

SOTA PAR

LA REVISTA DE GOLF DE CATALUNYA



nº 92
Revista gratuita
Diciembre - Enero



El Equipo Blanco
se lleva la Ryder Cup
en Sancti Petri



Paz Marfà y Lucas Vacarisas
ganan el Grand Prix Absoluto

ESPECIAL GOLF: Región de Murcia



**Per als amants
del GOLF i la vida
a la NATURA.**

**OBERT ELS
365
DIES DE L'ANY**

**A 30 minuts
de BCN i a 40
de Girona!**



**Hotel rural amb encant per jugar
al golf i descansar en un entorn de
natura immillorable, al bell mig del
Parc del Montnegre - El Corredor.**

**Al costat del Golf La Roca
i del Club de Golf Vallromanes.**

**A prop de La Roca Village
i amb nombroses activitats
per realitzar.**



T (+34) 938 412 579
M (+34) 638 267 034

www.masiacancanal.com
rural@masiacancanal.com

OFERTA ESPECIAL GOLF LA ROCA

1 nit hab. doble i 18 forats per a 2 jugadors + 2 dinars al restaurant Vilalba:	241 €
1 nit hab. familiar i 18 forats per a 4 jugadors + 4 dinars al restaurant Vilalba:	392 €
2 nits en hab. doble i 18 forats per a 2 jugadors + 2 dinars al restaurant Vilalba:	341 €
2 nits en hab. familiar i 18 forats per a 4 jugadors + 4 dinars al restaurant Vilalba:	502 €

Sumario

REVISTA NÚM. 92 • DESEMBRE 2015-GENER 2016



4
noticias



18
jugadores
en el green

20
psicología



23
especial golf
Reg. Murcia



36
destino
andalucía



46
entrenador
personal

Editorial

Balance positivo

Para empezar quiero dar las gracias a todos los jugadores y acompañantes que habéis participado en alguna prueba del Circuito Sota Par P&P Andalucía o Catalunya Cup. Circuitos que han estado marcados por el buen ambiente que reinó entre los participantes desde el principio hasta la última jornada. La temporada 2015 ha sido un éxito y hemos pasado unos días fantásticos de golf, pitch and putt y experiencias inolvidables. ¡Muchas gracias a todos!

Siguiendo con el tema, este año comenzará con importantes novedades para los Circuitos Sota Par y Cataluña Cup con el fin de conseguir que sean más interesantes y divertidos para los jugadores.

Espero que los reyes os traigan muchos regalos, es un buen momento para renovar el material de la bolsa de golf. También quiero felicitaros el Año Nuevo 2016, y desearos que sea un año lleno de alegría y éxitos para todos los que formamos la gran familia del golf y el pitch & putt catalán. ■

Depòsit Legal: B 22846-2014

Distribución: Exclusivamente a todos los clubs de Golf, Pitch & Putt, Par 3, Canchas, Tiendas Especializadas de toda Catalunya.

SOTA PAR no se hace necesariamente responsable del contenido de los artículos y mensajes comerciales de este número. Queda prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos de esta revista sin autorización previa.

TRAVEL & EVENTS, S.L. • Avda. Diagonal, 36 • 08019 BARCELONA

Tel. contacto 669 47 90 28

CONTACTO REVISTA: revista@sotapar.com CONTACTO PUBLICIDAD: golf@sotapar.com DISEÑO Y MAQUETACIÓN: iprdisseny@gmail.com

Lucas Vacarisas

gana el Catalunya Cup en Montanyà

Los pasados 17 y 18 de octubre se disputó la penúltima prueba del II Circuito Catalunya Cup Alisgolf 2015 con destino a Andalucía en el Golf Montanyà, un campo en perfectas condiciones y un clima agradable propició un perfecto fin de semana para la disputa del torneo



Para superar el reto que representa este recorrido los participantes debían establecer una buena estrategia para afrontar cada hoyo, aunque esta quedaría obsoleta sin precisión ya que colocar la bola en el punto exacto era fundamental para evitar los obstáculos y tener tiro a green en los dog-legs.

Después de una primera vuelta con resultados para todos los gustos y antes de encarar el hoyo 10, los jugadores pudieron reponerse del calor en la carpa instalada cerca del tee del 10, donde los jugadores saborearon un magnífico catering con refrescos, bebidas isotónicas, vino, cerveza San Miguel, cava Canals & Munné, Zumos Cuckoo, acompañado de tostadas aliñadas con aceite de máxima calidad Oleum Summ, jamón y embutidos ibéricos (La Reserva Ibérica), de butifarra blanca y negra (Can Pedret), lomo de salmón de primera calidad y brandada de bacalao Royal, tortilla de patatas y fruta para acabar con la variedad de cafés de cápsulas Stracto (Cafento).

En lo que al juego se refiere Lucas Vacarisas con 41 puntos se adjudicó la categoría scratch. La categoría hándicap inferior masculina fue para Robert Ros con



GOLF SANT VICENÇ DE MONTALT

**Juga per només 117 € al mes
de dilluns a diumenge**

Forma pagament anual o trimestral
Truca'ns i t'informarem ! 93 791 51 11

Ara és el teu moment !

**Gaudiràs d'un tracte immillorable
i un servei de qualitat a l'alçada
de les teves expectatives**

Clima ideal tot l'any

Estem al costat del mar !



**Tens a la teva disposició: Cafeteria, Restaurant,
Pro-shop, Buggies, Camp de Pràctiques, Putting Green,
Sala de Reunions i Salons Privats.**



Carrer del Balís, 9 • 08394 Sant Vicenç de Montalt (Barcelona)
Tel (34) 93 791 51 11 • recepcion@golfsantvicens.es • www.golfsantvicens.es

**Presentant aquest cupó
BONO BUGGIE
de 10 sortides GRAT
(valor 168 €)**



Mick Walsh



Victor Balaguer



Michael Kienzler, Francisco Montero y Pilar Rodriguez



Mick Walsh, Paul Erik Glover, Michael Beare

GOLF MONTANYÀ

Scratch

1	Jordi Sanso Alberich	41
2	Jordi Bach Ribas	34
3	Maria PiÑeiro Llagostera	32
4	Tomas Millet Esteve	29
5	Manel Bardaji Felez	28

Handicap Inferior Masculino

1	Jordi Bach Ribas	40
2	Luis Perez Alvarez	38
3	Sergio Unsain Romero	37
4	Esteve Bach Lahor	37
5	Eric Montaner Rovira	37

Handicap Medio Inferior Masculino

1	Miquel Calpe Carbonell	39
2	Antonio Yuste Rosal	38
3	Oscar Alegre Ribalta	35
4	Luis Sanchez Robles	34
5	Michael Eugene Robson	33

Handicap Medio Superior Masculino

1	Antoni Rossello Rofes	38
2	Albert Juan Larrea	36
3	Josep Moragas Freixa	34
4	Francisco A. Ontiveros Lastres	34
5	Pedro Salom Tord	33

Handicap Superior Masculino

1	Miquel Sellares Colomer	47
2	Magi Foraste Giravent	38
3	Francisco Montero Crespo	36
4	Alberto Rios Ruiz	35
5	Enrique Ramirez Belmonte	33

Femenino

1	Nina Rissi Miozzo	38
2	Eva Vilagut Orta	38
3	Maria PiÑeiro Llagostera	37
4	Carmen Cano Garcia	37
5	Maria Pilar Rodriguez Diaz	35



Luis Sánchez



Pilar Montero

La categoría hándicap inferior masculina fue para Robert Ros con 38 puntos

38 puntos stableford mientras que las categorías hándicap medio inferior fue para Ricard Palà con 38 puntos y la hándicap medio superior fue para Antoni Gual con 38 puntos el hándicap superior fue para Cesar Duran con 47 puntos. En hándicap femenino, el inferior fue para M^a Àngeles Suñer con 38 puntos.

Una vez jugados los 18 hoyos aguardaba la carpa de recogida de tarjetas donde además los jugadores pudieron degustar

el hándicap superior fue para Cesar Duran con 47 puntos

un gintónico Premium con la ginebra London Hill combinada con la variedad de tónicas Schweppes Premium.

Golf Travel Events agradece a todo el equipo humano del Golf Montanyà el trato dispensado tanto a la organización como a los jugadores ■



2016

I CIRCUITO 2016

Catalunya Cup

ENERO

9 y 10 COSTA DORADA
23 y 24 RCG EL PRAT

FEBRERO

13 y 14 SANT VICENÇ
27 y 28 GOLF BARCELONA

MARZO

12 y 13 METROPOLITAN
24 al 28 LA FINCA

ABRIL

9 y 10 MONTANYA
22 y 23 TERRAMAR

MAYO

14 -15 -16 MARGAS
28 y 29 VALLROMANES

JUNIO

11 y 12 COSTA BRAVA
24-25-26 PANORAMICA

6 categorías
individuales

Competición
por equipos

Premio en todos
los hoyos



Carpa de
avituallamiento

Área de entrega
de tarjetas

Carpa de gintonics
hoyo 19

+ Información e inscripciones 937 937 929 • 669 479 028 • info@golftravevents.com

golftravevents.com



Reus acoge la última prueba del II Catalunya Cup 2015

El joven Jordi Bach logró una gran victoria absoluta en el II Circuito Catalunya Cup Alisgolf 2015, disputado desde junio a octubre

La última prueba se jugó en el campo de Reus Aigüesverds en Tarragona. La dificultad de este campo par 71 no radica en la distancia, sino en los diversos lagos, los bien situados bunkers, i la estrechez de algunas calles. Durante todo fin de semana los participantes pudieron disfrutar de un clima muy agradable para la práctica del golf.

Todos los participantes salieron del tee del 1 donde comenzaba la emoción por conseguir el premio de una Estancia de 5 días/4 noches en Sancti Petri

Todos los participantes salieron del tee del 1 donde comenzaba la emoción por conseguir el premio de una Estancia de 5 días/4 noches en Sancti Petri.

La concentración de los jugadores y los afinados golpes de salida daban por hecho que la competición iba a estar muy reñida.



Ganadores del Circuito



Ganadores de campo

en handicap inferior fue Rafael Zubiría fue el gran triunfador

Una vez jugados los primeros nueve hoyos los participantes pasaban por las carpas de avituallamiento donde recuperaron energías en este caluroso fin de semana a base de refrescos, bebidas isotónicas, vino, cerveza San Miguel, cava Canals & Munné, Zumos Cuckoo, acompañado por tostadas aliñadas con aceite de máxima calidad Oleum Summ, jamón y embutidos ibéricos (Reserva Ibérica) montaditos de Butifarra blanca y negra (Can Pedret), lomo de salmón y brandada de bacalao de primera calidad Royal y de postre fruta y una amplia variedad de cafés de cápsulas Stracto (Cafento).

En la categoría scratch, el jugador local Sixte Abad, consiguió el triunfo. En las categorías con handicap Albert Moreu con 37 puntos se hizo con el handicap inferior mientras que Luis Sánchez también con 37 puntos ganaba el handicap medio inferior. En el medio superior Abel Bicardí logró una importante victoria con

39 puntos y Francisco Ballesteros con 36 se llevó el handicap superior. La categoría femenina estuvo dominada por Carme Monné que además de ganar la prueba se afianzó en el liderato de la general.

Paralelamente a la final del Circuito de disputó un Torneo al mejor de 18 hoyos y otro al mejor de 36 hoyos. Sixte Abad también logró el triunfo en la categoría 18 hoyos handicap inferior mientras que Abel Bicardí lo hacía en el handicap superior.

Jordi Bach ganador absoluto del Circuito

Mucha igualdad en los primeros puestos por lo que respecta a las clasificaciones acumuladas aunque en scratch Jordi Bach fue el claro vencedor mientras que en handicap inferior fue Rafael Zubiría fue el gran triunfador. En las categorías handicap medio Manuel Mohedano Sánchez se impuso en inferior mientras que Albert Juan lograba ascender hasta el primer

Albert Juan lograba ascender hasta el primer puesto en el medio superior

En handicap superior Carles Picó se hizo con la victoria final mientras que la categoría femenina fue para Carme Monné

puesto en el medio superior. En handicap superior Carles Picó se hizo con la victoria final mientras que la categoría femenina fue para Carme Monné.

Una vez finalizado el torneo los participantes se detenían en la carpa Gin-Tònic donde pudieron degustar los clásicos gintónico que combinan ginebra London Hill con una amplia variedad de tónicas Premium de Schweppes.

Finalizado el Circuito, han conseguido una estancia en Sancti Petri:

Jordi Bach, Raul Bicardí, Luís Pérez, Rafa Zubiría, Victor Balaguer, Mick Walsh, Manuel Mohedano S., Toni Pijoan, Ricard Palà, Albert Juan, Manel Tomé, Abel Bicardí, Carles Picó, Francisco Montero, Alberto Ríos, Carme Monné, Pilar Montero y Fina Ribas ■



Equipo RADSA

REUS AIGÜESVERDS

Scratch

1	Sixte Lopez Abad	32
2	Albert Moreu Garcia	29
3	Marc Pico Gorina	29
4	Victor Balaguer Santacreu	26
5	Michael Walsh	26

Handicap Inferior

1	Sixte Lopez Abad	37
2	Albert Moreu Garcia	37
3	Montserrat Rocamora Batalla	36
4	Victor Balaguer Santacreu	36
5	Antoni Pico Oro	36

Handicap Medio Inferior

1	Luis Sanchez Robles	37
2	Miguel Claramunt Vicente	37
3	Antoni Pijoan Calonge	35
4	Toni Garcia Ramos	33
5	Jose Esteban Lopez Lozano	33

Handicap Medio Superior

1	Abel Bicardi Quero	39
2	Manuel Tome Castro	37
3	Jordi Salvado Rius	36
4	Albert Juan Larrea	34
5	Francesc Piro Barri	29

Handicap Superior

1	Francisco Ballesteros Ramirez	36
2	Jordi Serentill Estruch	34
3	Francisco Montero Crespo	29
4	Alberto Rios Ruiz	28
5	Quim Pallares	27

Femenino

1	Carme Monne Cervera	39
2	Carmen Alvarez Lachica	35
3	Maria Rosa Monclus Lopez	32
4	Cristina Vazquez Galera	31
5	Fina Ribas Gil	26

Marta Estany y Angel Calatayud, nuevos campeones de Catalunya Senior

La jugadora de Cerdaña y el sénior de Can Cuyàs, son los nuevos campeones después de imponerse en Costa Dorada

Marta Estany, gracias a una segunda vuelta de 80 golpes, acumuló un total de 159, para proclamarse nueva campeona de Catalunya Individual Senior, después de dos jornadas de juego en el Club de Golf Costa Dorada (Tarragona). Estany, una de las grandes favoritas, firmó el primer día 79 impactos, uno por detrás de Teresa Casas, que no pudo mantener el liderato final, al sumar 85 golpes el domingo.

A pesar de ello, logró el subcampeonato Stroke play, con un total de 163 golpes, a cuatro de la ganadora. La tercera plaza fue para M^a Elena Jaureguizar, que también entregó una tarjeta de 85 golpes el segundo día, por un total de 164, uno por detrás de Casas. En la clasificación femenina Handicap, la mejor clasificada fue Josefina Tarazaga (El Prat), que acabó con un total de 138 golpes, después de dos vueltas de 69 impactos.

Por su parte, en el torneo masculino stroke play, la victoria y por tanto, el título de nuevo campeón de Catalunya fue para Angel Calatayud, de Can Cuyàs, después de una segunda vuelta de 76 golpes, por

En la clasificación femenina Handicap, la mejor clasificada fue Josefina Tarazaga (El Prat), que acabó con un total de 138 golpes

un total de 148. Calatayud logró cuatro golpes de ventaja sobre el segundo clasificado, Agustín Camacho (Sant Cugat), que finalizó con 152, mientras la tercera plaza fue para Ronald Guerín (Terramar), con 155 impactos. En la clasificación Handicap, triple empate en cabeza, con Calatayud, Agustín Camacho (Sant Cugat) y Josep Maria Nolla (Costa Dorada), con 142 golpes ■



Marta Estany



Angel Calatayud



Fina Tarazaga



THOT®

IP COMUNICACIONS

Vols estalviar en telefonia i energia a la teva empresa?



SEU CENTRAL:

C/ Bartrina, 121 - 08226 Terrassa

Tel. 935 951 951

info@thot-ip.com
www.thot-ip.com

Contacti per rebre informació detallada de les nostres ofertes i serveis.



Consultors en Comunicació i Energia

THOT®
IP COMUNICACIONS

Fixa
Internet
Mòbil

Panasonic

A⁺STR^A

NEC

Can Cuyàs, campeón de la III Lliga del Comité Juvenil de la FCG

Reunión del Presidente del CSD, con los clubes catalanes

La III edición de la Lliga del Comité Juvenil 2015, se decidió en Golf Costa Brava e hizo falta ir a buscar los ups de diferencia para decidir al campeón del torneo. Y el que se llevó la victoria en la competición que cierra la temporada del Comité Juvenil fue Can Cuyàs Golf, que se impuso a Golf Costa Brava, por 17-9 después que ambos equipos finalizaran con empate a cuatro puntos.

Una igualdad total, que mereció casi el premio para ambos conjuntos por su buen nivel de juego en sus parejas de jugadores cadetes, infantiles, alevines y benjamines, que lucharon hasta el último hoyo. Pero alguien tenía que llevarse la Copa y fue el equipo de Can Cuyàs, que lograba su primer título de la Lliga y tomaba el relevo al RCG El Prat, ganador de las dos primeras ediciones.



Tras dejar en la cuneta en semifinales a Lumine y Costa Dorada, ambos equipos empataban a cuatro puntos y fueron los ups los que acabaron marcando la diferencia. Can Cuyàs acumulaba 17 por solo 9 de Costa Brava, sentenciado el título para el equipo del club del Baix Llobregat. En la lucha por el tercer puesto, victoria de Lumine sobre Costa Dorada por un claro 6-2 ■

Sebas Lorente cierra la temporada con éxito en Portugal

Sebas Lorente cerró la temporada 2015 con su participación en el Algarve Open, disputado en el campo portugués de Vila Solf Golf Resort, y lo hizo con una buena actuación, finalizando cuarto en la categoría Stableford después de dos jornadas de competición. El primer día lideraba la clasificación el israelí Shlomo Ivgi, con 32 puntos, seguido del Checo Jakub Kovarik (29) y Lorente, con 27. "Jugué muy bien pero estuve muy flojo en los greens", explicaba el presidente del Comité de Golf Adaptado de la FCG.



En la segunda jornada, Kovarik realizó una magnífica vuelta de 34 puntos para un total de 63 y se alzó con la victoria en Portugal, por delante de Ivgi (59 puntos) y Grossia (57). "Tres fallos tontos en tiros fáciles a green, tres putts desde cerca en el 17 y una bola injugable en el búnker del 18, hicieron que en esos tres hoyos sólo sumara un punto", dejando el resultado de la segunda vuelta de Sebas en 26 puntos, para un total de 53 que le dieron la cuarta plaza final en el campo portugués. Un resultado que le permitía cerrar la temporada de la EDGA como primero en el Ranking Europeo del 2015 en la categoría de silla de ruedas stableford y segundo en el ranking de la categoría general stableford ■



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

Canals & Munné gana 3 medallas en el Concurso Mundial de Bruselas

Una en el Decanter World Wine Awards y un Zarcillo de Oro

En el Concurso Mundial de Bruselas que este año ha celebrado su 22ª edición en Jesolo (Italia) y en el que se han presentado 8.020 vinos, procedentes de 50 países, que fueron evaluados por más de 300 profesionales entre enólogos, sommelieres, periodistas especializados, importadores de 58 nacionalidades y expertos internacionales, se han otorgado a la bodega CANALS & MUNNÉ de Sant Sadurní d'Anoia, la capital del cava, un total de 3 medallas, 1 de oro para el cava AVIA LOLA (Rosé Pinot Noir But) y dos de plata para los cavas 1915 by C&M (Gran Reserva Brut Nature) y el INSIGNIA (Gran Reserva Brut Nature).

El cava INSIGNIA, a su vez, también se ha merecido una medalla de bronce en el Decanter World Wine Awards, concurso que convoca anualmente la revista DECANTER, la publicación especializada en vino más importante de Inglaterra y cuyos premios se consideran unos de los más prestigiosos del mundo y están cata-

1915
2a versión



logados como los oscars del vino y un Zarcillo de Oro, único en su categoría, en los Premios Zarcillo, posiblemente los premios nacionales de mayor importancia.

Tres reconocimientos más a la tradicional calidad de los cavas y vinos Canals & Munné que como ya viene siendo habitual están presentes en el palmarés de los concursos más reconocidos que tienen lugar en el mundo ■



INSIGNIA
GRAN RESERVA
nueva
presentación
2015

AVIA LOLA
ROSAT
nueva
presentación
2015



El Fòrum Gastronòmic Girona 2015, un referente de la gastronomía

El Forum Gastronòmic Girona 2015 ha vuelto a dejar patente que es el evento líder y el referente indiscutible para los profesionales y los amantes de la gastronomía

La feria, que ha registrado un lleno absoluto durante los tres días, ha sido uno de los principales puntos de atracción. Por ella han paseado los profesionales y han podido descubrir numerosas novedades entre los más de 160 stands que representan más de 500 marcas. La apuesta del Forum junto con un gran número de expositores, escogiendo materiales nobles y sostenibles para sus stands para conseguir un diseño del espacio innovador y cuidadoso, ha sido uno de los factores más valorados por el público asistente. Los mismos expositores han mostrado su satisfacción por el volumen de negocio generado, especialmente el domingo, muy superior a ediciones anteriores. Así también cabe destacar los numerosos intercambios comerciales que han hecho las empresas expositoras.

Las próximas destinas de Fòrum Gastronòmic serán del 23 al 26 de octubre de 2016 el Foro se celebrará en Barcelona y en 2017 volverá a Girona ■



FOTO: Pere Duran



RESERVA IBÉRICA

APASIONADOS DEL JAMÓN®



BARCELONA

Rambla de Catalunya, 61

SANT CUGAT

Francesc Moragas, 26

ZARAGOZA

Paseo de la Independencia, 5

PALMA DE MALLORCA

Blanquerna, 8

JAPÓN

www.reservaiberica.jp

HONG KONG

www.reservaiberica.hk

WWW.RESERVAIBERICA.COM

Información FRANQUICIAS: info@reservaiberica.com

Paz Marfà y Lucas Vacarisas, campeones del Grand Prix Absoluto

La jugadora del RCG El Prat y el jugador de Golf El Montanyà, se proclamaron campeones del circuito de la FCG después de completarse la 14 pruebas del ranking, que concluyó en Golf d'Aro

Paz Marfà y Lucas Vacarisas son los nuevos campeones del Grand Prix Absoluto, disputado a lo largo del 2015 y formado por un total de 14 pruebas puntuables para el Ranking de la FCG. El Grand Prix en noviembre, con el Trofeo Club d'Aro Mas-Nou, con victoria para Elia Folch (Sant Joan), en categoría femenina, y Jordi Ferrer (PGA Catalunya),

en la masculina. Una vez concluida la competición, Paz Marfà acumuló un total de 593 puntos. Marfà superó a María Piñeiro, que acabó con 562 mientras la tercera plaza fue para Marta Trillo, con 524.

Por su parte, en la categoría masculina, victoria final para el jugador de Golf El

Montanyà, Lucas Vacarisas, que totalizó 601 puntos después de participar en ocho pruebas del calendario del Grand Prix Absoluto 2015. Por detrás de Vacarisas, se clasificaron, en la segunda plaza, el jugador del RCG El Prat, Jordi Panés, con 581 puntos mientras la tercera plaza fue para su compañero del Prat, Víctor García-Broto, con 543 ■



Paz Marfà



Lucas Vacarisas

Borja García y María Trallero, campeones del Grand Prix +35 años

Finalizó el Grand Prix para Mayores de 35 años, organizado por la Federación Catalana de Golf, con victoria de los dos jugadores de la FCG tras completarse el calendario de las ocho pruebas en Golf Platja de Pals

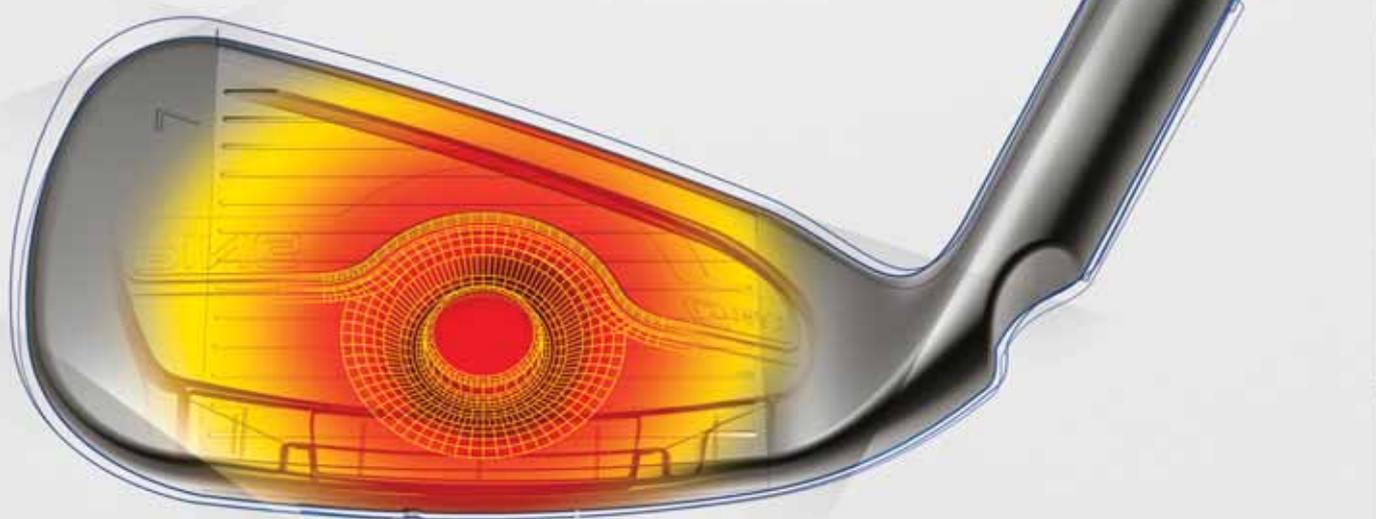
Borja García Echevarrieta, con un total de 234 puntos y María Trallero, en la competición femenina, con 133, son los ganadores del Grand Prix 2015 para Mayores de 35 años, que finalizó en Platja de Pals. García Echevarrieta dominó con claridad la competición y no hizo falta

que participara en la última prueba, al lograr suficiente ventaja sobre sus perseguidores para llevarse el triunfo. El jugador de Vallromanes acumuló un total de 234 puntos, mientras la segunda plaza fue para Guillermo Arola, con 167 y la tercera plaza, para Guillermo Prats, con 165.

En categoría femenina, la ganadora del Grand Prix fue María Trallero, que acumuló un total de 133 puntos mientras que su inmediata perseguidora, la jugadora sénior Marta Estany, se quedó en 100 puntos y Nuria Araquistain acabó tercera, con 57 ■

EL NUEVO HIERRO **GMAX**

CON UN CORAZÓN MÁS GRANDE



INTRODUCIMOS LA TECNOLOGÍA **COR-EYE**

Con los nuevos hierros PING GMax, hemos creado nuestro hierro más largo hasta la fecha a través de la Tecnología COR-Eye, un diseño revolucionario que incrementa la velocidad de la bola en toda la cara del palo. En línea con el compromiso de "ingeniería sin sacrificio" de PING, el hierro GMax aporta todo lo que usted necesita para alcanzar) más greens y lo que es más importante, sujetar la bola en ellos. Hágase un fitting hoy o visite ping.com. Lo agradecerá.

ALCANCE MÁS GREENES. SUJETE LA BOLA EN ELLOS.

La activación simultánea de la suela, la cara y la parte superior de la cabeza crean un efecto trampolín en la cara que aporta hasta 3 millas más por hora a la bola respecto a modelos anteriores en PING.



**MÁXIMA
DISTANCIA
MÁXIMA
TOLERANCIA**

Pep Angles gana la última prueba del Pro Tour Catalunya 2015 en Terramar

El joven jugador de Llavaneras se impuso en la última prueba de la temporada del circuito profesional catalán, con una tarjeta de 68 golpes en su primera aparición

Golf Terramar acogió el último evento del circuito profesional de la temporada 2015 de la Catalunya Pro Golf Associats (CPGA) con victoria del joven debutante Pep Angles. El profesional de Llavaneras firmó una vuelta de 68 golpes, para imponerse a los 60 jugadores, entre profesionales y amateurs, que participaron en la quinta y última prueba de la temporada en el campo de Sitges. Angles superó por un solo golpe a Juan Antonio Bragulat, mientras que la tercera plaza, con 72 golpes, la compartieron los jugadores del RCG El Prat, Pablo Torres y Rubén González, la profesional femenina, Carolina González e Ivó Giner (Sant Cugat).

La victoria entre los amateurs correspondió finalmente a Jorge Olmos, que superó



en el desempate a Jordi Sanso después que ambos firmaran una vuelta de 73 golpes. Y en el torneo se decidía también el nuevo campeón del ranking CPGA 2015, que finalmente recayó en el jugador de Vallromanes, David Morago. Ivó Giner, que luchaba por superar a Morago, se tuvo que conformar con la segunda plaza final ■

La victoria entre los amateurs correspondió finalmente a Jorge Olmos, que superó en el desempate a Jordi Sanso

en el desempate a Jordi Sanso después que ambos firmaran una vuelta de 73 golpes. Y en el torneo se decidía también el nuevo campeón del ranking CPGA 2015, que finalmente recayó en el jugador de Vallromanes, David Morago. Ivó Giner, que luchaba por superar a Morago, se tuvo que conformar con la segunda plaza final ■



Jordi Sanso

La semana más trepidante de Carles Pigem



Carles Pigem

Increíble semana la del ilerdense Carlos Pigem. El jugador de Raimat, que disputa el Tour Asiático de manera regular, participó en la final de la Escuela de Calificación, que se disputaba en noviembre en el PGA Catalunya Resort.

Pigem completó las cuatro jornadas con un total de 291 golpes (+7), aunque como era consciente de que no iba a poder participar en las dos rondas finales, dejó Girona a toda velocidad para embarcarse rumbo a Filipinas, donde se disputaba el Manila Masters. Pigem llegó al destino la misma madrugada del jueves, pocas horas antes de empezar el torneo, y ni tan siquiera tuvo tiempo de tirar bolas ni de dormir. Pero el ilerdense, no solo aguantó el atracón de horas de viaje sin descanso, sino que brilló desde el primer día en el torneo y llegó a la última jornada con

opciones de victoria. Y sólo un par de acciones puntuales, como tres putts en el hoyo 2 o un bogey en el 3, el único green que falló en la última jornada, le apartaron de la carrera por el triunfo en el Manila Masters, para acabar en quinto puesto, con 276 golpes (-12), a solo tres del ganador tailandés Natipong Srithong. Pigem se embolsó 31.000 dólares en Manila, y se encuentra en el puesto 16º en ganancias del Tour Asiático, con 169.659 dólares ■

Pigem se embolsó 31.000 dólares en Manila, y se encuentra en el puesto 16º en ganancias del Tour Asiático, con 169.659 dólares

“El hotel con la mejor
ubicación del Vallès”

Mercure
HOTELS

Augusta
Barcelona Vallès



“Golf,
shopping,
gastronomía,
descanso...”



El hotel **Mercure Augusta Barcelona Vallès** cuenta con una situación privilegiada a 10 minutos de los campos de su deporte favorito: **Club de Golf Vallromanes** y **La Roca Golf** y el **Pitch & Putt Vallromanes**.

A 15 minutos del hotel se encuentra **La Roca Village**, donde podrá disfrutar de una fantástica tarde de shopping, o si lo prefiere, ir a la ciudad de **Granollers**, a visitar el casco antiguo y recorrer su ruta **Modernista**.

Nuestro chef, **Toni Sánchez**, nos ofrece, al frente del **restaurant Trànsit**, una propuesta gastronómica basada en productos de proximidad y recetas recuperadas de la cocina vallesana, de acuerdo con los compromisos de calidad del colectivo de cocineros **CuinaVO**.

CUINAVO
Vallès Oriental


Compromiso | Compromís
Calidad Turística | Qualitat Turística

La psicología del putt

El putt es uno de los golpes más importantes del juego pero también uno de los menos practicados. Normalmente hay mucha más gente en la zona de prácticas intentando mejorar su swing y la distancia olvidando que el putt puede determinar el resultado final



Todos conocemos la expresión “el swing es la gloria y el putt es la victoria”. Totalmente cierta, ya que si contamos el número de golpes que realizamos dentro del green observaremos que aumentar la precisión en este sentido puede bajar nuestro hándicap rápidamente. Además, puede resultar mucho más fácil mejorar nuestro juego de putt que conseguir más distancia con el driver.

El juego de putt también es el más natural y personal, ya que cada jugador se encuentra cómodo de una u otra forma, pero la técnica es muy básica. Si lo sim-

La visualización predispone al cerebro para que realice las acciones necesarias para conseguir el resultado deseado





Canals & Munné
1915

¿ES USTED

**REALMENTE
CONSUMIDOR DE
BUENOS CAVAS?**



LLAME AHORA AL
93 891 03 18

Ctra. de Sant Sadurní a Vilafranca, km. 0.5 - 08770 Sant Sadurní d'Anoia, Barcelona-Spain
tel +34 (93)8910318 · m +34 626.764.259
www.canalsimunne.com

plificamos veremos que “solo” se trata de tirar recto y con la fuerza adecuada para que el terreno haga el resto del trabajo. Este trabajo tan sencillo puede presionar al jugador de tal forma que las emociones le traicionen, ya que sabe que su resultado depende en gran medida de acabar bien el hoyo. Para ello es muy importante realizar un buen trabajo antes de golpear la bola para adquirir la suficiente seguridad y compromiso para ejecutar el golpe con confianza, que al final es lo que cuenta (mucho más que la técnica).

Para ello os recomendamos algún ejercicio de prácticas que sirva para aumentar dicha seguridad:

- En primer lugar os recomendamos dedicar siempre un rato al putt cuando practiquéis cualquier otro aspecto del juego. Solo con esto mejoraréis espontáneamente.
- Es importante no acudir con muchas bolas al putting green para entrenar, de hecho con una es suficiente. Demasiadas bolas pueden provocar que se ejecuten los golpes de forma mecánica y sin mucha concentración.

Es importante no acudir con muchas bolas al putting green para entrenar, de hecho con una es suficiente

- El objetivo de la práctica debe ser aumentar la concentración y el compromiso con el golpe y no tanto la técnica, esto os ayudará a adquirir una seguridad que os ayudará en el campo en momentos difíciles.
- Es necesario practicar con la rutina entera cada uno de los golpes, ya que es la manera de adquirir la seguridad necesaria. Es recomendable no golpear la bola si no se está totalmente seguro de la ejecución a realizar.
- Es importante acabar embocando todos los golpes para que el cerebro identifique que la tarea ha acabado con éxito. Eso aumentará la confianza.
- También es recomendable llevar un registro de los golpes para que la estadis-



tica también os ayude a valorar de forma objetiva el resultado del entrenamiento.

- Es muy importante practicar situaciones bajo presión, por lo que se recomienda inventarse juegos del tipo: “hasta que no emboque 3 seguidos no me voy” o colocar 4 bolas alrededor de un hoyo a una distancia realista e intentar embocarlas todas de un solo golpe. Este tipo de ejercicios ayudan a patear con presión y por tanto a focalizar la atención para gestionar las emociones.

Antes de una jornada también es importante practicar el putt de la misma forma que lo haréis en el campo para no improvisar y cometer errores innecesarios, ello podría perjudicar la confianza en el golpe justo antes de la competición. También es importante acabar embocando todos los intentos para que el cerebro sepa que la bola acaba entrando. Si el putting green está sobreocupado o observáis que la

es importante practicar el putt de la misma forma que lo haréis en el campo para no improvisar y cometer errores innecesarios

bola no entra, es igualmente efectivo practicar golpeando a otro objetivo, como puede ser una mancha en el suelo, el borde del green, o incluso un tee clavado como punto de referencia.

Recordad que el éxito con el putt se consigue aumentando la confianza y el compromiso y no tanto con la técnica, por lo que cuidar este aspecto del juego es clave para mejorar ■

Albert Soldevilla López
Psicólogo del deporte
www.mensalus.es



Región
de
Murcia

Destino
disfrutar

Golf en la Región de Murcia

Aprovecha esta época del año para jugar al golf en la Región de Murcia. Aquí te esperan **21 campos** ubicados en un radio de acción de 50 kilómetros y una **temperatura media de 18°**.

Además, podrás disfrutar de modernos alojamientos con **zonas habilitadas para el relax y el bienestar** y de una **excelente gastronomía** basada en productos de la huerta y el mar.

Consulta todas las ofertas de golf en
murciaturistica.es
sección Escapadas > Golf

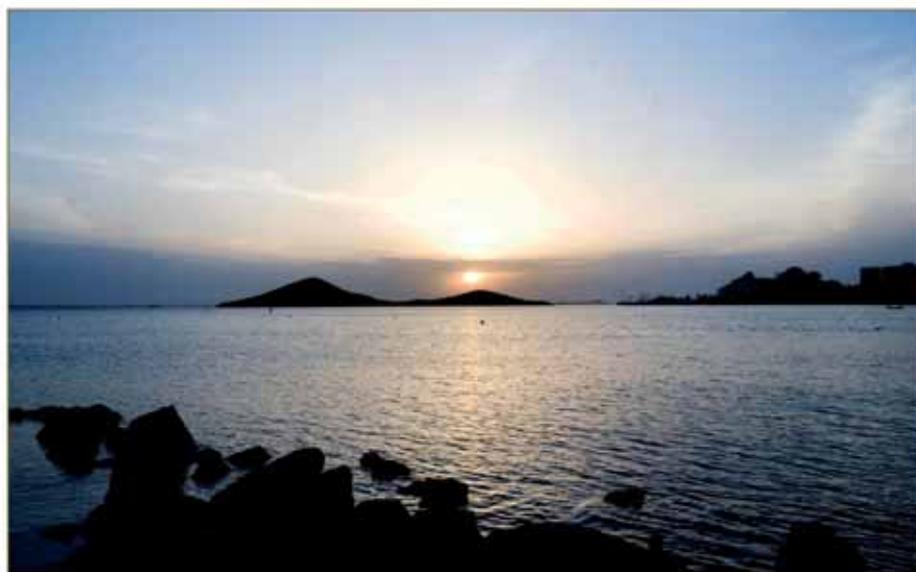




MAR Y PLAYAS

El litoral de la Región es conocido como la Costa Cálida debido a su suave climatología, ya que ofrece una temperatura media de 19,4º con unos 315 días de sol anuales. Aquí, es posible disfrutar del sol y la playa en cualquier época del año.

Hay dos mares que bañan sus preciosas costas, el Mar Menor y el Mediterráneo con unos fondos que te dejarán boquiabierto. El litoral es virgen en sus calas y riberas, pero también concurrido en los lugares más populares, desde el Mar Menor hasta Las Águilas encontraras una muy variada oferta con playas de arena dorada y entornos naturales.





SEA & BEACH

The coast of the Region is known like the Warm Coast due to its smooth climatology, since it offers an average temperature of 19,4° with about 315 annual days of sun. Here, it is possible to enjoy the sun and the beach at any time of the year. There are two seas that bathe their precious coasts, the Smaller Sea and the Mediterranean with bottoms that will leave you agape. The coast is virgin in its coves and shores, but also concurred in the most popular places, from the Smaller Sea to the Eagles you would find varied supply with sand beaches very natural sea bream and surroundings.

MURCIA

MAR MENOR GOLF BEST



Con un diseño original de David Thomas y con una ampliación por parte de la prestigiosa empresa de diseño de campos de golf Nicklaus Design se ha creado un recorrido con grandes bunkers que protegen las anchas calles, poniendo a prueba la precisión del jugador, los greens planos facilitan el juego corto. Detalles: 18 hoyos, par 72, long. 6.153m ■

First designed by David Thomas and later updated by the Nicklaus Design team this is a course with huge bunkers protecting the wide fairways. The flat greens make the short game easier. Details: 18 holes, par 72, length 6.731yds ■



LA TORRE GOLF BEST

El segundo proyecto del Trail firmado por Nicklaus Design, el campo de La Torre ofrece un recorrido más bien corto y cómodo, envuelto por bunkers, lagos y palmerales donde la colocación de la bola y la estrategia son fundamentales. Detalles: 18 hoyos, par 68, long. 5.403m ■

The second Project of the trail, under the Nicklaus Design. La Torre course offers a shorter less strenuous course incorporating bunkers, lakes and palm trees where strategy is the most important. Details: 18 holes, par 68, length 5.910yds ■



EL VALLE BEST GOLF

Uno de los grandes desafíos del Nicklaus Golf Trail, rodeado de vegetación autóctona, cuenta con 2 lagos, arroyos, pequeñas cascadas, conjuntos de bunkers en un entorno rocoso con un sugerente estilo desértico que lo convierten en un recorrido espectacular. Detalles: 18 hoyos, par 71, long. 6.185m ■

One of the biggest challenges of the Nicklaus Golf Trail, surrounded by indigenous vegetation with 2 lakes and some waterfalls, lots of rocky bunkers around making it look like a desert area that has been turned into a spectacular course. Details: 18 holes, par 71, length 6.766yds ■



HACIENDA RIQUELME BEST GOLF

Cuenta con unas dimensiones superiores a la media. Las calles del campo, anchas y onduladas, se abren camino entre los olivos y 5 grandes lagos, sus desafiantes greens convierten el juego corto en todo un reto para los jugadores. Posee las últimas novedades de césped Paspalum, cuya alta tolerancia a la salinidad permite optimizar su estado con cantidades mínimas de agua. Detalles: 18 hoyos, par 72, long. 6.356m ■

Its wide and undulating fairways wander between olivegroves and five big lakes. Its greens turn the short game into a big challenge. Using the latest kind of Paspalum grass that can be perfect with small amount of water. Details: 18 holes, par 72, length 6953yds ■

CONDADO DE ALHAMA



Este campo excepcional es nada menos que el Signature principal, diseñado personalmente por Jack Nicklaus para Polaris World. Destaca por unos bruscos cambios de elevación y sus 4 lagos, sumergido en el paisaje autóctono de Murcia, además de representar una de las oportunidades más cotizadas de jugar al golf en España. Detalles: 18 hoyos, par 72, long. 6.059m ■

This exceptional course is the signature course designed by Jack Nicklaus for Polaris World. Spectacular with its sudden changes of elevation, its four lakes, and beautiful scenery. Details: 18 holes, par 72, length 6628yds ■



CALIDONIA RODA GOLF COURSE

Diseñado por Dave Thomas, el recorrido está perfectamente integrado en la vegetación y el entorno, el terreno ondulado y sus estratégicos bunkers además de los 3 lagos lo convierten en un campo técnico aunque la gran dimensión de los tees hace variar la dificultad del recorrido en función de la colocación de las barras de salida. Detalles: 18 hoyos, par 72, long. 6.177m ■

Designed by Dave Thomas, the course is perfectly integrated in the rolling landscape, it is a technical course but its huge tees enable you to change the difficulty depending on where you tee off. Details: 18 holes, par 72, length 6.757yds ■

HACIENDA DEL ALAMO



Este campo es un magnífico diseño de Dave Thomas, es uno de los campos más anchos y largos de toda Europa. El recorrido está lleno de lagos y cascadas para poner a prueba las habilidades de todo tipo de golfistas en un entorno inmejorable. Cuenta además con un peculiar campo de prácticas de dos plantas y seis hoyos de entrenamiento. Detalles: 18 hoyos, par 72, long. 6.724m ■

This brilliant Dave Thomas design is one of longest courses in Europe. The course has many lakes and waterfalls to challenge golf players in spectacular scenery. The course also has a 2 level driving range and six practice holes. Details: 18 holes, par 72, length 7356yds ■



CORVERA GOLF CLUB

Un campo de competición internacional diseñado por José María Olazábal -IGD-, y sobre el que se articula el complejo residencial, combina los elementos naturales con los lagos que complican el recorrido por su colocación. Los tees cuentan con hasta 6 barras de salida según el nivel técnico de cada golfista. Detalles: 18 hoyos, par 72, long. 6.652m ■

A championship course designed by Jose María Olazabal, near the housing estate, the combination of the natural elements and its strategic bunkering makes for a tough test of golf, every hole has 6 tee positions depending on the level of the players. Details: 18 holes, par 72 length 7.277yds ■

LA PERALEJA

Este campo ha sido diseñado y dirigido por Severiano Ballesteros. El recorrido del Campo está formado por leves ondulaciones del terreno y obstáculos estratégicamente colocados, haciendo desplegar a lo largo de toda la vuelta el ingenio y la estrategia del jugador de golf, convirtiéndose en una experiencia única e irrepetible. Detalles: 18 hoyos, par 72, long. 6.112m ■

This course has been designed and directed by Severiano Ballesteros. The course is designed within the rolling landscape and has strategically placed hazards. This opens the way for the ingenuity and the strategy of the golfer, turning this into an unforgettable golfing experience. Details: 18 holes, par 72, length 6686yds ■



LA MANGA CLUB



Campo Sur: El campo Sur está considerado uno de los mejores campos de España, prueba de ello es el galardón que nos ha otorgado la revista Today's Golfer como mejor campo de golf de España en los 4 últimos años. El campo lo diseñó Dave Putman y lo remodeló en 2005 el famoso Arnold Palmer. Este espectacular campo fue concebido para albergar torneos del circuito europeo.

Campo Norte: Diseñado también por D. Putman, es un campo técnicamente más accesible para jugadores de cualquier nivel. En este campo disfrutan mucho los jugadores de hándicap medio alto, y nuestros jugadores sénior.

Campo Oeste: A diferencia de los campos Norte y Sur este campo está en un enclave único ya que se sitúa en un denso pinar a los pies del parque natural de Calblanque y requiere lo mejor de cada jugador, donde el golfista debe colocar la bola desde el tee estratégicamente para tener opciones en su siguiente golpe. Este campo ha entrado recientemente en la lista de los mejores 100 campos de golf de Europa ■

South Course: South Field is considered one of the best courses in Spain, is proof that the award has given us Today's Golfer magazine as the best golf of Spain in the last 4 years. Dave Putman designed the field and it was remodeled in 2005 by the famous Arnold Palmer. This spectacular course was designed to host tournaments on the European Tour.

North Course: Designed by D. Putman also is a technically more accessible to players of any level field. In this field really enjoy the high middle handicap players, and our senior players.

West Course: Unlike the North and South courses this field is in a unique location as it is situated in a dense pine forest at the foot of the natural park of Calblanque and It requires the best of each player, where the golfer must place the ball off the tee strategically to have a chance in his next stroke. This field has recently entered the list of top 100 golf courses in Europe ■

GOLF UNA EXPERIENCIA INOLVIDABLE

ARUMGROUP



LA MANGA CLUB ES UN LUGAR ÚNICO EN EL MEDITERRÁNEO ESPAÑOL.

Y si algún deporte distingue este exclusivo resort turístico, deportivo y residencial de 560 hectáreas, es el golf. El resort dispone de tres campos de 18 hoyos. Sus magníficas instalaciones incluyen, además, el Centro de Prácticas, considerado el mejor de Europa y la Academia de Golf David Leadbeter, un Spa y Fitness Center de 2000 m², una cala excepcional... Y por si todo esto fuera poco, uno de los mejores climas de toda Europa. No es entonces casualidad que La Manga Club haya sido galardonada en varias ocasiones con el premio al Mejor Complejo de Golf de España (Golf Travel Awards).

El resultado, una experiencia inolvidable... Descúbrelo en www.lamangaclub.es



LA MANGA CLUB
sport & leisure





GOLF ALTORREAL

Situado en las montañas sobre la ciudad de Murcia, Altorreal es un magnífico campo de 18 hoyos diseñados por Dave Thomas. Es importante por su estrategia en la utilización del agua, que entra en juego sobre todo en los hoyos 9 y 18, la mayor dificultad son sus greens llenos de movimientos y desniveles. El recorrido es un paseo entre la naturaleza ya que fue reforestado con más de 20.000 árboles convirtiendo el entorno en único. Detalles: 18 hoyos, par 72, long. 6.220m ■

Placed in the mountains of the city of Murcia, Altorreal is a magnificent 18 hole course designed by Dave Thomas. Strategy is important because of the utilization of the water, which features especially on the 9th. and 18th., the major difficulties include the undulating greens. The whole area was redesigned and planted with more than 20,000 trees offering a beautiful walk through the new forest. Details: 18 holes, par 72, length 6804yds ■



LA SERENA GOLF

El Campo La Serena Golf es un campo de golf profesional de 18 hoyos, pensado para los amantes de este deporte, del que podrán disfrutar durante todo el año. El recorrido es muy plano aunque está repleto de lagos que añaden emoción y dificultad a cada hoyo ya que tan solo en 2 hoyos, 11 y 12, ningún obstáculo de agua entra en juego. Detalles: 18 hoyos, par 72, long. 6.168m ■

The course at La Serena Golf is a course built for golf lovers, where they will enjoy playing all year round. The walk is very flat between the many lakes that add to the difficulty of every hole. Only the 11th. and 12th. do not feature the water. Details: 18 holes par 72, length 6747 yds ■



SENSOL GOLF

Un campo corto pero muy técnico con una primera parte diseñada para el disfrute de los jugadores amateur y una segunda parte, más complicada, que posee un atractivo moldeado de greens. Un recorrido suave, ondulado y variado situado en un entorno natural único que hará de cada hoyo una experiencia diferente, todo un reto para los amantes del golf. Sensol Golf plasma su respeto hacia el medio ambiente en todas sus instalaciones con la conservación de los recursos hídricos y la eliminación de los productos químicos contaminantes. Detalles: 18 hoyos par 72 long. 5.895m ■

A short but very technical course with the first nine designed for the enjoyment of the amateur players, but the second nine is more complicated, with greens that need reading carefully. The gentle naturally undulating terrain creates a different impression on every hole. Sensol Golf respects the environment in all its facilities with water conservation and elimination of chemical pollutant products. Details: 18 holes, par 72, length 6449 yds ■

MOSA TRAJECTUM GOLF



El Club de Golf Mosa Trajectum está dividido en tres campos separados de 9 hoyos. Con un total de 27 hoyos, más los 9 de pitch & putt, se pueden elegir hasta tres combinaciones distintas de 18 hoyos, dependiendo de las preferencias y habilidades. Combinando los campos: Stone course, un reto para los handicaps bajos. Olive course, rodeado por cientos de olivos e inmerso en un paisaje típicamente español. Pine course, sumergido en un inmenso pinar que además de los obstáculos de agua lo convierten en una vuelta difícil. Detalles: 27 hoyos + 9 pitch & putt ■

The Club of Golf Mosa Trajectum is divided into three separate 9 hole courses, giving three different 18 hole combinations, and also a 9 hole pitch and putt course. The Stone course, a challenge for the low handicaps. Olive course, surrounded by hundreds of olive trees and immersed in a typical Spanish landscape. Pine course, plunged in an immense pinegrove that runs alongside water hazards, it can turn into a difficult round. Details: 27 holes + 9 pitch & putt ■

Un hotel para 3 campos



1. Villamartín Golf



2. Las Ramblas Golf



3. La Finca Golf

Vive una Experiencia realmente Única en La Finca Golf & Spa Resort



Despiértate soñando



Descubre sensaciones puras



3 campos de golf ● spa ● gimnasio ● cafetería ● salas de reuniones ● celebraciones ● jardines

966 729 055

info@lafincagolfresort.com · lafincagolfresort.com

Crta. Algorfa-Los Montesinos Km 3 · 03169 · Algorfa · TORREVIEJA NORTE (Alicante)

UGR LA TERCIA

Campo de 9+1 hoyos diseñados por Pepe Gancedo, espera poder completar la segunda vuelta en un futuro no muy lejano, estableciendo un campo de 18+1 hoyos. El recorrido cuenta con 3 pares 3, 3 pares 4 y 3 pares 5, cuenta además con un campo de practicas pionero y único en España ya que es acuático, permitiendo al golfista vivir la experiencia de ver caer sus bolas al agua. Detalles: 9 hoyos, par 36, long. 3.042m ■

9 hole course designed by Pepe Gancedo, it expects to complete the second nine in the not too distant future, establishing an 18 hole course holes. The course comprises of three par 3's, three par 4's and three par 5's, the only aquatic driving range driving range in Spain, allowing the golfer to enjoy the experience of seeing the balls disappear into the water. Details: 9 holes, par 36, length 3327 yds ■



SIERRA GOLF

Los nueve hoyos que forman este recorrido son un constante desafío para los jugadores, sus calles están rodeadas por lagos y numerosos bunkers que suponen la mayor dificultad del campo por sus dimensiones, profundidad y sus altísimos taludes. Los greens también son 'terreno hostil' por su moldeamiento y su alta velocidad. Detalles: 9 hoyos par 36, long. 3242m ■

The nine holes that form this course are a constant challenge for the players, its fairways are surrounded by lakes and numerous bunkers that make up the major difficulties. The greens also are a 'hostile area' with their undulations and very fast surfaces. Details: 9 holes, par 36, length 3546 yds ■

PITCH & PUTT TORRE PACHECO



Este pitch & putt inaugurado en 1990 es la sede de la escuela municipal de golf, la precisión es fundamental para evitar los árboles y los obstáculos que el campo depara, numerosos bunkers protegiendo los greens y hasta 4 lagos que atraviesan el recorrido. El campo presume además de ser el único que ofrece la posibilidad de jugar de noche gracias a la iluminación artificial. Detalles: 9 hoyos, par 27, long. 888m ■

This pitch and putt inaugurated in 1990 is the headquarters of the municipal school of golf. Precision is fundamental to avoid the trees and the hazards that protect the greens. The course is one of the few that are floodlit, which makes it possible to play at night. Details: 9 holes, par 27, length 971 yds ■



VENEZIOLA GOLF

Una situación privilegiada, 'colocado' entre dos mares, ofrece el privilegio de completar el recorrido al borde del mar mediterráneo disfrutando de unas vistas maravillosas. Este campo es asequible para jugadores con poca experiencia e interesante para los jugadores más experimentados. Detalles: 9 hoyos, par 27, long. 785m ■

Privileged location, 'placed' between two seas, you complete the round at the edge of the Mediterranean Sea enjoying the wonderful scenery. This course is playable for inexperienced players, but also a challenge for the more experienced golfers. Details: 9 holes, par 27 length 858 yds ■



Final del Circuito Andalucía GTE en Sancti Petri

Las festividades del Puente de La Constitución sirvieron para disfrutar del golf a más de 50 personas, entre golfistas y acompañantes, que se desplazaron hasta Sancti Petri (Cádiz) del 4 al 8 de diciembre

La gran final del Circuito Andalucía convocó a todos los ganadores nacionales para disfrutar de unos días inolvidables de relax y golf en campos magníficos bajo el sol del Mediterráneo, con una agradable temperatura y el mejor relax entre burbujas para un final de día... perfecto.

A lo largo del viernes 8 los integrantes del grupo fueron llegando a tierras andaluzas. Ya en el Hotel Iberostar Royal Andalus**** fueron recibidos con un fantástico cóctel de bienvenida.

El elegante y amplio complejo ubicado en Chiclana, en la urbanización Novo Sancti Petri de Cádiz cuenta con acceso directo a la preciosa playa de La Barrosa con 9 km de arena blanca y dunas, una de las mejores de la Costa de la Luz. Y rodeado además de 2 campos de golf donde los participantes disfrutaron de 3 torneos.

Mario Gómez con 37 puntos dominó totalmente la categoría inferior masculina y acabó venciendo con una renta de 6 puntos

RYDER CUP SANCTI PETRI 2015				
BLANCOS vs. AZULES				
EQUIPO AZUL		RESULTADOS	EQUIPO BLANCO	
Jaroslav Bobin	6,1	vs.	1 - 0	Enrique Salas 8
Victor Balaguer	10,6	vs.	1 - 0	Gabriel Vera 12,8
Juan Creixell	13,9	vs.	1 - 0	Antoni Pijoan 14,5
Karel Kloucek	16	vs.	0 - 1	Gabriel Sastre 16,1
Pilar Montero	11,7	vs.	1 - 1	Maru Toledo 18
Rosa Mª Bartrolí	18,5	vs.	1 - 0	Gloria Morera 18,7
Javier Abad	17,1	vs.	1 - 0	Alfonso Rodriguez 17,5
Jaime Durany	17,6	vs.	0 - 1	Mario Gomez 18
Jose Mª Alcaide	18,6	vs.	0 - 1	Jose Soriano 23,1
Joaquim Roura	23,9	vs.	0 - 1	Antonio Cebrian 25,4
Isabel Criado	20,2	vs.	0 - 1	Carme Monne 22,4
Ana Puyuelo	24,9	vs.	0 - 1	Teresa Vilaró 26,3
Jose Cortada	24	vs.	0 - 1	Jose Cº del Campo 24,5
Jaume Olivet	25,4	vs.	1 - 1	Alberto Rios 26,9
Conxita Sala	27,4	vs.	1 - 0	Pilar Monturiol 35,6
Gregorio Daimiel	28	vs.	0 - 1	Francisco Cedo 28,2
8 - 10				

El sábado 5 se disputó en el recorrido Centro el Torneo Golf Travel & Events bajo la modalidad stableford individual.

Por la mañana los participantes iniciaron sus partidos en grupos de 4 cada diez

minutos, Mario Gómez con 37 puntos dominó totalmente la categoría inferior masculina y acabó venciendo con una renta de 6 puntos sobre el segundo clasificado mientras que en handicap superior Josep Cortada logró alzarse con la victo-

El domingo se disputó la Copa Alisgolf en el recorrido A Mar y Pinos

ria final tras entregar una tarjeta con 34 puntos. En las categorías femeninas, Pilar Montero con 28 puntos ganó el inferior y Conxita Sala con 36 puntos consiguió imponerse en la categoría superior.

A la hora de cenar la mayoría de los integrantes del grupo se desplazaron a "marisquear" hasta el Rincón del Pulpo en Chiclana y otros prefirieron desplazarse hasta Cádiz o Conil.

El domingo se disputó la Copa Alisgolf en el recorrido A Mar y Pinos, donde destaca el hoyo 6. Desde el green del 6 se puede ver una espectacular puesta de sol, es una foto que sin duda deja huella en los jugadores que lo visitan.

El Torneo se jugó bajo la modalidad Medal Play y los más inspirados en este magnífico recorrido fueron Karel Kloucek con 74 golpes en hándicap inferior y José Soriano con 73 golpes en hándicap superior. En las categorías femeninas, Rosa María Bartoli fue la ganadora del inferior con 76 golpes mientras que Ana María Puyuelo conseguía el triunfo en el hándicap superior con 70 golpes.

El lunes se disputó el último partido en el recorrido B Centro. El elemento más simbólico de todo el recorrido es el búnker con forma de "s" ubicado en el green del hoyo 18: un tributo a su diseñador, el gran Seve Ballesteros.

Una Ryder Cup puso el broche final a la escapada de golf con el enfrentamiento entre Blancos y Azules que hizo emplearse a fondo a los jugadores. El equipo Blanco fue el que se llevó el gato al agua adjudicándose la victoria final.

Por la noche los integrantes del grupo se reunieron para asistir a la cena de reparto de premios y sorteo de regalos para todos, una vez finalizada la cena se procedió a la entrega de trofeos dónde los ganadores disfrutaron de su gran momento. El martes a lo largo del día los integrantes del grupo se despidieron para retomar el camino a casa en este último día del puente.

Desde GolfTravel&Events queremos agradecer a todos los asistentes el buen



ambiente y la armonía que reinaron durante toda la estancia haciéndola

mucho más agradable para los participantes y la organización ■

Implantación de la Regla 14-1b (Anclaje)

La Regla 14-1b, que prohíbe anclar un palo al ejecutar un golpe, entra en vigor el 1 de enero de 2016, como parte de la edición de 2016 de las Reglas de Golf.

A continuación explicamos como la Regla se aplica a varias formas de golpear y también aborda cuestiones más genéricas recibidas por el R&A y la USGA sobre si las Reglas de Golf permitirían que unos jugadores o comités de competición decidiesen no aplicar la Regla.

I.- Directrices sobre cómo jugar en cumplimiento de la Regla 14-1b

A.- Texto de la Regla 14-1b

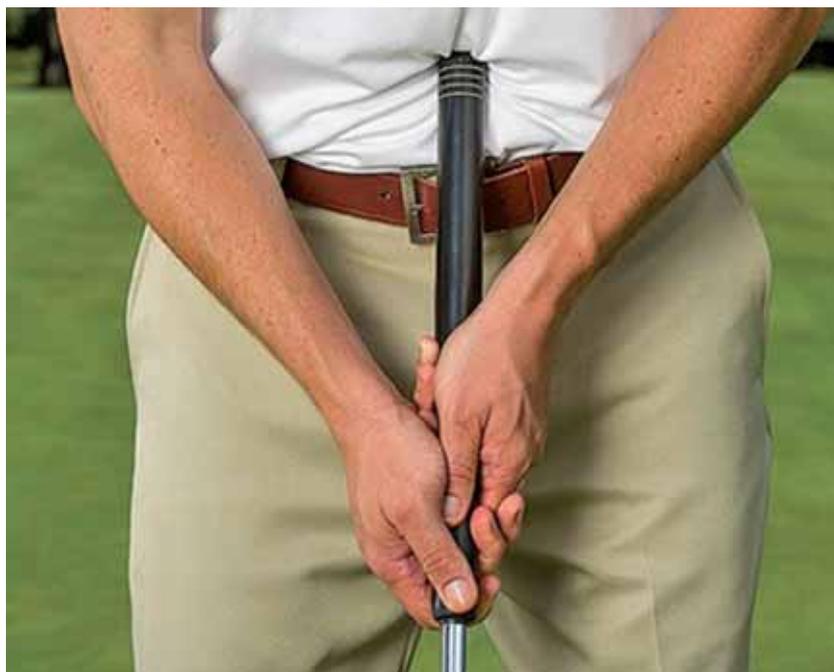
La Regla 14-1b se centra exclusivamente en el método de golpear: no limita el equipo conforme que se puede utilizar. Al ejecutar un golpe, un jugador ni podrá anclar el palo (i) "directamente" o (ii) indirectamente mediante el uso de un "punto de apoyo". Estos conceptos se explican en la Regla.

14-1b Anclar el Palo

Al ejecutar un golpe, el jugador no debe anclar el palo, ya sea "directamente" o mediante el uso de un "punto de apoyo".
Nota 1: El palo está anclado "directamente" cuando el jugador intencionadamente mantiene el palo, o una de las manos que lo empuñan, en contacto con cualquier parte de su cuerpo, con la excepción de que el jugador puede mantener el palo, o una de las manos que lo empuñan, contra la otra mano o un antebrazo.

Nota 2: Existe un "punto de apoyo" cuando el jugador mantiene intencionadamente un antebrazo en contacto con cualquier parte de su cuerpo para hacer que una de las manos que empuñan el palo sea un

Un jugador puede utilizar cualquier putter de barriga (belly putter) o putter largo (o escoba)



PUTTER DE BARRIGA (BELLY PUTTER)



La Regla 14-1b prohíbe unos pocos golpes en el que el palo se ancla de forma intencionada directamente o mediante el uso de un antebrazo

punto estable sobre el que la otra mano pueda hacer balancear el palo.

Penalidad:

Juego por hoyos - Pérdida del hoyo

Juego por golpes - Dos golpes

B.- Respuestas a Preguntas Frecuentes

El R&A y la USGA han recibido las siguientes preguntas frecuentes sobre la aplicación de la Regla 14-1b

¿Solo se aplica esta Regla en el green?

No. La Regla 14-1b se aplica a todo tipo de golpes (putts, golpes cortos, golpes completos, etc.) independientemente de donde se ejecutan (green, calle, rough, lugar de salida o cualquier otro lugar del campo).

¿Esto supone que se prohíben los putters largos (o escoba) o los putters de barriga (belly putters)?

No. Un jugador puede utilizar cualquier putter de barriga (belly putter) o putter largo (o escoba). La Regla 14-1b solo habla de la forma de golpear y prohíbe que un jugador ancle el palo directamente o mediante un punto de apoyo al ejecutar el golpe.

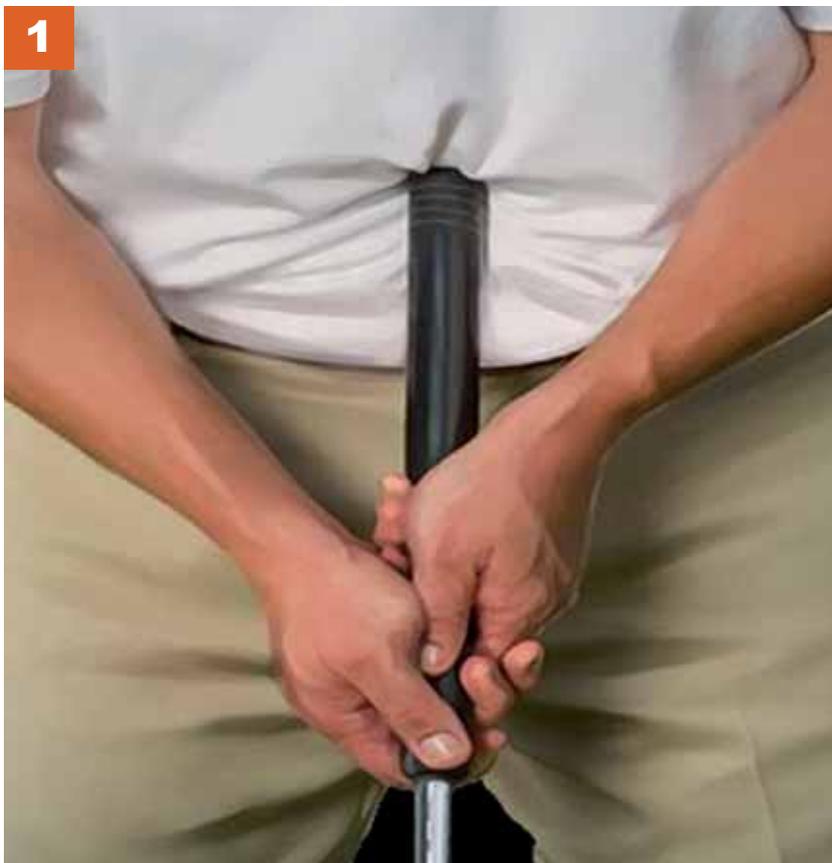
¿Qué tipo de golpes se prohíben?

La Regla 14-1b prohíbe unos pocos golpes en el que el palo se ancla de forma intencionada directamente o mediante el uso de un antebrazo para establecer un punto de apoyo contra el cuerpo. Todos los demás golpes actualmente permitidos seguirán siendo aceptables.

Las siguientes imágenes muestran los tipos de golpes más comunes que se prohíben bajo esta Regla. (Fotos 1 y 2)

La Regla 14-1b permite a un jugador apoyar el palo contra la mano o el antebrazo al ejecutar un golpe. ¿Cómo se define "antebrazo"?

A efectos de la Reglas 14-1b, el antebrazo es la parte del brazo por debajo del codo e incluye la muñeca.



1

PUTTER DE BARRIGA (BELLY PUTTER)

La provisión de “punto de apoyo” prohíbe un tipo de golpe muy específico en el que el antebrazo se sujeta de forma intencionada

Las imágenes 3 y 4 muestran golpes aceptables en los que el palo se apoya de forma intencionada contra el antebrazo.

No obstante, el jugador infringe la Regla si ejecuta un golpe apoyando el palo de forma intencionada contra cualquier parte del brazo por encima del codo.

Esto se muestra en la siguiente imagen: ¿Qué significa el término “punto de apoyo” en esta Regla?

La provisión de “punto de apoyo” prohíbe un tipo de golpe muy específico en el que el antebrazo se sujeta de forma intencionada contra el cuerpo para anclar indirectamente el palo.

Existe un “punto de apoyo” si se cumplen las dos siguientes condiciones:

- 1.- El jugador apoya un antebrazo (parte del brazo por debajo del codo incluyendo la muñeca) de forma intencionada contra el cuerpo.
- 2.- El jugador sujeta el palo de forma que las manos están separadas y trabajan de forma independiente entre sí (la mano superior sujeta el palo como si estuviese anexo al cuerpo para establecer un punto estable, mientras que la mano inferior sujeta la varilla más abajo para realizar el swing con el palo utilizando este punto).

Las siguientes imágenes son ejemplos de las manos separadas en el que se utiliza el antebrazo para crear un “punto de apoyo” infringiendo la Regla.

¿Significa la Regla 14-1b que siempre está prohibido que un jugador apoye uno o más antebrazos de forma intencionada contra su cuerpo al ejecutar un golpe?

El sujetar un antebrazo de forma intencionada contra el cuerpo solo se prohíbe cuando se hace para crear un punto de apoyo



PUTTER LARGO (O ESCOBA)



ATREYA AYURVEDA RESORT



En el hotel Blancafort disponemos de una planta dedicada exclusivamente a la medicina ayurveda donde podréis encontrar a nuestro equipo de especialistas en medicina ayurveda. Masajes, Dietas, Nutrición Ayurvédica, Yoga, Meditación, Tratamientos específicos para el dolor, Obesidad, Estrés, Insomnio, Desintoxicación, Programas de salud personalizados y Panchakarma.

Para más información o reservas:

Telf: 938429107/608132142 C/Mina nº7 08530 La Garriga
www.atreyaayurvedaresort.com info@atreyaayurvedaresort.com



AYURVEDA PURA BARCELONA-LONDON

LA ESCUELA INTERNACIONAL DE LA CULTURA AYURVEDA POR FIN
DISPONE DE PRODUCTOS DE BELLEZA AYURVEDA ORGÁNICOS!!

Todo lo que pongas en tu piel debe ser tan puro como si lo pusieras en tu boca

CREMAS DE BELLEZA PARA LOS TRES DOSHAS,
CHAMPÚS, ACEITES DE MASAJE AYURVEDA,
EXFOLIANTES, TÉS ESPECIALIZADOS PARA LOS
TRES DOSHAS (incluido Té hindú Chai) Y
COMPLEMENTOS AYURVÉDICOS, ect.



Para mayor información,
www.ayurvedapura.tienda
o info@ayurvedapura.tienda



■ HABLEMOS DE...

No. El sujetar un antebrazo de forma intencionada contra el cuerpo solo se prohíbe cuando se hace para crear un punto de apoyo. De otra manera, el sujetar un antebrazo de forma intencionada contra el cuerpo no infringe la Regla 14-1b.

Por ejemplo, la imagen 5 muestra a un jugador que sujeta sus antebrazos contra el cuerpo de una forma que está permitida por la Regla 14-1b, porque sus manos no están separadas y no trabajan de forma independiente, por lo que no ha creado un punto de apoyo (véase la pregunta anterior).

No obstante, si un jugador apoya su antebrazo de forma intencionada contra el cuerpo y la mano sujeta a ese antebrazo es la mano superior que sujeta el palo y utiliza un "grip invertido" (cualquiera que no sea la forma tradicional en la que la mano que sujeta está por debajo de la muñeca del jugador) se considera que existe un punto de apoyo.

el jugador que elige sujetar el palo con las manos separadas debería evitar apoyar el antebrazo contra el cuerpo para estabilizar la mano superior

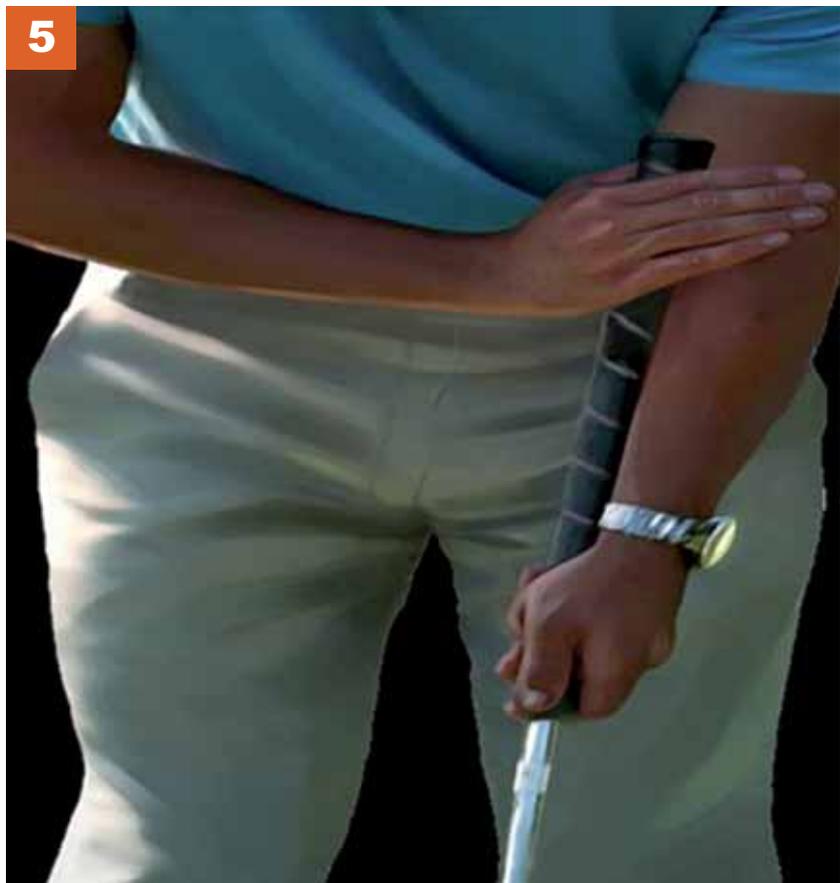
La imagen 6 muestra a un jugador que apoya su antebrazo contra el cuerpo de forma intencionada y utiliza un "grip invertido" para crear un punto de apoyo. Para evitar cualquier duda, un jugador que elige apoyar uno o ambos antebrazos contra el cuerpo durante el golpe debería generalmente sujetar el palo con las manos juntas y el jugador que elige sujetar el palo con las manos separadas debería evitar apoyar el antebrazo contra el cuerpo para estabilizar la mano superior.

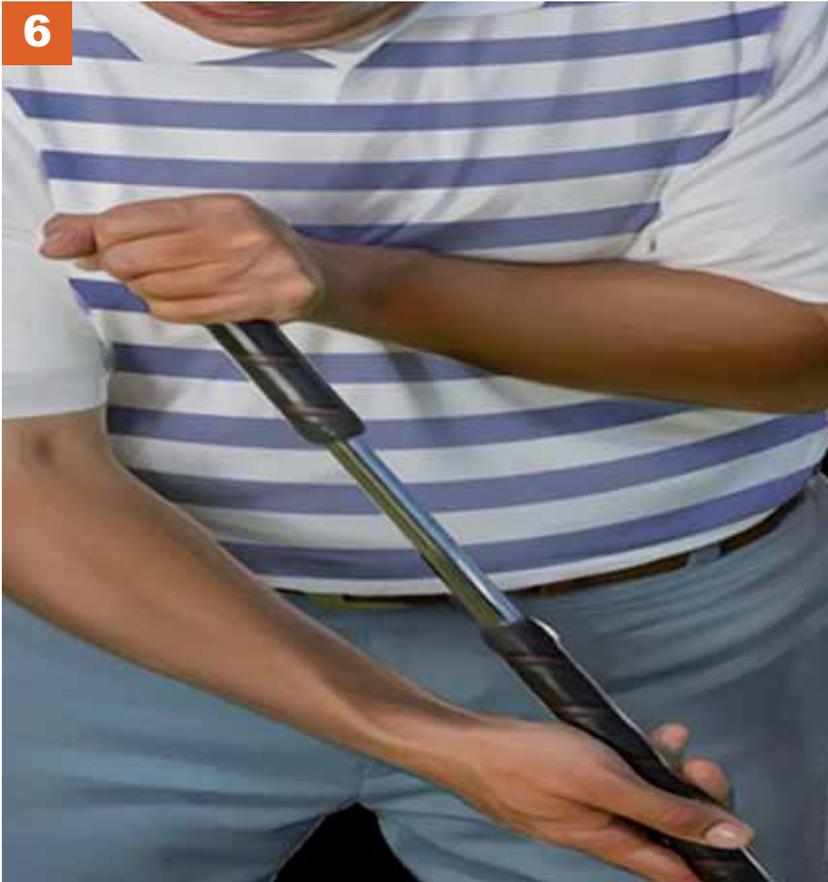
¿Está permitido ejecutar un golpe "de costado"?

Sí, siempre que el jugador no ancle el palo directamente o apoye el antebrazo de forma intencionada contra el cuerpo o cree un punto de apoyo.

La imagen muestra a un jugador que ejecuta un golpe "de costado" permitido.

No obstante, el jugador infringiría la Regla 14-1b si crease un punto de apoyo al apoyar un antebrazo de forma intenciona-



6

Para evitar cualquier duda, un jugador que elige apoyar uno o ambos antebrazos contra el cuerpo durante el golpe debería generalmente sujetar el palo con las manos juntas

da contra el cuerpo de forma que permita que las manos trabajen de forma independiente.

La imagen 7 muestra a un jugador que utiliza un antebrazo para crear un punto de apoyo al golpear "de costado", infringiendo la Regla 14-1b.

¿Infringe la Regla un jugador que solo apoya la mano que sujeta de forma intencionada contra el cuerpo antes del golpe, como por ejemplo en la preparación?

No. La prohibición del anclaje en la Regla 14-1b solo se aplica al ejecutar un golpe (es decir el movimiento hacia delante del palo con la intención de golpear y mover la bola). Se permite el contacto intencionado antes del golpe.

7

¿Es infracción de la Regla 14-1b si la mano que sujeta el palo o el antebrazo toca el cuerpo durante un golpe de forma accidental?

No, la prohibición de la Regla 14-1b solo aplica cuando, al ejecutar un golpe, el jugador ancla el palo de forma intencionada directamente o mediante el uso de un punto de apoyo. No hay penalidad si el jugador roza el cuerpo con un palo, mano o antebrazo de forma accidental durante un golpe.

¿Qué ocurre si el jugador toca su ropa (y no el cuerpo) con un palo, la mano que lo sujeta o el antebrazo durante un golpe?

El mero hecho de tocar una prenda con el palo, la mano que lo sujeta o el antebrazo al ejecutar un golpe no es infracción. Esto puede ocurrir en varias situaciones, como cuando el jugador lleva ropa suelta o traje de agua, cuando el físico o envergadura del jugador hace que sus brazos se apoyen de forma natural contra el cuerpo, cuando el jugador sujeta el palo cerca del cuerpo o cuando por algún otro motivo el jugador toca su ropa al ejecutar un golpe.

¿Qué ocurre si un jugador utiliza un palo, la mano que lo sujeta o el antebrazo para sujetar una prenda contra el cuerpo de forma intencionada?

Una prenda (chaqueta, camisa, guante, etc) que se aprieta contra el cuerpo con un palo, la mano que lo sujeta o el antebrazo se considera parte del cuerpo del jugador a efectos de la Regla 14-1b.

¿Puede un jugador utilizar una prenda para aguantar el palo o la mano que lo sujeta?

No. El uso intencionado de la mano que sujeta el palo para aguantar una prenda en cualquier parte del cuerpo al ejecutar un golpe es infracción de la Regla 14-3 (uso anormal de equipo). Ocurriría lo mismo si un jugador utilizara una prenda para aguantar el palo, por ejemplo, envolviendo la empuñadura con parte de una chaqueta o camisa para crear una conexión entre el cuerpo y el palo.

¿Qué sucede si dos jugadores discrepan sobre un posible anclaje o hay dudas sobre una posible infracción de la Regla?

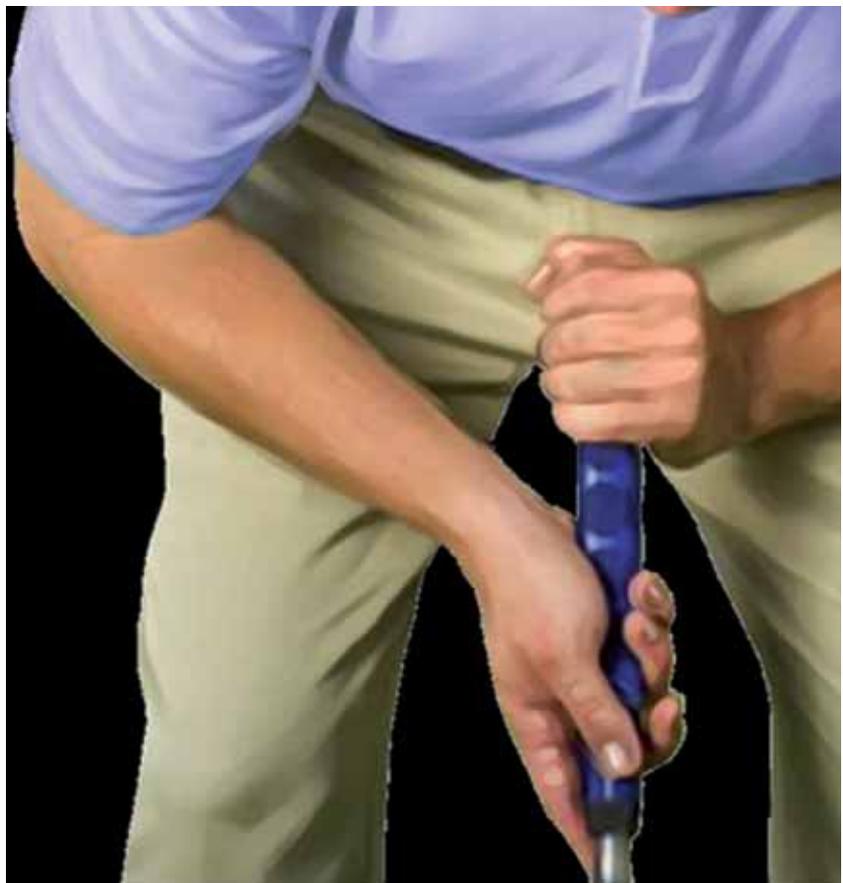
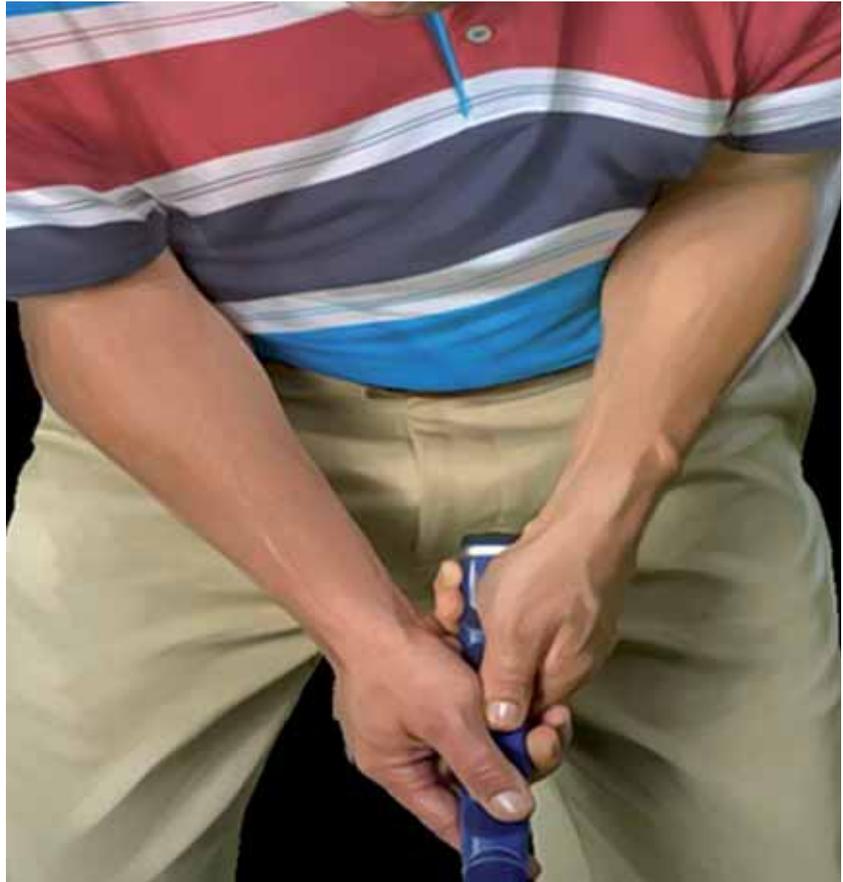
Como en muchas otras Reglas, la determinación de si se ha infringido la Regla 14-1b debe tomarse con todos los hechos disponibles. Como la Regla solo prohíbe el anclaje intencionado, la pregunta clave es si, al ejecutar un golpe el jugador ancló el palo de forma intencionada, directamente o mediante el uso de punto de apoyo o si cualquier contacto con el cuerpo era accidental.

II.- ¿Pueden los jugadores, los clubes o los comités de competición, bajo la Reglas, elegir no aplicar la Regla 14-1b?

Algunos jugadores han expresado su preocupación por no poder anclar e el palo y se hacen la pregunta sobre si sería permisible bajo las Reglas que unos jugadores, clubes o comités de competición no aplicasen la Regla 14-1b. La siguiente sección contesta a las preguntas y ofrece alguna consideración adicional.

¿Puede el club o comité de competición adoptar una Regla Local o una Condición de la Competición que anule la aplicación de la Regla 14-1b?

No. Una Regla Local que permite anclar no está permitida por las Reglas de Golf. Bajo la Regla 33-8, "una Regla de Golf no puede dejar de aplicarse a causa de una Regla Local" La intención de las Reglas





**GOLPE
"de costado"
PERMITIDO**

Locales es abordar condiciones anormales en un campo específico y deben ser consistentes con la política expresada en las Reglas.

Una Regla Local que elimine la Regla 14-1b no será admisible porque eliminaría una característica fundamental del juego,

es decir, cómo golpear a la bola. De la misma manera, una Condición de Competición que permita anclar no está permitida bajo las Reglas: Al establecer las condiciones de juego un comité no tiene derecho a eliminar una Regla de Golf (Regla 33-1).

Esto quiere decir que un club o comité de

competición estaría actuando en contra de las Reglas de Golf si declarase que se puede ignorar la Regla 14-1b en forma de Regla Local o Condición de la Competición o de otra forma ■



**GOLPE
"de costado"
NO PERMITIDO**

Mejora tu estado físico con roller o rulo

Cada vez son más las personas, tanto deportistas como practicantes de la forma física, que utilizan y conocen los beneficios de este peculiar y sencillo material

Cada vez son más las personas, tanto deportistas como practicantes de la forma física, que utilizan y conocen los beneficios de este peculiar y sencillo material.

Los ejercicios con Roller o Rulo nos proporciona en forma de terapia una liberación de las fascias

Los ejercicios con Roller o Rulo nos proporcionan en forma de terapia una liberación de las fascias (membranas fibrosas, resistentes, que sirven de envoltura a los músculos y órganos internos). Esta envoltura, nos proporciona un sostén funcional.

Todo ello es posible gracias al principio conocido como inhibición autogénica, esta se da cuando la tensión en el músculo aumenta hasta el punto de que hay riesgo de una ruptura del tendón, en ese momento el órgano de Golgi estimula al músculo para que este se relaje. Se dirige principalmente a reducir el tono muscular y así evitar los problemas que se pueden producir por un exceso de tono muscular.

El Roller o rulo NO se debes utilizarlo en:

- Zonas lesionadas recientemente
- Prominencias óseas ni en zonas de dolor crónico
- Personas con problemas circulatorios

Sus beneficios son:

- Relajar los músculos muy tonificados
- Preparar el músculo para el esfuerzo.
- Mejorar la circulación de desechos.
- Eliminar adherencias y contracturas

Como muestran las imágenes es importante que ruedes las zonas musculares sobre el Roller o Rulo sin llegar a las articulaciones.



1 • CUADRÍCEPS



2 • ISQUIO




Schweppes[®]

J. Schweppe



TÓNICA ORIGINAL

— EXPERTS IN MIXING SINCE 1783 —



3 • GLÚTEO



4 • TENSOR DE FASCIA LATA



5 • ESPALDA (DORSALES)



6 • ESPALDA (LUMBARES)



Y ahora solo te falta comenzar y mejorar tu estado físico con estos ejercicios:

Realiza estos ejercicios siguiendo los consejos citados anteriormente y descubrirás zonas de tu musculatura que realmente necesitaban ser tratadas.

**¡Espero que os sea de gran ayuda!
¡Feliz Año Nuevo 2016!**



Nos vemos en el próximo artículo Entrenador Personal ■

Xavi Maynou
Entrenador Personal
Certificado TPI y TPI Junior 2 y 3
xavimaynoumascar@yahoo.es
MODELO: Cristina Badía
LUGAR: santjustadelclub.com

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, estaciones de autobuses, trenes y taxis.
- 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

NACEX shop



www.nacexshop.com

Síguenos en:



@nacex
@NACEClientes
@NACEshop



blog.nacex.es/



linkedin.com/company/nacex
linkedin.com/company/nacexshop



youtube.com/nacexmk

Servicio gratuito de atención al cliente

900 100 000

IDA -2€
IDA y VUELTA -4€

Incorporando en tu envío NACEX premio para el cliente. Reducción de costes y mayor satisfacción en la Agencia NACEX

Válida hasta el 31/12/2015
501499606-15

IDA
11€
IVA incluido. Destinos provinciales

IDA y VUELTA
20€
IVA incluido. Destinos provinciales



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



RESERVA IBÉRICA

APASIONADOS DEL JAMÓN®



BARCELONA

Rambla de Catalunya, 61

SANT CUGAT

Francesc Moragas, 26

ZARAGOZA

Paseo de la Independencia, 5

PALMA DE MALLORCA

Blanquerna, 8

JAPÓN

www.reservaiberica.jp

HONG KONG

www.reservaiberica.hk

WWW.RESERVAIBERICA.COM

Información FRANQUICIAS: info@reservaiberica.com