

SOTA PAR

LA REVISTA DE GOLF Y TURISMO



n° 75
Revista gratuita
Noviembre - Diciembre



Four people, three men and one woman, are posing on a stone wall. From left to right: a man in a white shirt and blue trousers, a man in a red polo shirt and black trousers, a man in a black and white polo shirt and black trousers, and a woman in a dark puffer vest and light-colored trousers. They are all smiling or looking towards the camera.

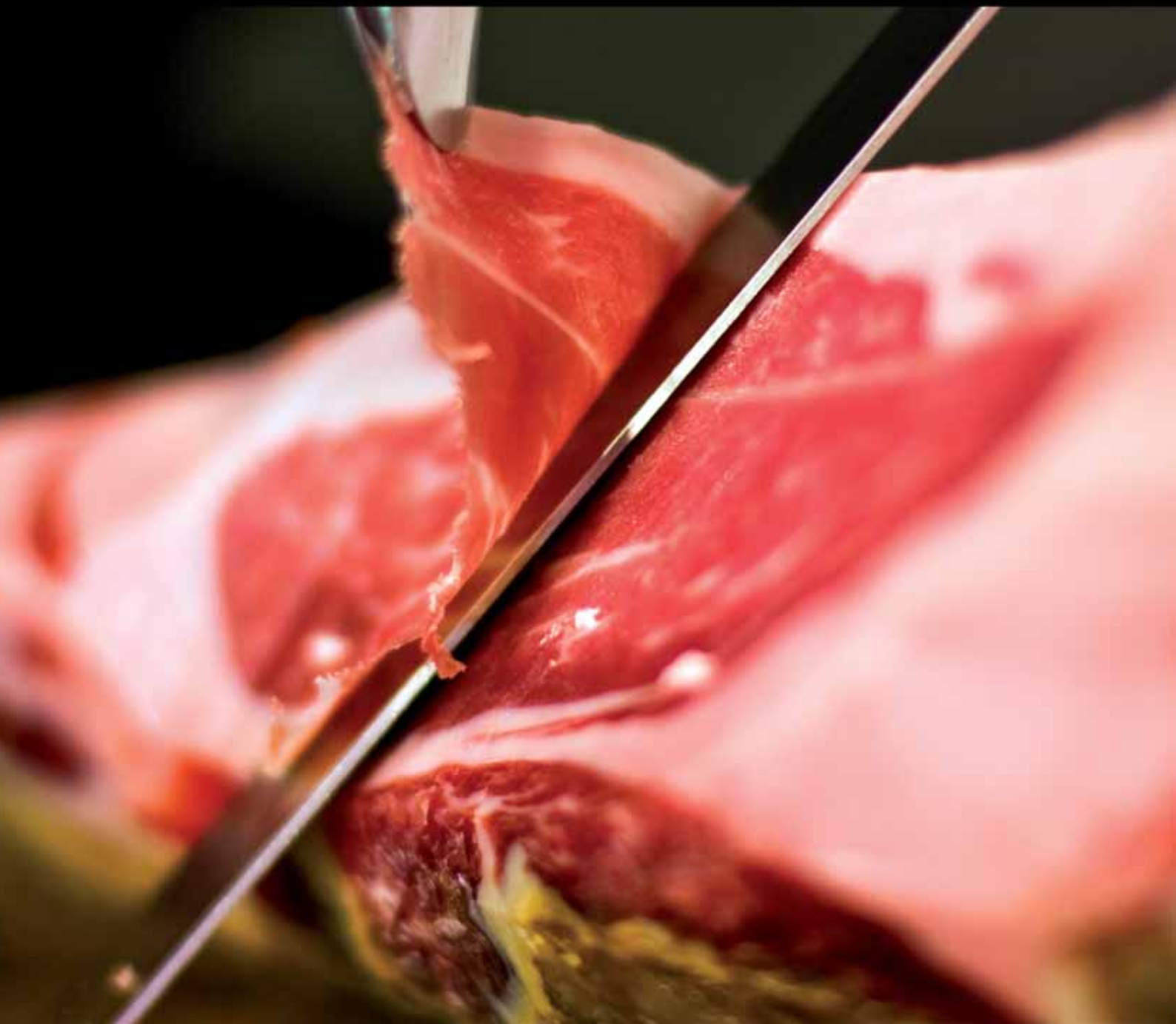
Guanyadors del Circuit Catalunya Cup



EL PRAT,
UN CLUB
CON UN
SIGLO
DE HISTORIA

ESPECIAL: Málaga

reserva ibérica ”
apasionados del jamón



Jamones Ibéricos Puros de Bellota
Extremadura - Jabugo - Guijuelo
Catas, Cursos y Maridajes
Regalos de Empresa e Incentivos
Venta por Internet

www.reservaiberica.com

BARCELONA - SANT CUGAT.

Noticias	4
Jugadores en el green	18
Psicología	20
Especial Málaga	23
Entrenador Personal	46
Novedades	50
Golf & Negocios	52
Motor	54
Viajes	56
Entrevista al: Dr. Cabot	60
Resultados Últimos Torneos	62
Próximos torneos	64
Campos de golf	66



EDITA

ENCUENTROS DE GOLF, S.L.

PRESIDENTE

JAUME PUIG

DIRECTOR

OSCAR PUIG

REDACCIÓN OSCAR PUIG, MARC PUIG

COLABORADORES

ÁNGEL GALLARDO, MIGUEL A. CADEROT,
RICARD CAMÓ, XAVI MAYNOU, ALBERT SOLDEVILLA,
RICHARD JACKSON, CHARO ROMERO,
SALVADOR BERNADES

DISEÑO Y MAQUETACIÓN IVÁN PUIG

FOTOS E ILUSTRACIONES CLUBS, ARCHIVO SOTA PAR

PUBLICIDAD SOTA PAR GOLF

ASESORÍA ADMINISTRACIÓN ADMINISTRACION@SOTAPAR.COM

REDACCIÓN Y ADMINISTRACIÓN

TEL. 937 937 929 - 669 479 028
E-MAIL: REVISTA@SOTAPAR.COM
APARTADO DE CORREOS Nº 13
08300 - MATARÓ (BARCELONA)

DEPÓSITO LEGAL B-17.969-2004

DISTRIBUCIÓN

Exclusivamente a todos los Clubs de Golf, Par 3, Canchas,
Tiendas especializadas, Clubs de Golf y Hoteles de toda Catalunya

SOTA PAR No se hace necesariamente responsable del contenido
de los artículos y mensajes comerciales de este número

Queda prohibida la reproducción total o parcial del contenido
de esta publicación sin autorización previa.

www.sotapar.com

editorial

El poder de nuestra mente

Coué, psicoterapeuta francés que vivió entre los años 1857 y 1926, desarrolló las reglas de la autosugestión consciente, que en mi opinión, tienen enormes consecuencias para la enseñanza de la fortaleza mental que requieren los golfistas, de todo nivel, para tener éxito en el mundo del golf competitivo.

Coué decía respecto a la atención que "Cada vez que la atención es concentrada en una idea, una y otra vez, esta idea espontáneamente tiende a convertirse en realidad."

Otra de sus reglas era el Efecto Reverso "A mayor esfuerzo por intentar hacer algo, menor es la probabilidad de que tengamos éxito en ese propósito."

Y también es interesante la del Efecto Dominante "Una fuerte emoción o sugestión tiende a reemplazar una más débil."

La verdad es que estas leyes de la autosugestión tienen repercusiones enormes para la fortaleza mental de los golfistas.

El golf es un juego tremendamente difícil y complejo. Es un juego difícil de aprender y muy difícil de dominar.

Mayoritariamente se juega bajo la modalidad de Medal Play, es decir, se acumulan todos los golpes que se efectúan en un recorrido. Basta uno o dos errores para arruinar una tarjeta de 18 hoyos, lo que es frecuente porque los campos están repletos de obstáculos difíciles de superar.

Esto contribuye a que sea un juego donde, la mayoría de las veces, los jugadores enfrenten niveles muy altos de presión para cumplir con la tarjeta requerida para tener éxito. Es muy fácil que el golfista entre en una espiral de negativismo enfrentado a las dificultades antes mencionadas.

Si, en forma reiterada, le tenemos miedo a irnos fuera de límites en un hoyo determinado, y pensamos mucho en ello, la regla de Coué nos explicaría el porqué tiende a repetirse tanto el fuera de límites en dicho hoyo.

Los golfistas jugamos torneos que siempre hemos querido ganar, u objetivos de resultado que siempre hemos querido alcanzar. La regla del efecto reversa explicaría a la perfección el porqué suelen ser tan difíciles de cumplir estos entrañables objetivos que tenemos todos los golfistas.

La regla del efecto dominante explicaría el porqué un golfista que llega feliz por la mañana al campo, juega muy bien los primeros hoyos y explota con enojo al lanzar una bola al agua, comienza a jugar un pésimo golf en los hoyos siguientes.

La conclusión simple para nuestro juego mental, es que los conocedores de cómo funciona la mente humana, tendrán una ventaja enorme respecto de aquellos que no tienen este conocimiento ■

Jaume Puig
Presidente

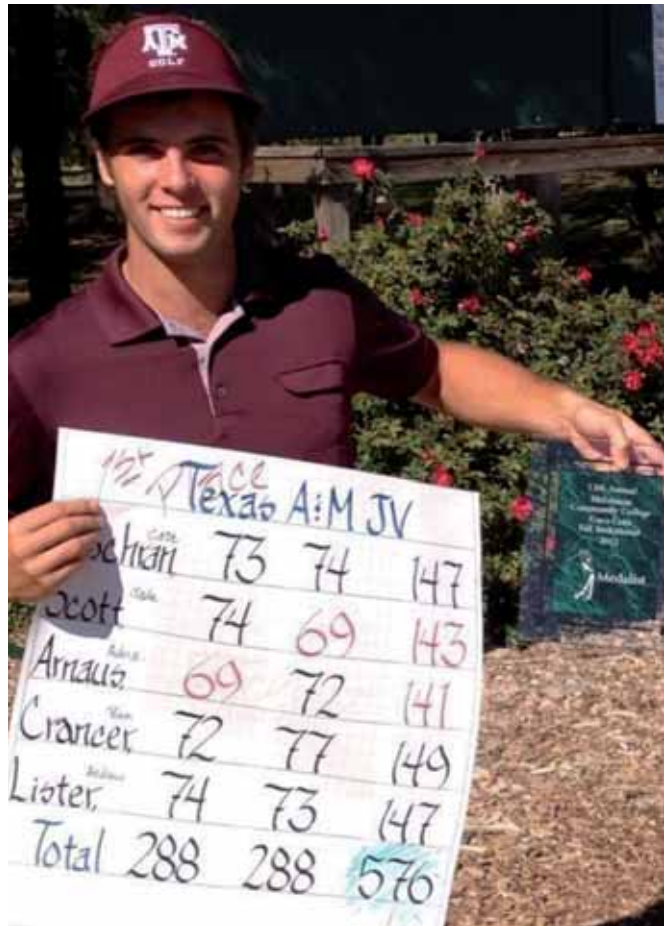
Victoria de Adrià Arnaus en el Coca Cola Classic Invitational

Adrià Arnaus venció en el 13th Annual McLennan CC. Coca-Cola Classic Invitational, disputado en el campo tejano de Twin Rivers Golf Club de Dallas, donde se impuso después de dos jornadas de competición los pasados días 29 y 30 de octubre, con un total de 141 golpes (-3).

Arnaus sumó dos tarjetas de 69 y 72 golpes para llevarse este prestigioso torneo, perteneciente a la NCAA División 1

El primer día consiguió 5 birdies y dos bogeys y el segundo día 3 bogeys y tres birdies, incluido un chip embocado en el hoyo 18 para birdie en el partido líder de la última jornada.

Arnaus sumó dos tarjetas de 69 y 72 golpes para llevarse este prestigioso torneo, perteneciente a la NCAA División 1. El jugador catalán suma así una victoria de prestigio con su universidad antes del parón invernal en la competición en Estados Unidos.



Tratamiento personalizado del cáncer
basado en análisis genéticos

La tranquilidad de estar en las mejores manos

Dirigidos por el **Dr. Rafael Rosell**, referente mundial en el tratamiento del cáncer, ponemos a su disposición el mejor equipo oncológico y la tecnología más avanzada, para ofrecer un tratamiento personalizado a partir del análisis molecular del tumor de cada paciente.

www.oncorosell.com



Servicio de Oncología Médica

Instituto Universitario Dexeus

C/ Sabino Arana, 5 - 19. 08028 Barcelona

Tel: 902 102 620 / 935 460 135

secretaria@oncorosell.com



ABONO ANUAL FAMILIAR

➤ **2.062 €**

Bono anual para 2 personas de la misma familia durante este año podrán disfrutar 2 jugadores de la oferta.

ABONO ANUAL INDIVIDUAL

➤ **1.440 €**

Bono anual para 1 persona
de lunes a domingo

**Oferta no compatible con otras promociones
o descuentos que realice la empresa**

Tel. 93 791 51 11 • 93 791 38 35
repcion@golfsantvicens.es
www.golfsantvicens.es

Doble prueba del Catalunya Cup en Golf Sant Vicenç de Montalt

Golf Sant Vicenç acogió esta doble prueba del Circuito Catalunya Cup los días 13 y 14 de octubre en el campo del Montalt.

La peculiaridad de este campeonato doble es que los dos días de juego constituirían dos campeonatos diferentes, por lo que se doblaron los premios en cada hoyo, 18 para el sábado y 18 para el domingo.

Al llegar al campo los participantes retiraron su tarjeta, recogieron snacks y agua para afrontar la primera vuelta, otra peculiaridad este fin de semana fue que todos los participantes usaron buggy por lo que el tee del 1 se veía rodeado de una fila de vehículos.

La expectación en este primer hoyo era especial ya que el hoyo en uno se premiaba con un carro eléctrico, por lo que los participantes debían afinar la puntería desde el primer golpe del día.



Ricard Palà se impuso en handicap inferior con 38 puntos

Al finalizar la primera mitad del recorrido, como es habitual en el Circuito los jugadores encontraron la carpa de avituallamiento en las cercanías del hoyo 10, donde pudieron reponer fuerzas a base de jamón y embutidos ibéricos (la Reserva Ibérica) Tolis Roig, tortillas (Alianco), anchoas de primera calidad y brandada de bacalao (Royal), Olivadas y confituras (Can Bech), plancha caliente, frutas, snacks... Todo esto acompañado por refrescos, vinos y cavas Maset del Lleó, cerveza San Miguel y cafés Stracto antes de iniciar la segunda mitad del recorrido.



Este fin de semana nos ha dejado 8 ganadores:

Sábado

Ricard Palà se impuso en handicap inferior con 38 puntos, Joan Barberà con 39 venció en handicap medio inferior, Alberto Theilacker venció con claridad en handicap medio superior mientras Oscar Calderón presentaba la mejor tarjeta del día, 42 puntos, para adjudicarse el handicap superior.

Domingo

Raúl Bicardí venció en handicap superior con 38 puntos stableford, presentado una



tarjeta de 74 golpes brutos (4 sobre el par), en handicap medio inferior Carlos Sepúlveda también con 38 puntos se adjudicó la categoría, Oliver Vizuete resultó ganador en handicap medio superior con 38 puntos, Javier Araguas con 42 puntos conquistó el handicap superior.

Al finalizar el recorrido los jugadores se dirigieron al área de recogida de tarjetas situada en frente de la casa club, donde pudieron comprobar los resultados del fin de semana en LiveScoring, degustar GinTonics Premium con las Ginebras Citadelle y Magellan (Amer Gourmet) mezclada con tónica Fevertree.

Además como novedad, gracias a la Cuisine de Karine, especialista en quesos artesanales franceses, se ofreció una degustación de quesos a los asistentes.

Sábado

Top 5 Birdies - Ricard Palà 3 (jugador invitado a la siguiente prueba)
Top 5 Pares - Josep Lluís Casanovas 10 (ganador magnum de Cava)

Domingo

Top 5 Birdies - Pere Segues 2 (jugador invitado a la siguiente prueba)
Top 5 Pares - Xavier Mateu 12 (ganador magnum de Cava)

Marc Puig

e-N@CEX

Con nuestro servicio puerta a puerta para empresas de e-commerce, realizar tus envíos te parecerá un juego de niños...



- | Total integración informática
- | Trazabilidad on-line
- | Reembolsos y su control
- | Devoluciones
- | Preavisos SMS o E-mail
- | Herramientas Web (estadísticas, gestión, gráficos, informes)
- | Servicio de entrega puerta a puerta
- | Ámbito peninsular (España/Portugal)
- | Garantía de entrega **NACEX**

900 100 000
www.nacex.es

NACEX!shop
Estamos cuando tú no estás.

LA SOLUCIÓN MÁS CÓMODA Y ECONÓMICA A LAS ENTREGAS DOMICILIARIAS.

Es una nueva red de puntos de entrega con una importante cobertura geográfica en España peninsular y amplia disponibilidad horaria para que pueda recoger con total comodidad sus compras por internet, donde y cuando Usted quiera. Hay un punto **NACEX.shop** muy cerca de usted.

902 123 460
www.nacexshop.es





Vilalba acoge el Catalunya Cup con un Audi A1 de premio

Los días 29 i 30 de septiembre estaba prevista la celebración de una nueva prueba del Circuit Catalunya Cup en el campo de Vilalba.

En esta ocasión, había un aliciente especial y es que en el hoyo 6, un par 3 largo, había un premio muy especial. El jugador que lograra un hoyo en uno se adjudicaría un magnífico Audi A1 blanco.

El sábado la jornada se pudo disputar pero las adversidades climatológicas del domingo obligaron a suspender el transcurso de la prueba cuando la mayoría de participantes ya habían iniciado sus partidos. El riesgo de tormenta eléctrica obligó

El jugador que lograra un hoyo en uno se adjudicaría un magnífico Audi A1 blanco

a suspender el juego 30 minutos que bastaron para que la intensa tromba de agua, que cayó sin cesar, encharcó los greens obligando a suspender definitivamente el juego.

Se anula la prueba

El pasado domingo debía disputarse la jornada de recuperación de la prueba de Vilalba Golf suspendida por la lluvia, el domingo amaneció con la inmensa mayoría de greens destrozados presuntamente por acto humano debido a las características de los destrozos.



La prueba quedó anulada definitivamente, los jugadores seguidores del circuito que se encontraban en el campo para puntuar para la clasificación general, podrían jugar 36 hoyos en La Graiera para recuperar la jornada anulada ■

El Circuit Catalunya Cup llega a su fin en Golf La Graiera

El gélido fin de semana del 27 y 28 de octubre se disputó la última jornada del Catalunya Cup 2012 en el tarraconense campo de Golf la Graiera.



Muchos jugadores se vieron sorprendidos por la majestuosa casa club, inaugurada recientemente, que aguarda en lo alto la llegada de golfistas. Este cambio ha provocado algunas modificaciones en el recorrido, el campo de prácticas ha invertido su sentido por lo que los tees de prácti-

Manuel Mohedano con 35 puntos se impuso en handicap medio superior

cas quedan a escasos metros de la recepción, un nuevo putting green permite a los jugadores entrenar el juego corto antes de dirigirse al tee del 1 (antiguo hoyo 8).

El recorrido presentaba unas condiciones magníficas, sobretudo los greens, gracias a la reciente incorporación de un nuevo greenkeeper mejorando notoriamente la calidad del campo.

En lo que al juego se refiere la emoción estuvo presente durante todo el fin de semana ya que el Circuito seguía abierto a posibles ganadores en función de los resultados en esta última prueba, por lo que las calculadoras no dejaron de trabajar hasta embocar el último putt, en algunas categorías la victoria final se decidió por un sólo golpe.



Los participantes encontraron la carpa de avituallamiento después de completar 9 hoyos donde pudieron reponer fuerzas a base de jamón y embutidos ibéricos (la Reserva Ibérica) Tolis Roig, tortillas (Alianco), anchoas de primera calidad y brandada de bacalao (Royal), Olivadas y confituras (Can Bech), plancha caliente, frutas, snacks... Todo esto acompañado por refrescos, vinos y cavas Maset del Lleó, cerveza San Miguel y cafés Stracto antes de iniciar la segunda mitad del recorrido.

Los ganadores de la prueba fueron:

Carlos Clavería en handicap inferior con 37 puntos, Tomas Espuny venció en handicap medio inferior con un resultado de 34, Manuel Mohedano con 35 puntos se impuso en handicap medio superior mien-

tras Xavier Mirabal ganaba el handicap superior.

Una vez completado el recorrido los participantes se dirigieron al área de recogida de tarjetas para comprobar los resultados en LiveScoring gracias a mipuntuacion.com, degustando un Gin-



Tonic Premium con Gin Magellan (Amer Gourmet) combinado con tónica FeverTree ■

Marc Puig

GANADORES DEL CIRCUITO:

Handicap Inferior

RAUL BICARDÍ

Handicap Medio Inferior

LUIS SÁNCHEZ

Handicap Medio Superior

RAMÓN SEGUES

Handicap Superior

CARME MONNE

Oliver Vizuete se proclama vencedor del Catalunya Cup y se adjudica el viaje a Marrakech

El Club de Golf Bonmot fue el escenario de la Gran Final del Circuit Catalunya Cup, jugada a 36 hoyos medal play los días 2 y 3 de noviembre para determinar el ganador del viaje a Marrakech para dos personas

A demás de la Gran Final se disputaron dos campeonatos paralelos de 18 hoyos bajo la misma modalidad premiando al primer clasificado de cada día con una estancia en Margas Golf para asistir a la Final del primer Catalunya Cup de 2013.

El viernes amaneció despejado y sin rastro de viento, los jugadores fueron desfilando por el campo de prácticas para calentar y ultimar la estrategia antes de pasar al putting-green, pese a la calma aparente cierta presión se respiraba en el ambiente.

Acabada la primera mitad del recorrido los participantes se encontraron con la carpa golfravelevents.com para comprobar los resultados establecer los primeros líderes provisionales y reponer fuerzas con jamón y embutidos ibéricos (la Reserva Ibérica) Tolis Roig, tortillas (Alianco), anchoas de primera calidad y brandada de bacalao (Royal), confituras (Can Bech), plancha



Oliver Vizuete, contento al recibir los 2 viajes a Marrakech, y el trofeo que lo acreditaba como ganador absoluto del Circuito. Dedicó la victoria a su mujer



tras 18 hoyos: Raúl Bicardí encabezaba la clasificación con 71 impactos

caliente, frutas, snacks... acompañado por refrescos, vinos y cavas Maset del Lleó, cerveza San Miguel y cafés Stracto.

Algunos participantes sufrieron la dureza del medal play complicándose la vuelta en un solo hoyo, pese a todo los resultados al finalizar los primeros 18 hoyos fueron bastante buenos y ajustados, dejando abierto el campeonato a diversos posibles ganadores.

Los participantes se relajaron con un gintonic Premium con ginebra Magellan (Amer Gourmet) mezclada con tónica FeverTree tras completar el recorrido, en el

área de recogida de tarjetas y gracias al Livescoring se empezaron a perfilar los líderes tras 18 hoyos: Raúl Bicardi encabezaba la clasificación con 71 impactos, seguido de cerca por Carme Monné con 72 y Víctor Balaguer a 3 golpes con un resultado de 74.

Finalmente Oliver Vizuete (142 golpes) se proclamó vencedor de la Gran Final embocando un último putt de más de 2 metros para aventajar a Carme Monné (143) de tan solo un golpe



Oliver Vizuete, leyendo el green antes de embocar el putt de 2 metros que le daría la victoria

En el Especial Catalunya Cup Esteve Bach se impuso con un total de 70 golpes netos adjudicándose la estancia para participar en la siguiente Final en Margas Golf.



La emoción estaba servida en la segunda vuelta de la Gran Final, los grupos de juego se establecieron por clasificación inversa por lo que los últimos clasificados fueron los primeros en salir dejando a los líderes pugnando por el Campeonato del último partido. Tras jugar la los primeros nueve hoyos (27 en la acumulada) a su paso por la carpa de avituallamiento el líder provisional era Carme Monné, el nerviosismo entre los jugadores crecía medida que se acercaban al hoyo 18, donde todos los participantes aguardaron en los alrededores del green para ver acabar a



Oliver Vizuete, dirigió unas palabras a todos los asistentes



los partidos posteriores mientras hacían cálculos para conocer los posibles ganadores.

Finalmente Oliver Vizuete (142 golpes) se proclamó vencedor de la Gran Final embocando un último putt de más de 2 metros para aventajar a Carme Monné (143) de tan solo un golpe. Una vez acabaron todos los partidos el buen ambiente reinó entre los jugadores que felicitaron al ganador y a la segunda clasificada por su actuación durante los 36 hoyos.



Integrantes del equipo "The Players" ganador por Equipos del Circuito, de izquierda a derecha, Antonio Fernández, Ricard Palà, Oliver Vizuete y Josep Maria Gasull

En categoría por equipos The Players, integrado por Antonio Fernández, Oliver Vizuete, Josep M^a Gasull y Ricard Palà, se adjudicó el campeonato con clara ventaja acumulando un total de 456 golpes.



El sábado por la noche tuvo lugar la cena de entrega de premios y sorteo de regalos en el Salón "Vall dels Llors" de La Figuerola Hotel Golf & Spa donde los ganadores recibieron los trofeos de las pruebas del Catalunya Cup, del Circuito por categorías y de la Gran Final. Tras el

cual se procedió al sorteo de regalos para todos los asistentes.

Desde GolfTravel&Events agradecieron a todos los jugadores por el buen ambiente y la deportividad demostrada durante la Gran Final, agradecer también a los patro-

Esteve Bach, recibió un premio especial por haber realizado un eagle

cinadores, RADSA, Europcar, Nacex, La Reserva Ibérica, Can Bech, Tolis Roig, Royal, Mahou-San Miguel, Amer Gourmet, FeverTree su ayuda y apoyo para desarrollar el Circuito ■



RADSA

www.radsa.es

93 479 25 00

Ctra. Ca L'Alaio, 4
08820 EL PRAT DE LLOB. (BCN)

RECAMBIOS ELECTRICOS - INYECCION DIESEL Y GASOLINA TURBOS - MECANICA - V. INDUSTRIAL Y EQUIPO TALLER



DIAGNOSIS



ILUMINACION



FILTROS



BATERIAS



ELEVADORES



ALTERNADORES



ARRANQUES



FRENOS



TURBOS



EMBRAGUES



VENTILADORES

BARCELONA 93 309 53 93 - S. QUIRZE 93 712 30 60 - GIRONA 972 243 638 - REUS 977 326 151

SEVILLA 954 433 710 - JEREZ 956 313 096 - TENERIFE 922 660 139

recanvis MONTSENY, S.L. VIC 93 886 21 88 - DISTRIMUR MURCIA 968 21 23 66 -  MADRID 917 976 800

Finaliza el Gran Circuito Lumine 2012

El pasado sábado 3 de noviembre, tras la décima y última prueba, tuvo lugar la entrega de premios de los ganadores del Gran Circuito

Se ha celebrado la final del el Gran Circuito Lumine 2012. Tras la celebración de la X Prueba y última, se entregaron los premios a los ganadores del torneo organizado por Lumine Golf (Costa Daurada).

La X prueba del Circuito se disputó en el campo Hills y participaron 92 jugadores. Se inició a las 9:30 bajo la modalidad Individual Stableford, en un día en el que la nota predominante fue el viento racheado y las nubes.

Las clasificaciones del día fueron las siguientes:

GANADORES CATEGORÍA	
1ª categoría	
1º Antonio Loureiro	36
2º Joseph Thompson	36
3º Pedro López	35
2ª categoría	
1º Manuel Borrero	41
2º Iker Iturrate	39
3º Javier Solé	34
3ª categoría	
1º Mario González	42
2º Cecilia de los Rios	40
3º Juan Dalmau	36
Scratch	
Eva Domingo	33
PREMIOS ESPECIALES	
Hoyo 3 (Adidas Taylor Made)	
Iván Miras	
Hoyo 10 (Sony Center)	
Josep Sánchez	

Una vez realizada la entrega de premios de esta prueba, se realizó la entrega de galardones del Gran Circuito Lumine 2012. Los resultados finales de la clasificación fueron los siguientes:

GANADORES CIRCUITO	
1ª categoría	
1º Jordi Bargalló	
2º Julià Casas	
3º Àngel Feijoo	
2ª categoría	
1º Alberto Martín	
2º Juan Caballero	
3º Blas Moreno	
3ª categoría	
1º Antoni Solé	
2º Iker Iturrate	
3º Helena Piqué	



El Gran Circuito Lumine Golf 2012 arrancó el pasado mes de febrero. La competición, que se ha celebrado en el complejo de golf situado en la Costa Dorada (Salou, Tarragona), es una Orden de Mérito compuesta por 10 torneos

Además de la entrega de premios del circuito, también se hizo entrega de la copa de ganador del Lumine MatchPlay 2012. En esta segunda edición el vencedor ha sido Jordi Bargalló. Con la victoria del sábado pasado Bargalló deja el listón muy alto, pues ha sido el vencedor absoluto en todas las competiciones organizadas por Lumine de carácter social (Club Championship, MatchPlay, GCL).

Entre los patrocinadores del evento celebrado se encontraban: Sony center, Santipamies, Coca cola y Adidas-TaylorMade.

independientes, 5 en Lumine Hills y 5 en Lumine Lakes. El número máximo de participantes en cada torneo ha sido de 96 jugadores ■

Tolis ROIG

Tostadas con aceite de oliva virgen extra
100% naturales y artesanales
Siempre frescas,
crujientes y listas para comer

Tolis
torrats
fets amb pa
oli d'oliva i sal

T'olis... simplementes únics

www.tolisroig.com
93 650 09 54



Escápate a Lumine...

en la Costa Dorada.

Day&Night

- 1 Noche Tryp Port Cambrils (AD en habitación doble o triple)
- 2 Días de golf ilimitado
- 1 Menú del día "Vía Natura" o "Vía Maris" en el restaurante Hoyo 19
- 1 cena con menú gastronómico en el restaurante Lumine

160€ / Por persona
suplemento individual: 18€

Play&Stay (2 noches)

- 2 Noches Hotel Tryp Port Cambrils (AD en habitación doble o triple)
- 3 Días de golf ilimitado
- 1 Menú del día "Vía Natura" o "Vía Maris" en el restaurante Hoyo 19
- 1 cena con menú gastronómico en el restaurante Lumine

190€ / Por persona
suplemento individual: 36€

Tarifas sujetas a disponibilidad.
Oferta válida del 23/03/12 al 15/06/12
y del 11/09/12 al 31/12/12

Para disponibilidad:

Tel: +34.977.12.90.70 / golf.hotel@lumine.com

GPS: 41°4'45.033"N / 1°10'19.11"E

Camí de Racó s/n 43481 La Pineda, Tarragona



www.lumine.com

TROON

El Prat, un club con un siglo de historia

El Real Club de Golf El Prat celebra cien años desde sus orígenes en Pedralbes en 1912



Golf de Pedralbes

El Real Club de Golf El Prat (RCGEP), uno de los clubes más importantes y prestigiosos de España, cumple cien años de historia desde sus orígenes en Pedralbes en el año 1912.

En Julio de 1912 se inauguró el Real Club de Golf Pedralbes y con él se introdujo el deporte del golf en Cataluña. Con los años, el crecimiento de la popularidad de este deporte y la expansión de la ciudad obligaron a plantear un cambio de ubicación.

En Julio de 1912 se inauguró el Real Club de Golf Pedralbes y con él se introdujo el deporte del golf en Cataluña

Así, a principios de los años 50 un grupo de Socios del Pedralbes emprendió el ambicioso proyecto de un nuevo Club de mayores dimensiones y de primer nivel internacional en una finca situada entre el

Prat de Llobregat y el mar. De esta forma, en 1955 nació el Real Club de Golf el Prat como continuación del Real Club de Golf Pedralbes. A su sede se trasladaron los empleados y la maquinaria, se mantuvo la Junta Directiva, con Don Alfonso Fabra Monteys como presidente y se conservó el escudo con el calificativo "Real".

En el área deportiva es el club más galardonado de Europa y tiene numerosos profesionales en activo en los distintos circuitos nacionales y europeos. Un nivel de

a principios de los años 50 un grupo de Socios del Pedralbes emprendió el ambicioso proyecto de un nuevo Club de mayores dimensiones y de primer nivel

excelencia ratificado por las nueve ocasiones en las que ha organizado y acogido el Open de España de golf.

A lo largo de la historia, el Real club de Golf El Prat ha sido escenario de torneos del circuito europeo profesional, totalizando entre sus socios más de 250 campeonatos nacionales e internacionales.

Además, ha sido cantera de jugadores habituales en los equipos nacionales y de jugadores profesionales en activo en los distintos circuitos nacionales y europeos. Actualmente está ubicado en la finca de BonVilar, entre Terrassa y Sabadell y a sólo 25 minutos de Barcelona. Cuenta con un entorno natural de 210 hectáreas, a las que se suman las 13.000 del Parque Natural de Sant Llorenç del Munt i l'Obac que rodean las instalaciones.



Vista aérea del campo del RCG El Prat



La magnífica casa club actual está perfectamente integrada en el entorno



Hoyo 11 recorrido Sur

En el área deportiva es el club más galardonado de Europa y tiene numerosos profesionales en activo

En este paisaje idílico, Greg Norman, uno de los grandes profesionales del golf, diseñó los 45 hoyos actuales con un planteamiento único que fusiona la comodidad, al adaptar el campo a cada nivel y estilo de juego, con la belleza, al integrar

Greg Norman, uno de los grandes profesionales del golf, diseñó los 45 hoyos actuales

de forma armónica los siete recorridos con la naturaleza. De hecho, el respeto al medio ambiente en todas sus facetas es una de las directrices básicas del club, la que le ha hecho merecedor de la ISO 14001 en reconocimiento al compromiso con la sostenibilidad.

El R.C.G.E.P. ha celebrado 9 Opens de España y más de 250 Campeonatos Nacionales e Internacionales desde su creación

Más de cien años de intensa trayectoria avalan el prestigio del Real Club de Golf El Prat, consolidado como uno de los mejores campos en el panorama internacional ■

Bubba Watson recibe su Ping de oro

El Presidente y CEO de PING, John A. Solheim
le hizo entrega de un Tour W wedge de 52 grados de oro macizo



Bubba Watson, ganador del Masters de Augusta, estuvo en octubre en la cámara acorazada de los Putter de Oro PING para recibir versiones únicas de los palos que le ayudaron a ganar su primer grande.

El Presidente y CEO de PING, John A. Solheim le hizo entrega de un Tour W wedge de 52 grados de oro macizo, el palo que utilizó para ejecutar el golpe milagroso de recuperación en el hoyo decisivo en Augusta.

También se le hizo entrega de un putter Redwood Anser bañado en oro. Solheim también le hizo entrega de una cabeza del driver G20 rosa, una de las 100 replicas exactas de este modelo, que fabricó PING para conmemorar su temporada ■

Frutos Secos



Chips & Snacks





madrid**GOLF**

15-17 marzo 2013

cambiamos de estación

en 2013, la temporada comienza en primavera
nuevas fechas para disfrutar mejor del GOLF



Cohesión de equipo



Los torneos por equipos abren paso a una serie de variables psicológicas a tener en cuenta para el buen funcionamiento del colectivo, puesto que el juego mejora si el grupo está cohesionado y se deja de lado la mentalidad egocéntrica de los torneos individuales. En este sentido se deberán tener en cuenta algunas variables

Un grupo de “cracks” no es un equipo: por muy buenos que sean los jugadores, su unión no garantiza el éxito como grupo. Para que el grupo rinda hace falta cohesión entre sus miembros, es lo que da sentido al grupo y favorece la colaboración entre ellos. Para hacerse una idea,

Un grupo de “cracks” no es un equipo: por muy buenos que sean los jugadores, su unión no garantiza el éxito como grupo”

es como intentar levantar una pared de ladrillos sin el cemento que los une, será una pared débil, frágil e inestable. Si por el contrario se unen los ladrillos con cemento, la pared gana mucha solidez. Pues bien, la cohesión hace las funciones de cemento. La señal que indica si existe cohesión es la confianza entre los miembros del grupo, que se consigue con encuentros frecuentes dentro y fuera del ámbito deportivo, generando una relación más próxima.

Establecer unos objetivos de equipo: estos objetivos deben ser acordados por todos sus miembros para que nadie se sienta excluido y han de estar de acuerdo con las expectativas del grupo, teniendo en cuenta las diferentes aportaciones de cada jugador. Este aspecto es especialmente relevante para evitar la insatisfacción y el posterior abandono del equipo por parte de algunos jugadores. Si los objetivos son demasiados elevados o demasiados fáciles, algunos miembros del equipo se pueden desmotivar. Es importante renovar los objetivos con cierta frecuencia para motivar a todo el mundo.

Definir roles de los jugadores: es importante que cada miembro del equipo tenga una misión que cumplir. Cada jugador

Si los objetivos son demasiados elevados o demasiados fáciles, algunos miembros del equipo se pueden desmotivar



debe sentir que aporta algo en beneficio del grupo, independientemente de su nivel de juego. Así todos los miembros se sentirán útiles, incrementando su motivación y favoreciendo la tan deseada cohesión de equipo. Estos roles, pueden tener que ver con el juego o con la organización y estructura del grupo, pero deben tener que ver con alguna calidad personal o deportiva, ¡todo el mundo tiene alguna! Todo equipo necesita un líder, y por lo



Puente de la Constitución en Marrakech

DEL 3 AL 8 DE DICIEMBRE DE 2012



Día 1: Lunes, 3 de diciembre

- Salida en vuelo directo Barcelona - Marrakech de la terminal T 1 a las 12,05 h. llegada a las 13,25 h.
- Traslado al Hotel Le Palmeraie Golf Palace 5*
- Check in, entrega de llaves
- A las 16,30 h. visita a las instalaciones del hotel
- Alojamiento

Día 2: Martes, 4 de diciembre

- Desayuno buffet en el hotel
- Visita histórica de día en Marrakech con comida en el restaurante Riad Ksar Hamra (OPCIONAL)
- Regreso al hotel y tarde libre

Día 3: Miércoles, 5 de diciembre

- Desayuno buffet en el hotel
- Torneo HIO en Le Palmeraie Golf Course (OPCIONAL)
- Tarde Libre

Día 4: Jueves, 6 de diciembre

- Excursión a las montañas del Atlas en 4 x 4 con comida en L'Oliveiraie de Marigha (OPCIONAL)
- Por la tarde regreso al hotel y tiempo libre

Día 5: Viernes, 7 de diciembre

- Desayuno buffet en el hotel
- Torneo GTE en Le Palmeraie Golf Course (OPCIONAL)
- Tarde Libre
- Cena de entrega de premios con polo y regalos

Día 6: Sábado, 8 de diciembre

- Desayuno buffet en el hotel
- Día libre para descansar y hacer últimas compras
- 17,30 h. Traslado al aeropuerto de Marrakech
- Salida a las 20 h. llegada a Barcelona a las 23,25 h.
- Recogida de maletas y fin del viaje

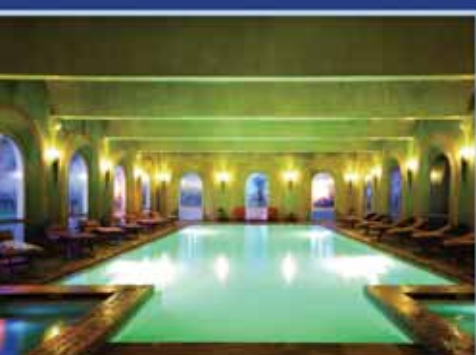
INCLUYE:

- Vuelos, tasas y traslados aerop./hotel/aerop.
- Alojamiento en Le Palmerie Golf Palace 5* rég. AD
- Maleta de cabina pp medidas 50 x 40 x 20 (10Kg/max.)

NO INCLUYE:

- Impuesto Municipal por persona y noche con cargo directo en el hotel al Check out4,50€
- Maleta de Viaje pp máximo 15 Kg. i/v 24€
- Bolsa de Golf máximo 20 Kg. i/v90€
- Seguro de Viaje25€
- Bebidas en todas las comidas
- Visita Marrakech50€
- Excursión 4 x 485€
- Torneo golf GTE60€
- Torneos Golf HIO + GTE110€

* Programa y precios sujetos a posibles cambios.



PRECIO FINAL
6 DIAS/5 NOCHES
685€

Posibilidad del mismo viaje y mismos horarios del 5 al 8 de Diciembre

PRECIO FINAL
4 DIAS/3 NOCHES
595€

Colabora:



Debido al incremento del precio de los vuelos según disponibilidad, estos precios solo están garantizados para 20 plazas y hasta el 31 de Octubre

+ info y reservas 937 937 929 • 669 479 028 • reservas@golftravevents.com

www.golftravevents.com

tanto es importante que se nombre un capitán que gestione el grupo para evitar conflictos e indecisiones que perjudiquen la cohesión. Es bueno que todos los miembros del equipo conozcan cuáles son las aportaciones de cada cual para que todo el mundo se sienta reconocido.

Comunicación fluida, sincera y abierta: es en este aspecto en el que el líder del equipo tiene una misión importante. El equipo debe conocer en todo momento qué es lo que está pasando y qué decisiones se toman, y es el capitán quien debe coger la responsabilidad de que la información llegue a todo el mundo. Si la comunicación no es fluida se forman subgrupos dentro del equipo, señal de que la cohesión no es la adecuada. En este sentido es recomendable organizar reuniones periódicas en las que cada miembro del equipo tenga la oportunidad de expresar lo que crea conveniente respecto al funcionamiento, estrategia, y objetivos a realizar. Se ha de tener cuidado al tomar decisiones importantes tras un torneo, puesto que estas se ven influenciadas por el resultado y no siempre son acertadas, es mejor realizar reuniones "en frío" *

independientemente del nivel técnico, la clave del éxito es la cohesión entre sus miembros



Pese a que cada equipo tiene libertad para funcionar de la manera que crea más conveniente, recordad que independientemente del nivel técnico, la clave del éxito es la cohesión entre sus miembros.

Albert Soldevilla
Psicólogo del deporte
www.mensalus.es



Cada jugador debe sentir que aporta algo en beneficio del grupo, independientemente de su nivel de juego





COSTA DEL SOL
PATRONATO DE TURISMO

de par en par

Te esperan más de 750 hoyos en más de 70 campos de juego. Es la Costa del Golf, abierta de par en par los doce meses del año.



Andalucía

renfe
AVE

IBERIA

MÁLAGA

LA CALA

En pleno centro turístico de la Costa del Sol se encuentra situado La Cala Resort, un espectacular enclave entre Mijas Costa y Marbella, en el que se puede disfrutar del Golf en tres espléndidos y desafiantes campos de 18 hoyos, diseñados por el arquitecto norteamericano Cabell B. Robinson, rodeado de zonas verdes y colinas. El campo cuenta además con el complemento ideal de la Casa Club, confortablemente decorada con un estilo colonial y la prestigiosa Academia de Golf David Leadbetter, con un campo de prácticas de seis hoyos (Par 3). Lo cierto es que los tres campos ponen a prueba la habilidad de los jugadores. Las desigualdades del terreno engañan a la vista, y la ilusión óptica que se origina obliga a cuidar la elección del palo. La clara delimitación entre calles y maleza, junto con excelentes niveles de mantenimiento, fuerzan a elegir entre un juego más atrevido o uno más seguro ■



In the tourist centre of the Costa del Sol is situated La Cala Resort, a spectacular enclave between Mijas Costa and Marbella, where you can enjoy Golf in three splendid and challenging fields of 18 holes, designed by the American architect Cabell B. Robinson, surrounded by green areas and hills. The field also boasts the ideal complement to the Club House, comfortably decorated in a colonial style and the prestigious Academy of Golf David Leadbetter, with a field of six holes (Par 3) practices. The truth is that the three fields put to the test the ability of the players. Inequalities of the ground can be deceiving in sight, and the optical illusion that originates forces to take care of the choice of the stick. The clear delineation between streets and weed, along with excellent levels of maintenance, forced to choose between a game more daring or safer one ■

GUADALMINA



El Real Club de Golf Guadalmina cuenta con dos recorridos de 18 hoyos y uno de 9 hoyos Pitch & Putt, así como instalaciones de práctica y otras disciplinas deportivas. A lo largo de su historia ha sido sede de importantes torneos como el Campeonato de España de 1965, en el año 2008, S.M. tuvo a bien conceder, con motivo de su cincuenta aniversario el título de Real. Más de 20 nacionalidades conviven en Guadalmina, y sin duda su sello de identidad es el magnífico ambiente social ■

The Real Club de Golf Guadalmina boasts two 18-hole and one 9-hole Pitch & Putt courses, as well as practice and other sports facilities. Throughout its history it has hosted important tournaments like the Championship of Spain of 1965, in 2008, H.M. was pleased to grant, on the occasion of its fiftieth anniversary the title of Real. More than 20 nationalities coexist in Guadalmina, and undoubtedly his hallmark is the magnificent social environment ■

versary the title of Real. mas of 20 nationalities coexist in Guadalmina, and undoubtedly his hallmark is the magnificent social environment ■

FLAMINGO

Ubicado en un entorno natural de incomparable belleza junto al mar Mediterráneo, donde la práctica del golf se vuelve a repetir como una experiencia única, en un ambiente exquisito, con las instalaciones más avanzadas y un servicio personalizado para disfrutar y apreciar los pequeños detalles. En su aún corta trayectoria, Flamingos Golf Club ya cuenta con merecida y reconocida fama internacional por su alto nivel de calidad y por haber sido sede durante tres años consecutivos de la final del circuito Seniors' Europeo, 'The Daily Telegraph European Seniors Match Play Champion Ship' ■



Located in a natural environment of incomparable beauty next to the Mediterranean Sea, where the golf practice becomes repeated as a unique experience, in an exquisite atmosphere, with the most advanced facilities and personalized service to enjoy and appreciate the small details. In its still short history, Flamingos Golf Club has already deserved and recognised internationally for its high level of quality and for having been headquarters for three years running in the final of the Seniors circuit 'European, 'The Daily Telegraph European Seniors Match Play Champion Ship' ■

ATALAYA

Atalaya Golf & Country Club cuenta con dos espléndidos recorridos de 18 hoyos, el Old Course y el New Course. Como su propio nombre indica, el Old Course es el más antiguo, inaugurado en 1968. Se encuentra situado entre Estepona y Marbella y además de los dos campos cuenta con uno de los campos de prácticas más grandes de España y en el que se imparten clases de golf en varios idiomas.



El Old Course es un campo entretenido que no ofrece excesiva dificultad, de greens rápidos y bonitas vistas. El New Course fue inaugurado en 1992, se encuentra cerca del campo viejo pero orientado hacia el interior de las montañas. Su posición estratégica le otorga unas vistas panorámicas espectaculares. Es un recorrido que se adapta a todos los niveles lo que le convierte en uno de los campos más populares de la Costa del Sol ■

Atalaya Golf & Country Club boasts two magnificent routes of 18 holes, the Old Course and the New Course. As its name suggests, the Old Course is the oldest, opened in 1968. Se located between Estepona and Marbella and in addition to the two fields has one of Spain's largest practice fields and which classes of golf in several languages. The Old Course is a fun field that does not have excessive difficulty, fast greens and beautiful views. The New Course was opened in 1992, it is close to the old but points toward the inside of the mountains. Its strategy position gives you spectacular panoramic views. It is a journey that adapts to all levels which makes it one of the most popular areas on the Costa del Sol ■

GOLF MIJAS

En La Costa del Sol / Costa del Golf, en la localidad de Fuengirola, muy cercana a Marbella, se encuentra el Club de Golf de Mijas.

Este complejo ofrece dos campos de 18 hoyos con diferentes características que se adaptan al nivel de cada jugador, se denominan Los Lagos y Los Olivos ■

In La Costa del Sol / Costa del Golf, in the town of Fuengirola, close to Marbella, the Mijas Golf Club is located. This resort offers two 18 holes courses with different characteristics that are adapted to the level of every player, they are called Los Lagos and Los Olivos ■



LA QUINTA CLUB DE GOLF

La Quinta Golf & Country Club es uno de los complejos de golf con más actividad de la Costa del Sol/Costa del Golf. Está situado en la carretera de Ronda, muy cerca de Málaga y justo enfrente de la zona turística de Puerto Banús. Fue diseñado por dos jugadores profesionales españoles, Antonio Garrido y Manuel Piñero. Se trata de un campo muy cómodo y divertido que se adapta a todos los niveles de juego. Su dificultad radica en el desnivel de las calles y sus profundos bunkers. Consta de un campo de 18 hoyos y uno de 9 que se pueden combinar al gusto del jugador.



Es un campo muy popular y a él acuden multitud de personalidades, además cuenta con su extraordinaria Casa Club en la que se pueden realizar otras actividades como gimnasio, paddle, piscina, squash, baño turco y centro de terapia y estética ■

*L*a Quinta Golf & Country Club is one of the complexes of golf with more activity of the Costa del Sol/coast of the Golf. It is situated on the road from Ronda, close to Málaga and just across from the tourist resort of Puerto Banus. It was designed by two Spanish professional players, Antonio Garrido and Manuel Piñero. It is a very comfortable and fun field that adapts to all levels of play. Its difficulty lies in the unevenness of the streets and their deep bunkers. It consists of an 18 hole golf course and one of 9 that you can combine the taste of the player. It is a very popular field and he attended by multitude of personalities, also has its extraordinary clubhouse in which you can perform other activities such as fitness center, paddle, swimming pool, squash, Turkish bath and therapy centre and beauty ■

LAURO GOLF

Lauro Golf es uno de los nuevos campos de golf de Málaga. Situado en el precioso paraje del municipio de Alhaurín de la Torre, a 300 metros sobre el nivel del mar y a tan sólo 20 minutos del aeropuerto, Lauro Golf ofrece vistas espectaculares de Málaga y el Mediterráneo. Diseñado por Folco Nardi y Mariano Benitez, Lauro Golf cuenta con un campo de 27 hoyos (cada uno de ellos lleva el nombre de un famoso torero español). Estos últimos incorporan cinco lagos artificiales, unidos a las cataratas, también artificiales, contribuyen a la belleza natural del campo. Lauro Golf también dispone de club social, centro ecuestre, club de pádel y lawn bowls además de su propio residencial, entre otras instalaciones ■



Lauro Golf is one of the new golf courses in Malaga. Located in the beautiful landscape of the town of Alhaurin de la Torre, at 300 meters above the sea level and only 20 minutes from the airport, Lauro golf course offers spectacular views of Malaga and the Mediterranean. Designed by Folco Nardi and Mariano Benitez, Lauro Golf boasts a 27-hole course (each one is named after a famous Spanish Bullfighter). The latter incorporate five artificial lakes, together with cataracts, also artificial, contribute to the natural beauty of the countryside. Lauro Golf also has social club, Equestrian Center, club paddle tennis and lawn bowls in addition to their own residential, among other facilities ■

PARADOR DE MALAGA

El campo de golf del Parador de Málaga Golf con una situación privilegiada, se ubica en pleno corazón de la Costa del Sol, a orillas del mar, a 10 minutos del aeropuerto internacional de Málaga y de su capital. Los años han sabido hacer del campo más antiguo de



Andalucía un recorrido exigente para el jugador veterano y asequible para cualquier aficionado al golf. Los hoyos del Parador Nacional del Golf, están cargados de historia. No en vano, en ellos dieron sus primeros golpes los pioneros de este deporte en la provincia. Con casi setenta años a sus espaldas, las instalaciones del club malagueño se encuentran en perfectas condiciones gracias a la atención que le prestan sus cuidadores ■

The field of golf of the Parador de Málaga Golf with a privileged situation, is located in the heart of the Costa del Sol, on the shores of the sea, 10 minutes from Malaga International Airport and its capital. The years have been able to do the oldest field of Andalusia a rally for affordable and veteran player for any golf enthusiast. The National Parador of the Golf holes are loaded with history. Not in vain, in them the pioneers of this sport gave their

first blows in the province. With nearly seventy years on their backs, the Malaga club facilities are in perfect condition thanks to the care provided by caregivers ■

GUADALHORCE CLUB DE GOLF

Situado a 7 km del aeropuerto de Málaga, Guadalhorce Club de Golf dispone de un campo de 18 hoyos en el que se diferencian dos áreas muy distintas, del hoyo 1 al 9 las calles son llanas y sin obstáculos importantes, del 9 al 18 el campo se complica bastante y se descubren grandes desniveles con los greens elevados y en los que las calles son más difíciles. En su casa Club se respira un aire familiar y la entrada al campo está restringida a los socios según las temporadas y la disponibilidad. Además de golf se desarrollan otras actividades deportivas. Su localización en pleno centro de la Costa del Sol facilita la estancia en cualquiera de las múltiples opciones de alojamiento de la zona, estando cerca de Málaga, Torremolinos y Benalmádena ■



Located 7 km from Malaga airport, Guadalhorce Club de Golf has an 18 hole course in which two very different areas are different, pit 1 to 9 streets are plain and without major obstacles, from 9 to 18 field is quite complicated and discovered large unevenness with the elevated greens and in which the streets are more difficult. At his home Club breathes a family air and the entrance to the field is restricted to the partners according to the seasons and the availability. In addition to golf, other sports activities are developed. Its location in the heart of the Costa del Sol makes it easy to stay in any of the multiple accommodation options in the area, being close to Málaga, Torremolinos and Benalmadena ■

Lauro Golf

Resort & Residencial



Venga y disfrute de sus vacaciones con golf ilimitado en uno de nuestros lujosos apartamentos

Tenemos una gran variedad de abonos que van desde **ABONOS ANUALES ILIMITADOS** a **PAQUETES DE 10 ó 20 GREEN FEES**
Consulte el que más se ajuste a sus posibilidades



Ctra. A-404, km 14 • 29130 - Alhaurín de la Torre (Málaga)
Tel. +34 952 41 27 67 • Fax + 34 952 41 47 57
info@laurogolf.com • www.laurogolf.com

ALHAURIN GOLF & COUNTRY CLUB



Un complejo de golf con dos campos y una excelente zona de prácticas. Además dispone de Hotel propio y 2 restaurantes. Está ubicado en plena Costa del Sol a mitad de camino entre Málaga y Marbella, al norte de Fuengirola. El campo principal es un par 72 diseñado por Severiano Ballesteros. Discurre entre los montes de la Sierra de Mijas, con excelentes vistas a la Sierra y al mar Mediterráneo. Todo el complejo está rodeado de vegetación autóctona. Cada calle presenta un diseño diferente al resto, otorgando así variedad y diversión al juego. Alhaurin Golf tiene una excelente combinación de calles: cinco pares 3, ocho pares 4 y cinco pares 5. Si bien no es un campo largo, requiere pensar los golpes y la estrategia de cada calle ■

A complex of golf with two fields and an excellent practice area. It also has own Hotel and 2 restaurants. It is located in the heart of Costa del Sol midway between Malaga and Marbella, to the North of Fuengirola. The main field is a par 72, designed by Severiano Ballesteros. It runs between the mountains of the Sierra de Mijas, with excellent views of the Sierra and the Mediterranean Sea. The entire complex is surrounded by native vegetation. Every street presents a design different from the rest, thus providing variety and fun to the game. Alhaurin Golf has an excellent combination of streets: five par 3, eight pairs 4 and five even-numbered 5. Although it is not a long field, it requires thinking blows and the strategy of each street ■

ALOHA GOLF

El club de golf Aloha está situado en el corazón de la Costa del Golf, dentro de Marbella, y a escasos minutos de Puerto Banús, en la urbanización Nueva Andalucía frente a Banús. Aloha Golf es un campo divertido que requiere precisión y pegada, los hoyos no son excesivamente largos exceptuando el 1, el 4, el 13 y el 18. Es un campo estrecho, con muchos obstáculos y una arboleda muy bien colocada. El rough también lo complica y unos greens un poco accidentados, justamente para jugadores habilidosos ■

Aloha golf club is located in the heart of the Costa del Golf in Marbella, and just minutes from Puerto Banus, in the urbanisation Nueva Andalucía opposite Banus. aloha Golf is a fun field which requires precision and stuck, the holes aren't excessively long except 1, 4, 13 and 18. It is a narrow field, with many obstacles and a very well placed trees. The rough also complicates and some a little bumpy greens, just for skilled players ■



CLUB DE GOLF LAS BRISAS



Real Club de Golf Las Brisas es un campo de 18 Hoyos localizado en el corazón de Nueva Andalucía, en el llamado valle del Golf, se encuentra el Real Club de Golf Las Brisas, uno de los campos con mas solera de la Costa del Sol. La intensa actividad de Robert Trent Jones, uno de los más famosos diseñadores de campos de golf, se plasmó la intensa actividad en el 1969, con la apertura del Real Club de golf Las Brisas. El diseñador proyectó un recorrido con la idea de exigir al jugador un golf de precisión en que no bastan los golpes largos, sino que hay que usar la cabeza. Su trazado contiene muchos obstáculos de agua, diez lagos artificiales, amplia protección con bunkers y unos greens en su mayoría elevados ■

Real Club de Golf Las Brisas on a 18 hole golf course located in the heart of Nueva Andalucía, in the Valley of the Golf, Real Club de Golf Las Brisas, is one of the fields with more tradition in the coast of the Sol. La intense activity of Robert Trent Jones, one

of the most famous designers of golf courses reflected the intense activity in 1969, with the opening of the Real Club de golf Las Brisas. El diseñador proyectó un recorrido con la idea de requiring the player a golf of accuracy that are not enough long blows, but you have to use your head. Its plot contains many obstacles of water, ten artificial lakes, broad protection with bunkers and a few mostly elevated Greens ■

GOLF MARBELLA & COUNTRY CLUB

Diseñado por el legendario Robert Trent Jones Señor y a tan sólo cinco minutos de la cosmopolita ciudad de Marbella, Marbella Golf & Country Club es uno de los mejores y más exigentes campos de Europa. El campo de golf de 6,000 metros de largo, 18 hoyos y un par 72 ocupa una de las zonas verdes más extensas de la Costa del Sol. En su diseño se ha tenido en cuenta un respeto absoluto al entorno natural. Dentro de los servicios, que la Casa Club ofrece, podemos destacar un insuperable restaurante, salas de conferencias, pro shop, zona y campo de prácticas, pistas de tenis y un centro de wellness con una amplia oferta tanto en masajes como tratamientos fisioterapéuticos, así como clases de yoga y pilates ■



Designed by the legendary Robert Trent Jones Lord and just five minutes from the cosmopolitan city of Marbella, Marbella Golf Country Club is one of the best and most demanding fields of Europe. 6,000 Meters long, 18 holes and a par 72 golf course occupies one of the largest green areas of the Costa del Sol. In its design has been into account absolute respect for the natural environment. Within the services offered by the clubhouse, we highlight an unsurpassed restaurant, conference rooms, pro shop, area and driving range, tennis courts and a center of wellness with a wide range both in massages such as physiotherapeutic treatments, and yoga classes and pilates ■



GOLF RIO REAL

Inaugurado en 1965 y diseñado por Javier Arana, este magnífico campo de 18 hoyos y par 72, se asienta en un valle de suaves pendientes. El Club de Golf Río Real se encuentra en un lugar privilegiado, a tan sólo 3 km del centro urbano de Marbella. Asentado en un terreno con una pendiente suave que se desliza hasta el mar, por lo que muchos de sus hoyos ofrecen magníficas vistas sobre el Mediterráneo. El recorrido destaca por su naturaleza, no es accidentado y en cuyo trazado se cruza cuatro veces el río que da nombre al Club y al Hotel. Los greens son en general bastantes llanos, muy bien cuidados y protegidos por bunkers que los circundan. El hoyo cuatro destaca por

su belleza y su calle hacia la playa. El hoyo diez, un dogleg a la derecha, desemboca en el espectacular tee del once, que ofrece una vista desde alto al green que situa al otro lado del río ■

Inaugurated in 1965, designed by Javier Arana, this magnificent field of 18 holes and a par 72, sits in a valley of gentle slopes. Club de Golf Rio Real is located in a privileged place, only 3 km from the urban centre of Marbella. Seated in a land with a gentle slope that slides into the sea, so that many of its holes offer magnificent views over the tour Mediterraneo. It stands out due to its nature, is not strewn with obstacles and in whose path crossed four times the river that gives its name to the Club and the Hotel. The Greens are generally quite plain, very well cared for and protected by bunkers that surround them. The four hole stands out for its beauty and its Street towards the beach. Pit ten, a dogleg to the right, leads to the spectacular tee of the eleven, that offers a view from high to the green that situated on the other side of the River ■

GOLF LOS NARANJOS

El campo de Golf Los Naranjos está ubicado en el "Valle del Golf", a escasos kilómetros de Marbella. El campo ha estado sometido a importantes cambios durante su segundo periodo, en el que se celebraron grandes torneos internacionales. Los Naranjos vive una nueva etapa y nos dan muestra de ello tanto la nueva casa club como algunas reformas en sus calles. Aunque las calles, al igual que los bunkers, son amplias, el recorrido no es fácil y se requieren golpes largos y colocados para cumplir el par hoyo a hoyo. Hay una gran diferencia entre los dos recorridos (los 9 primeros hoyos y los 9 siguientes), de tal manera que parece que se está jugando en dos campos diferentes... En la primera parte del recorrido, nos encontramos con calles bastante anchas aunque con grandes desniveles y donde tanto los árboles como el agua aportan al campo obstáculos naturales. En la segunda parte del recorrido nos encontramos con un campo más llano, y sembrado de naranjos, dejándonos adivinar el origen del nombre del club ■



The golf course Los Naranjos is located in the "Valle del Golf", a few kilometres from Marbella. The field has been subject to significant changes during his second term, in him that major international tournaments were held. Los Naranjos lives a new stage and give us proof of this both the new House club as some reforms in its streets. Although the streets, like the bunkers, are spacious, travel is not easy and beats long and placed are required to meet the pair hole by hole. There is a big difference between the two routes (the first 9 holes and the following 9), so it seems that you're playing in two different fields... In the first part of the tour, we have pretty wide streets albeit with large differences in level and where both the trees and the water bring to the field natural obstacles. In the second part of the tour we have a field more plain, and planted orange groves, leaving us to guess the origin of the name of the club ■

GOLF EL PARAISO

El Campo de Golf tiene unas calles bastante anchas, aunque no tanto como para permitir que se le ataque con mucha dureza, ya que sus roughs son peligrosas trampas. Los obstáculos de agua adquieren una relevancia bastante notable, por la belleza que aportan al recorrido y porque existen peligrosos riachuelos escondidos en los roughs. Los hoyos centrales del campo (los del 13 y del 14) tienen un marco incomparable, con grandes árboles y lagos en medio. El hoyo que podríamos decir que es el más difícil es el 7, con un green custodiado por dos enormes bunkers ■

The Golf course has some fairly fairways, although not so much as to allow that it will attack with great toughness, since their roughs are dangerous traps. The water hazards acquire a quite remarkable relevance, for the beauty they bring to the tour because there are dangerous creeks hidden in the roughs. The Central holes of the course (the 13 and 14) have an incomparable, with large trees and lakes in the middle. The hole that we could say that it is the most difficult is the 7, with a green guarded by two huge bunkers ■



BAVIERA GOLF

Baviera Golf está enclavado al norte por las estribaciones del Parque Natural de Sierra Tejada, Alhama y Almiraja (Málaga), en un valle con un microclima ideal para la práctica del Golf. Se encuentra a escasos 500 metros del Puerto deportivo de La Caleta de Vélez y de sus magníficas playas, que junto a las de Torre del Mar y Negra (muy próximas entre sí), están consideradas entre las mejores de la Costa del Sol. Baviera Golf cuenta con el asesoramiento de José María Cañizares, el prestigioso jugador de golf profesional. Cañizares es uno de nuestros jugadores más internacionales y carismáticos. La variación de hoyos y las inmejorables vistas tanto al Mediterráneo como a las sierras que lo protegen, contribuyen a disfrutar y compartir una jornada inolvidable en Baviera Golf ■



Baviera Golf is located to the North by the foothills of the Natural Park of Sierra Tejada, Alhama and Almiraja (Malaga), in a valley with an ideal microclimate for the Golf practice. It is located just 500 meters from the Marina of La Caleta Vélez and magnificent beaches, that next to Torre del Mar and black (very close between if), they are considered among the best of the Costa del Sol. Baviera Golf boasts advice from José María Cañizares, the prestigious professional golf player. Cañizares is one of our most inter-

national and charismatic players. The variation of holes and the unbeatable view both the Mediterranean and the mountains that protect it, contribute to enjoy and share an unforgettable day at Baviera Golf ■

GOLF TORREQUEBRADA

El campo Golf Torrequebrada se encuentra cerca del mar y la montaña, sus calles son estrechas, con greens rápidos, numerosos lagos y mucho arbolado. En 1979 albergó el 53º abierto de España. En Torrequebrada, Pepe Gancedo -al que siempre le ha gustado mantener las ventajas naturales del terreno- ha usado los valles y las suaves laderas de las montañas para crear uno de los campos de 18 hoyos más retadores de la Costa del Sol, donde los jugadores deben procurar que el espectacular paisaje no distraiga su atención del recorrido ya que brisas constantes, tanto del mar como del interior, tienden a dificultar el juego ■

The Torrequebrada Golf course is near the sea and the mountains, its streets are narrow, with fast greens, numerous lakes and much woodland. In 1979 he hosted the fifty-third open in Espana. In Torrequebrada, Pepe Gancedo - who always liked keeping the natural advantages of the terrain - has used the valleys and gentle slopes of the mountains to create one of the most challenging 18 holes of the Costa del Sol, where players must ensure that the spectacular scenery not distracted its attention from the tour since you brisas constants both sea and inland, they tend to make the game more difficult ■



“Mi pasión es el golf, por ello le dedico todo mi tiempo libre. De cuidar cada detalle de mi estancia, gestionar mis reservas y recomendarme los mejores greens, ya se encargan en mi hotel.”

Jaime, 42 años.



Situado en Marbella, a tan sólo 800m de Puerto Banús y rodeado de numerosos campos de golf de primer nivel, el exclusivo H10 Andalucía Plaza es el hotel ideal para disfrutar de una fabulosa estancia en la Costa del Sol. Recientemente renovado, con cálidas habitaciones, una exquisita gastronomía, Servicio Privilege, Espacio Spa Centre, y una recepción de golf con atención especializada y personalizada hacen de éste uno de los hoteles preferidos por los golfistas. ¿Y a ti? ¿Te gusta que piensen en ti?

H10 Andalucía plaza

Urb. Nueva Andalucía
E-29660 Puerto Banús
Marbella (Málaga)
T(34) 952 81 20 00
reservas.hap@h10.es

★★★★



Pensando en ti

www.h10hotels.com / T (34) 902 100 906 / reservas@h10.es

Tenerife · Lanzarote · Fuerteventura · La Palma · Gran Canaria · Mallorca · Costa del Sol · Costa Daurada · Riviera Maya (México) · Punta Cana (Rep. Dominicana) · Cuba · Barcelona · Madrid · Roma · Londres · Berlín

GOLF LA DUQUESA



La Duquesa tiene un recorrido muy variado que permite disfrutar al máximo a todos los jugadores. En el campo se diferencian claramente dos partes, el primer tramo del recorrido sigue el estilo inglés, con calles estrechas y greens elevados que requieren de precisión y buen juego, sin embargo los últimos 9 hoyos son más fáciles, las calles se ensanchan y permiten recuperar los fallos cometidos en los primeros 9 hoyos, con lo que el jugador suele quedar satisfecho con su recorrido. Hay que tener cuidado cuando el viento sopla de poniente y golpear la bola teniendo en cuenta esta situación. Los numerosos bunkers constituyen un reto particular hasta para el jugador más experimentado ■

La Duquesa has a very varied tour that allows you to enjoy to the full all players. In the field two sides clearly differ, the first stretch of the route follows the English style, with narrow streets and elevated greens that

require precision and good game, however the last 9 holes are easier, streets are widened and allow you to retrieve the errors committed in the first nine holes, with what the player is often satisfied with their journey. You must be careful when the wind blows from the West and hit the ball bearing in mind this situation. The numerous bunkers constitute a particular challenge even for the most experienced player ■

SANTA CLARA GOLF

El campo de golf, diseñado por Enrique Canales Busquets, se ha realizado respetando el entorno natural de fauna y vegetación autóctona, dando lugar a un fantástico punto de encuentro para los aficionados al golf. Situado en la famosa población de Marbella, caracterizada por su clima privilegiado y por ser una de las zonas más exclusivas de la Costa del Sol. A lo largo de sus 18 hoyos, podemos contemplar espectaculares vistas sobre el Mediterráneo. Podemos definir a Santa Clara Golf como un Parkland poco accidentado. A lo largo de sus 18 hoyos, un par 71 de 5.878 metros, podrá gozar de un recorrido estimulante e inolvidable, que le animará a desear quedarse con nosotros ■



Golf course, designed by Enrique Canales Busquets, has been done respecting the natural environment of indigenous vegetation and fauna, giving rise to a fantastic meeting point for golf enthusiasts. Located in the famous town of Marbella, characterized by its

privileged climate and be one of the most exclusive areas of the Costa del Sol. Throughout their 18 holes, we can contemplate spectacular views over the Mediterranean. We can define Santa Clara Golf as a Parkland little victim. Throughout their 18 holes, a par 71 of 5.878 meters, can enjoy a stimulating and unforgettable journey that will encourage you to want to stay with us ■

MONTE MAYOR GOLF CLUB



Monte Mayor abrió sus puertas en 1989 y fue diseñado por José Gancedo. Es un fantástico y desafiante Campo de Golf conocido como uno de los más espectaculares de la Costa del Sol. El campo se asienta en un área de destacada belleza natural. El valle en el que Monte Mayor descansa se adapta a la naturaleza ■

Monte Mayor sus fairways con Bermuda 419 (como Augusta o Valderrama). Entre los profesionales, Alex CEJKA practico aquí y disfruto trabajando todos sus golpes. El es que posee el record con 66 (-5).

Monte Mayor opened its doors in 1989 and was designed

by José Gancedo. It is a fantastic and challenging Golf known as one of the most spectacular of the Costa del Sol. The field sits in an area of outstanding natural beauty. The Valley in which Monte Mayor rests adapts to nature. Greater mount fairways Bermuda 419 (such as Augusta and Valderrama). Among professionals, Alex CEJKA practical here and enjoy working all his punches. He is one who holds the record with 66 (- 5) ■

AÑORETA GOLF

Añoreta Golf, es el único campo de 18 hoyos situado al este de Málaga, entre el mar y las montañas. Diseñado por José María Cañizares, este par 72, con una longitud de 5.976 metros para profesionales y 5.673 para amateurs, es un desafío para todos los jugadores. Sus calles amplias, han sido renovadas con hierba bermuda 419 y están salpicadas de palmeras con el mar al fondo. Los greens son inmejorables y rápidos gracias a su hierba. Los árboles que lo rodean y el uso del agua, acentúan su belleza natural ■



Añoreta Golf, is the only 18 hole course situated to the

East of Málaga, between the sea and the mountains. Designed by José María Cañizares, this par 72, with a length of 5,976 metres for professionals and 5.673 for amateurs, is a challenge for all players. Its wide streets, have been renovated with bermuda 419 grass and are dotted with Palm trees with the sea in the distance. The Greens are fast and unbeatable due to their grass. The trees that surround it and the use of water, accentuate your natural beauty ■

GOLF LOS ARQUEROS



El Campo de Golf Los Arqueros está situado a menos de una hora de los aeropuertos internacionales de Málaga y Gibraltar, y a tan solo 10 minutos de Marbella. Fue el primer campo de golf que diseñó Severiano Ballesteros. Según palabras de su diseñador, Los Arqueros es un buen campo para jugadores de todo tipo, con retos aceptables para golfistas medios y exámenes sin concesiones para los profesionales. Se encuentra ubicado entre las montañas de la sierra de Ronda y esto provoca un recorrido con un trazado bastante original y muy bello ■

The Los Arqueros Golf field is located less than an hour from the international airports of Málaga and Gibraltar, and at only 10 minutes from Marbella. It was the first golf course designed by Severiano Ballesteros. In the words of its designer, Los Arqueros is a good field for players of all types, with acceptable challenges for average golfers and examinations without concessions to the professionals. It is located between the mountains of the sierra de Ronda and this causes a route with a path quite original and very beautiful ■

TUNEAR CON CABEZA

Cabezas con poco spin disponibles en 8,5°, 9,5°, 10,5° y 12°.



TUNEAR PARA DISTANCIA

Ajuste las maderas 3, 4 y 5 $\pm 1/2^\circ$ para optimizar los parámetros de lanzamiento para ganar distancia.

TUNEAR CON GRADOS

Ajuste los grados del driver en $\pm 1/2^\circ$ para optimizar sus golpes desde el tee.

TUNEAR CON VARILLA

Elija una de las 4 varillas de alto rendimiento en el driver Anser que se ajuste a su juego.

¿BUSCANDO UNA BOLSA LLENA DE RENDIMIENTO? AQUÍ ESTÁN SUS "ANSERS"

Ingeniería personalizada. De ahí es de donde proviene el rendimiento y es exactamente lo que encontrará en la familia Anser. Tanto el driver Anser como las maderas de calle se ajustan para ayudar a optimizar la trayectoria. Lo llamamos Tuneando Trayectoria, permitiéndole ajustar los grados +/- 1/2° con el giro de una llave. En los híbridos Anser la ubicación progresiva del CG asegura trayectorias óptimas en los cuatro lofts. Llegamos a los hierros forjados Anser, con cada hierro desarrollado por nuestros ingenieros individualmente - hierros largos con un ángulo de lanzamiento más alto y mayor perdón, hierros cortos diseñados para precisión y control. Para encontrar sus "Anser", visite un Especialista en Fitting PING o ping.com

PING®
PLAY YOUR BEST™

ELEMENTO/PRODUCTO VERSÁTIL
Línea tradicional, diseño con perdón
para un spin óptimo y precisión.
Disponible en 17°, 20°, 23° y 27°.



PRODUCCIÓN FORJADA MULTI-MATERIAL
Cuerpo de acero 8620 y peso de tungsteno
en la suela ofrecen la sensación de masa
posterior y resultados de cavidad posterior.

ANTEQUERA GOLF



Un campo de 18 hoyos verdaderamente espectaculares rodeados por el maravilloso parque natural del TORCAL: montañas de formación rocosa fósil que formaron parte de las profundidades del mar hace millones de años. Antequera Golf es un campo de 18 hoyos par 72 situado a 650 metros de altura sobre el nivel del mar, entre las montañas del Torcal y la Vega de Antequera. Es el campo mejor comunicado de Andalucía, a 30 minutos de Málaga, 45 de Granada y a 1 hora de Sevilla y Córdoba ■

A 18 hole course truly spectacular surrounded by wonderful natural park el TORCAL: mountains of fossil rock formation that formed part of the depths of the sea millions of years ago. Antequera Golf is a 18 holes par 72 is located 650 meters above the sea level, between the moun-

tains of the Vega de Antequera and el Torcal. It is the field better communicated in Andalusia, 30 minutes from Málaga, Granada and 45 to 1 hour from Seville and Córdoba ■



DOÑA JULIA GOLF CLUB

Situado en Doña Julia Golf Resort, un espectacular complejo ubicado en Casares, entre Marbella y Sotogrande, a sólo 45 minutos del aeropuerto de Málaga y escasos kilómetros de Gibraltar, el campo de golf Doña Julia Golf Club, está perfectamente integrado en el paisaje natural de la zona y destaca por sus magníficas vistas sobre el mar Mediterráneo y la Costa Africana. El campo es un 18 hoyos par 71 (provisional) con una longitud de 5.976 metros y construido según las normas de la United States Golf Association (USGA) en lo referente a tees, bunkers, drenajes y greens ■

Located in Doña Julia Golf Resort, a spectacular complex located in Casares, between Marbella and Sotogrande, just 45 minutes from the airport of Malaga and few kilometres from Gibraltar, the Doña Julia Golf Club golf field, is perfectly integrated into the natural landscape of the area and is notable for its magnificent views over the Mediterranean Sea and the African coast. The field is a 18 holes par 71 (provisional) with 5,976 metres long and built according to the standards of the United States Golf Association (USGA) in regard to tees, bunkers, drainages and Greens ■

WWW.CLUBMAKER.ES

TALLER DE GOLF *By Pitch & Pro*

**Su Clubmaker en Girona
¡Ahora también en Lanzarote!**



FORGAN
St Andrews
-Est. 1860 -

LA MEJOR RELACIÓN CALIDAD/PRECIO DEL MERCADO

PALOS DE GOLF A SU MEDIDA



¡NUEVO TALLER EN CANARIAS!

A partir de ahora también nos encontrarás en Lanzarote Golf, donde ofrecemos los mismos servicios de venta de material, cambio de grips y varillas, reparaciones y adaptación de palos de todas las marcas.

www.lanzarotegolfresort.com

WWW.CLUBMAKER.ES

info@clubmaker.es

Tel. 0034 646 98.67.22

C/Montjuic, 16 17300 Blanes (Girona)

Lanzarote Golf - Puerto Del Carmen (Las Palmas)

MIRAFLORES GOLF

El campo del Club de Golf Miraflores, ubicado en el corazón de la Costa del Sol, en una extensa urbanización entre las localidades de Marbella y Mijas, se asienta sobre un terreno accidentado, desde el que se perciben muy buenas vistas, tanto del mar como de la montaña. Abierto en 1990 y diseñado por Falco Nardi, el terreno de juego es muy agradable y lleno de interesantes retos. Recientes reformas han mejorado notablemente el recorrido. El innovador diseño de dos lagos facilita el acceso al hoyo 11, y se han construido dos tees elevados para el hoyo 14, convirtiendo el juego en un interesante desafío ■



The field of the Miraflores Golf Club, located in the heart of the Costa del Sol, in an extensive urbanization between the towns of Marbella and Mijas, sits on a rugged terrain, from which are perceived very good views, both the sea and the mountain, open in 1990 and designed by Falco Nardi, the playing field is very nice and full of interesting challenges. Recent reforms have greatly improved the route. The innovative design of two lakes facilitates access to the 11 hole, and they have built two tees elevated to the 14th hole, turning the game into an interesting challenge ■



SANTA MARIA GOLF CLUB

El campo de golf está ubicado en un marco de incomparable belleza en la sierra Andaluza. Transcurre por dos valles, con vistas al Mediterráneo, en una de las zonas de bosques más ricos y poblados del Municipio. El trazado del campo serpentea por el valle para ascender a la montaña, cruzando la autopista, en dirección al norte. Los primeros nueve hoyos fueron diseñados por Antonio García Garrido. El hoyo del 7, un par 3 de 200 yardas, se alcanza desde tees elevados. El siguiente hoyo par 5, es un dog-leg a la derecha con agua a la derecha. El 14 empieza también en un tee muy alto, bordea un lago y finaliza en un green con una cascada a la derecha ■

The golf course is located in a frame of incomparable beauty in the Andalusian mountains. Passes by two valleys, overlooking the Mediterranean Sea, in one of the areas of forest more rich and the villages of the municipality. Field path meanders through the Valley to ascend the mountain, crossing the motorway, in the direction to the North. The first nine holes were designed by Antonio Garcia Garrido. Hole 7, a par 3 of 200 yards, is reached from elevated tees. The next par 5 hole, is a dog-leg to the right with water on the right. 14 Also begins in a very high tee, bordering a lake and ends at a green with a waterfall on the right ■

“Si te apasiona el Golf,
te recomiendo un lugar que te encantará:
el H10 Estepona Palace.
Si lo pruebas...¡Volverás!”

Carlos, 39 años



En un enclave privilegiado de la Costa del Sol, el H10 Estepona Palace es el único hotel de categoría superior situado en el centro de Estepona. Con acceso directo a la playa, dispone de más de 11 campos de golf en las inmediaciones. Descansa en sus amplias habitaciones con terrazas y espectaculares vistas al Mediterráneo, conexión Wi-Fi gratuita, Despacio Spa Centre donde relajarse después del juego y muchas más comodidades para convertir tu estancia en unos días inolvidables. ¿Y a ti? ¿Te gusta que piensen en ti?

H10 estepona palace

Av. Del Carmen, 99
E-29680 Playa de Guadalupe
Estepona (Málaga)
T(34) 952 79 00 40
reservas.hes@h10.es

★★★★



Pensando en ti

www.h10hotels.com / T (34) 902 100 906 / reservas@h10.es

Tenerife · Lanzarote · Fuerteventura · La Palma · Gran Canaria · Mallorca · Costa del Sol · Costa Daurada · Riviera Maya (México) · Punta Cana (Rep. Dominicana) · Cuba · Barcelona · Madrid · Roma · Londres · Berlín

CLUB EL CANDADO

El Club de Golf El Candado de 9 Hoyos es uno de los históricos de la Costa del Sol. No en vano, por sus calles y greens han pasado casi todos los pioneros costasoleños de este deporte. Encajado en un pequeño valle su calles muy largas flanqueadas por abundante arbolado y hermosa vegetación. Los greens son suaves y complicados porque están situados sobre bifurcaciones, anchas hendiduras y caídas de terreno ■

Club de Golf El Candado 9 holes is one of the historical ones of the Costa del Sol. Not in vain, for its fairways and Greens have passed almost all the costasolenos pioneers of this sport. Embedded in a small Valley its very long streets flanked by abundant trees and beautiful vegetation. The Greens are soft and complicated because they are located on forks, wide cracks and falls of ground ■



GOLF LA DAMA DE NOCHE



Campo que incorpora en su diseño las técnicas más vanguardistas: Pencroos en los greens, iluminación según especificaciones americanas, lagos impermeabilizados y vegetación de viveros propios. Es un campo cómodo pero no exento de dificultades, sin rough, que permite la inmediata localización de la bola y la fluidez del juego ■

Field that incorporates in its design the most vanguardish techniques: Pencroos in the greens, lighting according to American specifications, waterproofed Lakes and vegetation's own nurseries. It is a comfortable but not without difficulties, without rough, that allows the immediate location of the ball and the fluidity of the game ■

MAGNA MARBELLA



Magna Marbella Golf es un campo de 9 Hoyos que esta situado en el corazón del valle del golf a tan solo 2 km de Puerto Banús. Son 9 hoyos de trazado largo donde el diseñador José María Elguezabal ha conseguido conjugar lo fácil y lo difícil creando un campo de golf para todos los niveles de juego. Recorrido muy divertido y espectacular donde la parte psicológica juega un papel importante ■

Magna Marbella Golf is a 9-hole course that is located in the heart of the golf Valley just 2 km from Puerto Banús are 9 holes of long path where José María Elguezabal designer has managed to combine the easy and the hard creating a field of golf for all levels of play. Very fun and spectacular tour where the psychological part plays an important role ■

LA RESINA GOLF



Un sublime y perfectamente diseñado campo de golf de 9 hoyos, par 3 y 4, situado en el maravilloso entorno de La Resina. Los green y tees están cuidados al máximo detalle, con una combinación de cesped paspalum y agrosti. Un campo con colinas y numerosos lagos que deleitan a golfistas de todas las categorías. Las distancias posibilitan el uso de la mayoría de los palos. Una Casa-Club decorada en un lujoso estilo español con maravillosas antigüedades completa sus instalaciones ■

A sublime and perfectly designed golf course with 9 holes, par 3 and 4 field, located in the wonderful surroundings of the resin. The Greens and tees are cared to maximum detail, with a combination of grass paspalum and agrosti. A field with hills and numerous lakes that delight golfers of all categories. Distances allow the use of the majority of the clubs. A clubhouse decorated in a luxurious Spanish style with wonderful antiques complete its facilities ■

CASARES COSTA GOLF

En un entorno natural de incomparable belleza, disfruta de un enclave privilegiado que ofrece maravillosas vistas panorámicas a la sierra y al mar, donde la práctica del golf se convierte en una experiencia única. En un ambiente exquisito, con las instalaciones más avanzadas y un servicio personalizado para disfrutar y apreciar los pequeños detalles.

El campo de golf está rodeado de arboleda y vegetación típicamente mediterránea, destacando gran cantidad de árboles frutales, entre los que destacan los nísperos y aguacates. Se encuentra en el futuro valle del golf de Casares, se caracteriza por tener un recorrido muy agradable, sin pendientes y en un entorno que hace las delicias de cualquier jugador.



Mención especial al hoyo 7, sin duda alguna el par 5, más difícil de la Costa del Sol. Su estrecha calle y su lago de más de 150 metros protegiendo el green, hacen de este hoyo, un reto para todo gran jugador ■

In a natural environment of incomparable beauty, enjoy a privileged enclave that offers wonderful panoramic views to the mountains and to the sea, where the golf practice becomes a unique experience. In an exquisite atmosphere, with the most advanced facilities and personalized service to enjoy and appreciate the small details. The golf course is surrounded by trees and typical Mediterranean vegetation, highlighting large amount of fruit trees, among which the medlar and Avocados. Found in the future golf Casares Valley, characterized by having a very nice tour, without earrings and in an environment that will delight any player. Mention special at the 7th, undoubtedly the par 5 hole, harder to the Costa del Sol. Its narrow street and its Lake of more than 150 metres protecting the green, make this hole, a challenge for every great player ■

LA NORIA GOLF

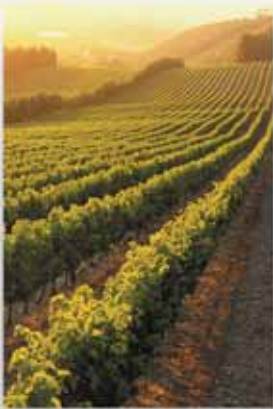


Se encuentra situado en la Cala de Mijas, un lugar privilegiado entre Fuengirola y Marbella. Es un campo completamente llano, el cual presenta su mayor dificultad en los golpes a green ya que estos están muy bien defendidos por 3 magníficos lagos y un arroyo que atraviesa todo el campo, ha sido pensado para todo tipo de jugadores desde principiantes hasta los más expertos ■

It is located in la Cala de Mijas, a place privileged between Fuengirola and Marbella. It is a completely flat field, which presents its greatest difficulty in shock to green since they are very well defended by 3 magnificent lakes and a Creek that runs through the entire field, has been designed for all types of players from beginners to experts ■



VINOS & CAVAS



DIRECTAMENTE DE LA BODEGA A SU CASA

SYRAH RESERVA
MASET DEL LLEÓ 2006
Ganador de 4 medallas de oro

OFERTA DE BIENVENIDA
3 BOT. DE SYRAH RESERVA +
2 COPAS DE VINO GRATIS
POR SÓLO **40,35€**



IVA Y GASTOS DE ENVÍO INCLUIDOS
Oferta limitada hasta fin de existencias.



GRAN
MEDALLA
DE ORO
Bruselas



MEDALLA
DE ORO
Portugal



MEDALLA
DE ORO
Austria



MEDALLA
DE ORO
Francia

902 200 250 · WWW.MASET.COM

CLUB DE GOLF FINCA CORTESIN



De 6.800 metros y más de 100 bunkers que hacen de él uno de los mejores campos de golf de España. La ubicación privilegiada del campo hace que el jugador pueda disfrutar de unas maravillosas vistas del mar con las montañas como testigo rodeados de una vegetación con especies muy variadas. Golf, Spa, magnificas villas, uno de los mejores hoteles de Europa y un club deportivo inigualable en un entorno que respeta la fauna y flora autóctonas y con unas instalaciones ideadas para hacer un uso responsable de los recursos acuíferos convierten a Finca Cortesin en uno de los golf resort que apuestan de una forma más patente por el cuidado del medio ambiente ■

Located in Doña Julia Golf Resort, a spectacular complex located in Casares, between Marbella and

Sotogrande, just 45 minutes from the airport of Malaga and few kilometres from Gibraltar, the Doña Julia Golf Club golf field, is perfectly integrated into the natural landscape of the area and is notable for its magnificent views over the Mediterranean Sea and the African coast. The field is a 18 holes par 71 (provisional) with 5,976 metres long and built according to the standards of the United States Golf Association (USGA) in regard to tees, bunkers, drainages and Greens ■

GOLF VALLE ROMANO

El campo fue diseñado por Cabell B. Robinson, destacado arquitecto y autor de algunos de los 100 mejores campos de golf del mundo según la revista Golf Magazine. Uno de los objetivos de este campo es que puedan disfrutar de él todo tipo de jugadores, desde los handicaps más bajos a los más altos. Para ello, se han construido una media de 5 plataformas de tees por hoyo y unos greens amplios con una media de 500 metros cuadrados, aunque alcanzan incluso los 1.000 metros cuadrados. Los greens, con caídas suaves pero muy prolongadas y con gran cantidad de posiciones de bandera, hacen que cada hoyo del campo pueda ser fácil o tremendamente difícil ■



The field was designed by Cabell B. Robinson, prominent architect and author of some of the 100 best golf courses in the world by Golf Magazine magazine. One of the objectives of this field is that they can enjoy all kinds of players, from those with low handicaps to the highest. In doing so, an average of 5 platforms of tees per hole and a few Greens large with an average of 500 square meters, have been built although they reach even the 1,000 square meters. The Greens, with soft but very long falls and with lot of pin positions, make each hole of the field can be easy or extremely difficult ■

Marc Puig

Más cerca de ti

Campo de golf de 18 hoyos diseñado por Cabell B. Robinson



VALLE ROMANO
Estepona • golf & resort

Buggy con GPS

Haz que estas **NAVIDADES**
sean **inolvidables**



solo diciembre/enero

desde

130€

2 GF & buggy

valleromano.net

Tel. 952 300 300

reservasgolf@valleromano.es



Autovía del Mediterráneo A-7
CN-340, Km 152. Estepona (Málaga)
GPS: +36°25'51.84" -5°11'42.87"



Ponte en forma sin máquinas



Bienvenidos a un nuevo episodio de Entrenador Personal. Hoy os propongo el reto de poneros en forma sin utilizar máquinas. Únicamente vosotros/as y los "obstáculos inamovibles" que veis a continuación en los fotogramas.

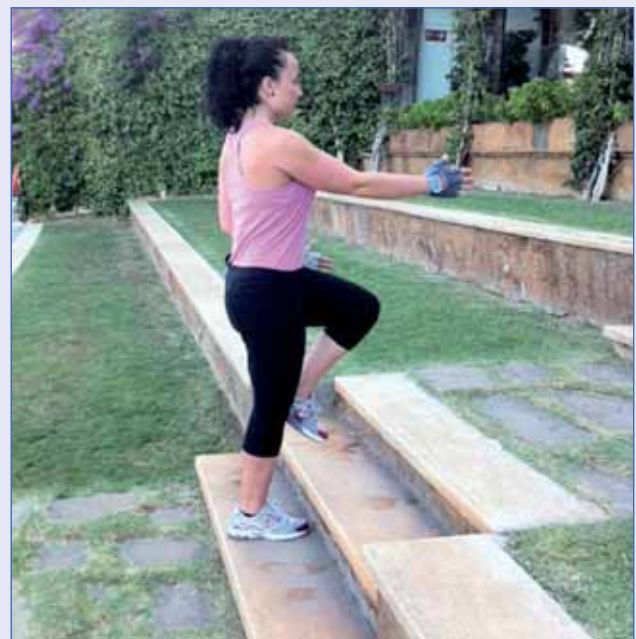
Para trabajar los ejercicios de hoy os pido que repitáis entre 2 y 4 series toda la secuencia entera. Empezando por el ejercicio 1a y b y acabando con el 5a y b y habrás trabajado 1 serie.

Debes realizar cada ejercicio dentro del margen mínimo y máximo de repeticiones que te vienen marcadas.

¿A punto? ¡Empecemos!



Calcula un máximo recorrido de 20 metros con escaleras y sube y baja entre 5-10 veces, ¡a buen ritmo!



Sube y baja las rodillas alternativamente sobre un mismo escalón entre 20 y 30 veces

WWW.GOLF-FLAG.EU

BANNER TRANSENNA



ENTREGA
1-3 DIAS



BANNER STAND



BANDERAS
GOLF



BANNER UP



TEE MARKER

GUALDRAPA PREMIOS



COMPRA
ON-LINE

ON-LINE

WWW.GOLF-FLAG.EU



¡Sin descanso! Prepárate para hacer entre 10 y 30 flex. de brazos (si te cuesta reposa las rodillas en el suelo). ¡Ánimo!



Da la vuelta a tu cuerpo rápidamente y acciona tus abdominales entre 30 y 50 rep., alternando piernas y brazos a buen ritmo



Concluye tu primera serie con un ejercicio de tríceps. Repite entre 15 y 25 flexiones

Recuerda DESCANSAR entre 3 y 4 minutos entre serie y serie. (Aprovecha para hidratarte y estirar).

Cómo podéis ver ponerse en forma no es cuestión de necesitar o no maquinaria. Es cuestión de voluntad.

Os espero más en forma en el próximo artículo

MODELO: NOEMÍ CARMONA
FOTOS: CAN MÈLICH CLUB



**ENTRENADOR PERSONAL
XAVI MAYNOU
CERTIFICADO TPI Y TPI JUNIOR**

Vive BONMONT



Aprovecha nuestras ofertas para los próximos puentes y obtendrás una noche de estancia gratis

APARTAMENTO 2 hab.

(capacidad 4 personas)

Precio oferta 3 noches: 265€

Precio oferta 4 noches: 380€

APARTAMENTO 3 hab.

(capacidad 6 personas)

Precio oferta 3 noches: 300€

Precio oferta 4 noches: 440€



PUENTE DIADA CATALUNYA

Del 7 al 11 de Septiembre

PUENTE DE LA MERCÈ

Del 21 al 24 de Septiembre

PUENTE 12 OCTUBRE

Del 11 al 14 de Octubre

GOLF ILIMITADO 120€

Incluye:

- Estancia en apartamentos del Jardín del Golf
- OFERTAS en GOLF: 2 GREEN FEES + COCHE por 125€
GREEN FEE 18 hoyos por 45€
- Acceso gratuito en el Spa de Pueblo Eldorado Playa en Cambrils
- 20 % de descuento en padel, tenis y Pitch & Putt

* Precios calculados en base a cuatro personas por apartamento. Oferta sujeta a disponibilidad. Válida para Septiembre y Octubre 2012

Golf Bonmont · 977 81 81 40 · golfbonmont@medgroup.es · www.bonmont.es



Lacoste invita a los hermanos Campana a reinterpretar su polo

Para la Holiday Collector Serie #7 2012

Para la nueva edición de su "Holiday Collector" Lacoste confía, por segunda vez, la reinterpretación del icónico polo a los hermanos Campana. Una serie de polos exclusivos que estarán disponibles este mes de noviembre y que en nuestro país se venderán a un precio de 149

En el 2003, explorando nuevas formas de relleno, Fernando y Humberto Campana tuvieron la idea de sobreponer y ajustar los diferentes tipos de materiales (tela, alfombra, fieltro y bandas de goma, elementos planos o tridimensionales) formando remolinos y así crearon gran variedad de obras limitadas y numeradas.

Inicialmente, "sushi" se utilizó como un apodo, pero rápidamente se convirtió en el nombre de esta colección se compone

La composición de los cocodrilos es distinta, pero respira el mismo espíritu que en la edición que los hermanos campana hicieron en 2009

de sillas, sofás, mesas, pufs, aparadores y muchos otros objetos.

La explicación que hay detrás de esto es que para los brasileños a cualquier comida japonesa la llaman sushi, y el aspecto de envoltorio redondo de los materiales, recordó a los diseñadores a ese alimento típico. La disposición de los colores y texturas del "sushi" se ha convertido en una marca Campana.

La disposición de los remolinos para esta edición limitada de Lacoste Holiday Collectors Serie # 7 se hace de forma natu-

ral: la colocación en espiral de los cocodrilos es una interpretación lúdica del "sushi" de los Campana.

La composición de los cocodrilos es distinta, pero respira el mismo espíritu que en la edición que los hermanos campana hicieron en 2009 para la Holiday Collector Series # 4. La edición especial del polo para mujer lleva dos espirales de cocodrilos de colores colocados en la parte izquierda. La edición de hombre viene con un solo espiral de cocodrilos en negro sobre polos de color y cocodrilos blancos sobre polo negro ■

PING®
PLAY YOUR BEST™

DISEÑADO A MEDIDA PARA CONVERTIR EL TEE EN UNA RAMPA DE LANZAMIENTO



© 2011 Ping, Inc. All Rights Reserved. AZ 05071

Nosotros diseñamos siempre pensando en mejorar su juego. En el nuevo driver G20, hemos iniciado con el Ti 8-1-1, una aleación de baja densidad que nos permite optimizar el diseño de la cabeza como nunca antes. Lo combinamos con una varilla con un alto punto de equilibrio que nos permite mover más masa a la misma velocidad. Esto se traduce en mayor velocidad de la bola, más distancia y más disfrute.

Para averiguar su palo perfecto visite ping.com



Madrid Golf 2013 calienta motores

El 7º Circuito Asisa-Madridgolf ya esta en marcha

Madridgolf 2013 está preparada para batir todos los récords de participación en stands y en visitantes, según declara su Directora, Rocío Aguirre

Desde el pasado 22 de septiembre ya está en marcha la 7ª edición del Circuito Asisa-Madridgolf, que con sus 14 días de competición llena el otoño golfístico de Madrid y sus alrededores. El circuito se compone de torneos sociales y abiertos y se pueden consultar las fechas en la web www.madridgolf.es



Este Circuito, organizado y patrocinado por Asisa y Madridgolf y la colaboración del Centro Comercial ABC de Serrano, es también una buena ocasión para recordar que Madridgolf, la Feria monográfica de golf más importante de España, ya está calentando motores para celebrar su 7ª edición los próximos días 15, 16 y 17 de marzo de 2013 en el recinto de IFEMA.

A partir de esta edición, Madridgolf abrirá sus puertas justo en el momento en el que comienza la temporada alta para los practicantes de este deporte, la primavera. Ese cambio de fechas, de noviembre a marzo, era una aspiración de la mayoría de los participantes en la Feria, que, lógicamente, prefieren exponer sus productos y ofrecer sus servicios en un momento más cercano a la temporada alta.

Madridgolf 2013 está preparada para batir todos los récords de participación en stands y en visitantes, según declara su Directora, Rocío Aguirre ■

El nostre compromís, les persones
Nuestro compromiso, las personas



CONTACTE



amma horta
residència per a gent gran
residencia para mayores

Avda. Can Marcet, 11
c.p. 08035 Barcelona (Catalunya)

Tel: 93 428 00 92 | Fax: 93 427 84 72



amma sant cugat
residència per a gent gran
residencia para mayores

Carrer Victor Hugo, 10
C.P. 08174 Sant Cugat del Vallés (Barcelona)

Tel: 93 583 61 00



amma teià
residència per a gent gran
residencia para mayores

Avda. President Kennedy 74
c.p. 08329 Teià (Barcelona)

Tel: 93 540 49 40 | Fax: 93 540 47 00



amma vilanova del camí
residència per a gent gran
residencia para mayores

C/ Dels Fusters, 2
c.p. 08788 Vilanova del Camí (Barcelona)

Tel: 93 806 37 37 | Fax: 93 806 37 41

902 100 999 www.amma.es



60 RESORTS EXCLUSIVOS con ACCESO a los GREEN FEES más BELLOS del MUNDO*.

Alojamiento, pensión completa, actividades, golf para todos los niveles (iniciación – perfeccionamiento), salidas libres e instalaciones de golf fuera y dentro del Resort.

Descúbralos en www.clubmed.es o llamando al 902 011 211



El Renault Fluence se renueva

El Renault Fluence se renueva: llega con un diseño adaptado a la nueva línea de estilo de la marca francesa, una carga tecnológica mayor disponible para conductor y ocupantes y un nuevo motor Diesel para la gama mecánica

Su diseño se pone al día y, como no podía ser de otra forma, incorpora el nuevo logotipo de Renault, con un rombo de grandes dimensiones.

Las luces diurnas de LED y las inserciones cromadas y en negro brillante son algunos de los cambios que se aprecian en el exterior, dependiendo de las versiones.

Mayor tecnología y nuevo motor Diesel

En su interior nos encontraremos con numerosas tecnologías de ayuda a la conducción, como freno de aparcamiento asistido, sensores de proximidad delante-

ro y trasero, tarjeta de manos libres con cierre a distancia, etc. y, además, un nuevo sistema Bluetooth con tomas USB y Jack. A todo esto habrá que sumarle el sistema multimedia a bordo 'Renault R-Link', con conexión a Internet, pantalla táctil, sistema de navegación, 'R-Link Store' para smartphones y sistema de reconocimiento de voz incluidos.

También encontraremos un alto componente tecnológico a nuestra disposición, dependiendo de la versión: el sistema multimedia de navegación Renault Media Nav, con pantalla táctil de 7", toma USB, Bluetooth, control de crucero con limitador de velocidad, etc.

Hablando ya de motores, el nuevo Fluence incorpora una nueva oferta



mecánica: el Diesel dCi 1.6 de 130 CV, que anuncia un consumo mixto de 4,6 litros a los 100 kilómetros y un nivel de emisiones de CO₂ de 119 g/km. La oferta mecánica en nuestro país la completarán los 1.6 y 2.0 de gasolina –de 110 y 145 CV respectivamente– y los Diesel 1.5 dCi de 90 y 110 CV, así como la variante eléctrica Z.E. ■

La comercialización del nuevo Renault Fluence comenzará el próximo enero de 2013 en Turquía, mientras que a nuestro país llegará en marzo



Disfruta los pequeños grandes placeres de la vida.



just for cheese

www.canbech.com

www.justforcheese.com

Los mejores campos de golf de la Costa Galesa

Guía imprescindible para conocer los mejores campos de golf en la famosa Coast Path Galesa

El pasado mes de mayo de 2012 tuvo lugar la inauguración oficial de la Wales Coast Path (Ruta de la Costa de Gales), una ruta de más de 1.300 km que recorre toda la costa gales, convirtiéndose en el único sendero en el mundo de estas características

El proyecto de la Wales Coast Path, de 18 millones de euros y 6 años de duración, transcurre por 18 castillos medievales, 12 reservas naturales nacionales y 41 playas con bandera azul. A través de la ruta costera también se podrán encontrar algunos de los más espectaculares campos de golf galeses: desde el norte del país al extremo más sur, cerca de Swansea.

Visita: www.golfasitshouldbe.com para más información.

Bull Bay Golf Club

Fundado en 1913 en Anglesey, Bull Bay es el campo de golf más antiguo del norte de gales y es el único campo creado por el famoso diseñador de campos de golf Herbert Fowler. Cada uno de sus 18 hoyos representa un desafío y tiene su propia particularidad.

Este campo de golf lleva a los jugadores a través de valles y mesetas, afloramientos rocosos y zonas de arbustos, mientras que los tees elevados ofrecen al jugador unas magníficas vistas de las calles del campo.

Alojamiento de lujo en las inmediaciones de Cleifiog Uchaf www.bullbaygc.co.uk

Nefyn & District Golf Club

Continuamente votado como uno de los mejores campos de golf en el Reino Unido, Nefyn es un campo de 26 hoyos



es el campo de golf más antiguo del norte de gales

Casa Club del Bull Bay Golf Club



Nefyn District Golf Club es un campo de 26 hoyos único con vistas al mar desde todos los tees

único con vistas al mar desde todos los tees y que ofrece la posibilidad de jugar en el antiguo o en el nuevo campo. Los

golfistas pueden llegar a enfrentarse con los ocho hoyos en una estrecha península, o tomarse un respiro en el

DESCUBRE LAS NUEVAS RUTAS RYANAIR DESDE EL PRAT



RYANAIR.COM

Más información en www.ryanair.com



El Royal St Davids Golf Club está dominado por el hermoso castillo de Harlech

hoy 16 y disfrutar de la hospitalidad en el Hotel Ty Coch en la península de Llyn, el mismo pub donde acudían los miembros fundadores del Club hace más de 100 años.

Alojamiento disponible en:
Hotel Imperial en Llandudno
www.nefyn-golf-club.co.uk

Royal St Davids Golf Club

Royal St Davids es uno de los mejores campos del tradicional "link golf" y está dominado por el hermoso castillo de Harlech que observa al campo y a los jugadores. Fundado en 1894, el campo

Royal St Davids es uno de los mejores campos del tradicional "link golf"



Los escollos son numerosos y en ocasiones están escondidos, mientras que el entorno costero, con sus mareas y los vientos cambiantes hacen que las condiciones de juego se alteren constantemente

se caracteriza por una sucesión de hoyos cortos que varían en longitud y dirección. También es conocido por las flores silvestres, especialmente las orquídeas, que crecen durante el verano.

Alojamiento disponible en:
www.royalstdavids.co.uk

Aberdovey Golf Club

El campo de golf Aberdovey es el vivo testimonio de las características únicas del "links golf". Los escollos son numerosos y en ocasiones están escondidos, mientras que el entorno costero, con sus mareas y los vientos cambiantes hacen que las condiciones de juego se alteren constantemente. El campo se encuentra en las afueras de la hermosa localidad de Aberdovey y serpentea una ruta costera.

El campo de golf Aberdovey es el vivo testimonio de las características únicas del links golf

Alojamiento disponible en:
www.aberdoveygolf.co.uk



está considerado como "el golf en el cielo", porque a pesar de que tiene todas las características de un campo de golf de costa, está situado en lo alto de un acantilado

Pennard Golf Club

Pennard está considerado como "el golf en el cielo", porque a pesar de que tiene todas las características de un campo de golf de costa, está situado en lo alto de un acantilado. Se encuentra a sólo ocho millas al oeste de Swansea en la península de Gower, zona considerada de mayor belleza natural del Reino Unido.

Alojamiento disponible en:
www.pennardgolfclub.com ■

El Pennard Golf Club está situado en lo alto de un acantilado

Para más información:
www.visitwales.com
www.golfasitshouldbe.com



ALISGOLF

Agencia especializada en viajes y eventos de empresa
relacionados con el mundo del golf

Con más de 15 años de experiencia

Disfruta del golf,



nosotros hacemos el resto...

www.alisgolf.com

golf@alisgolf.com

674 023 780

DR. CABOT

Cataratas, Astigmatismo y Presbicia una nueva solución

La cirugía de la catarata es una de las intervenciones más realizadas en la actualidad



Una vez que comprendamos lo que es una catarata, cómo se elimina y los beneficios que puede aportar a su vida la cirugía de cataratas, comprobaremos que es una de las intervenciones más seguras que nos ofrece una excelente visión nuevamente.

Una catarata puede progresar hasta hacer que el ojo pierda gran cantidad de visión, y ningún tratamiento con láser o similar hará que desaparezca. Sin embargo, la cirugía de cataratas puede ayudarle a recuperar la vista, mucho antes de que experimente una pérdida suficiente como para que interfiera en sus actividades diarias.

Una de las opciones más novedosas es la corrección del astigmatismo y la presbicia en el mismo proceso de cirugía de catarata gracias a una nueva lente intraocular.

El Dr. Joaquim Cabot, director médico del centro oftalmológico de Oftalmo+ y de su centro clínico IOCAB Institut Oftalmològic de Cirurgia Avançada de Barcelona, conoce perfectamente el día a día de la aplicación de las nuevas tecnologías en el tratamiento de sus pacientes.

Mediante la implantación de una lente multifocal durante la intervención de cirugía de catarata, recuperamos las posibilidades de ver a todas las distancias

Conozcamos en mayor profundidad su experiencia y opinión al respecto, así como las principales preguntas que puede plantearse un paciente con astigmatismo y presbicia que debe ser intervenido de cirugía de la catarata.

Dr. Cabot, ¿cómo puedo notar si tengo cataratas?

La mayoría de pacientes que padecen cataratas refieren como síntomas iniciales la visión neblinosa y el deslumbramiento en situaciones de exposición lumínica importante (días soleados, conducción nocturna etc.). A medida que la opacidad del cristalino va avanzando se van acentuando los síntomas y el paciente nota una disminución de agudeza visual progresiva que le va dificultando en sus labores cotidianas.

¿Qué nuevas opciones existen para los pacientes de cataratas?

Tras una intervención de catarata, se implanta una lente intraocular que va a sustituir al cristalino extraído. Hasta ahora, se utilizaban lentes monofocales, las cuales permiten ver al paciente perfectamente de lejos pero necesitará unas gafas de lectura, bifocales o progresivas para poder leer y enfocar objetos cercanos.

En la actualidad existen nuevas lentes intraoculares multifocales. Estas lentes poseen un especial diseño que permite al paciente poder ver a todas las distancias. Por ello, al corregir las cataratas e implantar posteriormente la lente multifocal, el paciente reduce así su dependencia de gafas y dispone de una mayor libertad

visual, solucionando no solo el problema de la catarata sino también el de la vista cansada.

¿Y qué se entiende por vista cansada?

La vista cansada, denominada clínicamente Presbicia, es un defecto visual que consiste en la disminución de la capacidad de acomodación del ojo, por lo cual los objetos situados cerca de él se ven con dificultad, conservándose bien la visión lejana.

Con el paso de los años se reduce la capacidad de adaptación del cristalino (pierde flexibilidad), y cada vez se observan peor los objetos cercanos. Por ejemplo, el paciente deberá ir aumentando la distancia de lectura para poder leer.

Mediante la implantación de una lente multifocal durante la intervención de cirugía de catarata, recuperamos las posibilidades de ver a todas las distancias.

¿Tendré que usar gafas después de la intervención de cataratas?

Esto dependerá fundamentalmente de la lente intraocular implantada. Si se opta por una lente monofocal, el paciente deberá usar obligatoriamente gafas para ver de cerca (lectura, costura, ordenador, etc.). Si por el contrario se opta por una lente multifocal, el paciente podrá prescindir del uso de gafas para la mayoría de labores cotidianas, si bien puede haber situaciones especiales (poca intensidad lumínica, distancias intermedias...) en que puede ser necesario el uso ocasional de una gafa.

Lo más importante es valorar las necesidades de cada paciente para seleccionar la lente más adecuada a cada caso y que el paciente conozca las expectativas visuales que le puede ofrecer la lente implantada.

Existe una tercera opción que es la monovisión, en la cual un ojo queda enfocado para lejos y el otro para cerca. En estas circunstancias el paciente prescinde tanto de la gafa de cerca como la de lejos, si



Con esta lente ofrecemos al paciente la posibilidad de solucionar la catarata a la vez que corregimos su astigmatismo

bien es una situación que no siempre es bien tolerada y que conlleva la pérdida de visión estereoscópica (visión en relieve, colocación de los objetos en el espacio).

¿Cuál es la edad recomendada para esta intervención?

En el caso de cataratas, podemos utilizar las lentes multifocales en la edad en que éstas se produzcan, aunque quizás no las utilizaríamos por encima de los 80 años.

¿Qué es exactamente el astigmatismo?

Existen muchos defectos habituales que afectan a las complejas funciones de nuestra visión. Pueden producirse a cualquier edad, y son las razones más frecuentes por las que se recetan gafas o lentillas.

Algunos problemas de visión más comunes son la miopía (ver mal de lejos) o la hipermetropía (ver mal principalmente de cerca), estos defectos se corrigen con las lentes convencionales. Pero son muchos los pacientes que además de miopía o hipermetropía tienen astigmatismo.

El astigmatismo da como resultado imágenes borrosas, de cerca o de lejos. Se produce cuando el globo ocular tiene

forma de balón de rugby, con una curva pronunciada hacia un lado y otra más plana hacia el otro, en lugar de ser redondo como una pelota de baloncesto.

Esta forma desigual hace que los rayos de luz que entran en el ojo se enfoquen varios puntos de la retina, en lugar de enfocar en un solo punto.

Y con esta lente, ¿queda corregido?

Con esta lente ofrecemos al paciente la posibilidad de solucionar la catarata a la vez que corregimos su astigmatismo.

MÁS INFORMACIÓN:



Rambla de Catalunya, 80 Pral 2ª

08007 Barcelona

Tel. 93 215 74 16

www.oftalmoplus.com



INSTITUT OFTALMOLÒGIC DE CIRURGIA AVANÇADA DE BARCELONA

Ganduxer, 47-49

08021 Barcelona

Tel. 93 414 02 24

www.facebook.com/Oftalmoplus



ANTIGUITATS PLANA

Àngel Plana

**Compra-venda,
pintura, mobles, objectes, plata, joies, etc.**

Taxacions sense compromís i pagament al comptat.

Barcelona

Mòb. 609 333 458 · C/ Aragó, 534 · 08013 Barcelona · excentric-art@hotmail.com

Sant Celoni

Mòb. 609 333 458 · Crta.Comarcal C35 km 56,55 · 08470 Sant Celoni · excentric-art@hotmail.com

www.planantic.com

RESULTADOS ÚLTIMOS TORNEOS

C. DE GOLF M. DE MATADEPERA



CAMPIONAT FAMILIAR

- 1ª Silvio Jo
- Gloria Gómez
- 2ª Pere Raventós
- Marta Raventós

LUMINE GOLF CLUB



II EDICIÓ DE LUMINE CLUB CHAMPIONSHIP

- Handicap Indistinto
- 1ª Agnieska Mazur
- Handicap Femenino
- 1ª Eva Domingo
- Handicap Masculino
- 1ª Jordi Bargalló
- TROFEO ROLEX**
- Handicap Indistinto
- 1º Antonio Loureiro
- Scratch
- 1ª Cristina Pámies
- I Open Golf Summer Damas
- 1ª Carolina Pámies
- 2ª Araceli Puga
- Caballeros
- 1ª Salvador Balcells
- 2ª Godofredo Urbaneja
- Scratch
- 1º Antonio Loureiro

PERALADA GOLF CLUB



TASA SWING

- Scratch
- 1º Garangou Serarols, Salvador
- 2º Galdon Vilches, Rafael
- 3º Aulet Sanchez, Jordi
- Handicap Inferior
- 1º Font Sala, Pau
- 2ª Noet Navarro, Anna
- 3º Garangou Serarols, Salvador
- Handicap Superior
- 1ª Sala Teixidor, Anna
- 2ª Coppe, Françoise
- 3ª Roca Anglada, Teresa
- LES CASES**
- 1ª Pareja
- Maria Creus Ribas
- Luis Miguel Berenguel
- 1º Individual
- Lluís Verdaguer



CLUB DE GOLF TERRAMAR



GOLF PASSION

- Handicap Inferior
- 1º Carlos Durán Carasso
- 2º Cristobal Cochín
- Handicap Superior
- 1ª Victoria Balasch Gª-M
- 2º Miguel Casas Gurgui
- Scratch
- 1ª Mª Carmen Florán

IV TROFEO BUSSINES & GOLF

- Scratch
- 1º Philippe Bach 35
- Handicap Inferior
- 1º Juan Leach 40
- Handicap Inferior Femenino
- 1ª Beatriz Welsch 34
- Handicap Superior
- 1º Albert Fradera 42
- Handicap Superior Femenino
- 1ª Rosheen Quinlan 34

XVIII GRAN PREMIO A.E.C.C.

- Handicap Superior Femenino
- 1ª Victoria Balasch García-Marquina 34
- 2ª Concha Polo Poveda 32
- Handicap Superior Masculino
- 1º Miquel Ginesta Manresa 43
- 2º José Manuel Castellví Poveda 43
- Handicap Inferior Femenino
- 1ª Trofeo Josune Aguilar Vitores 40
- 2ª Helga Muszwich 35
- Handicap Inferior
- 1º Alfonso García Alonso 39
- 2º Alberto Bel Welsch 38
- Scratch Femenino
- 1ª Elena Sola Cardona 21

TROFEO ANTONIO TAPIA

- Scratch Masculino
- 1º Clasificado Trofeo Jorge Rubio Rivero 40
- Trofeo Gestoria Tarrida Senior Femenino
- 1º Soledad Leonori Almira 36
- 2º Renate Wollschalager 34
- Senior Masculino
- 1º José Mª Huguet Ramia 38
- 2º Luis Sanchez Itoiz 39
- Trofeo Familia Juncosa Superseniore Indistinto
- 1º Mariano Ayora Oromi 35
- Trofeo Familia Calsina



CLUB DE GOLF COSTA DORADA



14º TROFEO INSURANCE GOLF

Handicap

Agustin Camacho

Scratch

Miquel Tintorer

Senior

Victor Balaguer

Equipo

"Rest. Masia Can Tintorer"

Juan Antoni Gonzalez

Miquel Tintorer

Ramon Perez

IV ENCUENTRO HOMBRES VS. MUJERES

Hombres 33

Mujeres 25

Handicap Inferior

1º Emilio Fernandez (Par)

2º Marcial Mora (+2)

Handicap Superior

1º Juan Ramon Esteban (+3)

2º Josep Navarro (+5)

Scratch

1º Josep Martinez (20)

1ª Carme Escarre (+8)

2ª Begoña Ayo (+9)

3ª Coral Vazquez (+10)

Handicap Inferior

1º Albert Codina (-1)

2º Jaime Collillas (-1)

Handicap Superior

1º Jeff Wilson (+2)

2º Jose Sempere (+3)

Scratch

1º Joan Carles Campillo (30)

1r Clasificado

Club De Golf Costa Dorada

Handicap Inferior

1º Ignacio Martinez (-2)

2º Joan Tombas (+1)

Handicap Superior

1º Ana Martinez (-1)

2º Enrique Vila (+3)

Scratch Damas

1º Esther Lozano (16)

Scratch Caballeros

1º Jose Faura (32)

Handicap Senior

1º Jose Miguel Ramos (+1)

1ª Categoría

Handicap

Cristina Casanella (+3)

Scratch

Sebastia Casanella (81)

2ª Categoría:

Handicap

Elisabeth Calabuig (-3)

Scratch

Aina Calabuig (100)

3ª Categoría:

Handicap

Cristina Cuartero (+1)

Scratch

Enrique Vila (57)

4ª Categoría:

Handicap

Claudia Jarillo (+15)

Scratch

Enrique Delegido (45)



EL VALLÈS GOLF



VIII HANDICAP FOR HANDICAP PRODIS

Scratch femenino

1ª Carme Moix Vidal

Scratch masculino

1º Aleix Alegre Orduna

Handicap inferior masculino

1º Mariano Valls Colomé

2º Luis Ramirez Campos

Handicap superior masculino

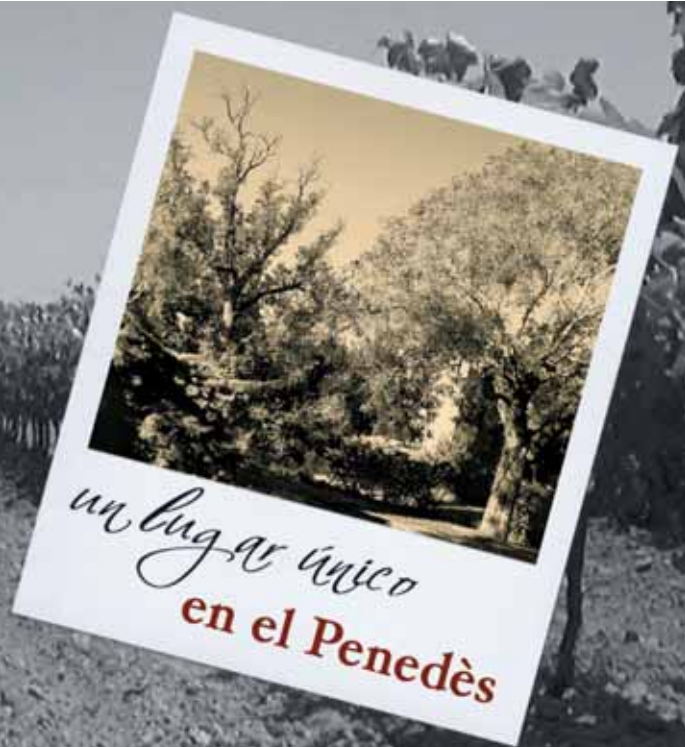
1º Manuel Fernández Martínez

2º Benjami Busquets Berenguer

Senior

1º Sebastian Garcia Vargas

NOVIEMBRE			DICIEMBRE		
2, 3 o 4	Empordà	Cicagolf Individual (ACGolf)	24	Torremirona	Torneig del Brunyol de L'Emporda
2	Girona	Pool 1r Divendres Novembre	25	Aiguersverds	Torneig Infantil
3	Costa Dorada	II Trofeo Halloween	25	El Prat	Concurso infantil
3	d'Aro	II Torneig Sallés Hotels	25	Sant Cugat	XLVIII Trofeu Valdés - Casas (Matrimonis)
3 o 4	El Prat	In memoriam Manuel Armet	26	Vilalba	VIII Trofeu Concha Casas In Memoriam
3 i 4	Empordà	Match Francia España	29	Costa Brava	Torneig dels dilluns
3	Lumine	Gran Circuito Lumine Golf (Hills)			Circuit 3 x 2012
3	Taradell	Torneig de Tardor			
3 o 4	Torremirona	II Torneig Tot Sants	1 i 2	Barcelona	Campeonato Doble del Club Senior
3 o 4	Vilalba	Torneig VILALBA	1	Costa Dorada	IX Trofeu Infantil Play Station
4	Costa Brava	Copa Infantil Tardor	1	d'Aro	Vila Platja D'Aro
4	Girona	III Circuit del Mediterrani	1	El Prat	Ladies & Gentlemen
4	Montbrú-Moià	Copa Pla dels Pins	1 o 2	Empordà	XI Junior & Baby Cup 2012
4	Torremirona	XI Junior & Baby Cup 2012	1 o 2	PGA	14è Amics del Golf
4	Vallromanes	XIV Copa Comité Competicion Junior e Infantil	2	Vallromanes	Concurso Navideño Senior
5	Fontanals	Els Dilluns del Restaurant	3	Vilalba	Torneig seniors i no tan seniors.
5	Vilalba	Torneig seniors i no tan seniors.	4	Costa Brava	Dimarts del Sènior
6	Costa Brava	Dimarts del Sènior	6	El Prat	Concurso social
6	Raimat	Campionat Femeni Llavaqual	6, 27	PGA	3X2012
7	Terramar	Circuit Aesgolf	7	Girona	Pool 1r Divendres Desembre
8	Costa Brava	Circuit 3 x 2012	8	Costa Brava	Trofeu Comitè de Competicio
8	d'Aro	Circuit Club Golf D'Aro - Torremirona	8 i 9	Empordà	Campionat del Baix Empordà Forest (GP)
8, 22	Girona	Circuit 3 x 2012	8	Torremirona	Torneig Makisushi
9, 10 o 11	Caldes	Torneig Tardor	9	Costa Brava	Trofeu Infantil de Nadal
9	Costa Dorada	XV Trofeu Golf & Play	10	Vilalba	Torneig dels dilluns.
9	Montbrú-Moià	Trofeu Golf i Botifarra	11	Costa Dorada	Trofeu Femenino Navideño Primagestio
10	Aiguersverds	Golden Golf Tour	12, 13 o 14	El Prat	Concurso navideño
10	Barcelona	Campeonato del Club Senior	13	Girona	Circuit 3 x 2012
10	Can Bosch Sant Feliu	Campionat Doble 2012	13	Llavaneras	Circuito Aesgolf
10	Costa Brava	XXXVIII Trofeu Vall D'Aro	13	Torremirona	Cloenda Circuit Intersetmanal
		Cambra de Comerç - CGCB/ARO			Golf d'Aro & TorreMirona 2012
10	Costa Dorada	Trofeu Infantil Social	14, 15 o 16	Caldes	Torneig Nadalenc
10	La Roqueta	Campionat Mensual La Roqueta	14, 15 o 16	Llavaneras	Trofeu Navideño
10 o 11	Llavaneras	Trofeu Presidente 1ª Prueba	14, 15 o 16	Vallromanes	Concurso Navideño
10 i 11	Montanya	CAMP. INTERCLUBS AMATEUR DE CAT. 2012	15	Barcelona	Trofeu Navideño
10	PGA	XX Trofeu Catalonia 2012 (Stadium)	15	Can Bosch Sant Feliu	XVI Campionat de Nadal
10 o 11	Platja de Pals	14è Amics del Golf	15	Costa Brava	Trofeu de Nadal
10 o 11	Sant Joan	Lliga Golf Sant Joan - Prova 11	15	Costa Dorada	Trofeu Navideño Parejas 2011
10 i 11	Torremirona	CAMP. INTERCLUBS INFANTIL DE CAT. 2012	15	d'Aro	Torneig Social De Nadal
11	Aiguersverds	Golden Golf Tour	15	Empordà	Trofeu Empordà Golf Nadal
11	d'Aro	XXXVIII Trofeu Vall D'Aro	15	Girona	Minerva
		Cambra Comerç St. Feliu	15	Lumine	Torneo De Navidad Lumine (Lakes)
12	Vilalba	Torneig dels dilluns	15	PGA	Final Cicagolf
14	Costa Dorada	Trofeu Senior	15	PGA	Final Circuit Optima
15	PGA	3X2012	15	Platja de Pals	Torneig Nadal Golf Platja Pals
15	Terramar	Benefic Alzheimer Day	15	Raimat	Trofeu de Nadal
16	Aiguersverds	Lliga Golf Aiguersverds	15 o 16	Sant Cugat	Concurs de Nadal
16, 17 o 18	Torremirona	(ACGolf) - OptimaGolf.cat 2012	15	Sant Joan	Lliga Golf Sant Joan - Prova 12
17	Aiguersverds	Athletic Terrassa Hockey	15	Taradell	Torneig de Nadal
17	Barcelona	XXXI TRIANGULAR INFANTIL CATALUNYA 2012	15	Torremirona	Nadalenc Torremirona
17	Can Cuyàs	XVII TRIANGULAR BENJAMI CATALUNYA 2012	15 o 16	Vilalba	Torneig VILALBA
17	Empordà	Cicagolf Plus	16	Barcelona	Trofeu Navideño Infantil
17	Fontanals	Torneig de Nadal	16	Costa Dorada	Campeonato Del Club
17	Peralada	IV Poker & Swing	16	Girona	Copa President
17 o 18	Sant Vicenç	TORNEO GOLF TRAVEL & EVENTS	16	La Roqueta	Campionat de Nadal
17 o 18	PGA	Golf Passion	16	Montbrú-Moià	Trofeu de Nadal
17	Platja de Pals	Torneig El Romani	17	Vilalba	Torneig seniors i no tan seniors.
17 o 18	Vilalba	Torneig VILALBA	19	Costa Dorada	Trofeu Senior Navideño
18	Costa Dorada	Campeonato Del Club	20	Costa Brava	Circuit 3 x 2012
18	Girona	XI Trofeu Ciutat de Girona	20	Vallromanes	Concurso Navideño Infantil
18	Raimat	Torneo Comité Juvenil	21	Aiguersverds	Lliga Golf Aiguersverds
19	Vilalba	Torneig seniors i no tan seniors.	21 o 22	Terramar	Trofeu Nadalenc
20	Costa Brava	Copa Hivern de Seniors	22	Aiguersverds	Torneig de Nadal
20	Costa Dorada	Trofeu Femenino	22	Bonmont	Torneo de Navidad
22, 23 o 24	Caldes	Gct 2012	22	Can Cuyàs	Trimestral Escola Infantil
22	El Prat	Concurso social	22	Peralada	Torneig Nadalenc
23, 24 o 25	Sant Joan	Circuit Optima	22 o 23	Sant Joan	Nadalenc Golf Sant Joan
24	Aiguersverds	Torneig Social Vinos Golf	23	Aiguersverds	Torneig Infantil
24	Can Cuyàs	Torneig de Novembre	23	Can Cuyàs	Torneig De Nadal
24 o 25	Vilalba	TORNEO GOLF TRAVEL & EVENTS	23	Llavaneras	Cestas de Navidad Infantil
24 i 25	Costa Brava	Campionat Mixte del Club	23	Sant Cugat	Trofeu Infantil d'Hivern
24	Costa Dorada	Trofeu Final Orden Del Merito	24	Vilalba	Torneig dels dilluns.
24 o 25	Empordà	Circuit Amics del Golf	27	Terramar	Trofeu Infantil Nadalenc
24	Montanya	II Torneig Social de Tardor per Equips	28	Sant Cugat	Trofeu Innocents (Infantil)
24 o 25	PGA	Golf Passion	29	Ribera Salada	Copes donades per D. Francisco Caillà
24	Raimat	Circuit d'hivern El Celleret del Segre	31	Vilalba	Torneig seniors i no tan seniors.
24	Ribera Salada	Copa President			
24	Sant Cugat	XLVIII Trofeu Valdés - Casas (Pares i fills)			



sensaciones únicas
en el mundo



Mont Marcal

desde • 1975 • since

VIÑEDOS, BODEGAS Y CAVAS

www.mont-marcal.com

Distribución: Vinum Nostrum · Tel. 93 673 03 03

PREMIUM NATURAL MIXERS




SI $\frac{2}{3}$ DE TU GIN TONIC ES LA TÓNICA, ESCOGE LA MEJOR

Escogida la mejor tónica del mercado. GUÍA PEÑÍN SIBARITAS 2009



“Mi gin tonic es con Fever-Tree”

FERRAN ADRIÀ

WWW.FEVER-TREE.ES |  Fever-Tree España

En el campo eliges el palo...



...para llegar, elige Europcar.

Europcar pone a tu alcance los mejores destinos y te garantiza la máxima seguridad y confort en tus desplazamientos, con los mejores y más modernos vehículos del mercado.

Información y Reservas:

902 10 50 30

ó en www.europcar.es



Europcar

MUCHO MÁS QUE ALQUILAR UN COCHE.