

par 72

golf y viajes

Marzo - Abril
Número 37
Revista gratuita



Valderrama acogerá el Open de España



La nueva
Serie G
y la línea
Crossover
últimas
innovaciones
PING

ESPECIAL: Golf y Vino en Logroño

Relax, buena gastronomía y mucho golf



**DEL
24 AL 28
DE MARZO
5 DIAS
4 NOCHES**

La Finca Golf & Spa 5*

La Finca Golf & Spa Resort es un moderno hotel ubicado en Algarfa muy cerca de las costas de Guardamar del Segura y Torrevieja, Alicante. Es un destino ideal para los golfistas debido a los 3 campos de golf que disponemos: La Finca, que se encuentra alrededor del hotel, Las Ramblas y Villamartin, a unos pocos kilometros de distancia, y los cuales ofrecemos transfer gratuito bajo previa reserva. Disfrute de nuestro fantástico Spa con una amplia gama de tratamientos o entrene su cuerpo en el gimnasio. Tome unas copas en el bar de la piscina o un aperitivo en nuestra fabulosa terraza con magnificas vistas de los jardines y la piscina exterior. Además podrá degustar la mejor cocina mediterránea en nuestro restaurante

Relax

Bienvenido al Spa La Finca

La Finca, un mundo nuevo por descubrir envuelto de nuevos aromas, esencias y sensaciones puras que le permitirán vivir una experiencia única. Con nuestra amplia selección de programas y tratamientos personalizados le invitamos a descubrir un estado de bienestar y equilibrio



Gastronomía

Saborea la tradición

El plato más arraigado es el arroz con costra. Aunque la región ofrece una gran variedad gastronómica; el típico cocido con pelotas, la paella de conejo y serranas pasando por los mariscos y pescados que ofrece la costa, hasta los productos de interior cultivados en las extensas y ricas huertas.

Mucho Golf: Juega al golf en su máxima expresión

Juega en tres recorridos destacados, ponte a prueba en las tres competiciones bajo todas las modalidades de juego: aguanta la presión del Medal Play, arriesga en el torneo Stableford y enfréntate a tu rival en un Match Play para llevar a tu equipo a la victoria.



GOLF VILLAMARTIN



GOLF LAS RAMBLAS



GOLF LA FINCA

PROGRAMA

Jueves 24

- Llegada y Check In Hotel La Finca 5*
- Posibilidad de entreno en Golf La Finca

Viernes 25

- Desayuno Buffet
- Trofeo NUMA Golf (Medal Play)
GreenFee + Buggie + Picnic
En Golf Villamartin a las 9h

Sábado 26

- Desayuno Buffet
- Torneo Catalunya Cup (Stableford)
Greenfee + Buggie + Picnic
En golf las ramblas a las 9h

Domingo 27

- Desayuno Buffet
- Ryder Golf Travel & Events (Match Play)
Greenfee + Buggie + Picnic
Polo conmemorativo
En golf La Finca a las 8h

• Cena cierre de torneos a las 21h

- Entrega de trofeos
- Sorteo de Regalos

Lunes 28

- Desayuno
- Regreso a casa

TARIFA DE PRECIOS

Jugador torneo	
en habitación doble	490€
No jugador	
acompañante	330€
Suplemento	
habitación individual	180€

Plazo máximo de reserva 4 de marzo

INCLUYE

- 4 noches (del 24 al 28 de marzo) en habitación doble régimen AD en el HOTEL LA FINCA GOLF & SPA 5*
- 3 jornadas de Golf en Villamartin, Las Ramblas y La Finca con buggie y picnic incluidos.
- Cena de gala - Entrega de premios - Sorteo de regalos y Polo conmemorativo del evento
- 1 día de Spa para los acompañantes no jugadores



Sumario

REVISTA NÚM. 37 • MARZO - ABRIL 2016



4

apuntes



8

noticias

12

jóvenes
promesas



14

mundo
profesional



18

golf
femenino



20

psicología

23

especial: Golf y
Vino en Logroño



42

hablemos
de...



48

entrenador
personal



56

golf y
turismo

Depósito Legal: B 22847-2014

Distribución:

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

Par 72 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.

66

motor



Los 3 campos de La Manga Club entre los mejores 40 de España

La Manga Club se consolida como el mejor complejo de golf en España al ser el único en posicionar sus tres campos entre los 40 mejores de la prestigiosa publicación 'Top 100 Golf Courses'.

La Manga Club se consolida como el mejor complejo de golf en Murcia y el único a nivel nacional en contar con sus tres campos entre los mejores en esta prestigiosa clasificación: el campo Sur (puesto 10), el Oeste (puesto 17) y el Norte (puesto 39).

Este reconocimiento, junto al recibido por los World Golf Awards 2015 como Mejor Hotel de Golf en España, ha sido el mejor fruto tras el proyecto de renovación de sus instalaciones de golf ■



Campo Sur

El RCG La Coruña continúa con la mejora del campo



El Real Club de Golf de La Coruña posee unas conocidas y renombradas instalaciones cuyo diseño original se debe al escocés McKenzie Ross y que datan de 1961 y ahora iniciará las obras de la Fase IV para la reforma de bunkers y drenajes.

En 2011 el Real Club de Golf de La Coruña diseñó un ambicioso plan estratégico dividido en 4 fases para la mejora del campo reformando los bunkers e instalando drenajes (slit drainages) a lo largo del recorrido.

Para este invierno 2015/2016, el Club dará por finalizado el Plan de Mejora Global del Campo con la ejecución de la cuarta y última fase que afectará a los hoyos 13, 15, 16 y 17 en la que se habrán reformado todos los bunkers e instalando drenajes en todo el recorrido. ■

Nuevo “buggy bar” en Valle del Este Hotel, Golf & Spa



Una función esencial para atender a los jugadores y aficionados en general en los campos de golf para su agrado es la que prestan los buggy-bar, vehículos transformados para ofrecer un servicio de bar móvil propiamente dicho, proporcionándoles refrigerios y bebidas in situ, directamente a pie de campo.

El vehículo, dotado con un potente motor de inyección de 11,4 CV y frenos a las cuatro ruedas para máxima seguridad, viene equipado con una caja de más de cuatrocientos cincuenta litros de capacidad e incluye una caja de alta calidad para el dinero, vitrina para tentempiés así como un termo dispensador de bebidas como café, té y chocolate caliente

Además del servicio que presta, contribuye a aportar además una opción más que interesante de ampliación de negocio gracias a los beneficios que genera ■

Reforman los bunkers del campo de la Base Aérea de Torrejón

Se está llevando a cabo la reforma de los bunkers de green del campo de golf de la Base Aérea de Torrejón, situado a las afueras de Madrid. Esta actuación afecta a un total de treinta y dos bunkers sobre una superficie total de más de cuatro mil metros cuadrados (4.000 m²).

La obra desarrollada por Mafer Golf consiste en retirar la arena contaminada y recuperar los moldes de los bunkers originales, repasar fondos y taludes, abrir y rellenar pozos filtrantes dentro de los bunkers, compactar bases, aplicar sistema Better Billy Bunker en grava de pozos filtrantes para evitar contaminación de grava con arena, y rellenar y extender arena de sílice blanca especial de bunker.

El campo de golf de la Base Aérea de Torrejón está invirtiendo en diferentes mejoras como el ajardinamiento alrededor de la casa club, el arreglo de caminos, bunkers, sistema de riego, etc., un plan con el que actualizar un campo creado en la década de los sesenta ■



Lo Romero lleva el golf a pie de playa

Jornada lúdica en la playa de las Mil Palmeras

Lo Romero Golf en su firme apuesta por la promoción de este deporte cuenta con escuela para adultos, escuela infantil municipal y escuela de golf adaptada. «Nuestra filosofía es hacer disfrutar de este maravilloso deporte a todos los públicos y donde sea necesario», explican sus responsables. «Llevamos el golf donde sea necesario», aseguran y prueba de ellos es su última acción promocional llamada «Golf Beach Show». Una actividad promovida por el ayuntamiento de Pilar de la Horadada dentro de su programa de dinamización turística y deportiva del municipio.

El objetivo era dar a conocer las actividades deportivas que pueden practicarse en el municipio y zonas turísticas como la playa de las Mil Palmeras, lugar donde tuvo lugar la actividad, que estaba enfocada para todos los públicos y edades, experimentados o no en la práctica de golf. Se diseñó y preparó una zona de mini golf y tres zonas con banderas que simulaban greens con puntos de tiro a diferentes distancias para la práctica del juego de bunker. La jornada termino con el lanzamiento de bolas biodegradables al mar ■



Hoyo 18

Santander rinde homenaje a S. Ballesteros

El Ayuntamiento le ha dedicado una calle



Íñigo de la Serna junto a la hija de Seve, Carmen Ballesteros

El Ayuntamiento de Santander rinde homenaje al golfista Severiano Ballesteros con el descubrimiento de la placa en la calle que llevará su nombre, que discurre desde Gamazo hasta la playa de Los Peligros.

El alcalde de Santander, Íñigo de la Serna, recordaba que el golfista de Pedreña, que cuenta con un módulo en el Museo del Deporte de Santander, obtuvo en vida algunos de los principales reconocimientos que puede recibir un deportista.

La Medalla de Oro al Mérito Deportivo (1980), el Premio Príncipe de Asturias de los Deportes (1989) o las distinciones como Deportista Español del Siglo (2000), Embajador Honorario de la Marca España (2004) y Personalidad deportiva del año de la BBC (2009) son sólo algunos de los títulos que se le concedieron en su trayectoria.

Ahora, Santander brinda un nuevo reconocimiento a un deportista que, por su carrera profesional, por su labor para difundir y popularizar el golf en España y por su dimensión internacional, "merece un espacio especial en la ciudad dedicado a honrar su trayectoria" ■

¿Está pensando en cómo promocionar su empresa?



**¡¡ nosotros lo hacemos
por usted !!**

¡¡ la experiencia nos avala !!

EDICIÓN DE REVISTAS • ORGANIZACIÓN DE EVENTOS • VIAJES DE GOLF

Golf Travel & Events

Tel. 937 937 929 • 669 479 023

info@golftravevents.com

golftravevents.com

Fernando Valmaseda, CEO de RV Edipress, galardonado con el Premio Excelencias

El galardón, que entregó el Presidente del Grupo Excelencias en el marco de FITUR, es un reconocimiento a su Trayectoria Profesional en el sector de la Comunicación y del Turismo



El Grupo Excelencias, que cuenta con una importante presencia en Europa y Latinoamérica, y que es editor de las publicaciones Excelencias y Excelencias Gourmet o el portal Caribbeannews.com, ha entregado, un año más, en el marco de la Feria Internacional de Turismo de Madrid (FITUR), los prestigiosos Premios Excelencias que en su XI edición, y en su categoría 'Premio Excelencias Turísticas', ha recaído en el CEO del Grupo RV EDIPRESS, Fernando Valmaseda, en reconocimiento a una trayectoria profesional de más de 28 años trabajando, por y para el sector del Turismo y de la Comunicación, en los que ha puesto en marcha numerosas y pioneras iniciativas editoriales y empresariales de gran éxito.

Es un premio a su trayectoria profesional, así como por sus muchas aportaciones al mundo del Turismo y de la Comunicación, entre las que destaca la organización de los mayores premios internacionales de la Comunicación Turística jamás organizados, PICOT, que reunieron el pasado 20 de noviembre en Madrid a más de 1.200 profesionales de ambos sectores, pero también la fundación y dirección de grandes proyectos editoriales, programas de radio y grandes cabeceras de viajes líderes en España, y la fundación y dirección del Grupo RV EDIPRESS, que con poco más de una década de vida, es líder absoluto en el diseño y ejecución de estrategias integrales 360° de Comunicación especializada en el sector del Turismo.

Además, ha diseñado, creado e impulsado la Asociación Europea de Agencias de Comunicación Especializadas en Turismo ■

El Tedote pide desbloquear el campo de golf de La Palma

El Centro de Iniciativas Turísticas (CIT) Tedote, que agrupa a casi doscientas empresas del sector en la isla de La Palma, solicitará al Cabildo "celeridad" a la hora de llevar a cabo la redacción del Plan Especial del Paisaje Protegido de Tamasca, documento en virtud del cual se despejarán las dudas sobre la viabilidad de la construcción del denominado 'Aridane Golf'.

La instalación constituye una de las cinco infraestructuras turísticas de esta tipología proyectadas inicialmente en el Plan Especial de Uso Turístico de La Palma (PTE), cuya construcción quedó bloqueada en los tribunales por la figura de protección territorial y las limitaciones urbanísticas que ello conlleva ■



Campeonato de España de Esqui & Golf 2016

Sinergias y promoción deportiva de alto nivel



FOTO: LUIS CORRALO

Margas Golf y la Estación de Esquí de Astún, en Huesca, acogen el torneo los días 19 y 20 de marzo con el patrocinio principal de Segura Viudas.

Este Campeonato es un torneo consolidado en el Pirineo aragonés, que habitualmente reúne a más de cien deportistas de ambas disciplinas y representa la antesala del Campeonato del Mundo de Ski&Golf, que tiene lugar en mayo en Zell am See (Austria).

Los orígenes de este Campeonato de España de Esqui y Golf están representados por dos nombres propios: Paco Fernández Ochoa y Santi Abós, apasionados de los dos deportes, que en su día decidieron aunarlos y crear un campeonato nacional que permitiese competir en ambas disciplinas y sirviera de clasificación para el citado Campeonato del Mundo ■

PING felicita a Natalia Escuriola y Noemí Jiménez y les desea lo mejor en su incorporación al tour profesional

Natalia Escuriola y Noemi Jiménez son dos de las grandes estrellas del nuevo golf femenino español. Las dos “N” que sonarán muy pronto en todos los mentideros del LET donde jugarán esta temporada con el inestimable apoyo de PING



Natalia Escuriola ya tiene el pasaporte para el Ladies European Tour y lo ha logrado imponiéndose en el WPGA International Challenge disputado en Inglaterra, sin tener que pasar por la Escuela.

La castellanense se une a esta generación de jóvenes sobradamente preparadas para asaltar el Ladies European Tour y volar aún más alto para llegar lejos, siguiendo los pasos de las que son sus ídolos: Azahara Muñoz, Carlota Ciganda, Bea Recari...

Como ella, otra gran estrella del golf español que ha cursado sus estudios en la Universidad, en Estados Unidos, Noemi Jiménez, comienza su periplo en Europa en el Ladies European Tour tras haber logrado la tarjeta del Let para este año en Marruecos con gran brillantez.

Dos valores del golf español y el relevo generacional natural de nuestras grandes estrellas en la LPGA como Azahara Muñoz, Beatriz Recari y Carlota Ciganda. Dos jugadoras que con la ayuda, el apoyo y la confianza de PING tendrán grandes oportunidades para demostrar su valía y optar a victorias en el circuito en una temporada fundamental para ellas. ■



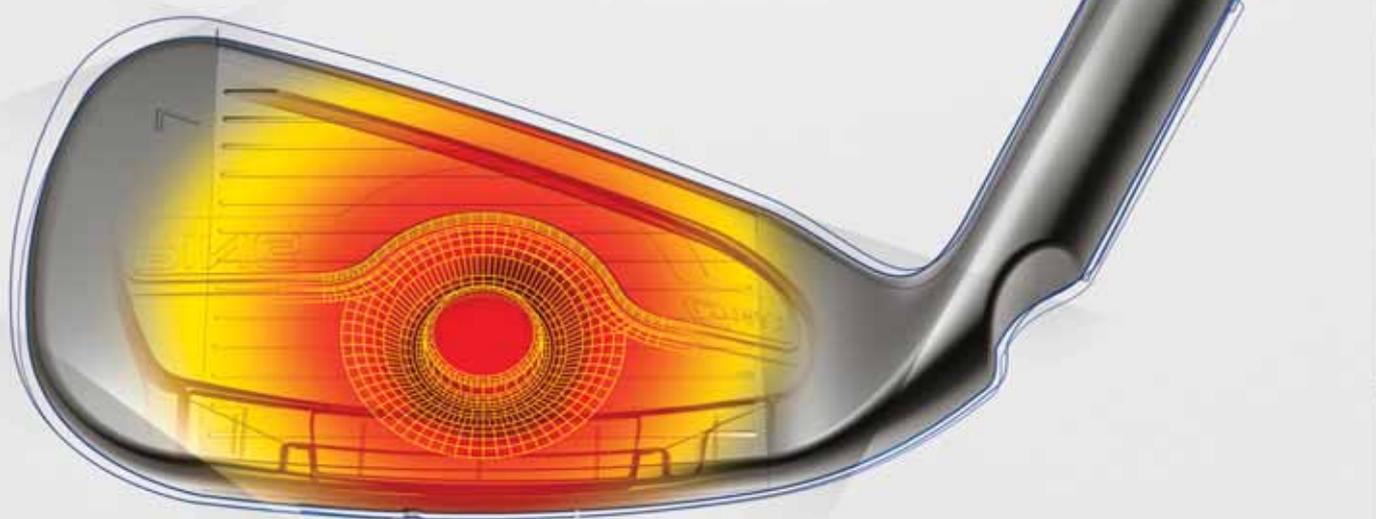
Natalia Escuriola



Noemí Jiménez

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**



Open de España-Valderrama Fundación Sergio García

Una triple alianza que augura éxito

Ya se sabía que el Open de España 2016, cuya celebración estaba en el aire tras la no concesión de la Ryder Cup 2022 al PGA Catalunya, se iba a disputar finalmente gracias al apoyo del European Tour, que está apostando decididamente por revitalizar los torneos en suelo europeo.

El torneo se disputará del 14 al 17 de abril en el campo de Valderrama, el único recorrido español que ha albergado hasta ahora la Copa Ryder, y se llamará oficialmente Valderrama Open de España by Fundación Sergio García. El European

El torneo se disputará del 14 al 17 de abril en el campo de Valderrama

Tour anunciará en breve el acuerdo con la fundación solidaria del golfista español, que colabora con diferentes proyectos humanitarios y que, entre otras actividades, promueve la práctica deportiva entre jóvenes de escasos recursos o con alguna discapacidad.

Este acuerdo, del que el Tour ofrecerá más detalles en breve, será un gran



espaldarazo para el torneo bandera del golf español, que unirá su nombre al de dos de las marcas más importantes del golf nacional: el campo de Valderrama,

el torneo combinará la vertiente competitiva con la solidaria

uno de los mejores recorridos del continente; y el de Sergio García, el mejor golfista español de los últimos años, lo que sin duda supondrá un importante reclamo internacional. Además, el torneo combinará la vertiente competitiva con la solidaria y supondrá un beneficio directo para los diferentes colectivos con los que trabaja la fundación del golfista castellonense ■

Prior Barcelona Dry Gin

Distilled in Priorat - Savoured in Barcelona

BCN GiN

**Una nueva y exclusiva propuesta
para aquellos que saben apreciar
la mejor ginebra mediterránea**

¿Dónde encontrar
BCN GiN?



www.bcngin.com



Convocatoria de becas para las Escuelas Blume de Madrid y León



La Real Federación Española de Golf, en colaboración con las Federaciones Autonómicas y el Consejo Superior de Deportes, tiene la intención de poner en marcha un proyecto de ampliación de las becas de la Escuela Nacional Blume 2016-2017. El programa de becas de la Blume de León seguirá el mismo programa deportivo de la Blume y estará monitorizado por los técnicos de la misma.

El programa está dirigido a aquellos jugadores que por su edad y potencial, la RFEG estime que pueden llegar a ser grandes golfistas para tener así en el futuro un relevo de nuestras actuales figuras.

Podrán solicitar una de las becas aquellos jugadores/as que reúnan las siguientes condiciones:

1. Que tengan nacionalidad Española
2. Que estén dentro de las siguientes categorías:
 - CADETE: Jugadores nacidos en el año 2000
 - BOY/GIRL: Sólo jugadores nacidos en el año 1999
3. Que su hándicap no exceda de 2.5
4. Que tengan buen expediente académico.

Exhibición de María Parra en el Internacional de Portugal Femenino

Acabó con -17 en un torneo con solo cinco jugadoras bajo el par

María Parra no para. Dos torneos disputados en este 2016, dos victorias. La segunda de ellas, en la 86ª edición del Internacional de Portugal Femenino, prueba en la que ha ofrecido una exhibición de golf al alcance de muy pocas jugadoras: ha acabado con -17 y nueve golpes de la ventaja sobre la segunda clasificada, la jugadora suiza Albane Valenzuela.

El final de María Parra en Montado Golf, al sur de Lisboa, ha estado a la altura de lo que ha sido toda la semana. Sus vueltas anteriores de 66, 68 y 69 golpes ha dejado paso a una última de 68 golpes que ha sido un paseo. Cero sufrimiento para mantener e incluso aumentar su ventaja al frente de la clasificación.

Baste decir que ha cometido solo dos bogeys en toda la semana para ilustrar lo que ha sido su participación en el torneo. Dos bogeys en 72 hoyos y -17 al total en una competición en la que solo cinco golfistas han jugado bajo par. Su registro supone asimismo un record en el campeonato; antes estaba en manos de la irlandesa Leona Maguire con -14. Tremendo ■





Para los amantes del GOLF y la vida en la NATURALEZA.

ABIERTO LOS **365** DÍAS DEL AÑO

A 30 minutos de BCN y a 40 de Girona!



Hotel rural con encanto para jugar al golf y descansar en un entorno de naturaleza inmejorable. En el corazón del Parque del Montnegre-El Corredor.

Junto al Golf La Roca y al Club de Golf Vallromanes.

Cerca de La Roca Village y con numerosas actividades para realizar.



T (+34) 938 412 579 www.masiacancanal.com
 M (+34) 638 267 034 rural@masiacancanal.com

OFERTA ESPECIAL GOLF LA ROCA

- 1 noche hab. doble y 18 hoyos para 2 jugadores + 2 comidas en el restaurante Vilalba:..... 241 €
- 1 noche hab. familiar y 18 agujeros para 4 jugadores + 4 comidas en el restaurante Vilalba:..... 392 €
- 2 noches en hab. doble y 18 hoyos para 2 jugadores + 2 comidas en el restaurante Vilalba: 341 €
- 2 noches en hab. familiar y 18 agujeros para 4 jugadores + 4 comidas en el restaurante Vilalba: 502 €

Rafa Cabrera Bello termina segundo en Dubai

Álvaro Quirós, cuarto, y Alejandro Cañizares, octavo

El conocido Emirates Golf Club fue sede del Omega Dubai Desert Classic y Rafael Cabrera-Bello ha continuado con su fenomenal dinámica repitiendo segundo puesto (tras el conseguido en Qatar)

El canario ha puesto todo lo que hay que poner para conseguir su tercera victoria en el Circuito Europeo, pero Danny Willet con un gran birdie al 18 tenía otros planes.

Tras firmar tres 67 seguidos -y solo tres birdies en 54 hoyos- el canario jugó por el triunfo desde el principio, si bien dos bogeys le condenaba a arriesgar en los últimos hoyos. Lo hizo y arañó un buen birdie en el 17, pero Willet estaba en su semana y acabó bañado en champán en el Emirates Golf Club.

También para analizar ha sido el final de Álvaro Quirós (T4, -16), que en este comienzo de



año está empeñado en dejar atrás una campaña pasada complicada, y Alejandro Cañizares (T8, -14). El andaluz, que ya había ganado en este mismo campo, se fue de Dubai con un 65 en el bolsillo fruto de una ronda con siete birdies y libre de errores. Por su parte, el jugador madrileño afincado en Málaga se anotó un 66 en el que solo un bogey en un par 5 lució de forma no deseada.

En conclusión, excelentes sensaciones las que desprenden ambos jugadores en este inicio de año ■

Mcllroy ya es segundo del mundo, y García baja al puesto 13

Rory Mcllroy comenzará la prueba en Dubai como número dos del Ranking Mundial. El mal resultado de Jason Day en el Farmers Insurance Open, donde no pasó el corte, le ha relegado a la tercera posición mundial para ser adelantado por el norirlandés. En el trono sigue Jordan Spieth, donde acumula ya 19 semanas como rey del golf mundial.

Por su parte, Branden Grace mantiene el undécimo puesto, y Brandt Snedeker es el de los que más sube, doce puestos hasta el duodécimo lugar, justo antes de Sergio García, que cede un escalón y es el mejor español.

Entre los demás españoles Rafa Cabrera Bello adelanta a Miguel Ángel Jiménez como el segundo español, la plaza para disputar los Juegos de Río de Janeiro. El canario sube del 112 al 85, y pide paso en un Ranking cada vez más disputado. El Pisha se sitúa en el puesto 93, mientras que Pablo Larrazábal se mantiene lejos, en el puesto 132 ■



Alejandro Cañizares quinto en Abu Dhabi

El Circuito Europeo Masculino salió esta semana de Sudáfrica para adentrarse en Abu Dabi, donde retornaban a la competición jugadores como Pablo Larrazábal, Rafael Cabrera-Bello o Alejandro Cañizares. Al tiempo, Miguel Ángel Jiménez defendía título en Estados Unidos.

El Abu Dhabi Championship Open ha sido la séptima cita del calendario 2016, y a ella se han sumado algunos de los jugadores importantes de la 'armada española', con el propio Larrazábal a la cabeza.



El mejor de todos ellos ha sido Alejandro Cañizares, que se ha clasificado en una trabajada quinta plaza con 277 golpes (-11) consecuencia de su fenomenal rendimiento en los 36 últimos hoyos. Un 66 primero y un 69 después metieron de lleno al malagueño en la lucha por el Top 3. El triunfo estaba destinado a un ilustre como Rickie Fowler (-16).

Tampoco le han ido nada mal las cosas al canario Rafael Cabrera-Bello, decimocuarto con -9. También pasaron corte Pablo Larrazábal (T26, -6) y Eduardo de la Riva (T61, -1) ■

Toni Ferrer jugará el Circuito Asiático 2016

Su vuelta final de 68 golpes, clave en el éxito del balear



El jugador balear Toni Ferrer se ha hecho con la tarjeta del Circuito Asiático para la temporada 2016 al superar la final de la escuela de clasificación celebrada en Tailandia. Lo ha hecho con dos últimas vueltas de gran mérito, especialmente un 68 (-4) en la ronda final.

Ese 68 le ha llevado al puesto vigésimo con -5 al total. Tres birdies por los segundos nueve hoyos terminaron de certificar el éxito del balear, un jugador que hace un par de años dejó tras de sí una notable carrera amateur. Ahora se medirá a un circuito en alza en el que llevan dos años actuando Javier Colomo y Carlos Pigem.

Recordemos que en esta final, que se ha jugado en los campos tailandeses de Springfield Royal CC e Imperial Lakeview GC, han conseguido tarjeta los 41 primeros de los 245 jugadores que comenzaron esta prueba final ■

El Ladies European Tour ficha a Emma Cabrera Bello



Emma Cabrera Bello se ha incorporado al órgano de gobierno más importante del Ladies European Tour. Concretamente, la golfista canaria ha sido fichada por el circuito europeo como Player Director del Executive Board, es decir, donde se corta el bacalao del Tour. Este es el comité encargado de planificar las estrategias generales y controlar que el CEO está realizando correctamente su trabajo. Además, deben aprobar las cuentas y muchas cosas más. El Executive Board viene a ser como el consejo de administración de una empresa.

Emma es desde este año una de las seis Player Director que forman parte de este consejo. Las otras cinco son Carin Koch, última capitana europea de la Solheim, Trish Johnson, Rebecca Hudson, Beth Allen y Helena Nordström, presidenta del Board.

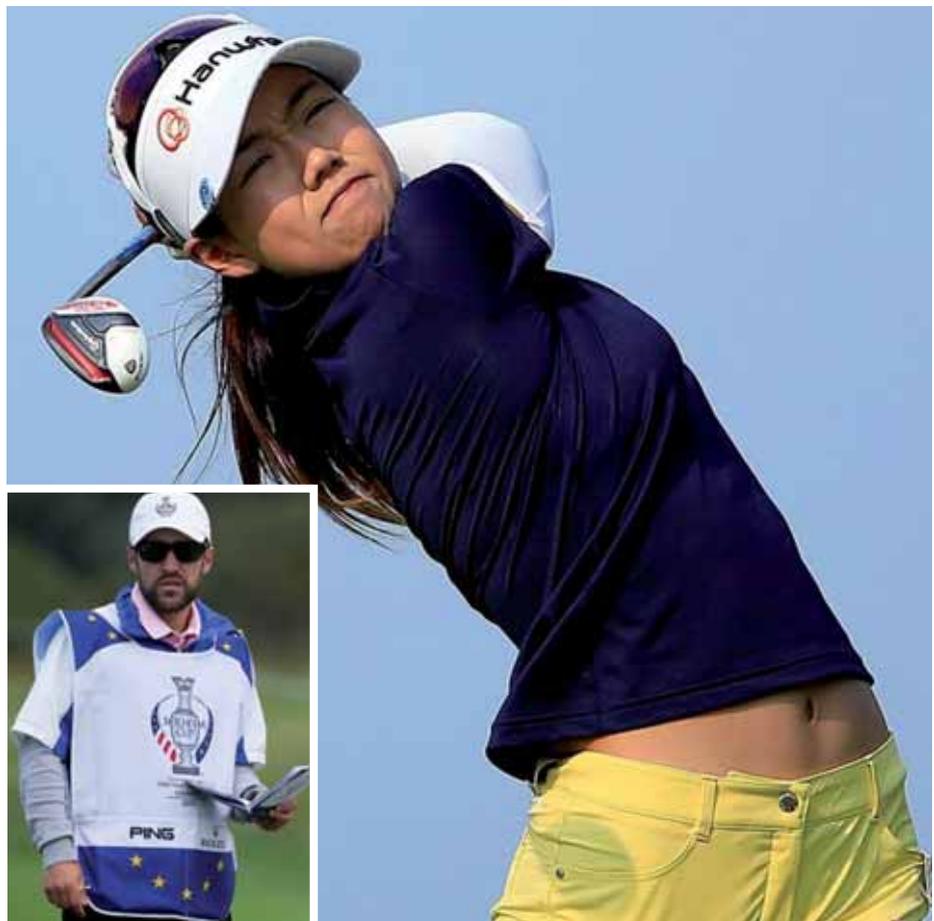
En principio, el cargo al que acaba de acceder Emma tiene dos años de duración prorrogables por votación de la asamblea general. ■

Jenny Shin ficha a Javi Urquizu como caddie

El caddie español se sigue cotizando muy alto a ambos lados del Atlántico. El último fichaje sonado ha sido el de Javi Urquizu, caddie habitual de Carlota Ciganda hasta que a finales de 2015 decidieron separar sus caminos de común acuerdo.

No ha tardado mucho el menor de los Urquizu (Iñigo es caddie de Renato Paratore en el European Tour) en encontrar otra bolsa de postín. Javi ha sido fichado por Jenny Shin, una coreana de 23 años que se gana muy bien la vida en el LPGA Tour, aunque todavía no ha conseguido una victoria.

Shin llegó al circuito americano en 2010 tras acabar cuarta en el Symetra Tour. Desde entonces no ha perdido la tarjeta y se ha mostrado como un prodigio de regularidad. Ha terminado 2015 en el puesto 26º de la lista de ganancias del circuito y 20º en la Race to CME Globe. Además, se encuentra entre las cincuenta primeras del ranking mundial. ■





LE DOMAINE DE FALGOS

En Catalunya Nord

*A sólo una hora de Figueras,
o 2 horas de Barcelona
el Domaine de Falgos os espera
para una estancia excepcional*



Oferta Especial hasta el 30 de abril 2016



Hotel * 3 días /2 noches**

2 noches en habitación doble,
2 cenas, 2 desayunos buffet,

Acceso libre al GOLF y al SPA

~~326€~~ Por sólo **286€** por persona

Acceso los 3 días al GOLF y al SPA con piscina cubierta y climatizada, sauna, hammam, jacuzzis, musculación, tenis, petanca, ping-pong, excursiones, juegos para los niños. Diferentes variedades de masajes con suplemento. Suplemento fin de semana: 28€ por persona.

Para las personas que no jueguen al golf, misma estancia sin el golf pero con *3 masajes *masaje corporal relajante *tratamiento corporal *baño relajante con esencia de aceites.

Hotel***

Apartamentos con todas las comodidades

Golf 18 hoyos con vista sobre la Bahía de Rosas y el Macizo del Canigó

Restaurante con terraza panorámica

SPA, campo de rugby y fútbol, juegos para niños

Centro de seminarios

Paquete de golf por un día

Green fee 18 hoyos con buggy,
comida con bebidas, acceso al SPA

A partir de **85€** por persona



infiniment nature

66260 Saint Laurent de Cerdans
Téf. +33(0)468395142
contact@falgos.com



Hablamos español
Parlem català

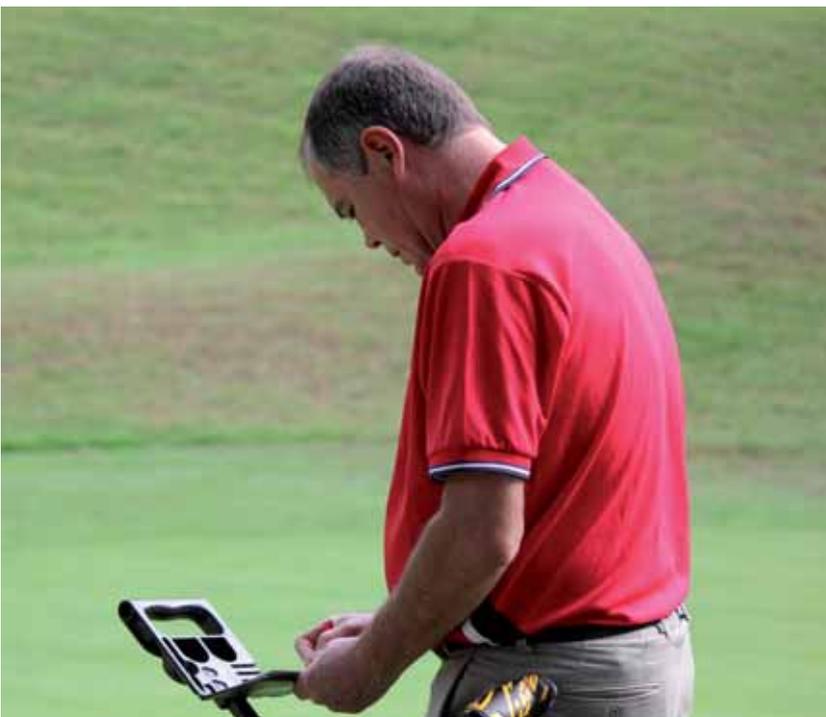


visite nuestra web
www.falgos.com



Las ventajas de ser realista

El golf es un deporte en que las expectativas de los jugadores pueden jugar en contra de los mismos, pudiendo generar cierta frustración e insatisfacción que perjudicará su rendimiento. Ser realista con el propio juego puede ayudar a disfrutar de este deporte y a mantener el deseo constante de hacerlo mejor, que es cuando aparece la motivación que mejora el rendimiento



Evaluar el nivel personal de juego es el primer paso para no exigirse un rendimiento por encima de las posibilidades personales que conduce a la frustración. Si se piensa por un momento en el handicap personal y el resultado de los últimos 5 partidos, ya se puede extraer el nivel de juego actual. Este hecho permite pensar en las expectativas realistas para el siguiente partido. De este modo disminuye el nivel de autoexigencia, y por lo tanto el estrés y la angustia.

Ser realista, también provoca que se simplifique el juego. Puesto que no se

Evaluar el nivel personal de juego es el primer paso para no exigirse un rendimiento por encima de las posibilidades personales que conduce a la frustración

CONTROL DE LA DISTANCIA.

Ingeniería ajustable al tempo del movimiento y preferencia en sensación del jugador, los modelos Cadence™ TR incorporan dos opciones de peso al fitting de putter. Los modelos de peso tradicional presentan una inserción de aluminio (azul) para tempos de medio a rápidos y mejora en la distancia. Las inserciones pesadas (negra) son de acero inoxidable para ajustarse a tempos más lentos y mejora en los putts cortos. Hágase un fitting hoy o visite ping.com. Notarás la diferencia.

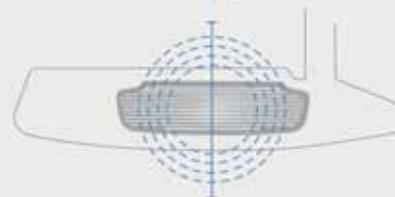


AJUSTADO AL TEMPO Y SENSACIÓN

Inserciones de aluminio (Tradicional) y de acero inoxidable 17-4 (Pesada) se usan para variar el peso de las cabezas y ajustarlas al tempo del movimiento y preferencia en sensación del jugador.

LA TECNOLOGÍA TRUE-ROLL™ PROPORCIONA TOLERANCIA

Partiendo del centro de la cara las estrías varían en anchura y profundidad, normalizando la velocidad de la bola para una consistencia sin igual.



CUATRO MODELOS NUEVOS

El Nuevo Anser® W, B65™, Rustler™ y Tomcat® C se suman a los favoritos Anser2, Anser2 CB (contra-equilibrado), Ketsch® y Shea® H.

Ben Hogan dijo en cierta ocasión que sólo 3 ó 4 golpes de los que realizaba en cada jornada salían tal y cómo los había pensado

pretenderá aquello que no se está preparado para hacer. Es decir, que se dejan de hacer "locuras" que provocan errores que cuestan 1 o 2 golpes de recuperación.

Por lo tanto el juego se vuelve mucho más seguro y sencillo, incrementando la sensación de control, imprescindible para hacer aparecer la motivación.

Un ejemplo de realismo y humildad lo encontramos en Ben Hogan. Este mito del golf conocido por realizar un juego regular y seguro, dijo en cierta ocasión que sólo 3 ó 4 golpes de los que realizaba en cada jornada salían tal y cómo los había pensado. Este planteamiento deja claro que la tolerancia a la frustración ya ha de estar planificada antes del partido. Se ha de intentar hacer "el golpe perfecto" cuando se prepara, pero ser tolerantes y realistas con el resultado final.

Los entrenamientos son la mejor ocasión para hacer pequeños cambios en el swing, innovar y ser creativos, probar cosas nuevas que hagan incrementar el nivel técnico sin miedo a fallar y practicando la tolerancia, siendo conscientes de que el nuevo aprendizaje requiere cometer muchos errores. Sin este realismo será aburrido y muy frustrante.

Conseguir ser realista tiene algunas ventajas:

- Disminuye la angustia por no pretender jugar por encima de las posibilidades



- Disminuye la frustración por los errores cometidos
- Disminuye la dificultad porque se simplifica el juego
- Disminuye los errores porque se juega más a asegurar que a arriesgar
- Aumenta la confianza y la motivación
- Mejoran los resultados por todo lo anterior

Sugerencias para conseguir ser realistas:

- Determinar el par personal según handicap y nivel de los últimos 5 partidos
- Determinar el par personal en cada hoyo
- Apuntar a zonas seguras y con poco riesgo de penalización

- Realizar golpes prácticos y de acuerdo con el nivel de juego
- Jugar los hierros que más se dominan
- Jugar el putt para embocar pero asegurando el éxito en el segundo intento
- Pretender mejorar el swing sólo en los entrenamientos
- Contar con que se realizarán muchos errores antes de jugar un partido
- Ser conscientes de los puntos fuertes y débiles personales

En resumen, ser realistas permite disfrutar más y planificar la manera de jugar con confianza y tolerancia a la frustración. Así acostumbran a mejorar los resultados y la satisfacción personal.



Sólo un apunte: "El pesimista se queja del viento, el optimista espera que cambie y el realista ajusta las velas." (William George Ward) ■

Albert Soldevilla
Psicólogo del deporte
www.mensalus.com

Golf y Vino en Logroño



Una experiencia vital



La Rioja, golf y vino

Los campos de Golf de La Rioja se unen con las bodegas de la DOCa Rioja de Logroño para crear una oferta turística que sólo podría darse en esta tierra

El Ayuntamiento de Logroño ha puesto en marcha la actividad 'Golf y vino' con el fin de promover el turismo en el municipio y en La Rioja. Con este fin, los tres campos de Golf de La Rioja: Campo de Golf de Logroño, Club de Golf Sojuela y Rioja Alta Golf Club se han unido a las siete bodegas pertenecientes a la Denominación de Origen Calificada Rioja ubicadas en el municipio: Campo Viejo, Franco Españolas, Marqués de Murrieta, Marqués de Vargas, Bodegas Olarra, Viña Ijalba y Bodega - Museo Ontañón, para crear un producto turístico muy interesantes para el jugador de golf y amante del buen vino.

La Rioja ofrece a los jugadores de Golf una variedad muy interesante de campos que pueden recorrer, conociendo, además, los diferentes entornos de cada campo.

Turismo en Logroño

Situada a orillas del Ebro, la capital de La Rioja se ha labrado auténtica fama internacional debido a la calidad de sus vinos, y la variada gastronomía con las tapas típicas de la zona y

La Rioja, golf & wine

La Rioja golf courses joined with the wineries of the DOCa Rioja in Logroño to create a tourist offer that could only occur in this land

The Town Hall of Logroño has launched the 'Golf and wine' activity in order to promote tourism in the municipality and La Rioja. To this end, the three golf fields of La Rioja: Logroño Golf Course, Golf Club Sojuela and Rioja Alta Golf Club have joined the seven wineries belonging to the "Denominación de Origen Calificada Rioja" located in the municipality: Campo Viejo, Franco Españolas, Marqués de Murrieta, Marqués de Vargas, Bodegas Olarra, Viña Ijalba and Winery - Museum Ontañón to create a very interesting tourist product to the golf player and good wine lover.

La Rioja offers golfers a very interesting variety of golf courses to play, knowing, moreover, different environments for each field.

Tourism in Logroño

Located on the banks of the Ebro river, the capital of La Rioja has carved real international fame due to the quality of its wines, and the varied cuisine with the typical "tapas" of the

sus excelentes pinchos. Igualmente, posee uno de los patrimonios artísticos más importantes de España.

No en vano, Logroño ha sido elegida en varias ocasiones entre las cinco ciudades donde sus habitantes viven más felices.

En realidad, para darse cuenta de ello sólo hay que pasarse por la calle del Laurel a la hora del aperitivo o de la cena. Se come bien en Logroño, se bebe mejor (vino de Rioja, naturalmente) y se camina de maravilla, sin darnos cuenta, porque la ciudad es pequeña y está llena de verdes paseos por la ribera del Ebro y calles peatonales por las que los peregrinos pasan muy despacio, casi a cámara lenta, tratando de capturar el aroma de los asadores y las tabernas.



Entre sus atractivos turísticos encontramos:

- La Concatedral de Santa María de la Redonda donde se encuentra una gran joya, nada menos que un cuadro pintado por Miguel Ángel "La crucifixión", si pasamos por la parte de atrás del altar mayor podremos descubrirlo.
- El Parque del Espolón es un parque situado en pleno centro de Logroño y aun paso del casco histórico. En el centro se encuentra la famosa figura del General Espartero montado a caballo.

region and its excellent "pinchos". It also has one of the most important artistic heritage of Spain.

Not in vain, Logroño has been selected on several occasions between the five cities where residents live more happily.

Actually to be aware of this just walk in Laurel Street at dinnertime. You can eat well in Logroño either enjoying good wine (wine of Rioja, naturally) and walking beautifully, without realizing, because the town is small and is full of green walks along the banks of the Ebro and pedestrian streets that pilgrims pass very slowly, almost in slow motion, trying to capture the aroma of grills and taverns.



Its tourist attractions include:

- *The Santa María de la Redonda Pro-cathedral where you will find a great gem, nothing less than a picture painted by Miguel Ángel "The crucifixion", if we pass on the hand back of the altar we can discover it.*
- *The "Espolón" Park is a park located in the Centre of Logroño and even the historic step. In the Center is located the famous figure of General Espartero mounted on horse-back.*





- El Puente de hierro cruza el río Ebro y desemboca justo ante las Bodegas Franco-Españolas. Construido en aquel hierro característico de las construcciones posteriores a la Revolución Industrial, como las grandes estaciones de ferrocarril, los mercados, la mismísima Torre Eiffel.

- El parque del Ebro con aproximadamente 150.000 metros cuadrados es uno de los parques urbanos más grandes de Logroño.

De pinchos por la calle Laurel

Logroño es una ciudad donde a parte de poder disfrutar del golf a tan sólo 5 minutos, se puede disfrutar de unas tapas excelentes y muy buen ambiente para salir.

Una de las calles típicas para conocer Logroño es la calle Laurel. La calle Laurel es el más claro ejemplo de todo esto. Una calle conocida también como "La senda de los elefantes", dado que quien por aquí circula suele ir trompa. Amplia variedad de pinchos se dan cita: champiñones, setas a la plancha, pinchos morunos, tío agus, sepia a la plancha bocatas de jamón con queso de tetilla, cojonudos, patatas bravas e infinidad de tapas más. Todo esto en una sola calle donde se suceden bares como: Bar Simpatía, Blanco y Negro (el bar más antiguo de Logroño), Diagonal, El Muro, Mesón del Jamón, Jubera, Paganos, Cid y a unos precios asequibles, la competencia es mucha y la media de todos ellos es buena y en algunos sublime.

Otra calle de tapeo es la calle San Juan, que en nada merece a la calle Laurel, donde cada bar tiene también su propia especialidad, sean fritos, revueltos, carnes o pescados.

Turistas y autóctonos comparten espacios en un maridaje perfecto entre gastronomía elaborada con productos de la tierra y los mejores vinos de la denominación de origen calificada Rioja ■



oThe iron bridge crosses the River Ebro and ends just before the "Bodegas Franco-Españolas". Built in that iron characteristic of the buildings after the Industrial Revolution, as the large stations, markets, the very same Eiffel Tower.

- *Park of the Ebro with approximately 150,000 square meters is one of Logroño's largest urban parks.*

"Pinchos" by Laurel Street

*L*ogroño is a city where part of enjoying the golf course just 5 minutes, you can enjoy some excellent tapas and a great atmosphere to get involved.

One of the typical streets for Logroño is Laurel Street. Is the clearest example of this. A street also known as "The trail of the elephants", since who here runs usually Horn. Wide variety of skewers come together: mushrooms, mushrooms grilled kebabs, uncle agus, sepia to the griddle sandwiches of Ham with cheese, "cojonudos", spicy potatoes and plenty of more tapas. All this in a single Street where there are bars how: Bar sympathy, black and white (the oldest bar in Logroño), Diagonal, El Muro, Meson de Jubera, ham, Cid, Pagans and at affordable prices, competition is high and the average of all of them is good and sublime in some.

Other tapas Street is San Juan Street, that nothing detract from Laurel Street, where each bar also has its own speciality, they are fried, scrambled eggs, meat or fish.

Tourists and locals share space in a perfect marriage of cuisine prepared with local produce and the finest wines of the "denominación de origen calificada Rioja" ■



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. Reservas de capacidad. Sujeto a disponibilidad 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...

LA RIOJA



Golf de Logroño

Está considerado uno de los mejores campos del norte de España, situado en el parque de La Grajera, cuenta con una superficie de 450 hectáreas y está ubicado a tan sólo 5 kilómetros de Logroño. Su hoyo 4 es el más largo de España y uno de los más largos del mundo (619m.)

El complejo ha sido diseñado como un centro de ocio para el disfrute de las familias, con una amplia oferta en servicios y múltiples actividades deportivas y socio culturales, como por ejemplo; cursos de golf, paddel, torneos, campamentos, exposiciones...

Una red de caminos del Parque de La Grajera rodea el campo de golf donde las Btts, caminantes y jinetes están en armonía con los jugadores de golf. Todo un mundo natural al lado de la ciudad de Logroño.

El campo de golf tiene un recorrido de 18 hoyos. Con un par 72, su recorrido variado y equilibrado ofrece un agradable y divertido juego, a la vez que exige esmero a aquellos que quieran sacarle un buen resultado. Como ya se ha reseñado,

Golf de Logroño

It is considered one of the best courses in the North of Spain, located in the Park of La Grajera, has an area of 450 hectares and is located only 5 kilometres from Logroño. Your 4 hole is the longest in Spain and one of the longest in the world (619m)

The complex has been designed as a centre of entertainment for the enjoyment of families, a wide range services and sports activities and socio cultural, for example; courses of golf, paddle tennis, tournaments, camps, exhibitions...

A network of paths of the Park of La Grajera surrounds golf course where the MB, walkers and riders are in harmony with the golfers. A natural environment beside the city of Logroño.

Golf course is an 18 hole course. With 72 par, its varied and balanced tour offers a fun and enjoyable game, while it requires dedication to those who want to get a good result.

As already it has reviewed, the 4 hole is the longest in Spain and one of the longest in the world (619 m), is flat, with a slight





EL CAMPO DE LOGROÑO TODO UN MUNDO NATURAL AL LADO DE LA CIUDAD DE LOGROÑO

2 GF + BUGGIE (LABORABLES) 85€

2 GF + BUGGIE (FESTIVOS) 105€

10% DESCUENTO EN LA TIENDA



TEL. 941 511 360

GOLFLOGRONO@FCC.ES

PARQUE DE LA GRAJERA

CTRA. DE BURGOS, KM. 2 • 26008 - LOGROÑO (LA RIOJA)

WWW.GOLFLOGRONO.ES

el hoyo 4 es el más largo de España y uno de los más largos del mundo (619 metros), es llano y con un ligero dog-leg a la izquierda, su principal dificultad radica en la longitud, pero dos bunkers colocados estratégicamente delante del green aún castigan más el golpe de entrada.

En 2013 el Pisha batió el récord nacional recorrido en menos golpes y se quedó sólo a uno del mejor registro mundial ¡Qué pena! 60 golpes, 12 bajo par, es una vuelta de ensueño, menuda tarjeta. La hazaña tuvo lugar durante la disputa del Paternina Campeonato de España de Profesionales, que acabó adjudicándose ■

dogleg to the left, the main difficulty lies in the length, but two bunkers strategically placed in front of the green even more punishing entry hit.

In 2013 "El Pisha" Miguel Angel Jimenez broke the national record in fewer strokes and was only one of the best world record what a shame! 60 hits, 12 under par, is a dream, what a card back.

The feat took place during the dispute of the Paternina Championship of Spain of professionals, who ended up winning ■



P&P La Grajera

Además el club de golf de Logroño posee un Pitch & Putt de 9 hoyos, está situado en la parte más alta de la finca y tiene unas vistas privilegiadas del pantano de La Grajera y de la ciudad de Logroño ■

P&P La Grajera

Besides Logroño golf club has a 9-hole Pitch & Putt, is located in the highest part of the farm and has superb views of "pantano de La Grajera" and of the city of Logroño ■





Pimienta Rosa

Schweppes Premium Mixer



— EXPERTS IN MIXING —



Club de Golf Sojuela

Ubicado en un precioso paraje de bosques de robles y pinos silvestres, en el corazón de La Rioja, en el Complejo Residencial Moncalvillo Green, a tan solo 16 km de Logroño. El club cuenta con un espectacular recorrido de 18 hoyos par 72 y con unas esmeradas y magníficas instalaciones, para poder disfrutar del golf en su máxima expresión. Se trata de un diseño variado en el que la estrategia de juego puede desempeñar un papel importante para poder lograr un gran resultado. Cuatro lagos conectados entre sí mediante un cauce existente que le da belleza y participa en el juego.

El bello entorno en el que ha sido diseñado y su situación dentro de La Rioja, lo convierte en uno de los destinos mundiales en turismo enológico y gastronómico, ofrece una excelente combinación para los jugadores.

Club de Golf Sojuela es un referente entre los clubes de golf a nivel nacional ■

Club de Golf Sojuela

Located in a beautiful setting of oak forests and wild pine, in the heart of La Rioja, in the Fuenlabrada Green residential complex, just 16 km from Logroño. The club has a spectacular 18 hole course par 72 and with careful and magnificent facilities, to enjoy golf at its finest.

It's a varied design in which the strategy game can play an important role in order to achieve a great result. Four lakes connected to each other through an existing conduit that gives beauty and participates in the game.

The beautiful environment that has been designed and its situation in La Rioja, makes it one of the world oenological and gastronomic tourism destinations, offers an excellent combination for the players.

Golf course Sojuela is a leader among national golf clubs ■



Rioja Alta Golf Club

Está ubicado en el corazón de la Rioja Alta, entre el camino de Santiago y los municipios de Cirueña y Ciriñuela, en un enclave bioclimático y paisajístico excepcional y protegido por el marco natural de la sierra de la Demanda y la sierra de la Degollada. Rioja Alta Golf Club está compuesto por un recorrido de 18 hoyos de par 72, un campo de prácticas, un putting green y una zona de approach, en unos terrenos de 71.16 hectáreas en el término municipal de Cirueña (La Rioja), junto al Camino de Santiago.

El diseño del campo, realizado por Enrique Saenger-Golf Projects, se ha centrado en obtener un recorrido de golf que resulte atractivo y divertido para grupos muy diversos de jugadores, desde jugadores ya expertos hasta jugadores principiantes y, al mismo tiempo, que sea homologable para la celebración de todo tipo de torneos oficiales de alto nivel, tanto de categoría amateur como profesional. El recorrido de 18 hoyos de Rioja Alta Golf Club se compone de dos mitades de 9 hoyos de ida y 9 de vuelta de características muy equilibradas, tanto en las distancias de los hoyos como en su grado de dificultad. En cada una de ellas se han diseñado dos hoyos de par 3, cinco de par 4 y dos de par 5.

Se han previsto también unos tees de salida para categoría de jugadores senior, con unas distancias en cada mitad de 9 hoyos para caballeros senior (barras naranja) y para señoras senior (barras rosas). El par de cada vuelta es 36, siendo para total del campo de 72 ■

Rioja Alta Golf Club

It is located in the heart of the Rioja Alta, between the camino de Santiago and the municipalities of Cirueña and Ciriñuela, in an enclave bioclimatic and landscape exceptional and protected by the natural setting of the sierra of demand and the sierra of the cutthroat.

Rioja high Golf Club consists of a tour of 18-hole par 72, a driving range, a putting green and an area of approach, in grounds of 71.16 hectares in the municipality of Cirueña (La Rioja), next to the "Camino de Santiago".

The design of the field, conducted by Enrique Saenger-Golf Projects, has focused on get in a round of golf that is attractive and fun for very different groups of players, from already expert players to beginning players and, at the same time, which is comparable to the celebration of all kinds of official tournaments of high level, both amateur and professional category.

18-hole Golf Club high Rioja travel consists of two rounds of 9 front holes and 9 back of balanced features, both distances of holes in their degree of difficulty. In each one of them have been designed two-hole par 3, par 4 and two par 5's five.

A few tees output for category of senior players, are also planned with distances in each half of 9-hole men's senior (orange bars) and senior ladies (pink bars). The pair of each turn is 36, still for the field of 72 total ■



LA FINCA HOTEL GOLF
& SPA RESORT ★ ★ ★ ★ ★

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)



Viña Ijalba

Ecología, variedades, investigación, calidad ... son algunos de los signos diferenciales en los que se fundamenta VIÑA IJALBA desde la plantación del primer viñedo por Dionisio Ruiz Ijalba en 1975. Esta bodega familiar, dispone actualmente de 85 ha. de viñedo propio repartidas en varios términos de los alrededores de Logroño y San Vicente de la Sonsierra . Como originalidad, está plantado sobre minas a cielo abierto abandonadas que se han recuperado desde el punto de vista medioambiental. Desde 1994 practicamos cultivo ecológico.

Utilizamos las variedades de uva tradicionales de Rioja, investigando en el desarrollo de vinos con variedades autóctonas minoritarias. Fruto de este trabajo Viña Ijalba presentó en 1995 el primer vino varietal de Graciano de la Historia de Rioja. En el 2001 el primer vino de Maturana Blanca, en el 2002 el primer vino de Maturana Tinta y en el 2006 el primer Tempranillo Blanco del mundo. Destacar el Ijalba Crianza 2011 vino ecológico elaborado con 90 % de tempranillo y 10 % graciano, con capa de color intensa, aroma a frutos rojos en compota, textura sedosa y final persistente. Un vino que marida con un amplio espectro de platos ■

Viña Ijalba

***E**cology, varieties, research and quality are some of the differential signs that VINA IJALBA is based. from planting the first vineyard by Dionisio Ruiz Ijalba in 1975. This family winery, currently has 85 ha of vineyards spread in various terms of the outskirts of Logroño and San Vicente de la Sonsierra.*

As originality, it is planted on abandoned open field and recovered from the environmental point of view. Since 1994 we practice organic farming. We use the traditional grape varieties of Rioja, researching on the development of wines with minority native varieties. Fruit of this labour Vina Ijalba presented in 1995 the first varietal Graciano of the history of Rioja wine.

In 2001 the first wine Maturana Tinta and in 2006 came from Maturana Blanca, in 2002 the first Blanco Tempranillo in the world. Highlight Ijalba breeding 2011 organic wine made with 90% Tempranillo and 10% graciano, with intense color layer, aroma of red fruit in compote, silky texture and lingering finish. A wine that pairs with a broad spectrum of dishes ■





Campo Viejo

Campo Viejo es un referente mundial de los vinos de Rioja. Desde que dos grandes apasionados del vino - Beristain y Ortigüela - crearon la primera cosecha en 1959, Campo Viejo ha sido sinónimo de vinos expresivos, estilos únicos y continua innovación.

Inauguradas en 2001, las nuevas instalaciones (de 45.000 metros cuadrados) materializan la visión compartida del arquitecto riojano, Ignacio Quemada; el director de operaciones de Campo Viejo, Fernando Pozo y la enóloga de la bodega, Elena Adell, consiguiendo el perfecto equilibrio entre los 3 pilares fundamentales en los que se soporta la bodega.

La decisión de Quemada de construir bajo tierra la nueva bodega tenía varias implicaciones. En primer lugar, se conseguían de forma natural las condiciones ideales para la elaboración y crianza del vino. Y en segundo lugar, se podía conseguir la integración con el paisaje, algo que resulta fundamental en este entorno. Se da una perfecta simetría entre las necesidades enológicas y la belleza arquitectónica, y quien mejor la puede describir es el propio creador: "Por un lado, la arquitectura depende por completo de las necesidades enológicas, mientras que, por otro lado, es la arquitectura la que define hasta el más mínimo de los detalles del edificio" ■

Campo Viejo

Campo Viejo is a world reference for Rioja wines. Since that two large passionate wine - Beristain and Ortigüela - created the first harvest in 1959, old field has been synonymous with expressive wines, unique styles and continuous innovation.

Opened in 2001, the new facilities (45,000 square meters) materialize the shared vision of the Riojan architect, Ignacio Quemada; the director of operations of old field, Fernando Pozo and the oenologist of the winery, Elena Adell, achieving the perfect balance between the 3 fundamental pillars that supported the winery.

The decision of burning build underground new winery had several implications. Firstly, were achieved in a natural way the ideal conditions for the production and aging of wine. And secondly, you could get the integration with the landscape, something that is essential in this environment.

Gives a perfect symmetry between the oenological needs and the architectural beauty, and who can better describe it is the own creator: "on the one hand, architecture depends completely on the wine needs, while, on the other hand, is the architecture that defines up to the slightest details of the building" ■





Franco Españolas

Bodegas Franco- Españolas es una de las grandes bodegas de La Rioja. Con sus 125 años de historia continúa siendo un referente a la hora de hablar del mundo del vino.

Inquieta y renovadora, no es ajena a la evolución y compagina a la perfección el respeto por la tradición y la innovación tecnológica con el fin de obtener los grandes vinos que avallan su larga trayectoria. Su ubicación privilegiada, a orillas del río Ebro, le ha hecho testigo de la historia de Logroño. En sus 125 años de historia ha recibido muchas visitas ilustres entre las que se encuentran Hemingway o el rey Alfonso XIII. En manos de la Familia Eguizábal desde 1983, en la actualidad está inmersa en nuevos proyectos y comienza a ser un referente entre la oferta de ocio y cultura con sus propuestas enoturísticas.

Desde el 2009 abren las puertas de la bodega para acercar el mundo del vino al público general, lo primero que la diferencia es que llama a sus actividades enoexperiencias (experiencias del vino), lo segundo, una oferta diferente. Además de las tradicionales visitas y catas realizan otras actividades donde el vino amplifica los sentidos y te hace disfrutar mucho más, enoexperiencias gastronómicas: queso y vino, chocolate y vino , cocinando con Mario y Ana Luna.... y culturales: +Teatro con Diamante, Hallowine..... ■

Franco Españolas

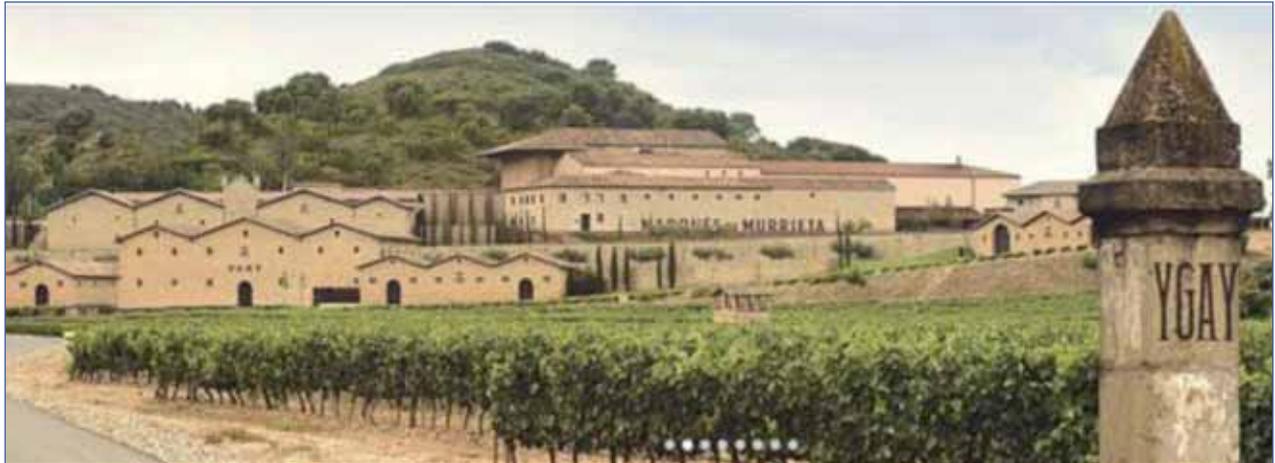
Bodegas Franco Españolas is one of the major wineries of La Rioja. With its 125 year history continues to be a point of reference when talking about the world of wine.

Restless and renewal, is no stranger to the evolution and perfectly respect for tradition and technological innovation in order to get great wines that guarantee its long career.

Its privileged location, on the banks of the Ebro river, has made him witness of the history of Logroño. In its 125 year history has received many illustrious visits including Hemingway or King Alfonso XIII. In the hands of the family Eguizábal since 1983, is currently involved in new projects and becoming a benchmark between the offer of leisure and culture with their offers of wine tourism.

From the 2009 open doors of the winery to approach the world of wine to the general public, the first thing that the difference is calling its activities "enoexperiences" (experiences of wine), the second, a different offer. In addition to the traditional visits and tastings conducted other activities where wine amplifies the senses and makes you much more, enjoy culinary enoexperiences: cheese and wine, chocolate and wine, cooking with Mario and Ana Luna... and cultural: diamond, Hallowine theatre... ■





Marqués de Murrieta

El origen de la bodega Marqués de Murrieta va unido al origen del vino de Rioja ya que, en 1852, Don Luciano Murrieta elaboró los primeros vinos de Rioja además de ser el primero en exportarlo fuera del territorio nacional. Don Luciano, nombrado marqués por el Rey Amadeo de Saboya gracias a su labor en Rioja, viajó a Burdeos para aprender las técnicas de elaboración del vino que trajo consigo de vuelta a España. Instauró el concepto de château francés en la finca Ygay, donde mandó construir el emblemático Castillo de Ygay.

En 1983 recoge el testigo Vicente Cebrián Sagarriga, décimo Conde de Creixell, quien actualizó la bodega y con su mente empresarial continuó el legado del Marqués de Murrieta. Tras su fallecimiento, su hijo, Vicente D. Cebrián-Sagarriga, actual Conde de Creixell, asume junto con su hermana Cristina la gestión de la bodega, acompañado de un equipo joven y cualificado. A lo largo de los años la familia del Conde de Creixell ha sabido ser un eslabón perfecto para mantener el equilibrio entre tradición y modernidad, colocando a Marqués de Murrieta en el siglo XXI en una posición privilegiada en los vinos de Rioja del mundo. La singularidad y calidad de los vinos de Marqués de Murrieta reside en gran medida en la exclusividad de su Finca Ygay, 300 hectáreas de viñedo propio integrado en la bodega, que permite el control más absoluto de su materia prima ■

Marqués de Murrieta

The origin of winery Marqués de Murrieta is linked to the origin of Rioja wine since, in 1852, Don Luciano Murrieta created first Rioja wines as well as being the first to export outside the national territory. Don Luciano, appointed Marquis by the King Amadeo de Saboya thanks to his work in Rioja, travelled to Bordeaux to learn the techniques of winemaking that brought back to Spain. It introduced the concept of French chateau on the farm Ygay, where he built the iconic Ygay Castle.

Vicente Cebrián Sagarriga takes in 1983, 10th count of Creixell, who updated the winery and with his business mind continued the legacy of the Marqués de Murrieta. After his death, his son, Vicente D. Cebrian-Sagarriga, current count of Creixell, takes along with her sister Cristina Winery management, accompanied by a young and qualified team. Over the years the family of the count de Creixell has managed to be a perfect link to maintain a balance between tradition and modernity, by placing Marqués de Murrieta in the 21st century in a privileged position in the wines of Rioja in the world.

The uniqueness and quality of wines from Marqués de Murrieta resides largely in the exclusivity of its Ygay estate, 300 hectares of vineyards in the winery, which allows more absolute control of its raw ■





Bodega- Museo Otañón

Bodega fundada hace más de 25 años bajo un ámbito artesano familiar que todavía hoy perdura. Cuenta con una larga experiencia en la viticultura riojana. El viñedo es uno de sus pilares fundamentales y, en estos momentos, cultivan un total de 250 hectáreas de viñedo en propiedad.

Bodegas Otañón no es sólo una bodega, sino toda una filosofía asentada sobre dos sólidos pilares, el vino y el arte. Cuenta en la actualidad con tres sedes en La Rioja y otra en Burgos y, la Bodega-Museo de Logroño, alberga una colección privada de esculturas, pinturas y vidrieras del artista Miguel Ángel Sainz y es la bodega elegida para llevar a cabo la crianza de sus vinos.

Rubén Pérez-Cuevas es el enólogo de Bodegas Otañón y miembro, junto con sus hermanas, de la saga familiar, propietaria de la bodega, iniciada por su padre, Gabriel Pérez Marzo ■

Bodega - Museo Otañón

Winery founded more than 25 years under a family artisan field that it endures even today. It has a long experience in the Riojan viticulture. Vineyard is one of its fundamental pillars and, at present, a total of 250 hectares of vineyards grown on property.

Bodegas Otañón is not only a wine cellar, but a philosophy built on two solid pillars, wine and art.

Currently has three offices in La Rioja and other in Burgos, and the Museum of Logroño, houses a private collection of sculptures, paintings and stained glass windows by the artist Miguel Ángel Sainz and is the chosen to carry out the aging of their wines.

Rubén Pérez-Cuevas is the winemaker of Bodegas Otañón and Member, along with her sisters, the saga family, owner of the winery, started by his father, Gabriel Pérez Marzo ■





ONTAÑÓN

BODEGA - MUSEO

PASIÓN POR LA VIÑA, PASIÓN POR EL VINO,
PASIÓN POR EL ARTE.



BODEGA MUSEO

Avda. Aragón 3. Logroño. 941 234 200 · 690 858 519 · enoturismo@ontanon.es · www.ontanon.es



Marqués de Vargas

La bodega Marqués de Vargas se construyó en 1989 en la propiedad Hacienda Pradolagar en Logroño, dirigido por el actual Marqués de Vargas, Pelayo de la Mata, fue el primer proyecto del Grupo Vinícola Marqués de Vargas. La codega, enclavada en el centro de su propio viñedo formando el concepto "château", se encuentra en el corazón del Valle del Ebro, a pocos kilómetros de Logroño.

En esta bodega se elaboran tres vinos tintos de alta gama elaborados con uvas procedentes de pagos escogidos y de producción limitada. Decir Marqués de Vargas en el mundo del vino es nombrar la saga de cuatro generaciones consagradas a la elaboración y comercialización de excelentes vinos riojanos, ya que el Marquesado de Vargas lo ostenta una familia estrechamente vinculada a esta importante región vitivinícola española. Fue en 1840 cuando Felipe de la Mata, octavo Marqués de Vargas, realiza las primeras plantaciones de viña en las cercanías de Logroño. Especialmente memorable fue la figura de Hilario de la Mata, padre del actual Marqués de Vargas, que ostentó durante años la presidencia de una de las bodegas más emblemáticas de La Rioja ■

Marqués de Vargas

The winery Marqués de Vargas was built in 1989 in the property Hacienda Pradolagar in Logroño, led by the current Marqués de Vargas, Pelayo de la Mata, was the first project of the Group wine Marqués de Vargas. Codega, nestled in the center of its own vineyard, forming the "Château" concept, it is in the heart of the Ebro Valley, a few kilometres from Logroño. In this Winery prepares three high-end wines made with grapes from selected payments and limited production.

Tell Marqués de Vargas in the wine world has been named the saga of four generations dedicated to the development and marketing of fine wines of La Rioja, since the marquisate of Vargas is held a family closely related to this important wine region.

It was in 1840 when Felipe de la Mata, 8th Marquis de Vargas, made the first plantations of vineyards in the vicinity of Logroño. Especially memorable was the figure of Hilario de la Mata, father of the current Marquis de Vargas, who was for years the Presidency of one of the most emblematic wineries of La Rioja ■





Bodegas Olarra

Bodegas Olarra está ubicada a las afueras de Logroño, en pleno corazón de la Denominación de Origen Calificada Rioja y dentro de la subzona de Rioja Alta.

Desde su fundación, en 1973, Olarra se ha caracterizado por la belleza y complejidad de sus instalaciones, conocidas como la catedral del Rioja, singulares por su planta en forma de 'Y' y por contar con 111 cúpulas hexagonales.

Esta bodega ha sabido fusionar las técnicas vinícolas más modernas con los métodos de elaboración y crianza tradicionales en Rioja, creando vinos concebidos según estrictos parámetros de calidad. En Bodegas Olarra se apuesta por la teoría de que el perfecto cuidado de la uva es el que hace un vino grande, por lo que se vigila al máximo cada detalle. Para la elaboración de sus vinos, Bodegas Olarra sólo utiliza aquellos frutos que cumplen una serie de estrictas condiciones ■

Bodegas Olarra

***B**odegas Olarra is located on the outskirts of Logroño, in the heart of the "denominación de Origen Calificada Rioja" and within the sub-zone of Rioja Alta. Its founded in 1973, Olarra has been characterised by the beauty and complexity of its facilities, known as the Cathedral of the Rioja, unique by its plant in the form of 'And' and by having 111 hexagonal domes.*

This Winery has managed to merge modern wine techniques with traditional Rioja winemaking and aging methods, creating wines designed according to strict parameters of quality.

In Bodegas Olarra is championing the theory that perfect care of the grape is making a great wine, so every detail is monitored to the maximum. For their winemaking, Bodegas Olarra only uses those fruits that meet a series of stringent conditions ■



BODEGAS

Las supersticiones y rituales en el golf

La superstición permanece activa en la mayoría de los seres humanos, aún cuando en ciertas personas este tema esté racionalizado y posean un control psicológico del mismo



Respecto de los rituales, en mayor o en menor grado, se puede observar que casi todas las personas lo poseen, alguno en un grado que los convierte en neuróticos, otros en forma más sana conformando parte de las actividades normales habituales. Además cada ritual pertenece a un tipo de fantasía específica, la que, al mismo tiempo que cubre la sostiene.

Los rituales del latín ("ritus = camino recto, directo), señalan un modo de mantener la superstición. Los rituales podrán ser expresados de diferentes modos: los tiempos, los colores, los utensilios, las vestimentas, los alimentos, los sonidos, la música.



Es común observar que ciertos y determinados tipos de rituales son habituales en toda presentación previa a campeonatos, torneos, competiciones

Es común observar que ciertos y determinados tipos de rituales son habituales en toda presentación previa a campeonatos, torneos, competiciones.

Teniendo en cuenta a los rituales del Golf, aclararemos algunos de estos significativos aspectos. Todos los rituales son secretos y se realizan periódicamente o en cuanto hay una necesidad extrema. (Ej.: inicio de un torneo, un partido considerado difícil, unos rivales complicados).

Entre los elementos significativos de los rituales, se usan los colores, ya sea en forma de ropa (gorras, polos, calcetines,...) o de otros elementos (un arreglapiques, unos tees determinados, bolas,...) ya que se le asignan a los colores propiedades mágicas y omnipotentes.

De aquí que muchos deportistas usen determinados colores, no sólo en sus camisetas o vestimentas oficiales que ya están establecidas institucionalmente, sino en su vida personal. Por supuesto que excluimos a los colores que por cualquier razón se ponen de moda. También existen los colores clásicos, los colores pálidos, los colores dulces, los colores extravagantes, etc. Pero todos ellos tienen culturas y, entre los golfistas, el uso de colores determinados a los cuales se le asignan la suerte y el éxito, forman parte del Gran Ritual que es el juego del Golf.

El ritual tiene como condición que su rea-

Entre los elementos significativos de los rituales, se usan los colores, ya sea en forma de ropa (gorras, polos, calcetines,...) o de otros elementos (un arreglapiques, unos tees determinados, bolas,...)



lización impida la mala suerte o la derrota; por eso los rituales tienen carácter de perentorios. Hay que realizarlos bajo pena de....

Por otro lado, los rituales al servicio de determinadas supersticiones, son privados, personales y singulares. Si bien hay muchos "tabúes" que compartimos en forma general los seres humanos. Otros elementos que han caído bajo la forma de supersticiones son los números. Un ejemplo actual es el famoso número trece que aparece asociado a la figura de Cristo y sus doce apóstoles, o bien doce brujas con un líder masculino o bien los doce meses del año y el año uno, los signos del Zodiaco (rueda de animales) y el Universo, etc.

Por estos motivos, nos parece altamente significativo el hecho de que sobre todo en el golf, aparezcan rituales y supersticiones vinculadas a los colores y a los números.

Qué las supersticiones y los rituales aparezcan continuamente en las culturas primitivas es obvio y observable en todos los estudios realizados, pero ¿por qué siguen apareciendo en las que llamamos "personas civilizadas"?

Este misterio se devela cuando nos damos cuenta de que la superstición como ritual sigue existiendo en nuestro inconsciente y que posee todavía la fuerza e importancia de aquellos tiempos ■



El exceso de perfeccionismo

El Golf es un deporte que requiere un carácter bastante perfeccionista para practicarlo. Puesto que es un deporte de precisión en el que se necesita atender a muchos detalles a la vez. Por lo tanto se necesita ser metódico y exigente para jugar bien



El perfeccionismo, bien utilizado, es bueno. Puesto que hace que se pongan todos los sentidos en lo que se hace, y hace surgir un carácter ganador y ambicioso para evolucionar. Pero cuando el perfeccionismo aparece en exceso, el efecto es todo lo contrario. Puesto que aparecen la presión y los nervios, y por lo tanto, la imprecisión.

El perfeccionismo tiene mucho que ver con el control. A una mentalidad perfeccionista le gusta controlarlo todo, hasta el más mínimo detalle. Lo que es imposible, puesto que TODO no se puede controlar.

Un ejemplo: intentar memorizar todos los detalles técnicos que llenan centenares

El exceso de perfeccionismo también provoca que nunca se esté satisfecho con su juego, ya que supone tener unas expectativas demasiadas elevadas

de páginas en las revistas de golf, y después intentar recordar y aplicarlo en el campo. ¿Verdad que es imposible?

El exceso de perfeccionismo también provoca que nunca se esté satisfecho con su juego, ya que supone tener unas expectativas demasiadas elevadas y difíciles de alcanzar. Por lo tanto, la insatisfacción es constante. Esto puede disminuir la confianza en el juego propio, o todavía peor; intentar jugar por encima de las propias posibilidades y cometer demasiados errores.

Si intentáis jugar de una manera "perfecta", que quiere decir controlarlo todo, os estaréis olvidando de una parte muy importante: vuestro instinto natural.

Todo el mundo debería contar con su propio instinto para jugar bien. El instinto es aquello que sale de dentro de cada cual, y que es sinónimo de naturalidad y espontaneidad.

Intentad recordar algún golpe que hayáis realizado en condiciones muy difíciles y

en qué la técnica contaba poco. Pero que la creatividad y el instinto os ayudaron a salir con éxito. Este y otros golpes son un buen ejemplo de que debéis contar con vuestra naturalidad a la hora de jugar.

Todos los aspectos técnicos que os enseñan vuestros profesores, son tan importantes como vuestro instinto natural.

Las personas no somos robots de repetición rígidos y preprogramados, en todo ponemos algo de personal. Por lo tanto, en nuestro swing también.

Una mentalidad excesivamente perfeccionista, intentará recordar todos los aspectos técnicos cuando nos disponemos a impactar la bola, como intento de tenerlo todo controlado. Esto se debe hacer en la rutina, no en el momento de jugar. Como hemos dicho que no se puede tener todo controlado, antes de impactar la bola debéis contar con vuestro instinto. Si no, la angustia puede empezar a aparecer.



Si sois demasiado racionales intentando pensar demasiado durante el movimiento, estaréis haciendo conscientes procesos mentales que han de ser muy automáticos

No se pueden recordar todos los aspectos técnicos en un solo instante. Justo antes de golpear la bola, esto os agobiará. Además, dejaréis de atender al objetivo al cual se apunta y a la propia naturalidad.

Pensad que el swing de golf es algo muy rápido y preciso, por lo tanto: muy instintivo. Si sois demasiado racionales intentando pensar demasiado durante el movimiento, estaréis haciendo conscientes procesos mentales que han de ser muy automáticos. (Hacer la prueba de conducir un coche siendo extremadamente conscientes de todos y cada uno de los movimientos que hacéis y veréis que perdéis precisión).

Se debe confiar mucho en la naturalidad con qué se juega. Es lo que hace vuestro juego personal e intransferible. Es el golf que lleváis dentro y el que os ayudará en muchos momentos. Una manera de con-

seguir sacarse de encima el exceso de perfeccionismo es que os importe menos el resultado y más la sensación que obtenéis intentando jugar sin miedo, ¡jugando de manera más desinhibida!

Jugar con un exceso de perfeccionismo os hará más imprecisos, es mucho mejor contar con vuestro instinto natural como aliado ■

Albert Soldevilla
Psicólogo del deporte
www.mensalus.com



Cuida tu espalda

Bienvenidos a un nuevo artículo de Entrenador Personal, en esta ocasión he preparado para vosotros 5 ejercicios con el objetivo de mejorar la salud de vuestra espalda



Como sabéis, la posición de la espalda en el swing sugiere siempre una cierta flexión de la columna vertebral y a posteriori una rotación y extensión durante el transcurso del mismo.

Estos ejercicios van encaminados a compensar la postura del swing a través de la mejora de la salud muscular, articular y ergonómica

Estos ejercicios van encaminados a compensar la postura del swing a través de la mejora de la salud muscular, articular y ergonómica.

Seguid con atención a Judith:

Fotos 1a-1b

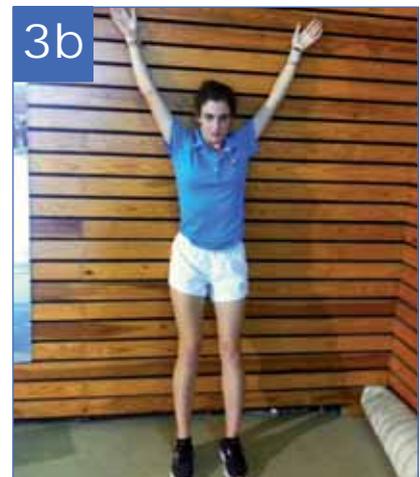
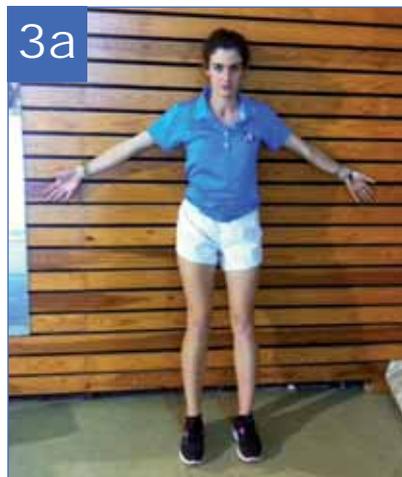
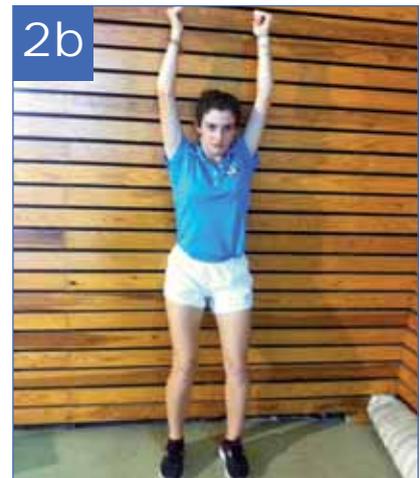
Sentados en una silla sube y baja el tronco de 10-20 veces. Mantén piernas separadas y extiende la columna mientras abres el espacio entre codos.

Fotos 2a-2b

Pega tu espalda y glúteos mientras subes y bajas brazos extendidos 10-20 veces. Los pies están ligeramente adelantados.

Fotos 3a-3b

Sube y baja los brazos 10-20 veces intentando mantener el contacto con la pared. Misma posición de espalda, glúteos y pies que en el ejercicio 2a-2b.





MONTANYÀ

HOTEL & LODGE



EQUUS
CENTER



LA TERRAZA
DEL MONTANYÀ



SPA NATURE



LA PISCINA
DEL MONTANYÀ

Avenida del Montseny s/n • 08553 Seva • Barcelona

Tel. 93 702 76 00

reservations@montanyahotel.com

www.montanyahotel.com

Fotos 4a-4b

Levanta de 10-20 veces a la vez el brazo y la pierna contraria y mantenlas arriba 1-2 segundos. Alterna brazos y piernas.

Fotos 5a-5b

Termina de pie con las manos en la pared y brazos extendidos durante TODO el ejercicio, intenta unir y separar las escápulas de 10-20 veces Estos 5 ejercicios os serán de gran ayuda para CUIDAR DE VUESTRA ESPALDA, teniendo como objetivo tonificar y reforzar la musculatura, ayudar a mejorar vuestra movilidad articular, sanear la postura y daros un mayor conocimiento de vuestro cuerpo.

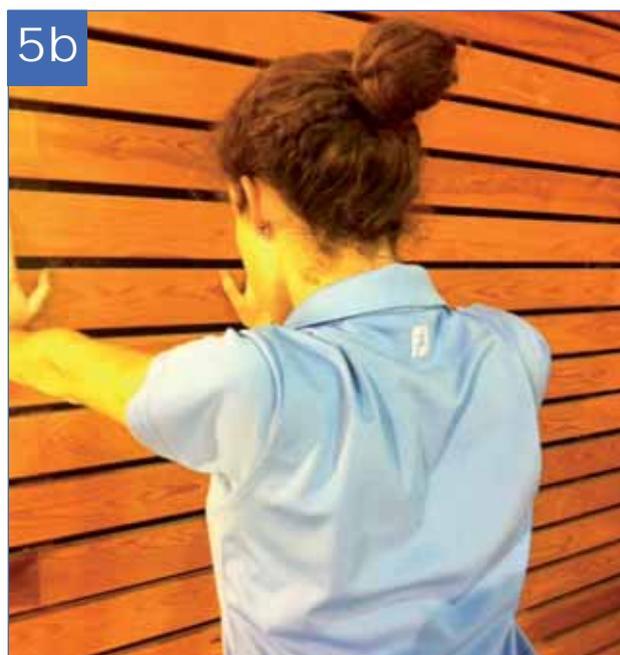
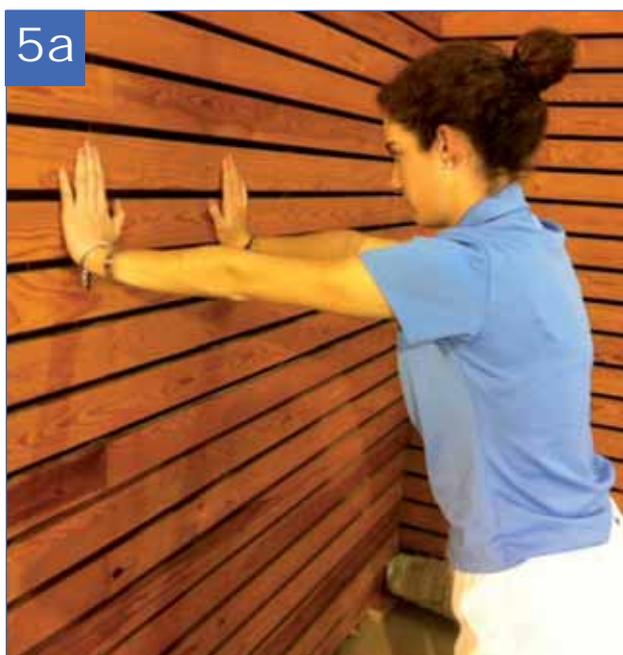
Practicar los ejercicios siempre que podáis. Es recomendable un mínimo de 2-3 veces por semana.

Os espero en el próximo artículo Entrenador Personal ■



Xavi Maynou
Preparador físico Golf
Certificado Tpi y Tpi Junior 2 y 3
xavimaynoumascar@yahoo.es

Modelo: Judith Castro Roldan (jugadora golf programa PAR Alt Rendiment Can Cuyàs)





WWW.GOLF-FLAG.EU





Driver G

La nueva Serie G y la línea Crossover, últimas innovaciones PING

Con la intención de proporcionar la máxima tolerancia con la mayor velocidad posible, PING presenta la nueva Serie G, con las últimas innovaciones de la compañía para renovar el juego del golf, que proporcionará ganancias de rendimiento medibles sin sacrificar ninguna de sus prestaciones importantes

La nueva gama G incluye tres opciones de driver - estándar, SF Tec (con Tecnología Straight Flight) y LS Tec (Tecnología Low-Spin) - junto con tres maderas de calle (estándar, SF Tec y Stretch), híbridos y hierros.

La innovación más visible en los drivers G está en su corona de nuevo diseño, que emplea la Tecnología Dragonfly convirtiéndolo en el driver de PING más largo y más tolerante de siempre.

La innovación más visible en los drivers G está en su corona de nuevo diseño



Crossover Serie G

Otra de las novedades de la Serie G es el Stretch 3: un driving 3-wood con una cabeza de mayor tamaño y una cara más profunda y con menos loft que proporciona mayores velocidades de bola y menor spin, llevando a más distancia y precisión.

La nueva gama G de maderas de calle también incluye una versión SF Tec que tiene un centro de gravedad más hacia el talón, con el fin de proporcionar la corrección requerida del golpe.

El nuevo hierro G emplea la misma revolucionaria Tecnología COR-Eye que se encuentra en el GMax, con un centro de gravedad profundo que proporciona más loft dinámico y una estratégica distribución del peso localizado en talón, punta y hosel para generar un incomparable perdón.

La nueva serie de híbridos G ahora también incorporan la Tecnología Turbulator, para captar mejor la bola e inspirarse en la colocación, con mejoras adicionales

PING también ha lanzado el Crossover Serie G, una nueva categoría de palo



Maderas de calle G

como el uso de acero Carpenter 455 con el fin de ahorrar peso en la cara y la corona, así como una cara más rugosa para una mayor fricción y spin reducido.

PING también ha lanzado el Crossover Serie G, una nueva categoría de palo. Un palo que no se le puede denominar 'driving-iron' porque se trata de una nueva

categoría, diseñada para proporcionar la distancia de un híbrido, con el control y la precisión de un hierro. El diseño es como el de un hierro, con algo más de volumen, pero con el mismo acero Carpenter 455 que se utiliza en la cara de maderas e híbridos. Todos estos nuevos productos están disponibles en tiendas desde mediados de febrero ■

Nuevos putters TR 1966 Anset, 50 años después

PING ha presentado dos nuevos putters Anser que hacen avanzar al legendario diseñado Anser elaborado hace décadas por el fundador de la compañía, Karsten Solheim

Los nuevos putters deben su nombre a la tecnología True-Roll (TR). El diseño de fresado de precisión de la cara ofrece una incomparable consistencia de velocidad de bola, clave para embocar más putts y tri patear en menos ocasiones.

El nuevo modelo TR 1966 Anser incluye una hendidura de sonido en la suela y encaja con los golfistas que prefieren patear sin línea de alineamiento, con unos contornos de punta y talón más redondeados, y un filo superior ligeramente más grueso.



Por su parte el TR 1966 Anser 2, que se distingue por un acabado metalizado de acero inoxidable, tiene una sola línea de alineación blanca en la pestaña que simplifica el apuntar hacia el objetivo.



Los contornos de su punta y talón son menos redondeados que en el Anser, y su filo superior es más estrecho.

PVP recomendado 195 € ■

El Speed Hybrid de ECCO, confort ligero y estilo vintage



La compañía danesa ECCO, fabricante líder mundial de calzado innovador, ha lanzado su último calzado de golf híbrido, el ECCO Speed Hybrid, que combina una atractiva estética de zapatilla deportiva vintage, con una vanguardista tecnología de comodidad y una suela probada en el Tour.

Continuando con la ampliación de fronteras de estilo en la categoría de calzado híbrido, el elegante diseño y los sutiles colores del Speed Hybrid se coordinan perfectamente casi con cualquier prenda.

Otras cualidades son:

- Amortiguación, flexibilidad y durabilidad excepcionales, proporcionada por una mediasuela de PU fabricada por inyección directa.
- Suela E-DTS con barras de tracción moldeadas de TPU resistente, que proporcionan cientos de ángulos de tracción para un agarre excelente.

- El ECCO Freedom Fit combina un cómodo y ajustado talón con una más espaciosa zona delantera del pie, que permite a los dedos moverse naturalmente.
- Para asegurar un agradable caminar ronda tras ronda, el Speed Hybrid también cuenta con una original plantilla de piel extraíble con ECCO Comfort Fibre System.
- El Speed Hybrid se elabora a mano en fábricas propias mediante proceso de inyección directa.

Su PVP aproximado es de 175 €.

Nueva edición actualizada de las Reglas de Expert Golf

En la feria más grande del mundo dedicada al golf, la PGA Show en Orlando, Florida de este año, Expert Golf ha relanzado el libro "Reglas de Golf de referencia rápida" que acaba de ser revisado y actualizado con las nuevas reglas de golf para los años 2016-2019.

Resumen de los procedimientos de alivio (para el detalle de los procedimientos, consultar la pestaña correspondiente.)	Calle y rough	Bunker	Obstáculo de agua	Green
Impedimentos sueltos Quitar sin penalidad. Si la bola se mueve al hacerlo.	✓ reponer, 1 golpe de penalidad	✗	✗	✓ reponer, sin penalidad
Obstrucciones móviles Quitar sin penalidad. Si la bola se mueve al hacerlo.	✓ reponer, sin penalidad	✓ reponer, sin penalidad	✓ reponer, sin penalidad	✓ reponer, sin penalidad
Obstrucciones inamovibles Alivio por interferencia con la bola / stance / swing	✓	✓	✗	✓ También por interferencia con la línea de putt
Condiciones anormales del terreno Alivio por interferencia con la bola / stance / swing	✓	✓	✗	✓ También por interferencia con la línea de putt
Declarar injugable (con 1 golpe de penalidad)	✓	✓	✗	✓



Se han vendido más de 1,5 millones de copias convirtiéndose en el libro de golf más vendido del mundo. Está disponible en más de 20 idiomas y se edita en más de 50 países.

También está disponible la versión para iPhone "iGolfrules" una herramienta muy práctica y eficaz a la hora de solventar nuestras dudas sobre las reglas en el terreno de juego.

Callaway Golf - La Chrome Soft 2016

ofrece más distancia de drive y más control hacia el green



Callaway Golf ha anunciado el lanzamiento de la nueva Chrome Soft, tomando la bola que redefinió por completo cuando la presentó por vez primera en 2015 para elevarla a otro nivel.

La nueva Chrome Soft se basa en el modelo de gran éxito del año pasado e introduce el patentado Dual SoftFast Core, que genera rápidas velocidades de salida con el driver para una distancia excepcional. Callaway es la única compañía de bolas de golf que emplea la nueva tecnología Dual SoftFast Core ■

Kit para coche de TomTom Golfer

Si ya tienes un TomTom Golfer y disfrutas de las ventajas de jugar con este estilizado e innovador reloj GPS de golf, te interesará saber que uno de sus últimos accesorios es este kit de cargador para el coche.

Una solución inteligente para quienes vamos apurados de tiempo, o despistados, a la hora de organizar nuestra bolsa de golf para el siguiente partido o torneo. Y, en serio, no podemos fallar en la opción de consultar la distancia exacta hasta los greens y los obstáculos antes de elegir el palo del siguiente golpe. No nos engañemos, visualizar el diseño de los hoyos del campo que vamos a jugar es un factor que nos da mayor confianza y diversión practicando nuestro deporte favorito.

Este accesorio te permitirá recargar fácilmente tu reloj GPS mientras vas en carretera hacia tu próxima partida.

Adecuado para el TomTom Golfer y el TomTom Golfer Premium Edition, el kit está configurado por un cable especial y el enchufe para el coche dentro de una bolsita negra.

PVP aprox.: 29,95 € ■



Enorme Resort Tropical en un antiguo hangar soviético

En el sur de Berlín un enorme hangar que en otrora sirvió como base aérea soviética ha sido transformado en un complejo para tomar sol, disfrutar de la arena y la piscina

Los habitantes de Berlín, la capital de Alemania, no cuentan con playas naturales para disfrutar durante el verano. Pero si algo tienen de sobras es creatividad.

Conocido como el Tropical Islands el espacio tiene 360 metros de largo, 210 metros de ancho y 107 metros de alto.

podrían caber dentro ocho campos de fútbol y la Estatua de la Libertad

Para hacernos una idea, podrían caber dentro ocho campos de fútbol y la Estatua de la Libertad.

El resort se inauguró en 2004 y cada año atrae a 1 millón de visitantes. Realmente resulta un lugar muy atractivo. A pesar de los helados inviernos de Alemania, dentro del hangar la temperatura se mantiene a unos agradables 25°C. Hay 13 restaurantes y bares, mini golf, flamencos y el spa más grande de Europa en poco menos de 10.058 m².

En la construcción del Tropical Islands fueron utilizadas más de 14.000 toneladas de acero y dejando de lado la cúpula de acero, se parece mucho a cualquier playa.

El Resort cuenta con el tobogán de agua más largo de Alemania, con 270 metros.

También hay una zona de juego para niños con coches de choque y un volcán de bolas, que explota con un montón de pelotas blandas. Además encontramos

El Resort cuenta con el tobogán de agua más largo de Alemania, con 270 metros



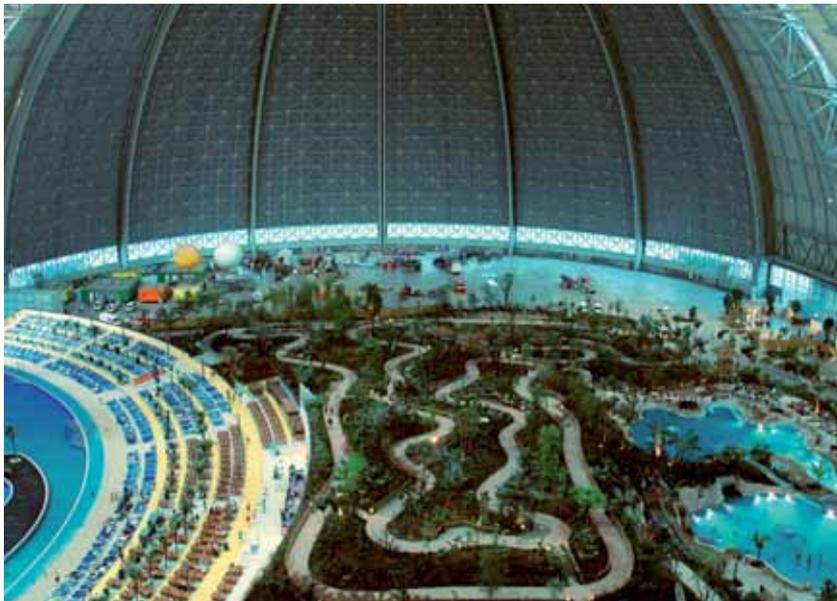


los visitantes tienen a su disposición fantásticas casas de campo para alojarse

estructuras para escalar, incluso se puede hacer un recorrido en un globo de aire caliente por el recinto, desde donde puedes mirar el paisaje.

Por las noches las luces se apagan y la mayoría de las personas se dirigen a casa. Pero algunos eligen quedarse en Tropical Islands donde los visitantes tienen a su disposición fantásticas casas de campo para alojarse.

Cuentan con alrededor de 200 habitaciones disponibles aunque una opción más barata es acampar en los tipis. Hay 133 tipis bajo la cúpula.



Entre la oferta gastronómica encontramos 13 restaurantes y bares en Tropical Village, con comida tailandesa, carnes, gastronomía india y barbacoa tropical.

Entre la oferta gastronómica encontramos 13 restaurantes y bares

También podemos hacer un recorrido por la selva tropical, que cuenta con más de 600 variedades de plantas y vida silvestre como flamencos.

El Resort se ha convertido en uno de los destinos más populares de Berlín tanto para los propios berlineses como para turistas ■



El hoyo más difícil del mundo

La salida está en una colina de 430 metros de altura y se llega en helicóptero. El green dista 400 m de la base de la montaña. Así es el mayor reto del mundo del golf

En la provincia más septentrional de Sudáfrica, Limpopo, se encuentra el hoyo de golf más difícil del mundo. El «Extreme 19th» es un par 3 de 359 metros. El tee se encuentra en la cima de la montaña Hanglip, a 430 metros, por

El «Extreme 19th» es un par 3 de 359 metros

lo que se calcula que la bola tarda unos 20 segundos en llegar al green, que tiene la forma del continente africano.

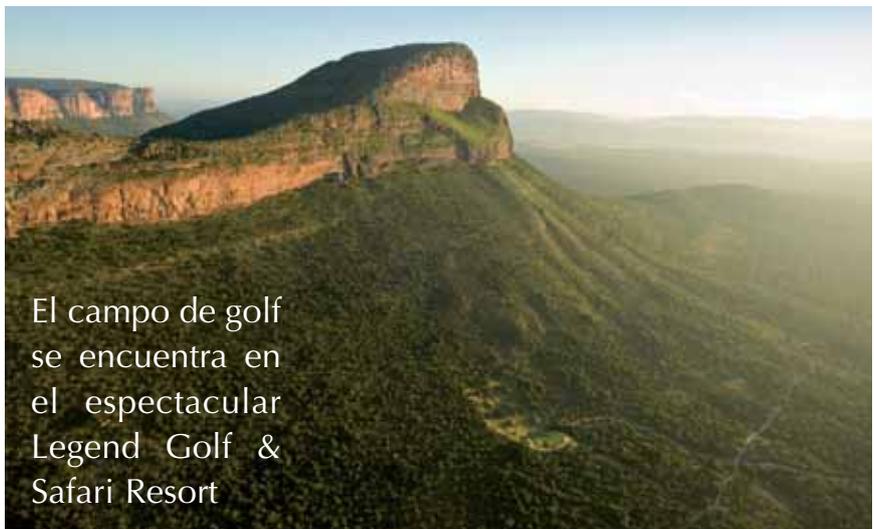
El campo de golf se encuentra en el espectacular Legend Golf & Safari Resort. Destino: la espectacular reserva de Entabeni, «el lugar de la montaña», en la región de Waterberg donde los llamados Big Five («cinco grandes») -leopardo, león, elefante, búfalo y rinoceronte- andan a sus anchas. Es un área alejada de los parques nacionales más famosos, en la que África aún está «intacta».

El campo de golf fue diseñado por 18 de los mejores jugadores del mundo, entre los que cuentan Trevor Immelman, Sergio García, Raphael Jacquelin, Retief Goosen, Justin Rose o Padraig Harrington.

Fue Harrington, dos veces ganador del Open británico y de un PGA Championship, el primer golfista en hacer un par 3, aunque luego fue seguido por otros.

Al ser tan grande la distancia entre el tee y el hoyo y no haber ni GPS ni cámaras para seguir el recorrido de la bola, se cuenta con un «spotter» (observador) para intentar localizar dónde cae en la bola.

Se corrió el rumor de que quien consiguiera hacer hoyo en uno sería premiado con un millón de dólares pero la web del resort no hace mención de ello ■



El campo de golf se encuentra en el espectacular Legend Golf & Safari Resort



Los datos

Altura de la cima donde se halla el tee: . . . 430 metros

Distancia horizontal desde el pie de la montaña a la parte posterior del green: 400 metros

Distancia horizontal desde el pie de la montaña hasta el inicio de la calle: 280 metros

“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



Tristán de Cunha

Cuatro de los lugares más remotos del planeta

El ser humano es testarudo. No importa lo lejano que esté un punto en la Tierra, lo inhóspito del lugar o sus extremas condiciones meteorológicas. Queremos poner un pie allí. Vencer, demostrar que lo hemos logrado. Así ha sido a lo largo de la historia y así seguirá siendo. Desde lo más bello a lo realmente inhóspito, estos son los lugares más remotos de la tierra

Tristán de Cunha

Este es el nombre del lugar habitado más remoto del mundo. Se trata de un archipiélago ubicado en el sur del océano Atlántico, que tiene el honor de ser el lugar más distante de la siguiente población habitada.

El complicado acceso a su isla principal hace que se encuentre dentro del libro Guinness de los récords como la isla habitada más inaccesible del la Tierra



Motuo Conty, China

En concreto, se encuentra a 1.700 millas de la costa de Sudáfrica. Sin duda, Tristán de Cunha es un buen lugar para que veranee todo aquel harto de la muchedumbre, aunque a diferencia de lo que se puede pensar, el archipiélago tiene una rica historia.

La isla fue descubierta por un explorador portugués en 1506 y los británicos se la anexionaron posteriormente por miedo a que los franceses la utilizaran para rescatar a Napoleón, exiliado cerca de Santa Helena.

Fue utilizada como base temporal por los balleneros y cazadores de focas estadounidenses. Hoy en día los aproximadamente 280 habitantes de su asentamiento, llamado Edimburgo, se rigen aún por legislación británica.

El complicado acceso a su isla principal hace que se encuentre dentro del libro Guinness de los récords como la isla habitada más inaccesible del mundo.

Pitcairn Island

Dentro del archipiélago Pitcairn, se encuentra esta isla que recibe el mismo nombre. La única manera de llegar a ella es por mar, ya que no hay aeropuerto ni en Pitcairn ni en ninguna de sus islas vecinas.

Situada al sur del océano Pacífico, a centenares de millas se encuentran las islas Gambier y Tahití. Tiene una población aproximada de 50 habitantes, muchos de ellos descendientes de colonos británicos.

A pesar de que los arqueólogos afirman que hubo asentamientos polinesios anteriores al siglo XV, la información más segura que se tiene es que esta isla fue descubierta en 1606 por un marinero portugués que navegaba a bordo de una embarcación de la Corona española.

Hoy sus habitantes viven de la pesca, la ganadería y de la venta de sus extraños sellos a coleccionistas. A pesar de los adelantos en la navegación, la isla permanece prácticamente incomunicada. Una travesía de Nueva Zelanda a Pitcairn puede durar en torno a diez días.

Motuo County, China

Es el único condado de los aproximadamente 2.100 más importantes de China

A pesar de los adelantos en la navegación, la isla permanece prácticamente incomunicada. Una travesía de Nueva Zelanda a Pitcairn puede durar en torno a diez días



Pitcairn Island



La Rinconada, Perú

que no está unido al resto del mundo por ninguna carretera. Este lugar tibetano tiene además el privilegio de ser el último territorio chino que cruza el río Brahmaputra antes de que comience a fluir por la India.

La belleza de la región le atribuye el título del lugar más sagrado, según el Budismo Tibetano. Los 30.550 kilómetros cuadrados del condado están habitados por aproximadamente 10.000 personas, pertenecientes sobre todo a los grupos étnicos Menba y Louba.

Se han invertido millones de dólares en intentar comunicar Motuo County con los lugares cercanos mediante una carretera, sin embargo los ríos de lodo, las avalan-

los ríos de lodo, las avalanchas y la compleja orografía han hecho que este lugar se resista a unirse al resto del mundo

chas y la compleja orografía han hecho que este lugar se resista a unirse al resto del mundo y consiga mantener su espiritualidad.

La Rinconada, Perú

A 5.400 metros sobre el nivel del mar, La Rinconada está considerada como la población a mayor altitud del planeta. Entre los lugares de más difícil acceso de Sudamérica, este está considerado como uno de los más bellos.

La ciudad se encuentra emplazada en un glaciar permanentemente congelado y tiene aproximadamente 30.000 habitantes y la mayoría se dedican al negocio de las minas de oro.

Normalmente a La Rinconada acuden trabajadores desesperados por ganar dinero como mineros y muchos de ellos no cobran, sino que tienen derecho a quedarse con un pequeño porcentaje del oro que encuentran.

El 'mal de altura' es uno de los mayores problemas que provocan que la gente no pueda vivir en este lugar durante mucho tiempo ■



Audi RS Q3 performance: pura potencia

Audi abre una nueva etapa en el segmento de los SUV compactos de altas prestaciones: el Audi RS Q3 performance impresiona con un rendimiento de 367 CV (270 kW) y 465 Nm de par

Esta increíble potencia permite al nuevo tope de la gama Q3 acelerar de 0 a 100 km/h en 4,4 segundos y alcanzar una velocidad punta de 270 km/h. Junto

Esta increíble potencia permite al nuevo tope de la gama Q3 acelerar de 0 a 100 km/h en 4,4 segundos

al motor TFSI de cinco cilindros potenciado, el Audi RS Q3 performance incluye detalles específicos de diseño y un paquete interior exclusivo.

La potencia del motor 2.5 TFSI ha sido incrementada en 27 CV (20 kW), hasta llegar a los 367 CV (270 kW)

El nuevo Audi RS Q3 performance sigue los pasos de los RS 6 Avant performance y RS 7 Sportback performance, y se convierte en el tercer miembro de la familia de deportivos con esta denominación.

Motor

La potencia del motor 2.5 TFSI ha sido incrementada en 27 CV (20 kW), hasta llegar a los 367 CV (270 kW), lo que ayuda al RS Q3 performance a alcanzar una ve-

locidad máxima de serie de 270 km/h. El par máximo de 465 Nm está disponible en un amplio margen, entre 1.625 y 5.500 rpm; gracias a ello, el nuevo modelo cubre la aceleración de 0 a 100 km/h en 4,4 segundos. A pesar de su rendimiento mejorado, el consumo medio de combustible en el ciclo NEDC es de 8,4 l/100km, que se corresponde con unas emisiones de 198 g/km de CO₂. El sistema de recuperación de energía y el sistema start-



stop contribuyen a lograr estos valores. La clasificación de emisiones es Euro 6.

Transmisión

La potencia del propulsor se transmite la caja de cambios S tronic de siete velocidades, que ha sido modificada para hacer más rápidas las transiciones. Las marchas cortas están muy juntas entre sí para lograr una respuesta deportiva, mientras la séptima tiene un desarrollo más largo que ayuda a reducir el consumo de carburante.

Diseño exterior

Los detalles de diseño típicos de la familia RS, tales como el paragolpes delantero deportivo con entradas de aire sobredimensionadas, la parrilla con trama de nido de abeja de color negro brillante, el paragolpes trasero con difusor y el sistema de escape RS con salida ovalada subrayan el carácter deportivo del Audi RS Q3 performance.

En el exterior aparecen determinadas piezas con acabado en titanio mate.

El tablero de instrumentos incorpora relojes de fondo gris con agujas y numeración en blanco

Diseño interior y equipamiento

El toque deportivo que deja ver el coche en su exterior aparece reflejado también en el interior. Los asientos deportivos tienen el logo RS Q3 bordado y están tapizados en una combinación de cuero y Alcantara negra.

El volante RS Sport -de cuero y achatado en su parte inferior-, el reposabrazos central y la piel que cubre la palanca de cambios, tienen costuras azules. Las inserciones de carbono con trama azul entrelazada en la fibra redondean esta exclusiva combinación.

El tablero de instrumentos incorpora relojes de fondo gris con agujas y numeración en blanco. La pantalla a color situada en la parte central dispone de un menú especial RS que muestra la presión del turbo, la temperatura del aceite y un cronómetro para medir el tiempo por vuelta



en circuito. Además, otros elementos forman parte de la dotación de serie: Audi parking system plus, MMI Navegación, Audi sound system, luces LED y sistema de climatización.

Las primeras unidades se entregarán en el segundo trimestre de 2016.

El toque deportivo que deja ver el coche en su exterior aparece reflejado también en el interior

Consumo de combustible:

Audi RS Q3 performance:

Consumo combinado en l/100 km: 8,4;
Emisiones combinadas de CO2 en g/km: 198.

Audi RS 6 Avant performance:

Consumo combinado en l/100 km: 9,6;
Emisiones combinadas de CO2 en g/km: 223.

Audi RS 7 Sportback performance:

Consumo combinado en l/100 km: 9,5;
Emisiones combinadas de CO2 en g/km: 221 ■



campos de golf de españa

ANDALUCÍA

Almería		
Alborán Golf	Retamar	950 208 583
Club de Golf La Envía	Vicar	950 559 646
Club de Golf Playa Serena	Roquetas de Mar	950 333 055
Club Marina Golf Mojácar	Mojácar	950 133 235
Cortijo Grande Golf Resort	Turre	950 479 176
Desert Springs Golf Club	Cuevas del Almanzora	637 861 591
Golf Almerimar	El Ejido	950 497 454
P. Macenas Beach & Golf Resort	Mojácar	690 844 063
Valle Del Este Resort	Vera	950 398 743
Cádiz		
Alcaldesa Links Golf Course	La Línea	956 791 040
Almenara Hotel-Golf	Sotogrande	956 582 054
Arcos Gardens Club de Golf	Arcos de La Frontera	956 704 201
Benalup Golf & Country Club	Benalup-Casas Viejas	956 424 928
Club de Golf Campano	Chiclana de La Frontera	956 464 905
Club de Golf Costa Ballena	Rota	956 847 070
Club de Golf La Cañada	Guadaro	956 794 100
Club de Golf Valderrama	Sotogrande	956 785 252
Club de Golf Vista Hermosa	Puerto De Santa María	956 541 968
Montenmedio Golf & Country Club	Vejer De La Frontera	956 455 004
Granada		
Club de Golf Los Moriscos	Motril	958 825 527
Granada Club de Golf	Las Gubias	958 584 436
Medina Elvira Club de Golf	Atarfe	958 060 036
Santa Clara Golf Club Granada	Otura	858 702 800
Huelva		
Club de Golf Bellavista	Aljaraque	959 319 017
Club de Golf El Rompido	Cayarta	959 024 242
Club de Golf Isla Canela	Ayamonte	959 477 263
Costa Esuri Golf Club	Ayamonte	959 328 028
Golf Dunas de Doñana	Matalascañas	959 441 810
Golf Nuevo Portil	Cartaya	959 528 799
Islantilla Golf Resort	Isla Cristina	959 486 049
Málaga		
Alhaurin Golf	Alhaurin El Grande	952 595 800
Aloha Golf	Marbella	952 831 390
Añoreta Golf	Rincón de La Victoria	952 404 000
Antequera Golf	Antequera	952 701 900
Atalaya Golf & Country Club	Estepona	952 882 812
Baviera Golf S. A.	Caleta de Vélez	952 555 015
Benalmádena Golf	Benalmádena	952 102 676
Cabopino Golf Marbella	Marbella	951 607 004
Calanova Golf Club	La Cala De Mijas	690 751 084
Casares Costa Golf	Casares	952 937 895
Club de Golf El Candado	El Palo	952 299 340
Club de Golf El Coto	Estepona	952 804 700
Club de Golf La Dama de Noche	Nueva Andalucía-Marbella	952 818 150
Club de Golf La Siesta	Mijas Costa	952 933 362
Club de Golf La Zagaleta	Benahavis	952 855 453
Doña Julia Golf Club	Casares Playa	952 893 856
El Chaparral Club de Golf	Mijas	952 587 733
El Paraiso Golf Club	Estepona	952 883 846
Estepona Golf	Estepona	952 937 605
Finca Cortesin Golf Club	Casares	952 937 883
Flamingos Golf Club	Benahavis (Marbella)	952 889 157
Golf Rio Real	Marbella	952 765 732
Guadathorpe Club de Golf	Campanillas	952 179 378
La Cala Resort	Mijas Costa	952 669 033
La Duquesa Golf & Country Club	Manilva	952 890 725
La Noria Club Resort	La Cala De Mijas	952 587 653
La Quinta Golf & Country Club	Nueva Andalucía -Marbella	952 762 390
La Resina Golf & Country Club	Estepona	951 278 346
Lauro Golf	Alhaurin De La Torre	952 412 767
Los Arqueros	Benahavis	952 784 600
Los Naranjos Golf Club	Nueva Andalucía	952 815 206
Magna Marbella Golf	Nueva Andalucía	952 929 249
Marbella Club Golf Resort	Municipio de Benahavis	952 889 101
Marbella Golf Country Club	Marbella	952 830 500
Mijas Golf	Fuengirola	952 476 843
Miraflores Golf Club	Mijas Costa	952 931 960
Monte Mayor Golf Club	Benahavis	952 937 111
Monte Paraiso Golf	Marbella	952 822 781
Parador Málaga Golf	Málaga	951 011 120
Real Club de Golf Guadalmina	S. Pedro de Alcántara	952 883 375
Real Club de Golf Las Brisas	Nueva Andalucía	952 810 875
Santa Clara Golf Marbella	Marbella	952 810 111
Santa María Golf & Country Club	Marbella	952 831 036
Santana Golf And Country Club	Mijas Costa	902 517 700
Torrequebrada Golf	Benalmádena-Costa	952 442 742
Valle Romano Golf & Resort	Estepona	952 807 010
Sevilla		
Club de Golf Las Minas	Aznalcázar	955 750 678
Club de Golf Zaudin	Tomares	954 154 159
Hato Verde	Sevilla	955 795 062
Real Club de Golf de Sevilla	Alcalá de Guadaíra	954 524 301
Real Club Pineda de Sevilla	Sevilla	954 611 400

ARAGÓN

Huesca		
Club de Golf de Jaca	Jaca	974 358 200
Golf Guara	Arascués-Nuevo	974 340 165
Margás Golf	Latas-Sabiñánigo	974 499 400
Zaragoza		
Augusta Golf Calatayud	Calatayud	976 891 900
Club De Golf La Peñaza	Zaragoza	976 342 800
Golf Los Lagos	Pineque	976 617 613
Real Aeroclub De Zaragoza	Zaragoza	976 214 378

ASTURIAS

Campo Municipal De Llanes	Llanes	985 417 230
Campo Municipal La Llorea	Gijón	985 181 030
Campo Municipal Las Caldas	Las Caldas	985 798 132
Club de Golf Cierro Grande	Tapia de Casariego	985 472 519
Club de Golf La Barganiza	Oviedo	985 742 478
Club de Golf La Fresneda	Pruvia (Siero)-Oviedo	985 267 301
Club de Golf La Morgal	Cayés-Lamera	985 771 675
Club de Golf Madera III	Castiello de Bernueces	985 366 313
Club de Golf Villaviciosa	Gijón	985 892 632
La Rasa de Berbes	Ribadesella	985 866 613
Los Balagares Golf	Corvera de Asturias	985 535 178
Real Club de Golf de Castiello	Gijón	985 366 313

BALEARES

Ibiza		
Golf de Ibiza	Ibiza	971 196 052
Golf de Ibiza II	Santa Eulalia	971 196 052
Mallorca		
Canyamel Golf Club	Capdepera	971 841 313
Capdepera Golf	Cadepera	971 818 500
Club de Golf Alcánada	Puerto de Alcudia	971 549 560
Club de Golf De Poniente	Calviá	971 130 148
Club de Golf Son Artem	Liuchmajor	971 129 200
Club de Golf Son Servera	Son Servera	971 84 00 96
Club de Golf Son Ternens	Bunyola	971 617 862
Club de Golf Son Vida	Palma de Mallorca	971 791 210
Club de Golf Vall D'Or	S'horta	971 837 001
Golf de Andrax	Camp de Mar	971 236 280
Golf Park Puntiró	Palma de Mallorca	971 797 330
Golf Pollensa	Pollença	971 533 216
Golf Santa Ponsa I	Calviá	971 690 211
Golf Santa Ponsa II	Calviá	971 690 211
Golf Santa Ponsa III	Calviá	971 690 211
Golf Son Muntaner	Palma de Mallorca	971 783 030
La Reserva Rotana	Manacor	971 845 685
Maoris Golf	Mallorca	971 748 315
Pula Golf	Son Servera	971 817 034
Real Golf Bendinat	Calviá	971 405 200
Menorca		
Golf Son Parc Menorca	Es Mercadal	971 188 875

CANARIAS

Las Palmas		
Anti Tauro Golf	Mogán	928 560 482
Campo de Golf Maspalomas	Maspalomas	928 762 581
El Cortijo Club de Campo	Telde	928 711 111
Fuerteventura Golf Club	Caleta Fuste - Fuerteventura	928 160 034
Golf Club Salinas de Antigua	Antigua - Fuerteventura	928 877 272
Golf Costa Teguisé	Arrecife - Lanzarote	928 590 512
Lanzarote Golf	Puerto Carmen - Lanzarote	928 514 050
Las Palmeras Golf	Las Palmas	928 22 00 44
Meloneras Golf	Maspalomas	928 145 309
Oasis Golf	Telde	928 684 890
R.C.G. Las Palmas (Bandama)	Santa Brígida	928 351 050
Salobre Golf & Resort	Maspalomas	928 010 103
Santa Cruz De Tenerife		
Abama Golf	Guia de Isora	922 126 700
Amarilla Golf & Country Club	San Miguel de Abona	922 730 319
Buenavista Golf	Buenavista del Norte	922 129 034
Campo de Golf Las Americas	Arona	922 752 005
Club de Golf De Tenerife	El Peñon Tacoronte	922 636 607
Golf Costa Adeje	Adeje	922 710 000
Golf del Sur	San Miguel de Abona	922 738 170
Golf La Rosaleda Par 3	Puerto de La Cruz	922 373 000
Golf Los Palos	Arona	922 169 080
Tecina Golf	La Gomera	922 145 950

CANTABRIA

Golf Abra del Pas	Miengo	942 577 597
Golf Nestares	Reinosa-Nestares	942 771 127
Golf Santa Marina	San Vicente de La Barquera	942 712 248
Campo Municipal De La Junquera	Pedreña	942 501 040
Campo Municipal de Golf Mataleñas	Santander	942 203 075
Club Parayas S.D.	Maliaño	942 250 250
Real Golf De Pedreña	Pedreña	942 500 001

CASTILLA LA MANCHA

Ciudad Real		
Club de Golf Media Legua	Tomelloso	608 004 857
El Reino Golf	Ciudad Real	926 690 072
Cuenca		
Club de Golf La Vereda	Cuenca	969 231 107
Villar de Olalla Golf	Villar de Olalla	969 267 198
Guadalajara		
Cabanillas Golf	Cabanillas del Campo	949 324 600
Golf de Valdeluz	Yebes	949 100 233
Toledo		
Campo de Golf Pablo Hernandez	Noves	925 772 230
Golf Campo de Layos	Layos-Toledo	925 376 745
Las Erillas Golf	Nuño Gomez	925 878 525
Palomarejos Golf	Talavera de La Reina	925 721 060
Señorio de Illescas Golf	Illescas	663 969 942

CASTILLA Y LEÓN

Ávila		
Campo de Golf de Candeleda	Candeleda	920 380 759
Casino Abulense Club de Campo	Martherrero	920 220 025
Club de Golf El Fresno	Ávila	920 353 276
Club de Golf Navalunga	Navaluenga-Avila	920 298 040

por comunidad y provincia

Burgos

Campo De Golf Riocerezo	Riocerezo	947 431 095
Campo De Golf Saldaña	Burgos	947 404 182
Club De Golf Lerma	Lerma	947 171 214
Club De Golf Villarias	Villarias	947 573 120
Valdorros Club De Golf	Valdorros	947 560 946

León

Club De Golf El Bierzo	Congosto-Ponferrada	987 695 129
Leon Club De Golf	San Miguel Del Camino	987 303 400

Palencia

Campo Municipal Golf Isla Dos Aguas	Palencia	979 721 716
Grijota Golf	Grijota	979 980 021

Salamanca

Campo De Golf De Salamanca	Zarapicos	923 329 100
Golf Villamayor	Villamayor De La Armuña	923 337 011
La Valmuza Golf Resort	San Julián De La Valmuza	923 284 900

Segovia

Club De Campo El Tiro	La Granja	921 471 733
Club De Golf El Espinar	El Espinar	921 182 542
Club De Golf Las Llanas S.L.	Grajera	921 557 864
Club De Golf Los Angeles De San Rafael	Los Angeles De San Rafael	921 128 174
Club De Golf Villa De Cuellar	Cuellar	921 142 158

Soria

Club De Golf La Dehesa De Moron	Moron De Almazán	975 306 072
Club De Golf Soria	Pedrajas	975 271 075

Valladolid

Aldemayor Club De Golf	Aldemayor De San Martin	983 552 463
Club De Golf Entrepinos	Simancas	983 590 511
Club De Golf La Galera	Valladolid	983 331 977
Golf Sotoverde	Arroyo De La Encomienda	983 311 406

CATALUNYA

Barcelona

Golf de Caldes	Caldes de Montbui	938 626 265
Club de Golf De San Cugat	San Cugat del Vallés	936 743 908
Camp de Golf Municipal de Matadepera	Matadepera	937 300 516
Club de Golf La Roqueta	Castellgalí	938 331 328
Club de Golf Llaveneras	San Andrés de Llaveneras	935 729 064
Club de Golf Barcelona	Sant Esteve Sesrovires	937 728 800
Club de Golf Montanyà	El Brull	938 840 170
Club de Golf Terramar	Sitges	938 940 580
Club de Golf Vallromanes	Vallromanes	935 729 064
Golf Can Cuyàs	Sant Feliu de Llobregat	936 855 566
Golf Montbrú - Mojà	Mojà	937 449 168
Golf Sant Feliu	Sant Feliu de Codines	938 663 096
Metropolitan Golf	Rubi	936 753 050
Golf Sant Vicenç de Montalt	Sant Vicenç de Montalt	937 915 111
Real Club de Golf El Prat	Terrassa	937 281 000
Taradell Golf	Taradell	938 127 068
Golf La Roca	La Roca del Vallés	938 444 886

Girona

P.G.A. Golf de Catalunya	Caldes de Malavella	972 472 577
Club de Golf Camprodon	Camprodon	972 130 125
Club de Golf Costa Brava	Santa Cristina d'Aro	972 837 150
Club de Golf Girona	Sant Julià de Ramis	972 171 641
Club de Golf Peralada	Peralada	972 538 287
Club de Golf Torremirona	Navata	972 553 737
Emporda Golf	Gualta	972 760 450
Golf d'Aro	Platja d'Aro	972 816 727
Golf Fontanals de Cerdanya	Fontanals de Cerdanya	972 144 374
Golf Platja de Pals	Pals	972 867 739
Real Club de Golf de Cerdanya	Puigcerda	972 141 408

Lleida

Aravell Golf Andorra	Aravell	973 360 066
Club de Golf Raimat	Raimat	973 737 539
Club de Golf Ribera Salada	Solsona	973 299 282

Tarragona

Club de Golf Bonmont Terres Noves	Mont-Roig del Camp	977 818 140
Club de Golf Costa Dorada Tarragona	El Catllar	977 653 605
Club de Golf La Graiera	Calafel	977 168 032
Club de Golf Reus Agüesverds	Reus	977 752 725
Lumine Golf	Vila-Seca	977 129 070

COMUNITAT VALENCIANA

Alicante

Font del Llop Golf Resort	Monforte del Cid	966 126 765
Aienda Club De Golf	Monforte del Cid	965 620 521
Alicante Golf	Playa de San Juan	965 152 043
Campo de Golf Villamartin	Orihuela Costa	966 765 170
Club de Golf Bonaiba	Mutxamiel	965 955 955
Club de Golf Don Cayo	Altea La Vieja	965 848 046
Club de Golf El Planto	Elche	965 189 115
Club de Golf Ifach	Benissa	966 497 114
Club de Golf Javea	Jávea	965 792 584
Golf & Country Club La Marquesa	Rojales	966 714 258
Golf La Finca	Algorta	966 729 010
Golf P&P Sierra Cortina Finestrat	Finestrat	966 112 093
La Sella Golf	Denia	966 454 252
Las Rejas Benidorm	Benidorm	630 626 767
Lo Romero Golf	Pilar de La Horadada	966 766 887
Real Club de Golf Campoamor	Orihuela	965 321 366
Villaitana Club de Golf	Benidorm	966 813 013
Villamartin II (Las Ramblas de Orihuela)	Orihuela Costa	966 774 728

Castellón

Club de Campo del Mediterraneo	Borriol	964 321 227
Club De Golf Costa de Azahar	Grao de Castellón	964 280 979
Golf & Country Club Panoramica	San Jorge	964 493 072

Valencia

Campo de Golf El Saler	El Saler	961 610 384
Club de Golf de Gandia	Gandia	962 373 208
Club de Golf El Bosque	Chiva	961 808 009
Club de Golf Escorpion	Bétera	961 601 211
Club de Golf Manises	Manises	961 534 069
Club de Golf Oliva Nova	Oliva	962 857 818
Foressos Golf	Picassent	961 122 660

EXTREMADURA

Badajoz

Club de Golf de Merida Don Tello	Mérida	924 123 038
Golf del Guadiana, S.A.	Badajoz	924 448 188

Cáceres

Norba Club de Golf	Cáceres	927 231 441
Talayuela Golf	Talayuela	927 767 024

GALICIA

La Coruña

Club de Golf Campomar	Narón	981 453 910
Club de Golf Val de Rois	La Coruña	981 810 862
Hercules Club de Golf	Arteixo	981 642 545
Real Aero Club de Santiago	Santiago de Compostela	981 888 276
Real Club de Golf de La Coruña	La Coruña	981 285 200

Lugo

Club de Golf Augas Santas	Pantón	982 456 705
Club de Golf Bañealro de Guitiriz	Guitiriz	982 371 431
Club de Golf de Lugo	Lugo	982 176 314

Orense

Montalegre Club de Golf	Orense	988 256 118
-------------------------	--------	-------------

Pontevedra

Club de Golf La Toja	El Grove	986 730 158
Golf Bañealro de Mondariz	Mondariz	986 656 200
Golf Meis - Fundación Monte Castrove	Meis	986 680 400
Real Aeroclub de Vigo	Vigo	986 486 645
Ria de Vigo	Moaña	986 327 051

LA RIOJA

Club de Golf Sojuela	Sojuela	941 446 766
El Campo de Logroño	Logroño	941 511 360
Rioja Alta Golf Club	Crujeña	941 340 895

MADRID

Campo de Golf Somosaguas	Pozuelo de Alarcón	913 521 647
Casino Club de Golf Retamares	Valdeolmos	916 202 540
Centro Deportivo Barberan	Cuatro Vientos	915 090 059
Centro Deportivo Militar La Dehesa	Madrid	915 090 013
Centro Nacional De La Rfeg	Madrid	913 769 060
Club de Campo Villa De Madrid	Madrid	915 502 010
Club de Campo y Deportes Golf Scratch	San Sebastián de Los Reyes	916 637 032
Club de Golf Aranjuez	Aranjuez	918 754 777
Club de Golf El Encinar	Villa del Prado	918 674 516
Club de Golf La Dehesa	Villanueva de La Cañada	918 157 022
Club de Golf La Moraleja	Alcobendas	916 500 700
Club de Golf Las Encinas	Boadilla del Monte	916 322 746
Club de Golf Lomas Bosque	Villaviciosa de Odón	916 167 500
Club de Golf Olivar de La Hinojosa	Madrid	917 211 889
El Robledal Golf	Villaibilla	918 859 659
Golf Park Entertainment S.A.	Alcobendas	916 614 444
Golf Santander	Boadilla del Monte	912 573 929
Las Rejas Golf	Majadahonda	916 347 930
Nuevo Club de Golf de Madrid	Las Matas	916 300 820
Palacio del Negralejo, S.A.	Rivas Vaciamadrid	916 690 422
Real Club de Golf La Herrería	San Lorenzo de El Escorial	918 907 040
Real Club de La Puerta de Hierro	Madrid	913 161 745
Real Sociedad Hípica Española	San Sebastián de Los Reyes	916 571 018

MURCIA

Club de Golf AltoREAL	Molina de Segura	968 648 144
Club de Golf La Peraleja	Sucina	968 607 575
Club de Golf Torrepacheco	Torre Pacheco	968 585 111
Condado de Alhama	Murcia	902 400 260
El Valle Best Golf	Baños y Mendigo	968 033 002
Hacienda del Alamo Golf Resort	Fuente Álamo	902 654 400
Hacienda Riquelme Golf Resort	Murcia	902 500 304
La Manga Club	Los Belones	968 175 000
La Serena Golf	Los Alcázares	968 575 576
La Torre Best Golf	Roldán	968 044 879
Roda Golf Course	San Javier	968 173 093

NAVARRA

Club de Golf Castillo de Gorraiz	Valle De Egües	948 337 073
Club de Golf Señorío de Zuasti	Zuasti - Valle de Iza	948 302 900
Club de Golf Ulzama	Guendiaín	948 305 162

PAÍS VASCO

Alava

Club de Golf Larrabea	Legutiano - Alava	945 465 482
Izki Golf	Urturi	945 378 262
Zulia Club de Golf	Altube	945 430 922

Gulpúzcoa

Goiburu Club de Golf	Andoain - Guipúzcoa	943 300 845
R. N. C. G. de San Sebastián Basozabal	San Sebastián	943 467 642
Real Club de Golf De San Sebastian	Hondarribia	943 616 845
Real Golf de Zarauz	Zarauz	943 830 145

Vizcaya

Club de Campo Laukariz	Laukariz - Mungia	946 740 858
Ganguren Golf	Galdakao	946 565 505
Maztegi Golf	Ortuella	946 364 370
Real Sociedad de Golf de Neguri	Algorta	944 910 200



El año 2015 concluye con **277.782 federados de golf**

Supone un decrecimiento del 2.7% con respecto al año anterior

El golf español concluyó el año 2015 con 277.782 federados, según los datos del recuento oficial realizado con fecha de 31 de diciembre

Este dato supone un descenso absoluto de 7.701 licencias durante el pasado ejercicio, que en términos porcentua-

sis económica que condiciona el desarrollo de muchos sectores de la sociedad española.

2004 se contabilizaron 250.000 y a finales de 2006 se superó la barrera de los 300.000 federados. El pico máximo de número de licencias se produjo en 2010, cuando hubo 338.588 federados, iniciándose desde entonces el proceso de decrecimiento descrito anteriormente.

Hay que destacar que el número de licencias femeninas supera las 81.000 en la actualidad, lo que supone un 29.5 % del total de licencias de golf

En el marco de este periodo de decrecimiento 2011-2016, es la segunda vez consecutiva que la tasa porcentual mejora con respecto a años anteriores -cuando los descensos experimentados fueron del 6.0% (2014) y del 3.7% (2015)-, lo que en términos estadísticos se entiende, si se mantiene esa tendencia, como punto de inflexión desde el citado momento.

Hay que destacar que el número de licencias femeninas supera las 81.000 en la actualidad, lo que supone un 29.5 % del total de licencias de golf.

les es un 2.7 % menos que a primero de año, el sexto decrecimiento experimentado en la historia del golf español, que abarca el periodo 2011-2016, coincidiendo con buena parte de la prolongada cri-

Tomando como referencia un periodo temporal mayor, es preciso recordar que en 1990 había 45.000 jugadores en España; el listón de los 100.000 se rebasó en 1996; se registraron 200.000 en los primeros meses de 2002; a mediados de

En términos absolutos, Madrid, con 82.775 federados, concentra el 29.9 % del total de licencias seguida de Andalucía, con 43.859, y Cataluña, con 30.646, concentrando por su parte el 15.9 % y el 11.1 % del total de federados, respectivamente ■



I CIRCUITO 2016 Catalunya Cup

Rumbo a R. Dominicana



- Stableford individual
- 6 categorías individuales
- Premio en todos los hoyos
- Avituallamiento medio recorrido
- Carpa gintonics hoyo 19
- Puntúan las 4 mejores tarjetas

CALENDARIO

enero

9 y 10 • COSTA DORADA
23 y 24 • COSTA BRAVA

febrero

13 y 14 • SANT VICENÇ
27 y 28 • VALLROMANES

marzo

12 y 13 • METROPOLITAN
24 al 28 • LA FINCA

abril

9 y 10 • MONTANYÀ
22 y 23 • TERRAMAR

mayo

30 y 1 • REUS AIGÜESVERDS
14 al 16 • PANORÀMICA (FINAL)



**PREMIO HOLE IN ONE
EN TODAS LAS PRUEBAS:
VIAJE A REP. DOMINICANA
DIENTE DE PERRO**



PREMIO DE CIRCUITO:

Primer clasificado de cada categoría (1 per. en HD) + 2 greenfees
Estancia 3 días/2 noches AD (Del 14 al 16 de mayo en Panoràmica)

PREMIO FINAL (2 CATEGORIAS):

Primer clasificado de cada categoría (1 per. en HD)
Estancia 4 días / 3 noches AD + 2 GF torneo
(Del 29 de Octubre al 1 de Noviembre)

**Clasifícate para la Final Nacional Andalucía 2016
y gana un viaje para 2 personas a la República Dominicana**



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

golftravevents.com



S

STRACTO

CÓDIGO

GOLF16

6€

de descuento al comprar en
www.cafentoshop.com

En nuestra
tienda on line encontrarás:
café, infusiones, chocolates
y mucho más!

TE LO VAS A PERDER?