campo de golf. El campo de golf montañoso, salpicado de tojo y brezo, corre a través de pinos y robles, más de 6.300 metros. Montebelo está dividido en 3 partes, nombrados de acuerdo con sus principales hitos geográficos: el curso Caramulo (primeros nueve hoyos), el curso de la Estrella (las próximas nueve hoyos) y el Buçaco (últimos nueve). Patas de perro, nada menos que ocho de ellos, son típicas de campo de golf de Montebelo. La secuencia final es inolvidable, los últimos tres hoyos ofrecen vistas panorámicas sobre los valles, arroyos, cerros, lagos y greens bien protegidos ■

Running through 200 hectares, Montebelo Golf Course is set in a unique landscape with exceptional views over Serra da Estrela and Serra do Caramulo. Montebelo Golf course was designed by Mark Stilwell and Malcolm Kenyon to respect both the terrain's dimensions and its shape, and the result has been to make the best of the golf course's landscape qualities. The mountainous golf course, spotted with gorse and heather, runs through pine and oak trees, over 6,300 metres. Montebelo is divided in 3 parts, named according to their main geographical landmarks: the Caramulo course (first nine holes), the Estrella course (next nine holes) and the Buçaco (last nine). Dog legs, no less than eight of them, are typical of Montebelo golf course. The final sequence is unforgettable, the last three holes provide astonishing views over valleys, streams, hills, lakes and well protected greens ■

PONTE DE LIMA GOLF

En el corazón de la Costa Verde, a sólo 20 Km del Océano, el Ponte de Lima Golf Course es un paraíso para el golf. Ponte de Lima Golf es un campo típico de montaña que cuenta con 6 kms adornadas con vegetación exuberante y bien restauradas, mansiones históricas, que suministran la infraestructura para la actividad de golf. Creado por Daniel y David Silva, el Ponte de Lima Golf Course está diseñado como dos rondas de nueve hoyos convenientes para los torneos. Armonioso y seductora, es una inspiración para los amantes del golf.

El campo de golf de Ponte de Lima es un mixto entre el nivel y montañoso, siendo los primeros nueve hoyos montañoso y el segundo nivel nueve. Los primeros nueve hoyos de Ponte de Lima se colocan entre los añosos (castaños, alcornoques y robles Inglés), que conduce a través de un barranco en Quinta da Anquiao, donde hoyos 1, 2, 8 y 9 ofrecen unas vistas magnificas de la Lima Valle y Viana do Castelo, un pueblo a 20 kilómetros de distancia ■



In the heart of the Costa Verde, only 20 Km from the Ocean, the Ponte de Lima Golf Course is a golfers paradise. Ponte de Lima Golf is a typical mountain course, covering 6 kms adorned with luxurious vegetation and well restored, historical mansions, which supply infrastructure for golfing activity. Created by Daniel and David Silva, the Ponte de Lima Golf Course is designed as two rounds of nine holes convenient for tournaments. Harmonious and seductive, it is an inspiration for golf lovers.

The Ponte de Lima golf course is a mixed between level and hilly, the first nine holes being hilly and the second nine level. The first nine holes of Ponte de Lima are placed amongst age old trees (chestnut trees, cork and English oaks), leading through a ravine to Quinta da Anquiao, where holes number 1, 2, 8, and 9 provide glorious views over the Lima Valley and Viana do Castelo, a town 20 kilometres away ■



DESDE **41€**
SÓLO IDA

PORTUGAL



PARAÍSO DEL GOLF

Salpicado de campos con prestigio internacional de Norte a Sur.

TAP

TAP PORTUGAL

con los brazos abiertos



El precio final indicado sólo ida desde Madrid y Barcelona a Lisboa y de Barcelona a Oporto, comprando con tarjeta de débito en flytap.com. TAP ofrece vuelos directos a Oporto, Lisboa y Funchal desde Madrid y Barcelona y vuelos directos a Lisboa desde A Coruña, Bilbao, Valencia, Málaga, Sevilla y también Asturias a partir de Julio.

A STAR ALLIANCE MEMBER 

flytap.com



OPORTO GOLF CLUB

El Oporto Golf Course se encuentra a 17 kms al sur de la ciudad de Oporto junto a las hermosas playas de Espinho. Oporto Golf Club, después de Pau, en Francia, el curso de segundo más antiguo de Europa continental. Fue establecido en 1890, cuando los residentes británicos en Porto crearon el club. El campo de golf de Oporto, un vínculos auténticos (en el lado mar) es relativamente corto. Sus estrechas calles, junto con el viento del norte, son los principales obstáculos, comenzando con un Par difícil 4. En términos de desafiantes hoyos, no se puede olvidar el número 11, un par 5 de 494 metros, que, junto con el hoyo número 4, se considera que es la más difícil de campo de golf de



Oporto. Como para equilibrar las dificultades de estos agujeros anteriores, cada uno de dos mitades de Oporto curso concluye con un muy accesible par 5 hoyos, proporcionando algunos finales emocionantes para las competiciones. La Copa Skeffington, que desde 1891 se ha jugado anualmente en el club, es la competición más antigua del deporte que se han jugado sin interrupciones. Esta competición se juega durante la "Espinho Golf Week" cuando los miembros compiten por las tres tazas de famosos, el Skeffington, el Kendell y Dockery. Ellos son considerados como el "ex-libris" de golf de Portugal ■

The Oporto Golf Course is located 17 kms to the south of Porto city beside the beautiful beaches of Espinho. Oporto Golf Club, after Pau, in France, the second oldest course in Continental Europe. It was established in 1890, when British residents in Porto created the club. The Oporto golf course, an authentic links (at the sea side) is relatively short. Its narrow fairways, together with the north wind, are the main obstacles, starting out with a difficult Par 4. In terms of challenging holes, one cannot forget number 11, a Par 5 of 494 metres, which together with hole number 4, is considered to be the most difficult of Oporto golf course. As if to balance the difficulties of these earlier holes, each of Oporto course's two halves concludes with a very accessible Par 5 hole, providing some exciting endings for competitions. The Skeffington Cup, which since 1891 has been played annually in the club, is the oldest competition in the sport to have been played without interruption. This competition is played during the "Espinho Golf Week" when the members compete for the three famous cups, the Skeffington, the Kendell and the Dockery. They are considered to be the "ex-libris" of Portuguese golf ■



VIDAGO GOLF

El campo de golf de Vidago fue rediseñado por Cameron y Powell en 2010, especialistas en diseño de McKenzie Ross. La ampliación del campo de golf de Vidago de 9 a 18 hoyos fue desarrollado para conservar la integridad del diseño original y para reflejar fielmente la estética, la jugabilidad, el espíritu y el carácter del sitio. Un campo de golf magnífico Parque. Los primeros 9 hoyos del campo de golf de Vidago se juegan en un área relativamente plana en el valle de Vidago, los últimos 4 hoyos finales son impresionantes, construido en un terreno descuidado con fantásticas vistas sobre el entorno natural, el Palacio de Vidago y los pueblos distantes. La disposición de golf Vidago se

construyó con el fin de retener todo árbol centenario valioso. Las características del campo de golf de Vidago son los tees elevados y verdes, fueron los tees están construidas con paredes de piedra, el posicionamiento estratégico bunker y greens que exigen un ojo agudo para leer las pistas. El Vidago Campo de golf se expande de un magnífico parque, el ingenio de árboles centenarios, a través del pequeño valle de Oura, lo que permite unas vistas panorámicas sobre el valle y su belleza natural ■

The Vidago golf course was redesigned by Cameron & Powell in 2010, specialists on McKenzie Ross design. The extension of the Vidago golf course from 9 to 18 holes was developed to retain the integrity of the original design and to faithfully reflect the aesthetics, playability, spirit & character of the site. A gorgeous Park golf course. The first 9 holes of Vidago golf course are played in a relatively flat area in the Vidago valley, the last 4 finishing holes are breath taking, built on sloppy land with fantastic views on the natural surroundings, the Vidago Palace and the distant villages. The Vidago golf course layout was built in order to retain every valuable centenary tree. The features of the Vidago golf course are the elevated tees and greens, were the tee boxes are built with stone walls, strategic bunker positioning and greens that demand a sharp eye to read the slopes. The Vidago Golf course expands from a magnificent park, wit centenary trees, through the small Oura Valley, allowing great scenic views over the valley and its natural beauty ■



Disfrute de este magnífico Palacio y juegue como un Rey...

A menos de 4h. en coche, de Madrid y con vuelos directos de Barcelona a Porto, este magnífico Palacio, con un campo de golf espectacular tiene todas las condiciones para que pase unos días fantásticos con sus amigos y familiares



Oferta:

3 Noches + 2 Green Fees por sólo 297€

por persona, en habitación doble, categoría Classic

Suplemento de 60€ para julio, agosto y septiembre

* Para otras ofertas consultar precios


VIDAGO PALACE
★ ★ ★ ★ ★

Tel. (+351) 276 990 900
Parque de Vidago
5425-307 VIDAGO- PORTUGAL
reservations@vidagopalace.com
www.vidagopalace.com

RILHADAS

Campo de golf de 9 hoyos, cerca de Guimarães. El Rilhadas Campo de golf está compuesto por 6 Par 3 y 3 Par 4. El estiramiento junto con los márgenes del Río Vizela, el curso Oro Rilhadas ofrece un buen reto con calles estrechas. Varios peligros y obstáculos, tales como el río, requieren una precisión extrema. El juego corto es muy importante en el campo de golf Rilhadas y usted tendrá muchas oportunidades para poner a prueba sus habilidades poniendo ■



9-hole golf course near Guimarães. The Rilhadas Golf Course is composed by 6 Par 3 and 3 Par 4. Stretching along with the Vizela River's margins, the Rilhadas Gold course offers a nice challenge with narrow fairways. Several hazards and obstacles such as the river, require extreme precision. The short game is very important at Rilhadas golf course and you will have many opportunities to test your putting abilities ■

VALE PISÃO GOLF COURSE

El Vale Pisão campo de golf con 9 hoyos y un campo de prácticas. El diseño de Vale Pisão sigue la estética del terreno, encajar de forma natural con el paisaje y el aprovechamiento de las laderas, la vegetación y los arroyos. Esto le da un diseño variado, con retos interesantes y equilibradas, donde los agujeros más cortos, de evidente belleza y la estrategia, se mezclan con los más difíciles, agujeros complicados. Diseñado para proteger los valores ambientales, las características de la Vale Pisão Golf Course, lo hacen ideal para la práctica del golf en el nivel superior en términos de cantidad, calidad y variedad ■

Vale Pisão Campo de golf ofrece varios agujeros cerca de las barreras de agua, con hermosos efectos. The Vale Pisão Golf Course has 9 holes and a practice range. The layout of Vale Pisão follows the aesthetics of the terrain, fitting in naturally with the landscape and taking advantage of the slopes, the vegetation and the streams. This gives a varied layout, with interesting and balanced challenges, where shorter holes, of evident beauty and strategy, are mixed with more difficult, complicated holes. Designed to protect environmental values, the features of the Vale Pisão Golf Course, make it ideal for playing golf at the top level in terms of quantity, quality and variety. Vale Pisão Golf course offers several holes near water barriers, with beautiful effects ■



visitmadeira.pt

Una isla bendecida por el sol pero enamorada por el mar

MADEIRA TODO EL AÑO



Europe's Leading
Island Destination

TURISMO DE
PORTUGAL



madeira islands



MADEIRA ISLANDS GOLF

Los tonos naturales de verde y azul hacen de Madeira un escenario ideal para una partida de golf



Considerada un auténtico paraíso para los golfistas, Madeira es, cada vez más, el destino preferido de adeptos y profesionales de la modalidad. En Madeira se encuentra lo mejor de la vida en todas sus formas. La temperatura es agradable a lo largo de todo el año, la naturaleza intacta ofrece aire puro y paseos inolvidables, la gastronomía está llena de sabores ricos en tradición. Aquí, las opciones para pasar unos días de vacaciones inolvidables son muchas. Y se encuentran a sólo unas pocas horas en avión de España.

CLIMA Mucho sol, cielo azul y temperaturas que se mantienen agradables y sin grandes variaciones a lo largo de todo el año. Situada en pleno Océano Atlántico, Madeira recibe en su clima la influencia de la corriente del Golfo y de los vientos de noroeste, que soplan en dirección a Cabo Verde. La vivacidad de su paisaje es el resultado de un verdadero clima subtropical que ofrece temperaturas agradables a lo largo de todo el año y un agua de mar igualmente cálida. Las temperaturas en la isla de Madeira se mantienen agradables y sin grandes variaciones a lo largo de todo el año. Durante el verano varían entre los 17° y los 24°, y en los meses de invierno, entre los 14° y los 20°.

PAISAJE Miles de años de actividad volcánica dieron forma a un paisaje de contrastes. Montañas altas, valles profundos, lagos serenos, saltos de agua y, por todas partes, una inmensidad de verde de donde emergen todos los colores que se puedan imaginar. El bosque de Laurisilva de Madeira, donde se encuentran innumerables especies hace tiempo desaparecidas en el continente europeo, fue reconocido por la UNESCO como Patrimonio Mundial Natural de la Humanidad. El Laurel, el Tilo, el Árbol de Santa María y el Palo Blanco son algunos de los árboles de este inmenso bosque que acoge a la pardela de Madeira, el petrel de Madeira y la paloma de Madeira, especies autóctonas de la isla. En contraste con el verde de la isla principal, los tonos arena dominan el paisaje de Porto Santo. A sólo dos horas en barco, o quince minutos en avión de la isla de Madeira, vale la pena conocer este trozo de paraíso que, en el siglo XV, recibió con los brazos abiertos a Cristóbal Colón.

ACTIVIDADES La presencia de innumerables especies de fauna y flora hacen de Madeira un verdadero santuario natural que vale la pena conocer. No hay mejor forma de hacerlo que recorriendo una levada. Construidas en el siglo XVI, las levadas son canales que atraviesan las montañas de Madeira, extendiéndose por un área de más de 2.150 km. Recorrerlas es una verdadera experiencia para los sentidos. Entrar en el bosque y sentir los perfumes en el aire, parar junto a una cascada y tomar un baño refrescante, subir a la montaña más alta y observar el cielo. Momentos únicos en un escenario hecho de colores serenos, silencio y tranquilidad. Pero, además de las levadas, que ofrecen recorridos con diversos niveles de dificultad, existen otras formas de desafiar el paisaje. La escalada, el trekking, la canoa, el descenso de rápidos, la bicicleta de montaña, el parapente y los safaris en jeep llenan de adrenalina a los amantes de los deportes radicales. Para los que prefieren el mar, también hay surf, windsurf, vela y buceo. En medio de tanta aventura, también se realizan relajantes paseos en barco, que permiten apreciar desde otra perspectiva el deslumbrante escenario natural de las islas.

PORTO SANTO En contraste con el verde de Madeira, los tonos arena dominan el paisaje de Porto Santo. A poco más de dos horas en barco desde la isla de Madeira y a 15 minutos en avión, vale la pena conocer este trozo de paraíso que, en el siglo XV, recibió con los brazos abiertos a Cristóbal Colón. Respirar hondo, relajarse y bucear sin preocupaciones en el mar tranquilo es lo mejor que se puede hacer en este paraíso en forma de isla. Además de una playa con cualidades terapéuticas que se extiende por más de 9 km, Porto Santo ofrece a sus visitantes un centro de talasoterapia, un campo de golf, un complejo de tenis, un centro hipico, un centro de actividades submarinas, un puerto deportivo y un estadio de deportes de playa. Porto Santo ofrece también relajantes paseos a pie, como el espectacular recorrido de Terra Chã ■

MADEIRA ISLANDS GOLF

The natural hues of green and blue make Madeira the ideal setting for a round of golf

Considered a real golf paradise, Madeira is fast becoming the definitive choice for both amateur and professional golfers alike.

Madeira has the best that life has to offer. The temperature is mild and stable all year round. Its unspoilt natural environment offers fresh air, unforgettable walks and breathtaking scenery. The food is rich in flavour and steeped in tradition. There are endless ways to spend unforgettable holidays here, just a few hours' flight away from Europe.

CLIMATE Lots of sunshine, blue skies and temperatures that remain mild and stable all year round. Located in the Atlantic Ocean, Madeira's climate is influenced by the Gulf Stream and Northwest winds, which blow towards the Cape Verde islands. The sparkling landscape is the result of a veritable subtropical climate that provides balmy temperatures all year-round, with the temperature of the sea following suit, inviting swimmers to bathe all year long. Temperatures on Madeira Island remain temperate and constant throughout the year. During the summer temperatures vary between 17 and 24°, and in winter between 14 and 20°.



LANDSCAPE Thousands of years ago, volcanic activity formed a contrasting landscape. Tall mountains, deep valleys, serene lakes, crystalline waterfalls and a never-ending green landscape stretching far and wide, from where every colour under the sun burst forth. The Laurissilva Forest of Madeira, where there are countless species long gone from the European continent, is Unesco classified Natural World Heritage. The Laurel, the Til (*Ocotea foetens*), the Folhado (*Clethra arborea*) and the Pau Branco (*Picconia excelsa*) are some of the trees in this vast forest that is home to the Madeira's Petrel and the long toed pigeon, indigenous species of the island. In stark contrast to the mother island's green hues, sandy tones colour the landscape of Porto Santo. Just two and a half hours away by boat, or fifteen minutes by plane, from Madeira Island, it is worth visiting this little piece of paradise that welcomed Christopher Columbus in the 15th century.

LEISURE ACTIVITIES There are countless species of flora and fauna in Madeira, making it an authentic sanctuary well worth exploring. The best way of doing this is to walk along a "Levada". "Levadas" are narrow canals that were built in the 16th century, which stretch across the mountains of Madeira, along more than 2150 km. To follow one is to exercise the senses. Penetrate the forest and perceive the scent in the air; stop by a waterfall and bathe in the fresh water; climb the highest mountain and gaze into the sky. Experience unique moments in a setting made of serene colour, silence and stillness. Alongside with exploring "Levadas" which offer varying levels of exertion, there are also other landscape-challenging activities available, such as mountain climbing, trekking, canoeing, canyoning, mountain biking, hang-gliding, parasailing and jeep safaris, which get the adrenaline flowing. For those who prefer the sea, there is surf, windsurf, sailing and diving. For something less strenuous, chose from a wide choice of boat rides, hop in a balloon or admire the view from a helicopter. Chose any viewpoint from which to admire the scenery these islands have to offer, and be mesmerized by nature's glory.

PORTO SANTO In stark contrast to Madeira's green hues, sandy tones colour the landscape of Porto Santo. Just over two hours away by boat, or fifteen minutes by plane, from Madeira Island, it is worth visiting this little piece of paradise that welcomed Christopher Columbus in the 15th century. Taking it easy, relaxing and swimming or diving in the clear blue sea are the best things to do in the island shaped paradise. But the 9 kilometer golden beach with its therapeutically rich sand is not all that Porto Santo has to offer its visitors. There is a Thalassotherapy centre, a golf course, tennis, horse riding, a submarine activity centre, a marina, and a beach sports stadium. There are also many relaxing walks, such as the amazing Terra Chã route ■



PALHEIRO GOLF

El campo de golf Palheiro ofrece hermosas vistas sobre la bahía de Funchal y el mar y las islas Desiertas ya sólo unos minutos en coche de la ciudad de Funchal, en Madeira. Debido a la inclinación de la tierra en la isla de Madeira, hay muy poco espacio en el que la construcción de campos de golf. Campo de golf de Palheiro ha conseguido lo imposible y ha sido tallada entre espesa vegetación exótica y un bosque de pinos. Esta combinación ha dado lugar a uno de los más bellos de Europa. El diseñador de Palheiro ha hecho pleno uso del terreno montañoso que se ha complementado con lagos ornamentales. Los jugadores se beneficiarán de los numerosos tees en cada hoyo, y generosas anchuras de calle. De hecho golf bogey, par cancha de golf, es factible para el jugador medio. Para obtener la mejor combinación de agujeros, Palheiro está diseñado como una continua 18, como San Andrés, Sotogrande y otros cursos famosos. Sin embargo, uno no debe de descansar porque las calles de contorno y posiciones bunker exigirán precisa colocación golpe de salida para configurar el mejor enfoque para los greens rápidos y ondulantes contornos. La casa club Palheiro Golf, encaramado a 500 metros sobre el nivel del mar, cuenta con una terraza panorámica que ofrece vistas ilimitadas de la bahía de Funchal y al océano Atlántico ■

The Palheiro Golf Course offers beautiful views over Funchal Bay and out to sea and the Ilhas Desertas and only few minutes drive from the town of Funchal, in Madeira. Due to the steepness of the land on Madeira Island there is very little space available in which to construct golf courses. Palheiro golf course has achieved the impossible and has been carved between thick exotic vegetation and a pine forest. This combination has resulted in one of Europe's most beautiful courses. The designer of Palheiro has made full use of the hilly terrain which has been supplemented by ornamental lakes. Players will benefit from the numerous tees on each hole, and generous fairway widths. Indeed bogey golf, even par golf, is feasible for the average player. For the best combination of holes, Palheiro is designed as a continuous 18, like St Andrew's, Sotogrande and other famous courses. Nevertheless, one's shouldn't rest because the fairways contouring and bunker positions will demand accurate tee shot placement to set up the best approach to the contoured fast undulating greens. The Palheiro Golf clubhouse, perched 500 meters above sea level, boasts a panoramic terrace which commands unlimited views of the Funchal harbour and the Atlantic Ocean ■



Santo da Serra Golf Course



MELIÁ MADEIRA MARE RESORT & SPA

EL HOTEL MELIÁ MADEIRA MARE ES UN HOTEL MODERNO DE DISEÑO CONTEMPORÁNEO Y DE INSPIRACIÓN MARÍTIMA. Una auténtica atalaya con maravillosas vistas sobre el Océano Atlántico en una privilegiada zona del Lido en Funchal. Todas las 220 habitaciones de diseño contemporáneo con estilo y elegantemente amuebladas, disponen de terraza propia, además de acceso gratuito a Internet WI-FI. Algunas habitaciones ofrecen hermosas vistas al mar directo. Las instalaciones incluyen 3 piscinas, una piscina exterior, piscina para niños, además de una piscina climatizada interior, jacuzzi, 2 restaurantes con buffet de desayuno y cena, así como un menú a la carta, 2 bares. El complejo ofrece un completo Spa, con una decoración única, diseñada para explorar sus sentidos y ambientes que le llevará a lugares de ensueño, sauna, hidromasaje, Amman, tratamientos del belleza. El hotel cuenta con un completo gimnasio (uso gratuito), con equipos de cardio-fitness y peluquería. Internet wi-fi gratis en todas las zonas comunes, Sala de Billar, Biblioteca y Sala de TV y aparcamiento cubierto gratuito.

GOLDEN HOLE IN ONE - Madeira & Porto Santo

VALIDO DESDE 01.04.14 TO 31.10.14 INCLUYE

4 O 7 NOCHES EN VISTAS LATERALES AL MAR HABITACIÓN

Acceso a Internet WI-FI gratuito . Desayuno Buffet en el restaurante Mare Nostrum . Una cena durante la estancia en el restaurante Mare Nostrum sin bebidas . 5 bebidas gratis por persona en el Hotel Meliá Madeira Mare Bar - BEBIDAS NACIONALES + VINO BLANCO O TINTO, CERVEZA, REFRESCOS, AGUA O CAFÉ . Garaje gratuito Parking . Uso gratuito del gimnasio . Uso gratuito de la zona de las sensaciones de relajación ACQUA durante la estancia

4 NOCHES DE ALOJAMIENTO INCLUYE AUN

Un día de crucero a Porto Santo + 1 Green Fee en Porto Santo y 1 Green Fee en Santo Da Serra

TRASLADO HOTEL - FERRY BOAT - CAMPO DE GOLF - FERRY BOAT - HOTEL

7 NOCHES DE ALOJAMIENTO INCLUYE AUN

1 noche de estancia en Torre Praia Hotel 4 *

TRASLADO HOTEL - FERRY BOAT - CAMPO DE GOLF - FERRY BOAT - HOTEL
Cena en el Hotel Torre Praia sin bebidas + 1 Green Fee en Porto Santo y 3 Green Fees en Santo da Serra

	ESTANCIA DE 4 NOCHES	ESTANCIA DE 7 NOCHES
HABITACIÓN DOBLE	1036.00 €	1692.00 €
Ocupación Individual	651.00 €	1046.00 €
Noche extra en habitación doble	115.00 €	115.00 €
Noche extra ocupación individual	95.00 €	95.00 €
Suplemento habitación vistas al mar	48.00 €	84.00 €
Suplemento mes de agosto	N/A	187.00 €

NOTA: LOS PRECIOS SON POR HABITACIÓN, POR PAQUETE Y EN EUROS



el viaje eres tú

Rua de Leichlingen nos. 2&4 | 9000-003 | Funchal | Madeira | Portugal
T: +351 291 724140 | F: +351 291 773617
melia.com | meliamadeira.com
melia.madeira@meliaportugal.com | facebook.com/meliamadeira

MELIÁ
MADEIRA MARE
PORTUGAL



PORTO SANTO GOLF

Extendiendo sobre la idílica isla de Porto Santo, una de las Islas Madeira, la disposición del campo de golf de Porto Santo se aprovecha de las especies de plantas nativas y los diversos lagos existentes. Espectaculares vistas, la brisa del mar, el contacto con la naturaleza virgen, buen clima todo el año, etc hacen de campo de golf de Porto Santo una necesidad durante todo el año. El campo de golf de Porto Santo es una extensa y exigente de golf en un paisaje espectacular. Se divide en dos partes distintas: en el Sur, se trata de cerca el estilo tradicional de los mejores campos de América, con una serie de lagos y larga playa de la isla como telón de fondo. Porto Santo golf

requiere un juego de largo buena y exacta. La abundancia de lagos estratégicamente colocados es una buena prueba del poder de cualquier golfista de la concentración. En el Norte, el campo de golf de Porto Santo se ve reforzada por los altos acantilados de la isla y combina las mejores características de los cursos de enlaces británicos con un paisaje espectacular, proporcionando un desafío irrepetible para los golfistas. Entre sus hoyos más impresionantes son los números 13, 14 y 15, que se extienden a lo largo de la cima del acantilado, y permiten a los jugadores disfrutar de unas magnificas vistas sobre el mar, ya que contemplan la costa irregular ■

Spreading out over the idyllic island of Porto Santo, one of the Madeira Islands, the layout of Porto Santo golf course takes advantage of the native plant species and the various existing lakes. Spectacular views, the breeze of the ocean, contact with untouched nature, great weather throughout the year, etc. make of Porto Santo golf course a must during the whole year. The Porto Santo golf course is an extensive and demanding course set in a spectacular landscape. It is divided in two distinctive parts: on the South, it comes close to the traditional style of the best American courses, with a number of lakes and the island's long beach as a backdrop. Porto Santo golf calls for a good and accurate long game. The abundance of strategically placed lakes is a good test of any golfer's power of concentration. On the North, Porto Santo golf course is enhanced by the island's high cliffs and combines the best features of British links courses with spectacular scenery, providing an unrepeatable challenge for golfers. Amongst its most impressive holes are numbers 13, 14 and 15, which run along the cliff top and allow players to enjoy magnificent views over the sea as they contemplate the jagged shoreline ■

SANTO DA SERRA

Santo da Serra Golf es un curso original en Madeira, construido en 1937. Fue rediseñado en 1991 por el famoso arquitecto de golf Robert Trent Jones, quien creó una nueva y espectacular campo de golf de 27 hoyos en uno de los paisajes más bellos que la naturaleza puede ofrecer. Los Palheiro y Porto Santo campos de golf son los que normalmente se juegan en el Abierto de Madeira, mientras que el Curso Serras ligeramente llano, y mantener el mismo nivel de juego. El éxito de las ediciones anteriores ha atraído la participación de los más prestigiosos jugadores de golf del Tour Europeo, como Severiano Ballesteros, Lee Westwood, Retief Goosen, Mark James, Paul Lawrie, Sam Torrance, Constantino Rocca, Jarmo Sandelin y Alex Cejka. El Abierto de Madeira cuenta con un premio de 700.000 euros. Las estrellas del golf son testigos de la excelente calidad de los fairways y greens de Santo da Serra. Semi-roughs y roughs proporcionan evidencia del cuidado meticuloso dado a las condiciones de los cursos. Las impresionantes vistas añadir a su placer de jugar. En Santo da Serra, uno de es verdaderamente en un jardín botánico, adornada con cuatro lagos hermosos, llenos de árboles que dan sombra del sol Atlántico brillante ■



Santo da Serra Golf is an original course in Madeira, built in 1937. It was redesigned in 1991 by the famous golf architect Robert Trent Jones who created a completely new and spectacular 27 hole golf course in one of the most beautiful landscapes that nature may offer. The Palheiro and Porto Santo golf courses are the ones that are usually played on the Madeira Island Open, while the Serras Course slightly plain, and maintain the same game level. The success of the previous tournaments has attracted the participation of the most prestigious golf players of the European Tour, such as Severiano Ballesteros, Lee Westwood, Retief Goosen, Mark James, Paul Lawrie, Sam Torrance, Constantino Rocca, Jarmo Sandelin and Alex Cejka. The Madeira Island Open has prize money of Euros 700.000. The golf stars are witnesses of the excellent quality of the fairways and greens of Santo da Serra. Semi-roughs and roughs provide evidence of the meticulous care given to the courses conditions. The amazing views add to their playing pleasure. In Santo da Serra, one's is truly in a botanical garden, ornamented with four beautiful lakes, full of trees that give shade from the brilliant Atlantic sun ■



AZORES



Sientase vivo.

www.visitazores.com

- Pasear en manga corta en pleno octubre.
- Bucear en aguas calientes y cristalinas.
- Ver el calendario para recordar qué día es hoy.



Sete Cidades - São Miguel

Situadas en el corazón del Atlántico, las Azores reúnen las condiciones ideales durante todo el año para la práctica del submarinismo, la observación de cetáceos, paseos, golf, geoturismo y muchas otras experiencias en la Naturaleza. Conozca un Patrimonio de la Humanidad único y aproveche para deleitarse con la gastronomía rica en productos naturales del archipiélago. Las Azores. Un lugar vivo, mágico y seguro donde los días nunca son iguales.



www.visitazores.com



AZORES

En la inmensidad azul del Atlántico, la madre naturaleza creó una tierra repleta de belleza natural y que espera a que la exploren: el archipiélago de las Azores

Al este, en la isla de Santa María, las playas son cálidas y de arena clara, y los viñedos que cubren las laderas dispuestas en anfiteatro recuerdan a escaleras para gigantes. São Miguel, la mayor isla, cautiva por sus lagunas de Sete Cidades y de Fogo. La fuerza que emana de la tierra se deja sentir en los géiseres, en las aguas termales calientes y en los lagos volcánicos, así como en el sabroso "cocido de Furnas", que se cocina lentamente en el interior de la tierra.

En el Grupo Central, las islas Terceira, São Jorge, Pico, Faial y Graciosa se disponen armoniosamente en el mar azul en el cual rondan ballenas y delfines que hacen las delicias de los visitantes. Terceira habla de la historia en sus fiestas y también en Angra do Heroísmo, catalogada como Patrimonio Mundial. Faial es el fresco azul de las hortensias, el puerto deportivo coloreado por las pinturas de los navegantes llegados de todo el mundo y el volcán de Capelinhos que, ahora inactivo, recuerda a un paisaje lunar. Enfrente, Pico, la montaña que nace del mar con sus viñedos plantados en negros campos de lava, un cultivo único que también está considerado Patrimonio de la Humanidad. En São Jorge, destacan las fajãs y su queso, especialidad única y de sabor inconfundible. Graciosa de nombre y de apariencia, esta isla verde tiene campos cubiertos de viñas que contrastan con sus peculiares molinos de viento.

En el grupo occidental, en la isla de Flores, nos deslumbró la belleza de las cascadas naturales y de las lagunas excavadas por volcanes. Corvo, la isla miniatu- ra, tiene en su centro una amplia y bella caldera y atrae a varias especies de aves venidas no solo del continente europeo sino también del americano.

Estas son las Azores. Nueve islas, nueve pequeños mundos, que tienen tanto en común como de diferente, pero en las que la todos sus habitantes comparten su simpatía. ■

AZORES

Mother Nature has created a land full of natural beauty, ready to be explored, in the blue immensity of the Atlantic Ocean: the Azores

To the East, on the island of Santa Maria, the beaches of warm white sand are inviting, and the vineyards covering the slopes like an amphitheatre resemble giant staircases. São Miguel, the largest island, is seductive with its Sete Cidades and Fogo Lagoons. The power that emanates from the earth is felt in the geysers, hot thermal waters and volcanic lakes, as well as in the tasty "Cozido das Furnas" slowly cooked inside the earth.

In the Central Group, the islands of Terceira, São Jorge, Pico, Faial and Graciosa are set harmoniously in the deep blue sea, where whales and dolphins can be spotted, to the delight of visitors. On Terceira, the World Heritage town of Angra do Heroísmo, as well as its festivals, is steeped in history. Faial is the cool blue of the hydrangeas, the marina painted colourfully by yachtsmen from all over the world and the extinct Capelinhos volcano, which resembles a lunar landscape. In front is Pico, a mountain that emerges from the sea, with vineyards planted in black lava fields, a unique culture that also has World Heritage status. On São Jorge, the highlights are the Fajãs and the cheese, a unique specialty with an unmistakable flavour. Graciosa, graceful in both name and appearance, is an island of green fields covered with vineyards that contrast with its peculiar windmills.

In the Western group, on the island of Flores, the beauty of the natural waterfalls and lakes carved out by volcanoes is dazzling. The tiny island of Corvo has a broad, beautiful crater at its centre, and attracts many species of birds coming from both Europe and America.

These are the Azores. Nine islands, nine small worlds that have as many similarities as differences, but where the friendliness of their inhabitants is shared by all ■

Para reservas de paquetes de golf para Las Azores, lo pueden hacer a través de la Agencia de viajes ALISGOLF:

www.alisgolf.com

BATALHA GOLF

El Azalea Batalha Golf está situado en la costa norte de São Miguel, a sólo 10 minutos del centro de la capital, Ponta Delgada en las Islas Azores de Portugal. Batalha Azalea Golf es el campo de golf más nuevo en las hermosas islas de las Azores. Tal es la belleza y el desafío de la azalea, el campo de golf Batalha alojado en su año inaugural, dos eventos del PGA EuroPro. La primera vez que la gira se ha movido fuera de la Europa continental. Este impresionante campo de golf de Batalha consta de 27 hoyos establecidos en un sitio histórico, uno de los mayores campos de golf en Portugal. Diseñador de Golf Bob Cameron presenta los 27 hoyos en tres bucles de nueve con múltiples tees de salida, de tal manera que cualquier combinación de A, B o C que A + B, B + C o C + A-hacer 18 agujeros se dar un par de 72, con largos fairways generosos y amplios greens excelentes. Construida en piedra volcánica, la disposición de Batalha Azalea Golf fue diseñado en armonía con el paisaje natural de las Azores. Campo de golf de Batalha es una mezcla de enlaces y bosques con vistas impresionantes sobre el mar-sobre todo en los últimos nueve hoyos-y el paisaje extraordinario, todos los cuales destacan el azul del Océano Atlántico y los hermosos lugares de delicados pastos contrastantes. Los golfistas podrán ver ballenas, delfines y marsopas retozando en el mar junto con el curso, ya que las islas son calentadas por la corriente del Golfo ■



The Batalha Azalea Golf Course is situated on the north coast of São Miguel, just 10 minutes from the centre of the capital, Ponta Delgada in the Azores Islands of Portugal. Batalha Azalea Golf Course is the newest golf course on the beautiful islands of the Azores. Such is the beauty and challenge of Azalea, the Batalha golf course hosted on its opening year, two PGA EuroPro events. The first time the tour has moved outside Continental Europe. This stunning Batalha golf course consists of 27 holes set on an historic site, one of the largest golf courses in Portugal. Golf designer Bob Cameron presents those 27 holes in three loops of nine with multiple tee boxes in such a way that any combination of A, B or C-that is A + B, B + C or C + A-to make 18 holes will give a par of 72, with long wide generous fairways and excellent greens. Built on volcanic rock, the layout of Batalha Azalea Golf was designed in harmony with the natural landscape of the Azores. Batalha golf course is a mixture of links and woodland offering breathtaking views over the sea -particularly on the back nine- and the extraordinary landscape, all of which highlight the blue of the Atlantic Ocean and the contrasting beautiful green pastures. Golfers will see whales, dolphins and porpoises frolicking in the sea alongside the course, as the islands are warmed by the Gulf Stream ■

FURNAS GOLF

El Furnas Cedars Golf Course está situado en una de las zonas más bellas de San Miguel, una de las islas Azores. El campo de golf se encuentra cerca del hermoso Lago Furnas uno de los lagos más grandes y atractivos de la isla, famosa por sus aguas termales. Esta visión gloriosa también toma en el impresionante valle de los cedros, que es famoso por su vegetación tropical, y el agua mineral: todos los nombres de los lugares que demuestran claramente el origen volcánico de las islas, que ofrecen el clima ideal para la práctica del golf durante todo el año. El campo de golf de 9 hoyos originales de Furnas se completó en 1939 con el diseño de Ross MacKenzie, quien es probablemente el más conocido para el campo de golf de Estoril, cerca de Lisboa y por su trabajo en la restauración, desde cerca de la ruina, los mundialmente famosos cursos de Ailsa y Arran en Turnberry en Escocia. Extendido en 1990 bajo la supervisión de los diseñadores de campos de golf británico, Cameron Powell Associates, el campo de golf de 18 hoyos llenos de Furnas es ahora un par 72. ■



The Furnas Cedars Golf Course is situated in one of the most beautiful parts of São Miguel, one of the Azores islands. The golf course is close to the beautiful Furnas Lake one of the largest and most attractive lakes on the island, famous for its hot springs. This glorious view also takes in the stunning Cedars valley, which is famous for its tropical vegetation, and mineral water: all place names clearly demonstrating the volcanic origins of these islands, which offer the ideal climate for playing golf all the year round. The original 9-hole golf course of Furnas was completed in 1939 to the design of MacKenzie Ross, who is probably best known for the Estoril Golf Course near Lisbon and for his work in restoring, from near ruin, the world famous Ailsa and Arran courses at Turnberry in Scotland. ■ Extended in 1990 under the supervision of the British golf course designers, Cameron Powell Associates, the full 18 hole golf course of Furnas is now a par 72. ■



ILHA TERCEIRA

El Club de Golf de Terceira Island se encuentra a pocos kilómetros de Angra do Heroísmo y Praia da Vitória, en la isla Terceira. Es considerado como el más fácil de jugar de los tres campos de golf en las Azores. Sin embargo, no creo que va a ser un juego aburrido: las calles son anchas y los pocos bunkers casi impiden el camino. El paisaje de Ilha Terceira Golf Course es fascinante, con árboles, colinas bajas y pequeños lagos, donde se ven las azaleas y hortensias hermosas. El Pro Shop de Terceira Golf Course está bien surtido de golosinas "golf" a precios muy atractivos. ■

The Terceira Island Golf Club is located a few kilometres from Angra do Heroísmo and Praia da Vitória, on Terceira Island. It is considered the easiest to play of the three golf courses within the Azores. Nevertheless, do not think it is going to be a boring play: the fairways are wide and the few bunkers hardly impede the way. The scenery of Ilha Terceira Golf Course is fascinating, with trees, low hills and small lakes, where azaleas and beautiful hydrangeas are seen. The Pro Shop of Terceira Golf Course is well stocked with "golfing goodies" at very attractive prices. ■



AZORES GOLF ISLANDS

*INTRODUCING YOU TO THREE MORE WONDERS OF THE AZORES:
GOLF COURSES OF BATALHA, FURNAS AND TERCEIRA.*



Furnas Golf Course



Batalha Golf Course



Terceira Golf Course



www.azoresgolfislands.com

Become a Fan



Oklinegolf lanza el gadget de entrenamiento más versátil del mercado

Lo presentaron junto a Kiko Luna en Madrid Golf

Oklinegolf y Kiko Luna cierran un acuerdo de colaboración para la distribución y comercialización del Okline

Oklinegolf es una empresa cien por cien nacional, dedicada al desarrollo de ideas para el aprendizaje del golf y nace del ímpetu de mejorar el nivel de juego individual del golfista, ya sea a nivel amateur o profesional.

Después de un trabajo laborioso de ingenio y desarrollo, Oklinegolf ha creado y patentado el gadget de entrenamiento más versátil: el Okline. Un pequeño dispensador de cuerda, del cual salen cinco metros, en los cuales incorpora varias marcas de distancia (0,50m, 1m, 2m 3m, 4m y 5m) con el que se pueden realizar una infinidad de ejercicios para trabajar diferentes partes del swing (línea de putt, alineamiento, etc.)

Oklinegolf ofrece la posibilidad de personalizar su Okline, dando la opción a que tanto campos de golf, escuelas, profesores, tiendas y empresas puedan incluir su logo

Es sabido que en el golf, las partes más fundamentales son: la enseñanza y el entrenamiento, y es por eso que Okline es la herramienta perfecta. Y quién mejor que Kiko Luna (toda una vida dedicada a la enseñanza de este deporte) para colaborar y tutelar este magnífico proyecto.

Okline ofrece una gran variedad de ejercicios de trabajo, entrenamiento de putt (el cual nos ayuda a ver la línea y poder mecanizar el swing, trabajar distancias de putt, conseguir estadísticas, etc.), entrenamiento de chip (para marcar zonas de bote de la bola) y entrenamiento de golpes largos (alineamiento del cuerpo respecto a la bola).



Oklinegolf ofrece la posibilidad de personalizar su Okline, dando la opción a que tanto campos de golf, escuelas, profesores, tiendas y empresas puedan incluir su logo.

En resumen, Okline es un producto revolucionario, útil, versátil y pequeño ■

Información y contacto:
www.oklinegolf.com

¿QUIERES MEJORAR TU PUTT?

EL GADGET DE ENTRENAMIENTO MAS VERSATIL

Oferta de Lanzamiento **20€**

OkLineGolf

& Kiko Luna



Para entrenar el putt por debajo de la guía siendo esta la referencia de la línea a seguir.



Okline tiene una longitud de 5.5 mts de guía, con marcas a: 0.5, 1, 2, 3, 4 y 5 mts. para entrenar las diferentes distancias.



También Utilizado como Guía para Alineamiento en la moqueta de prácticas o en el tee del driving range.

OklineGolf es una herramienta imprescindible para todo jugador de Golf, escuelas y profesores.... "Además es un producto Personalizable"

www.oklinegolf.com | email: info@oklinegolf.com | © 2014 OkLineGolf | Tel. 93 778 72 79

Aprende a descansar mejor ¡Bienvenidos a una vida mejor!

Hoy Entrenador Personal os propongo un artículo que seguro que puede cambiar vuestra vida.

Con más de 26 años de experiencia en el mundo de la actividad física y como responsable del fitness, gimnasio y área

la mejor posición para dormir es la de lado y con una almohada entre piernas

de salud del Club Ciutat Diagonal quiero invitaros a descansar, dormir y levantaros mejor de ahora en adelante.

¿Sabías que la mejor posición para dormir es la de lado y con una almohada entre piernas!? (FOTO 1) Recomendada por médicos y fisioterapeutas esta posi-



ción nos permite descansar con la columna vertebral alineada y saca presiones a la articulación coxo-femoral.

También es muy interesante para reducir apneas del sueño o el roncar.

Durante la noche mientras descansamos nuestra columna se hidrata y hace una ligera descompresión vertebral, en cambio durante el día queda sometida a compresiones que hacen que vaya perdiendo esta hidratación.

Tanto es así que por la mañana podemos medir más que por la noche.

Esto lo provocan todas las "agresiones" a las que queda sometida la columna verte-

Durante la noche mientras descansamos nuestra columna se hidrata y hace una ligera descompresión vertebral



Disfruta de tu deporte favorito y relájate...

NACEX

Nosotros llevamos el material a tu destino, con total seguridad

- Evita las largas colas de facturación en aeropuertos.
- No cargues con tu bolsa por aeropuertos, taxis, autobuses y trenes.
- Asegúrate de que tu bolsa **llega** al destino y en **buen estado**.
- Controla dónde se encuentra tu equipaje en cada momento a través de nuestra web www.nacex.es

Puedes recibir o solicitar que te recojamos tu maleta en la dirección que quieras o pasarla a recoger o entregar por tu agencia **NACEX** más cercana. Tú eliges.

* Seguro incluido hasta 1000 € por bulto aportando factura

* Se recomienda la utilización de una bolsa adecuada para la protección del equipo.

* 1 bolsa por expedición

* Otros destinos nacionales e internacionales consultar con su agencia **NACEX** más cercana

Contacta con nosotros a través de:

NACEX



www.nacex.es

NACEXshop



www.nacexshop.com

Síguenos en:



@nacex

@NACEXclientes

@NACEXshop



blog.nacex.es/



[linkedin.com/company/nacex](https://www.linkedin.com/company/nacex)

[linkedin.com/company/nacexshop](https://www.linkedin.com/company/nacexshop)



[youtube.com/nacexmt](https://www.youtube.com/nacexmt)



Soluciones adaptadas a los envíos de tus maletas, tablas de surf, bicicletas, bolsas de golf, equipos de buceo, cajas...

Servicio gratuito de atención al cliente

900 100 000



(FOTO 1) (FOTO 2) (FOTO 3)

bral durante nuestro día a día (levantarnos mal, posiciones sedentarias y coger pesos, entre otros).

por la mañana podemos medir más que por la noche

Hoy aprenderemos a levantarnos por la mañana con la mecánica más recomendada posturalmente para vuestra columna vertebral.

¡Prestad atención a los fotogramas!

Poneís el brazo bajo la cabeza haciendo la función de almohada mientras giráis el cuerpo de lado y situáis la mano ante el pecho haciendo presión a la cama mientras el peso de las piernas os ayuda a levantaros.

No podemos olvidar que la actividad física nos ayudará a descansar mejor.

Es muy importante fortalecer la musculatura de la espalda, faja abdominal y lumbar, así como mejorar la flexibilidad de toda la cadena posterior de nuestro cuerpo, en especial piernas y glúteos.

Te esperamos en el Club Ciutat Diagonal con un amplio programa de actividades dirigidas y nuestra nueva sala de fitness donde encontrarás el ejercicio a tu medida para ponerte en forma y descansar mejor.



Xavi Maynou
Responsable fitness y gimnasio
Club Ciutat Diagonal
Certificado TPI - TPI Junior 2 y 3