

SOTA PAR

LA REVISTA DE GOLF DE CATALUNYA



n° 83
Revista gratuita
Junio - Julio



Miguel Ángel Jiménez
gana el Open de España soñado

ESPECIAL ANDORRA: **Golf y Shopping**



República Dominicana
Lo tiene todo



Catalunya Cup

ALISGOLF

II CIRCUITO 2014

Individual y por Equipos

JUNIO

- 21 AROEIRA II (LISBOA)
- 28 o 29 METROPOLITAN GOLF

JULIO

- 5 o 6 C. G. VALLROMANES
- 19 o 20 C. G. COSTA DORADA

AGOSTO

- 2 o 3 R. C. G. EL PRAT
- 15 C. G. LARRABEA (VITORIA)
- 23 o 24 PGA STADIUM

SEPTIEMBRE

- 6 o 7 GOLF ST. VICENÇ DE MONTALT
- 13 o 14 VILALBA G. C. (ALISGOLF)
- 27 o 28 C. G. BARCELONA

OCTUBRE

- 4 o 5 C. G. COSTA BRAVA
- 17 o 18 C. G. SANT CUGAT (ALISGOLF)

NOVIEMBRE (FINAL)

- 1 y 2 C. G. MONTANYA (ALISGOLF)

PREMIO FINAL CIRCUITO

Viaje + Estancia TI (5-13 Diciembre)

9 DIAS / 7 NOCHES PARA 2 PERSONAS

PUNTÚAN
4
JORNADAS

PREMIO
POR EQUIPOS
6 MEJORES
TARJETAS
1er Clasificado
GRATIS
I CIRCUITO
CATALUNYA CUP
ALISGOLF 2015



www.golftravelevents.com

Sumario

REVISTA NÚM. 83 • JUNIO-JULIO 2014



4
noticias



16
jugadores
en el green

18
resultados



20
psicología



23
especial
andorra



48
entrenador
personal

Editorial

Campo de golf...¿O campo de obstáculos?

Para mí está súper claro. Uno de los grandes desafíos del golf es lograr superar la enorme cantidad de obstáculos que presenta todo el campo de golf y que afectan al 100 % de los golpes que efectuamos. En efecto, tenemos árboles, bunkers, zonas de rough, agua, fueros de limite, greens muchas veces extremadamente rápidos y traicioneros y, normalmente, desniveles de todo tipo, viento, lluvia,... y hay otros desafíos que se me escapan.

Y para colmo, casi siempre jugamos en modalidad "medal" o "stroke play", lo que significa que se suman absolutamente todos los golpes que efectuamos. Esto es muy distinto al tenis, por ejemplo. En tenis pierdes algunos juegos pero igual ganas el set. O pierdes un set e igual ganas el partido.

En golf no. Cada golpe vale y se suma, por lo que dos cosas se transforman en algo esencial:

1. Hay que tener la capacidad de darle a la bola donde uno quiere.
2. Hay que aprender a sortear los múltiples obstáculos que se nos presentan en el campo con sumo cuidado y habilidad.

Lo dijo el mejor "administrador" de juego que jamás ha existido: Jack Nicklaus.

La planificación rigurosa y conservadora de todos cada golpe, incluyendo el putt, es clave para tener éxito en el campo de golf, o, mejor dicho, en el campo de obstáculos ■

Cataluña se postula a la organización de la Ryder Cup 2022

Entrará en un proceso de selección todavía por definir por parte del European Tour

Cataluña se postula para la organización de la Ryder Cup 2022, un deseo desvelado durante la celebración de una rueda de prensa institucional con motivo de la organización del Open de España 2014, que tiene lugar en el PGA Catalunya Resort hasta el 18 de mayo.

Las instituciones públicas catalanas, con la colaboración de la Real Federación Española de Golf, presentará su candidatura para la organizar el enfrentamiento golfístico más importante del mundo entre los equipos de Europa y Estados Unidos en el año 2022, cuando está previsto que se celebre de nuevo fuera de las Islas Británicas.

El anuncio fue desvelado por Xavier Espasa, Director de la Agencia Catalana de Turismo, que reveló que todas estas acciones, tremendamente positivas para el golf español, como la celebración del Open de España 2014 en el PGA Catalunya Resort en 2014 y en el Real Club de Golf El Prat en 2015, están encaminadas para la organización de la Ryder Cup en 2022 ■



Alejandro Larrazábal y Eva Domingo, nuevos campeones de Catalunya 2014

El jugador del RCG El Prat, Alejandro Larrazábal y Eva Domingo se proclamaron nuevos campeones de Catalunya 2014 después de completar las tres jornadas de juego en el campo de Bonmont mandando en la clasificación desde el primer día.

Larrazábal, que está teniendo una temporada más que sobresaliente, se puso al frente en la jornada del viernes, con una tarjeta de 69 golpes que le dio un margen



Alejandro Larrazábal en el tee esperando para salir



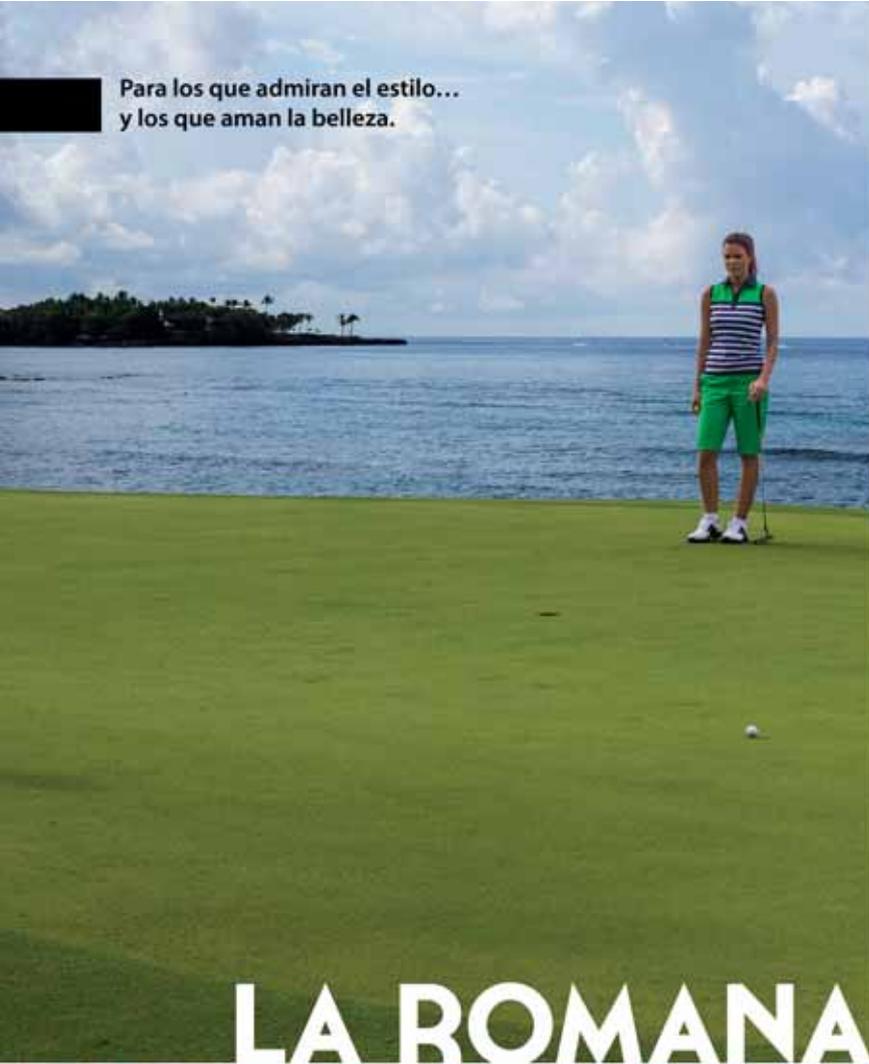
Eva Domingo

para contener a sus rivales. Otras dos vueltas de 74 golpes le sirvieron para mantener el liderato y llevarse el título, con un total de 217 golpes.

En la categoría femenina, Eva Domingo demostró que es la jugadora catalana más en forma de la temporada. La igualadina ya se situó al frente en la primera jornada, con 74 golpes y otras dos vueltas de idéntico resultado, acabaron siendo suficientes para imponerse en el campe-

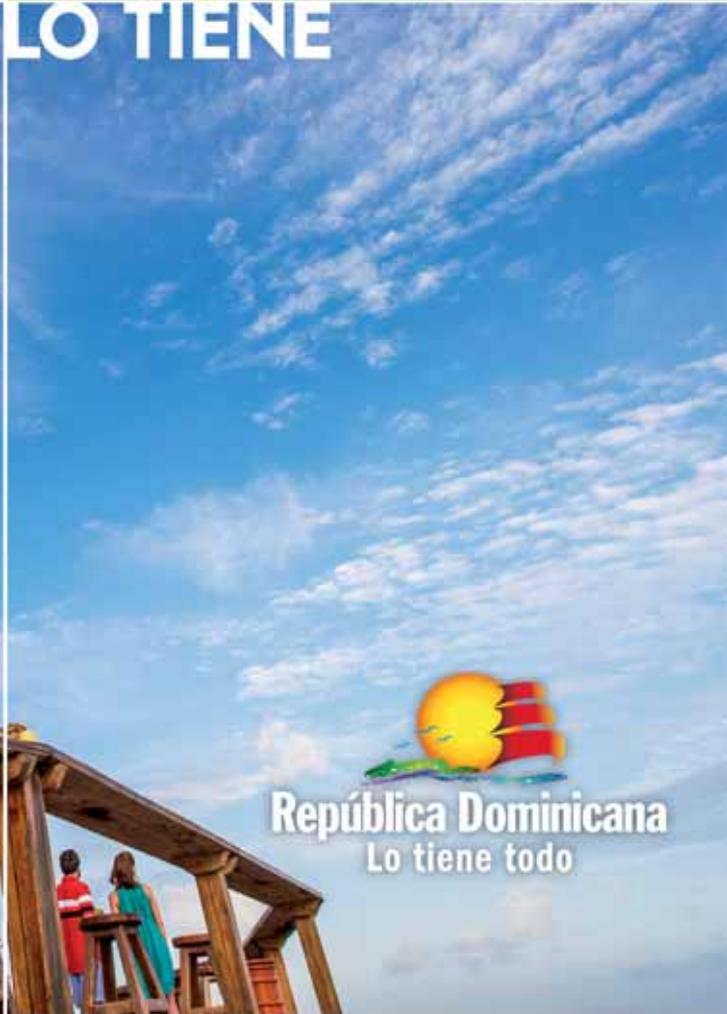
onato con un total de 222 golpes. Por su parte, el jugador de Aravell, Daniel García Morató se proclamó campeón de Catalunya de 2ª Categoría, con 243 golpes mientras el subcampeonato fue a manos de Joan Josep Márquez (PGA Catalunya), con 245 golpes. En categoría femenina, la nueva campeona de Catalunya de 2ª Categoría es Cristina Casanella, tras firmar 245 golpes y el subcampeonato fue para Valeria Biargé, con 248 impactos ■

Para los que admiran el estilo...
y los que aman la belleza.



LA ROMANA

LO TIENE



República Dominicana
Lo tiene todo





Penúltima jornada del Catalunya Cup Alisgolf en C. G. Vallromanes

El fin de semana del 10 y 11 de mayo, el prestigioso C.G Vallromanes fue la sede del penúltimo partido del primer Circuito Catalunya Cup Alisgolf de 2014

Durante todos los días de competición el sol brilló con fuerza, por lo que los participantes disfrutaron de temperaturas veraniegas para disputar sus partidos, iniciados a partir de las 9h por el Tee de hoyo 1 en grupos de tres integrantes.

Dado que el fin de semana coincidió con el Gran Premio de Fórmula 1 en el Circuit de Barcelona Catalunya, desde algunos hoyos podía oírse el rugir de los monoplazas a lo lejos.

A mitad de recorrido se instaló la carpa de avituallamiento, donde los participantes pudieron descansar y refrescarse con bebidas isotónicas, refrescos, cerveza, vino, cava... acompañado por montaditos de jamón y chorizo ibéricos (La Reserva Ibérica) montaditos de "Botifarra de



HOTEL
CAN GALVANY
GOLF & SPA



EL PLAER DE SENTIR-TE LLUNY, TAN A PROP
THE PLEASURE OF FEELING AWAY, SO CLOSE
EL PLACER DE SENTIRTE LEJOS, TAN CERCA

HOTEL
CAN GALVANY
GOLF & SPA

**ESP AIS EXCLUSIUS PER
A ESTADES PERSONALS**

A photograph showing the interior of a hotel room. It features a large bed with white linens and a dark headboard, a desk with a chair, and a seating area with a sofa and armchair. The room is well-lit and has a modern, comfortable feel.

RESTAURANT
SAULÓ
CANTINA

**EL MEDITERRANI
A LA TAULA**

A close-up photograph of a plate of fresh seafood, specifically several large prawns or lobsters, arranged on a white plate. The seafood is vibrant red and appears to be freshly prepared.

Spa
CAN GALVANY
UNA EXPERIENÇA PER A LES DONES

**RELAXA'T
I SOMRIU**

A photograph of a woman relaxing in a spa bath. She is lying on her back, with her hands behind her head, enjoying the water. The bath is filled with white bubbles, and the lighting is soft and relaxing.

Avinguda de Can Galvany, 11 · 08188 Vallromanes · Barcelona, España
T.: (+34) 93 572 95 91 · F.: (+34) 93 572 97 05 · info@cangalvany.com

www.cangalvany.com

Bolets" y "Bull Negre" (Can Pedret), tortilla de patatas, queso Montbrú maridado con las salsas Can Bech y anchoas maridadas con pimien-to.

El hoyo 17 se estableció como el hoyo Audi-Mogauto, donde todos los participantes tuvieron la oportunidad de ganar un Audi A1SB si conseguían la proeza de embocar con un solo golpe, lamentablemente el premio quedó desierto pero todos los intentos fueron recompensados con un pack de bolas Wilson Staff.

Al llegar a la casa club, los participantes entregaron sus tarjetas en el "village" hoyo 19, además recibieron los obsequios de La Roca Village, una muestra de Whisky de Malta de 10 años Glengoyne y para terminar degustaron un gintónico Premium combinando la variedad de tónicas Schweppes Premium con las ginebras Citadelle y Magellan (Amer Gourmet).

Sergio Sadurní se impuso en categoría Scratch con el par del campo, en handicap inferior masculino el mejor fue Sergio Garcia Preckler con 40 puntos, en handicap superior masculino Josep Salent se impuso con autoridad con 43 puntos.

En las categorías femeninas, Josefa Garcia venció en el handicap inferior mientras Eloisa Macias hacía lo propio en el handicap superior.

El domingo cuando hubo acabado el último partido, alrededor de las 17.30h se procedió a la entrega de premios y sorteo de regalos entre todos los asistentes, abrió el sorteo el único premio no presencial, el codiciado cofre de conservas "El Pescador de Cantabria" además de estancias en Iberostas Anthelia, AC Palau de Bellavista, una invitación para el I Torneo de Golf Asia Gardens, Experiencias Alisgolf con 3 horas de navegación a velero + degustación de champagne, Botellas de Whisky de malta de 12, 15 y 18 años, material de golf... acompañando el acto con una copa de cava Segura Viudas ■





Benvinguts al Pitch

Tot són avantatges!!

Lleure i diversió
per a tota la família.

Temps de joc a escollir
entre 9 o 18 forats.

Competicions per
a tots els nivells.

Més de 38 camps
molt a prop teu.



Vols més informació?

www.pitch.cat



I Catalunya Cup Alisgolf 2014

llega a su fin en Vilalba Golf

Los pasados 24 y 25 de mayo se disputó la última jornada de este I Catalunya Cup Alisgolf de 2014. La prueba no solo sirvió para establecer los ganadores de la fase regular del circuito, además decidió los clasificados para la final de Torremirón donde los jugadores se disputarán dos viajes para dos personas a Lisboa.

El domingo, los amigos y colaboradores OKLineGolf realizaron el torneo de putt en el Putting-green de la casa club, los participantes pusieron a prueba su habilidad con el putt y los menos afortunados pudieron practicar para mejorar su técnica con este revolucionario gadget.

Finalmente el ganador que se adjudicó del Lote de "Bolets Petràs" fue Agustín Camacho. A mitad de recorrido se instaló la carpa de avituallamiento, donde los participantes pudieron descansar y refrescarse con bebidas isotónicas, refrescos, cerveza, vino, cava... acompañado por montaditos de jamón y chorizo ibéricos (La Reserva Ibérica) montaditos de "Botifarra de Bolets" y "Bull Negro"



El domingo, los amigos y colaboradores OKLineGolf realizaron el torneo de putt en el Putting-green de la casa club

(Can Pedret), tortilla de patatas, salmón ahumado Royal...

Lluís Llavina entregó el mejor resultado bruto para adjudicarse la categoría



RESERVA IBÉRICA



BARCELONA

Rambla de Catalunya, 61
Tel. 932 155 230

SANT CUGAT

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

WWW.RESERVAIBERICA.COM

REGALOS DE EMPRESA - ENTREGAS A DOMICILIO

scratch con 30 puntos, Valentí Gimenez se alzó con el handicap inferior con sus 37 puntos, Xavi Maynou con 39 se impuso en handicap medio inferior mientras Jaime Vinent vencía en el handicap medio superior con un magnífico resultado de 41 puntos.

Por su parte Ken O'Connor presentó el mejor resultado del fin de semana que le valió para ganar el handicap superior con

Lluís Llavina entregó el mejor resultado bruto para adjudicarse la categoría scratch con 30 puntos

42 puntos, Manuela Rosales con un resultado de 38 fue la mejor de las participantes femeninas.

Tras completar los 18 hoyos los jugadores comprobaron sus resultados en el área de entrega de tarjetas y degustaron un gintonic Premium combinando la variedad de tónicas Schweppes Premium con las ginebras Citadelle y Magellan (Amer Gourmet).




Schweppes[®]

J. Schweppe



TÓNICA ORIGINAL

— EXPERTS IN MIXING SINCE 1783 —

Los periodistas catalanes, protagonistas en el Golf Sant Cugat



Alfonso Gallardo, el nuevo campeón de Cataluña de Periodistas, junto a Núria Pastor, Enrique Hevia y Amadeo Ferrajoli



El colectivo de la prensa celebró el Campeonato de Cataluña 2014, donde se impuso Alfonso Gallardo con una vuelta de 80 golpes. El torneo forma parte de las celebraciones del Centenario del club que preside Enrique Hevia.

El campo de Sant Cugat abrió las puertas para que 34 miembros de la prensa catalana y el que demostró estar más en forma con los palos- igual que con la cámara-, fue el periodista de TVE, Alfonso Gallardo, que se impuso con una vuelta de 80 golpes.

Un torneo muy competido puesto que sólo le sacó un golpe al segundo clasificado, Pedro Murga (81) mientras que Oscar Voltas (Grupo Zeta), acabó en la tercera plaza en la clasificación Scratch Indistinta, con 84 impactos.

En categoría femenina, la nueva campeona de Cataluña es Teresa Bagaría, con 85 golpes mientras que el ganador Sénior Scratch fue Lluís Maria Vidal Planella, con 91. En cuanto a las diferentes categorías, Alberto Ruiz se impuso en 1ª Categoría (hasta 18,4 de handicap), con 74 golpes. En 2ª Categoría (hasta 27,7), el primer clasificado fue Manuel Jiménez, con 73 golpes mientras que en 3ª Categoría (hasta 36,4), el mejor fue José Díaz Ainoza, con 88 golpes ■

Un 67 guía a Camilla Hedberg al título en el Campeonato de España Femenino

La barcelonesa se alza con el título por tercera vez en su carrera

La barcelonesa Camilla Hedberg ha ganado por tercera vez el Campeonato de España Femenino 2014 tras resolver a su favor un bonito y vibrante duelo con la malagueña Noemí Jiménez. Una vuelta de 67 golpes (-5) llevó a la catalana al título en el Real Club de Golf Guadalmina (San Pedro de Alcántara, Málaga).

Por otro lado, la asturiana Alejandra Pasarín se ha proclamado por su parte campeona de España Sub 18 tras superar en un emocionante playoff a la andaluza María Parra, incrementando con ello el espectáculo de un torneo caracterizado desde el primer momento por la igualdad, la competitividad y el golf de alto nivel. Camilla Hedberg y Noemí Jiménez, dos golfistas llegadas de tierras estadounidenses, donde juegan la Liga Universitaria, exhibieron un magnífico rendimiento en su vuelta a la competición en España. Noemí Jiménez fue



líder al término de las tres primeras vueltas, mientras que Camilla Hedberg lo fue al final.

La jugadora de Terramar -que ya ganó este título en 2011 en Pedreña y en 2012 en El Saler- dejó para los últimos 18 hoyos su mejor juego, que se tradujo en 67 golpes (-5). Ese resultado, el mejor

del día en Guadalmina, le valió el título, habida cuenta que Noemí Jiménez no pudo rebajar el par del campo. Al final, 280 golpes (-8) para Camilla Hedberg, 282 (-6) para Noemí Jiménez y matrícula de honor para ambas. La tercera plaza la compartieron Alejandra Pasarín -que se anotó un 68 (-4) en el día- y María Parra, ambas con 288 golpes al total ■



MEDITERRÁNEA
BEACH & GOLF COMMUNITY

***PASE VERANO
INDIVIDUAL**

595€

Inc. 1 Adulto + 1 Junior
+ 1 buggy
+ Lumine Beach Club

***PASE VERANO
FAMILIAR**

879€

Inc. 2 Adultos + 2 Junior
+ 1 buggy
+ Lumine Beach Club

***PASE HASTA
FIN DE AÑO**

Pase Green: Desde 725€
Pase Gold: Desde 1150€

***PACKS DE GREEN FEES**

Pack 10 GFs: Desde 610€
Pack 20 GFs: Desde 1088€

* Consultar condiciones en golf@lumine.com o al Telf +34 977.12.90.70

Miguel Ángel Jiménez

también gana en casa el Open de España soñado

El malagueño añade a su impresionante palmarés uno de los títulos que le faltaba



Un Open de España de 10, redondo, espectacular y vibrante, con el mejor desenlace soñado, la victoria de un jugador español, Miguel Ángel Jiménez, 'el Pisha', el implacable 'Mecánico', el jugador del puro -lo que se fuma tras las gestas y los que emboca en los greens-, el golfista que a sus 50 años agota los calificativos elogiosos como consecuencia de su magia continua, de su arte, de su golf.

El malagueño alivió a lo grande un déficit curricular que perseguía desde hacía mucho tiempo

Y todo ello con un desenlace trepidante, tres jugadores desbocados en pos de un título que acabó en manos de Miguel Ángel Jiménez, gloria suprema que recordó, en un primer momento, al histórico

playoff que llevó a Raphael Jacquelin, hace ahora doce meses, a levantar el trofeo de campeón.

En esta ocasión, sin embargo, a pesar de que el Open de España se ha abonado a definirse más allá incluso del último suspiro en los dos últimos años, todo se resolvió a la primera, cuando el ambiente bullía, con una tensión a flor de piel que sólo los más grandes y expertos, como



**Hotel
Vilassar**

Después o antes de un buen par al campo relájate con nosotros en un punto estratégico de la Costa Barcelona-Maresme!!!



Habitaciones modernas y confortables



Hamman, Sauna y piscina Jacuzzi



Un lugar con encanto

Información 93 754 1240

info@hotelvilassar.com

www.hotelvilassar.com

AVD . Carlos III, 15-21 Vilassar de Mar



**Apart Hotel
Vilassar**

No hace falta ir muy lejos para disfrutar de unos días de descanso en un entorno agradable.



Para información 93 754 1240

info@hotelvilassar.com

Calle Colón, 20 Vilassar de Mar



Para tus vacaciones, por trabajo, porque tienes reformas en casa...

Apartamentos de alquiler de temporada.

Miguel Ángel Jiménez, son capaces de negociar.

El malagueño alivió a lo grande un déficit curricular que perseguía desde hacía mucho tiempo. Racial y patriota hasta la médula, a Miguel Ángel Jiménez le faltaba en su ilustrísimo palmarés el triunfo en el Open de España, una muesca en su cinturón de éxitos que ya luce con tremendo orgullo, motivación más suficiente para sacar otro nuevo puro de su bolsa, encenderlo con parsimonia y brindar metafóricamente con las miles de personas que le han apoyado durante todos estos días en el PGA Catalunya Resort.

Y es que, además, del triunfo, Miguel Ángel Jiménez se llevó el cariño de todos, esa particular forma de entender el golf que traspasa fronteras. Su triunfo, su esperado y deseado triunfo, se fraguó además con pronunciados ribetes de dramatismo, dudas e incógnitas salpicadas aquí y allá en su último recorrido que engrandecieron más si cabe su última victoria.

Con el joven Thomas Pieters como compañero de partido estelar, el malagueño marcó pronto el territorio, ya con birdie en el primer hoyo, demostración palpable de que desde el primer momento iba a por todas. El belga, con vitola de líder en el tee del 1, perdió esa honorable condición por culpa de tres bogeys consecutivos entre los hoyos 2 y 4, momento aprovechado por el célebre MAJ para acceder a la atalaya más elevada, con el australiano Richard Green pegado a su cogote, ambos empatados al paso por el ecuador de la vuelta, punto crítico para el golfista malagueño.

Sendos bogeys en los hoyos 9 y 10 supusieron un parón importante en la fulgurante carrera de Miguel Ángel Jiménez hacia el título, tropiezos consecutivos que dieron alas a Richard Green, inicio de un toma y daca continuo entre ambos del que asimismo tomó parte Thomas Pieters, persistente en su negativa a quedarse fuera de la lucha por el título.

Con la tensión a flor de piel, dos hoyos resultaron clave en el desenlace de una histórica tan frenética como apasionante. En el 14, Richard Green, primero en el rough antes de cometer triple bogey, luchó con denuedo por recuperar el terreno perdido y sumarse a un mano a mano



Jiménez y Pieters



Pablo Larrazábal

en apariencia exclusivo entre la experiencia y la juventud pujante, entre Miguel

Con la tensión a flor de piel, dos hoyos resultaron clave en el desenlace de una histórica tan frenética como apasionante

Ángel Jiménez y Thomas Pieters, entre el golf consolidado y el golf todavía por construir.

El belga, todo descaro, le planteó a Jiménez su reto más grande, un eagle en

el hoyo 15 que reprodujo un nuevo empate entre ambos en lo más alto de la clasificación. A partir de ahí, dramatismo, tensión exacerbada, agonía, centenares de uñas mordidas en el perímetro de las calles y los greens por parte de miles de aficionados ansiosos del triunfo de Miguel Ángel Jiménez, que tropezó como Thomas Pieters en el hoyo 17, oportunidad brindada en bandeja para Richard Green, que se sumó a un playoff de desempate taquicárdico.

Y fue ahí, en el momento cumbre, cuando Miguel Ángel Jiménez, paciente y sereno, espectador de lujo de golpes de putt temblorosos por parte de sus rivales, se fumó un nuevo puro, su triunfo número 21 en el Circuito Europeo, su triunfo número 1 en el Open de España, número 1 para un jugador número 1 ■



Disfruta de tu deporte favorito y relájate...

NACEX

Nosotros llevamos el material a tu destino, con total seguridad

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

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

* Seguro incluido hasta 1000 € por bulto aportando factura

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

‡ 1 bolsa por expedición

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

Contacta con nosotros a través de:

NACEX



www.nacex.es

NACEXshop



www.nacexshop.com

Síguenos en:



@nacex

@NACEXclientes

@NACEXshop



blog.nacex.es/



linkedin.com/company/nacex

linkedin.com/company/nacexshop



youtube.com/nacexmkt



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

Servicio gratuito de atención al cliente

900 100 000

El exceso de perfeccionismo

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

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

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

Un ejemplo: intentáis memorizar todos los detalles técnicos que llenan centenares de páginas en las revistas de golf, y después intentáis recordar y aplicarlo en el campo ¿verdad que es imposible?

El exceso de perfeccionismo también provoca que nunca se esté satisfecho con su juego, ya que supone tener unas expectativas demasiadas elevadas y difíciles de conseguir. Por lo tanto, la insatisfacción es constante. Esto puede



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

disminuir la confianza en el propio juego, o todavía peor; intentar jugar por encima de las propias posibilidades y cometer demasiados errores.

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

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

Intentad recordar algún golpe que hayais realizado en condiciones muy difíciles y en que la técnica contaba poco. Pero



DOUBLETREE
BY HILTON
LA MOLA HOTEL

EL MEJOR DESTINO GOLF EN BARCELONA

DOUBLETREE BY HILTON™ LA MOLA HOTEL & CONFERENCE CENTER

SITUADO JUNTO AL REAL CLUB DE GOLF EL PRAT Y CON ACCESO PRIVADO, EL HOTEL DE 4**** SUPERIOR POSEE 186 HABITACIONES CON VISTAS AL PARQUE NATURAL, INCLUYENDO 20 DELUXE ROOMS Y 2 JUNIOR SUITES. UN CENTRO DE CONFERENCIAS CON 22 SALAS DE REUNIÓN. UN WELLNESS CENTER CON MÁS DE 800M2 Y SPA. 5 SALAS DE TRATAMIENTOS, SAUNA, BAÑO DE VAPOR, SALA DE FITNESS Y PISCINA EXTERIOR. RESTAURANTE, GASTROBAR Y TERRAZA LOUNGE.



Real Club de Golf El Prat
BARCELONA

SEDE DEL OPEN DE ESPAÑA 2013



DISTANCIAS A OTROS CAMPOS: Club Golf Sant Cugat: 19km / Metropolitan Golf: 20km / Club Golf Vallromanes: 33km / Vilalba Golf Club: 38km



INFORMACIÓN Y RESERVAS: 937 367 267 - reservations@lamola.es
Camí dels Plans de Can Bonvilar sn. Terrassa. Barcelona - www.lamola.es

que la creatividad y el instinto os ayudó a salir airosos. Éste y otros golpes son un buen ejemplo de que debéis contar con vuestra naturalidad a la hora de jugar.

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

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

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

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

Pensad que el swing de golf es algo muy rápido y preciso, por lo tanto: muy instintivo. Si sois demasiado racionales intentando pensar demasiado durante el movimiento, estaréis haciendo conscientes

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

procesos mentales que han de ser muy automáticos. (Haced la prueba de conducir un coche siendo extremadamente conscientes de todos y cada uno de los movimientos que hacéis y veréis que perdéis precisión).

Se debe confiar mucho en la naturalidad con que se juega. Es lo que hace vuestro juego personal e intransferible. Es el golf que lleváis dentro y el que os ayudará en

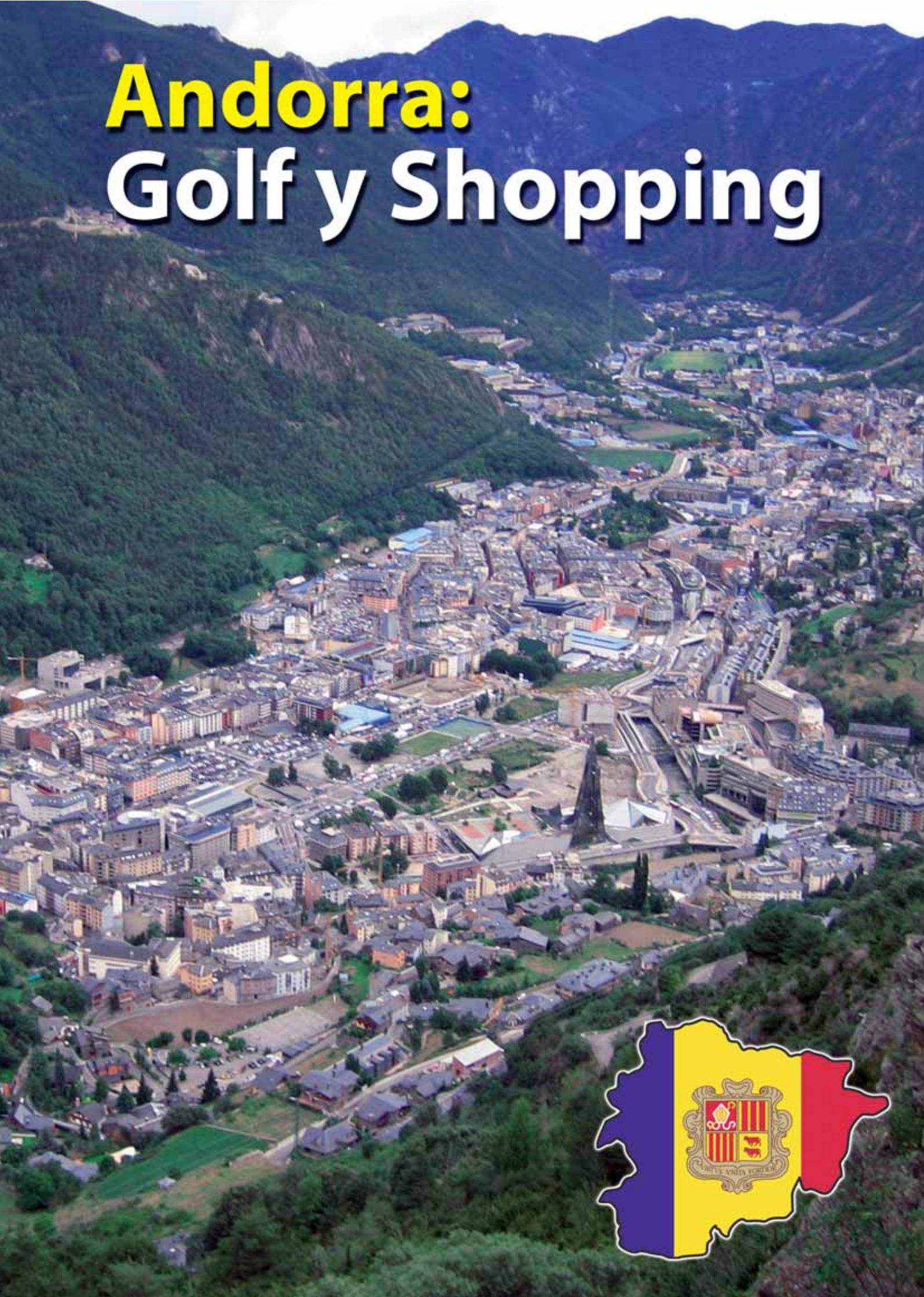


muchos momentos. Una manera de conseguir sacarse de encima el exceso de perfeccionismo es que os importe menos el resultado y más la sensación que obtenéis intentando jugar sin miedo, jugando de manera más desinhibida!

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

Albert Soldevilla
Psicólogo del deporte
www.mensalus.com

Andorra: Golf y Shopping



ANDORRA

Bienvenido a Andorra, el país de los Pirineos. Un estado independiente con una extensión de 468 km² y más de mil años de historia, situado al suroeste de Europa, entre España y Francia.

Conocida a nivel internacional por sus estaciones de esquí, tiendas con impuestos muy bajos y sus modernas infraestructuras hoteleras y de servicios, recibe anualmente cerca de 8 millones de visitantes.

Andorra es también un paraíso para los amantes de la naturaleza: el 90% del país es territorio forestal.

Situación geográfica : Andorra se encuentra en el corazón de los Pirineos, entre España y Francia.

Andorra, sistema político y división administrativa

Andorra es un copríncipado parlamentario: uno de los pocos estados del mundo con dos jefes de Estado. El poder legislativo recae en el Consell General y el ejecutivo en el Gobierno de Andorra. El territorio está estructurado en siete divisiones administrativas, conocidas como parroquias. En este apartado te lo explicamos con todo tipo de detalle...

Los jefes de Estado: Los Copríncipes de Andorra

En los años 1278 y 1288, el Obispo de Urgell y el Conde de Foix ponen fin a sus disputas territoriales y se reparten la soberanía de Andorra con la firma de unos convenios llamados Pareatges. De esta manera, establecen su coseñoría indivisa sobre Andorra, los tributos a percibir de los andorranos, "la quèstia", imparten justicia mediante los batlles (jueces), y nombran "veguers" (representantes permanentes en territorio andorrano) y notarios. Con el transcurso de la historia, la figura de Copríncipe de Andorra asociada al condado de Foix pasa a la corona de Francia, y con la república al cargo de Presidente de la nación. Por el lado episcopal, permanece a lo largo de los siglos en la figura del Obispo de Urgell.

Por este motivo, el artículo 43 de la Constitución Andorrana aprobada en 1993, afirma que los Copríncipes de Andorra son, a título personal y exclusivo, el Obispo de Urgell y el Presidente de la República Francesa. Entre sus funciones están las de convocar elecciones generales, acreditar a los representantes diplomáticos, y sancionar y promulgar leyes.

Con la Constitución, las "veguerías" episcopal y francesa fueron substituidas por las embajadas española y francesa.

El Gobierno de Andorra

El Gobierno dirige la política nacional e internacional de Andorra, así como la administración del Estado y ejerce la potestad reglamentaria.

ANDORRA

Welcome to Andorra, the country of the Pyrenees. An independent state with an area of 468 km² and more than a thousand years of history in the southeast of Europe, between Spain and France.

Known internationally for its ski resorts, shops with very low taxes and its modern hotel and service infrastructures, each year the country receives nearly 8 million visitors.

Andorra is also a paradise for nature lovers: 90% of the country is forest.

Geographical location: Andorra is in the heart of the Pyrenees, between Spain and France.

Andorra, political system and administrative division

Andorra is a parliamentary copríncipality: one of the few countries in the world with two heads of state. The legislative power lies with the General Council and the executive power with the Government of Andorra. The territory is structured into seven administrative divisions known as parishes. We will explain this in full detail in this section...

The heads of state: the copríncipes of Andorra

In 1278 and 1288, the Bishop of Urgell and the Count of Foix ended their territorial disputes and shared the sovereignty of Andorra by signing agreements called "Preatges". They thus established their joint indivisible lordship of Andorra, the taxes to be received from the Andorrans (the "quèstia"), they share justice through the batlles ("judges"), and appoint "veguers" (permanent representatives in the territory of Andorra) and notaries.

In the course of history, the figure of the copríncipe of Andorra associated with the count of Foix passed over to the French crown, and to the President of the nation with the republic. On the Episcopal side, it remained throughout the centuries with the figure of the Bishop of Urgell.

For this reason, article 43 of the Andorran Constitution approved in 1993 states that the copríncipes of Andorra are personally and exclusively the Bishop of Urgell and the President of the French Republic. Their functions include calling general elections, certifying the diplomatic representatives and sanctioning and promulgating laws. With the Constitution, the Episcopal and French "veguerías" were replaced by the Spanish and French embassies.

The Government of Andorra

The Government runs Andorra's national and international policy, directs the state administration and exercises the regulatory powers.



Está formado por el jefe de Gobierno (Cap de Govern) y los ministros. También elabora cada año el presupuesto general y lo somete a votación del Consell General.

El Consell General

El Consell General es el Parlamento y órgano legislativo de Andorra. Se trata de un parlamento de una sola cámara, compuesto por 28 miembros, de representación mixta y paritaria de la población nacional y de las 7 parroquias (la mitad de sus miembros son elegidos por circunscripción nacional y la otra mitad por circunscripción parroquial). El Principado celebra elecciones nacionales cada 4 años.

Las Parroquias y los "Comuns"

Andorra se divide en siete parroquias, que tienen potestad política y administrativa. Por orden protocolario, las parroquias son: Canillo, Encamp, Ordino, La Massana, Andorra la Vella, Sant Julià de Lòria y Escaldes - Engordany.

Al frente de cada parroquia hay un cónsul y un sub-cónsul, además de los cargos administrativos correspondientes. El edificio administrativo recibe el nombre de "Comú". Cada "Comú" tiene potestad para representar y administrar los intereses de las parroquias, aprobar y ejecutar su presupuesto, fijar y ejecutar políticas públicas, y gestionar y administrar sus bienes.

Las elecciones comunales se celebran cada 4 años, intercalándose con las nacionales ■

It is formed by the head of government (Cap de Govern) and the ministers. Each year it also draws up the general budgets and submits them to the voting of the General Council.

The General Council

The General Council is the Parliament and legislative body of Andorra. It is a parliament with a single chamber with 28 members, mixed and even representation of the national population and of the 7 parishes (half of its members are elected by national circumscription and the other half by parish circumscription).

The Principality holds national elections every 4 years ■



Parroquia	Superficie (km ₂)	Población (hab.)	Densidad (hab./km ₂)	C.P.
Canillo	121	4.826	40	AD100
Encamp	74	13.521	183	AD200
Ordino	89	4.322	49	AD300
La Massana	61	9.744	160	AD400
Andorra la Vella	12	22.256	1.855	AD500
Sant Julià de Lòria	60	9.051	151	AD600
Escaldes-Engordany	47	14.395	306	AD700
ANDORRA	464	78.115	2.744	

Parroquia: Canillo

Canillo es la parroquia más extensa de Andorra. Situada al noreste del Principado, contiene varios núcleos de población: Canillo, Soldeu, El Tarter, Ransol, Prats y Meritxell. Las tres primeras situadas a pie de pista de Grandvalira.

Canillo alberga el Palau de Gel d'Andorra (pista de patinaje), y es un lugar perfecto para las actividades deportivas al aire libre: desde el Valle de Incles salen varios itinerarios a pie hasta lagos de alta montaña, como el del Juclà, Siscaró o Cabana Sorda. También cuenta con una extensa red de vías ferratas desde el mismo núcleo urbano de Canillo. En los núcleos de Soldeu y El Tarter encontramos una variada gama de hoteles de lujo a pie de pista de Grandvalira.

De esta parroquia destacamos el Museo de la Moto, la iglesia románica de Sant Joan de Caselles, la de Sant Serni de Canillo, y el santuario de Meritxell, patrona de Andorra ■



Parish: Canillo

Canillo is the most extensive parish of Andorra. In the north-east of the Principality, the parish contains several centres of population: Canillo, Soldeu, El Tarter, Ransol, Prats and Meritxell. The first three are at the foot of the Grandvalira slopes.

Canillo has the Palau de Gel d'Andorra (skating rink), and is the perfect place for open air activities: from the Vall d'Incles several walking routes go off to high mountain lakes such as the Juclà, Siscaró and Cabana Sorda. It also has an extensive network of via ferrats from the very centre of Canillo town. In Soldeu and El Tarter we find a variety of luxury hotels at the foot of the Grandvalira ski slopes. Of this parish, we would highlight the Motorcycle Museum, the Romanesque church of Sant Joan de Caselles, that of Sant Serni de Canillo and the sanctuary of Meritxell, Andorra's patron saint ■



Sport Hotels Resort & Spa
Soldeu · Andorra



Mucho más que una simple estancia,
toda una experiencia



En un entorno excepcional en Andorra, Sport Hotels Resort & Spa le ofrece un alojamiento exclusivo situado a pie del golf de 9 hoyos, el más alto de Europa a 2.250 m de altitud.

Podrá disfrutar de nuestros hoteles de 4 y 5 estrellas o de nuestro increíble spa:

Sport Hotel Hermitage & Spa***** : Resalta por su gran lujo y su calidad de servicio, además de tener los green fee incluidos en el precio de la habitación. Miembro de la prestigiosa familia "Leading Golf" y "The Leading Hotels of the World", un hotel donde sus sueños se harán realidad.

Sport Hotel Village****: Un cálido hotel de montaña con una decoración de madera y una amplia terraza para disfrutar del verano. Un paraíso de tranquilidad con todas la comodidades de un cuatro estrellas superior.

Sport Wellness Mountain Spa: Reconocido por "Leading Spas", 5.000 m² repartidos en 5 plantas. Un espacio perfecto para relajar cuerpo y mente después de un día en el campo. Disfrute de su zona de aguas con vistas a los Pirineos y de su amplia carta de tratamientos.

Más información:

902 932 060 · booking@sporthotels.ad · www.sporthotels.ad ·   

Golf Soldeu, un campo de altura para los amantes del deporte de moda

Soldeu da la oportunidad de descubrir un sorprendente campo de golf situado a más de 2.000 m de altitud: Golf Soldeu. El dominio abrirá por quinta temporada consecutiva las puertas del que es el campo más alto de Europa. El arquitecto británico Jeremy Pern, seleccionado entre los mejores del mundo según la "Peugeot Golf Guide", ha sido el creador de este proyecto. Con 9 hoyos y un par 33, el Golf Soldeu ha representado una de las inversiones más singulares de Soldeu. Esta propuesta está pensada para los amantes del "green", y a la vez para todas aquellas personas que deseen iniciarse en este deporte representativo del ocio de montaña y de las relaciones sociales. El Casa Club de Golf Soldeu es un centro de reunión social donde los visitantes tendrán a su disposición todos los servicios y facilidades para practicar el golf. En el entorno natural de los Pirineos, este proyecto del campo de golf coloca a Soldeu como destino selecto, de vanguardia y para toda la familia para pasar unas vacaciones inolvidables de verano. El contraste de la naturaleza pirenaica más salvaje con un centro completamente equipado donde todo es posible, harán las delicias de los más exigentes.



EN SOLDEU, MOMENTOS APRÉS-GOLF

Soldeu ofrece infinitas posibilidades para disfrutar de un après-golf de calidad. Hoteles confortables con todas las prestaciones, spas de última generación y centros termales; restaurantes de montaña y centenares de tiendas convierten a Andorra en un destino donde disfrutar de nuevas experiencias.

FICHA TÉCNICA

Golf Soldeu

Ubicación: Pla d'Espiolets, Soldeu **Altitud:** 2.250 m **Longitud:** 2.590 m **Extensión:** 16 hectáreas

Vuelta perimetral (recorrido para peatones): 3.200 m **Características:** 9 hoyos - par 33, 1 par 5 de 500 m, 5 par 4, 3 par 3

Obstáculos: Bunkers, 2 water hazards **Driving Range:** (zona de practica) Campo de prácticas, Putting greens

Club House: Escuela de Golf, Servicio de alquiler de material ■

Golf Soldeu, a high altitude course, for lovers of this fashionable sport

Soldeu offers visitors the opportunity to discover an amazing golf course located at over 2,000 m altitude. The resort will open the doors of the highest course in Europe for the sixth consecutive season. The British architect Jeremy Pern, selected among the best in the world according to "Peugeot Golf Guide", has been the creator of this project. With 9 holes and a par 33, the Golf Soldeu represents one of the most unique investments at Soldeu. This course is designed for "green" lovers, as well as for all those wishing to get started in this sport, which represents mountain leisure and social interaction. Golf Soldeu's Club House is a social meeting place, where visitors will have all the services and facilities to play golf at their disposal. In the natural surroundings of the Pyrenees, this golf course project makes Soldeu an exclusive, cutting edge destination for the whole family to spend an unforgettable summer vacation. The contrast of the wildest Pyrenean nature, with a fully equipped center, where everything is possible, will delight the most demanding.

IN SOLDEU, APRES-GOLF MOMENTS

The Soldeu environment offers endless possibilities for enjoying quality après-golf. Comfortable, fully equipped hotels, latest generation spas and spa resorts, mountain restaurants and hundreds of shops, make Andorra a destination where you can enjoy new experiences.

TECHNICAL INFORMATION

Golf Soldeu

Location: Pla d'Espiolets, Soldeu **Altitude:** 2.250 m **Length:** 2.590 m **Area:** 16 hectares

Outer perimeter (pedestrian route): 3.200 m **Characteristics:** 9 holes - par 33, 1 par 5 de 500 m, 5 par 4, 3 par 3

Obstacles: Bunkers, 2 water hazards **Driving Range:** (practice area) Driving range, Putting greens

Club House: Golf School, Equipment rental service ■

#ganasdemontaña

GANAS DE GOLF

¿TE GUSTA EL GOLF
Y LA NATURALEZA?

GOLF SOLDEU,
EL CAMPO MÁS ALTO DEL SUR DE EUROPA
¡A 2.250 M DE ALTITUD!



www.golfsoldeu.com

X GRANDVALIRA
ANDORRA

golf
SOLDEU

Vall d'Ordino Golf Club & P&P

En uno de los paisajes más bellos del país, a tan sólo 15 minutos de la capital Andorrana, encontramos Golf Par 3 Vall d'Ordino. Se trata de un recorrido de 9 hoyos de doble salida, agradable, bien definido y apto para todos los niveles, donde se encuentra el único campo de prácticas del país, cubierto e iluminado. Sin duda, un destino inmejorable gracias al espectacular paisaje natural y abrupto que lo envuelve. Es un placer jugar envuelto de montañas, al lado del río Valira, y en un marco natural incomparable



La Casa Club de madera y pizarra, ha sido concebida para mantener el encanto del arte románico que se respira en la población de La Cortinada Diseñado por Alfonso Vidaor y Magí Sardà de Green Project en el año 2002, cuenta con 9 hoyos de doble salida. Es un campo adecuado para jugadores de cualquier nivel. Para los jugadores más expertos, ofrece hoyos espectaculares y obstáculos de agua artificiales que exigen precisión en los golpes

In one of the most beautiful landscapes of the country, just 15 minutes from the Andorran capital, find Golf Par 3 Vall d'Ordino. It is a 9 hole course with double tees, pleasant, well defined and suitable for all levels, where it is the only field of practices in the country, covered and lighted. Without a doubt, an excellent destination due to spectacular natural and rugged landscape that surrounds it. It is a pleasure to play mountains wrapped, beside the river Valira, and frame natural incomparable. La Club House of wood and slate, is designed to maintain the charm of Romanesque art that reigns in the town of La Cortinada designed by Alfonso Vidaor and Magí Sardà of Green Project in 2002, has 9 holes of double tee. It is a field suitable for players of any level. For more experienced players, it offers spectacular holes and artificial water hazards which require precision in tee-shots ■



Hotel Nordic ****

¡Hay muchas clases de hoteles y hoteles con clase!

Situación: a 1.710 m. de altitud, rodeado de naturaleza

Alojamiento: cuenta con 120 habitaciones con terraza, vistas a la montaña, baño, teléfono, Internet Wifi, hilo musical, TV vía satélite, caja fuerte electrónica (opcional) y sofá cama.

Instalaciones: restaurante buffet, bar-cafetería, discoteca, bolera y sala de juegos, salón de lecturas, sala de Internet gratuito, sala de reuniones, tienda de souvenir, parking exterior (gratuito), garaje (opcional), jardines, piscina exterior climatizada con jacuzzi y hamacas (gratuito), terraza y snack bar (abierto del 1/7 al 1/9). Además dispone de un centro de relajación con piscina climatizada, jacuzzi y gimnasio (gratuitos), sala de masajes, sauna, baño de vapor y UVA (opcionales).

Nota: la piscina climatizada y jacuzzi interiores estarán cerrados del 1/7 al 1/9, estará abierta la piscina climatizada y jacuzzi exterior.

El establecimiento ofrece además la posibilidad de contratar opcionalmente salidas en jeep 4x4, paseos y clases de caballo, excursiones a pie con "Nordic Aventura" (acompañadas con guía profesional y barbacoa, masajes, actividades deportivas y actividades en familia). Campo de Golf Soldeu, es el campo de Golf con más altitud en Europa a 2km del Hotel.

Atenciones especiales: Animación con música en vivo y entretenimiento para familias: gran castillo hinchable infantil, ping-pong, y juegos de familia gigantes (4 en línea, bolos, tiro a la anilla, domino, damas, palos chinos).

Hotel Nordic: El hotel para su bienestar! Ideal para descansar, como para trabajar con tranquilidad en medio de la naturaleza, o para disfrutar con toda su familia. Tenemos la posibilidad de organizar todo tipo de celebraciones familiares como empresariales, tal como una variedad de actividades. Ofrecemos programas de formación, teambuilding, comunicación, anti-estrés, incentivos y eventos, como también estados deportivos en altura para clubs, deportistas amateur y de elite.

¡Nos encantaría escuchar sus ideas!

Cuna gratis: SI

Admite mascotas: NO

Habitaciones minusválidos: SI

Carretera General s/n - El Tarter-Canillo (Principat d'Andorra)
Tel. +376 739 500 Fax +376 739 501
info@grupnordic.com

www.grupnordic.com



Parroquia: Encamp

La parroquia de Encamp comprende las poblaciones de Encamp, situada en el centro del país, y Pas de la Casa, en la frontera con Francia. Da acceso a la estación de esquí de Grandvalira (centro de actividades en verano), y cuenta con todo tipo de atractivos para que disfrutes de tus vacaciones en Andorra.

Encamp es la tercera parroquia de Andorra por número de habitantes.

La población homónima de Encamp está situada a 5 km de Andorra la Vella y Escaldes-Engordany en dirección a Francia por la CG2. En Encamp destacamos el Museo Nacional del Automóvil, el Museo Etnográfico Casa Cristo, el MW Museo de la Electricidad (situado a la salida de Escaldes-Engordany), la iglesia de Santa Eulàlia, el Museo Sacro y el Conjunto histórico de les Bons.

A la salida del pueblo en dirección a Francia encontramos el funicamp, un telecabina de doble cable que da acceso directo a la estación de esquí de Grandvalira.

El resto del año es un buen lugar para el senderismo y las actividades deportivas al aire libre: destacamos el itinerario circular Camí de l'Ossa y el Camino de les Pardines, apto para todos los públicos, que conduce al lago de Engolasters.

Pas de la Casa es la segunda población de Encamp y constituye el paso fronterizo con Francia. El núcleo urbano es un importante centro comercial, con una gran oferta de restaurantes, hoteles y apartamentos a pie de pista de Grandvalira ■

Parish: Encamp

The parish of Encamp includes the towns of Encamp, in the centre of the country, and Pas de la Casa, on the French border. It gives access to the Grandvalira ski resort (activity centre in the summer), and has all kinds of attractions for you to enjoy your holidays in Andorra.

Encamp is the third largest parish in Andorra by number of inhabitants.

The town of Encamp is 5 km from Andorra la Vella and Escaldes-Engordany on the way to France along the CG2. In Encamp we would highlight the National Motor Museum, the Casa Cristo Ethnographic Museum, the MW Electricity Museum (at the exit from Escaldes-Engordany), the church of Santa Eulàlia, the Holy Museum, and Les Bons historical complex.

On the way out of the village towards France, we come to the funicamp, a double-cable car giving direct access to the Grandvalira ski resort.

During the rest of the year it is a good place for trekking and open air activities: we highlight the Camí de l'Ossa circular route and the Camino de les Pardines, suitable for the whole family, which goes to the Engolasters lake.

Pas de la Casa is the second largest town in Encamp and is the border point with France. The urban centre is a large shopping centre with a wide offer of restaurants, hotels and apartments at the foot of the Grandvalira ski slopes ■



¡¡Relájate en Caldea!!

¿CONECTAS EN CALDEA O DESCONECTAS EN INÚU?

Una escapada a Andorra no puede acabar sin una visita al centro termal más grande de Europa, el formado por CALDEA e INÚU. ¿Qué necesitas? ¿Activarte y divertirte en familia o con amigos? o ¿desconectar y relajarte? En Andorra existe la solución ideal para cada momento y todas ellas se pueden encontrar en un espectacular edificio de cristal diseñado Jean Michel Ruols, el arquitecto del agua.

TERMOLUDISMO, AGUA PARA CONECTAR

Caldea es sinónimo de termoludismo, un concepto que propone recuperar el equilibrio y la vitalidad gracias a las propiedades de las aguas termales. Con la ayuda de su arquitectura singular y su concepto acuático único, CALDEA prioriza el aspecto lúdico de la experiencia termal creando una nueva manera de vivir las aguas termales en compañía de amigos o familia.

Hidromasajes, corrientes, burbujas, cascadas... el agua está presente en CALDEA en todas sus formas para disfrutarla de una forma única. Con una superficie aproximada de 30.345m², el centro cuenta con una espectacular zona de baños, diferentes áreas de descanso y un área de fitness en las que el visitante puede conectar y revitalizarse pasándolo en grande.

DESCONECTAR Y DEJARSE MIMAR

INÚU es Wellness Attitude, es decir, mucho más que una simple experiencia, es una actitud que contempla todos los aspectos del cuerpo y la mente que el cliente percibe desde el momento en el que entra al centro.

Sus servicios están orientados a conseguir el bienestar integral de las personas atendiendo a las necesidades individuales y específicas de cada cliente, que puede diseñar su programa incluyendo tratamientos para el equilibrio cuerpo-mente, los sentidos, la belleza, aprovechar las propiedades del agua termal o mejorar la nutrición con consejos de hábitos saludables. Existen diferentes modalidades para disfrutar de INÚU: el acceso de día con una duración en función de los tratamientos y temáticas elegidas o de noche con una duración de 3 horas. INÚU también se puede disfrutar en pareja o pequeño comité en Ú&Ú, un espacio exclusivo: 100m² para utilizar en pareja o hasta cuatro personas y que dispone de sauna, hammam, duchas tonificantes cromáticas con diferentes surtidores, jacuzzi, hamacas calefactables para el descanso y espacios para tratamientos.

De esta manera CALDEA e INÚU pone a tu alcance dos soluciones para dos momentos diferentes, pero siempre aprovechando los beneficios de las aguas termales consideradas como unas de las más calientes de los Pirineos (70°C). Unas aguas con efectos antiálgicos, cicatrizantes, descongestionantes y antialérgicos gracias a su riqueza en minerales, sodio y azufre, con una untuosidad característica del plancton termal. Sin dudarlo, el final ideal tras una jornada intensa de golf ■



Parròquia: Ordino

La parròquia d'Ordino està ubicada a l'extrem nord-oest del país. Alberga un important patrimoni històric, el Parc Natural de la Vall de Sorteny i l'estació d'esquí de Vallnord-Arcalis.

A la parròquia d'Ordino pertanyen les poblacions d'Ordino, Segudet, Sornàs, Ansalonga, La Cortinada, Arans, Llorts i El Serrat; totes elles situades al llarg de la CG3 i un exemple clar de preservació del patrimoni i les tradicions rurals. Dels seus nombrosos atractius destaquem la Ruta del Ferro, el Museu Casa d'Areny-Plandolit, el Museu de la Miniatura i l'Iconogràfic Sant Jordi, el Museu Postal, el Centre d'Interpretació de la Cortinada, La Mola i la Serradora de Cal Pal, Sant Martí de la Cortinada i l'Església de Sant Corneli i Sant Cebrià.

A l'hivern, l'estació d'esquí de Vallnord-Arcalis satisfà als esquiadors més intrèpids, i a l'estiu, la parròquia ofereix multitud d'activitats esportives a l'aire lliure i una variada xarxa de senders naturals, com els que creuen el Parc Natural de la Vall de Sorteny o la ruta als llacs de Tristaina ■



Parish: Ordino

The parish of Ordino is at the north-western end of the country. It has a large historical heritage, the Vall de Sorteny Nature Park and the Vallnord-Arcalisski resort.

The parish of Ordino contains the towns of Ordino, Segudet, Sornàs, Ansalonga, La Cortinada, Arans, Llorts and El Serrat; all of these are placed along the CG3 road and are a clear example of preservation of heritage and rural traditions. Of the many activities that can be done here, we highlight the Iron Route, the Areny-Plandolit House Museum, the Miniature Museum and the Sant Jordi Iconographic, the Postal Museum, the la Cortinada Interpretation Centre, La Mola and Cal Pal saw mill, Sant Martí de la Cortinada and the church of Sant Corneli i Sant Cebrià.

In the winter, the Vallnord-Arcalis ski resort delights the most intrepid skiers, and in the summer the parish offers a multitude of open air sport activities and a varied network of natural paths, such as those that cross the Vall de Sorteny Nature Park, or the route to the Tristaina lakes ■



NIUNIT HOTEL ★★★★★ El Serrat - Ordino

PAQUETES ROMÁNTICOS

Habitación doble en régimen de alojamiento y desayuno con detalle romántico (bombones) 1 hora de spa Precio por persona 65 Impuestos incluidos No valido en temporada alta, ni Navidad, Fin de Año, Año nuevo y Reyes

Pack romántico

Habitación doble con decoracion romantica Cena romántica 1 hora de spa Desayuno incluido buffet Precio por persona 99 Impuestos incluidos No valido en Navidad, Fin de Año, Año nuevo y Reyes

Pack romántico

Habitación doble con decoracion romantica Cena romántica 1 hora de spa privado con botella de cava Desayuno incluido buffet Precio por persona 129 Impuestos incluidos No valido en Navidad, Fin de Año, Año nuevo y Reyes

Pack especial romantico para una ocasión especial

Habitación doble con decoracion romantica Cena romántica 1 hora de spa privado con botella de cava Masaje de 30 minutos Desayuno incluido buffet Precio por persona 169 Impuestos incluidos No valido en Navidad, Fin de Año, Año nuevo y Reyes



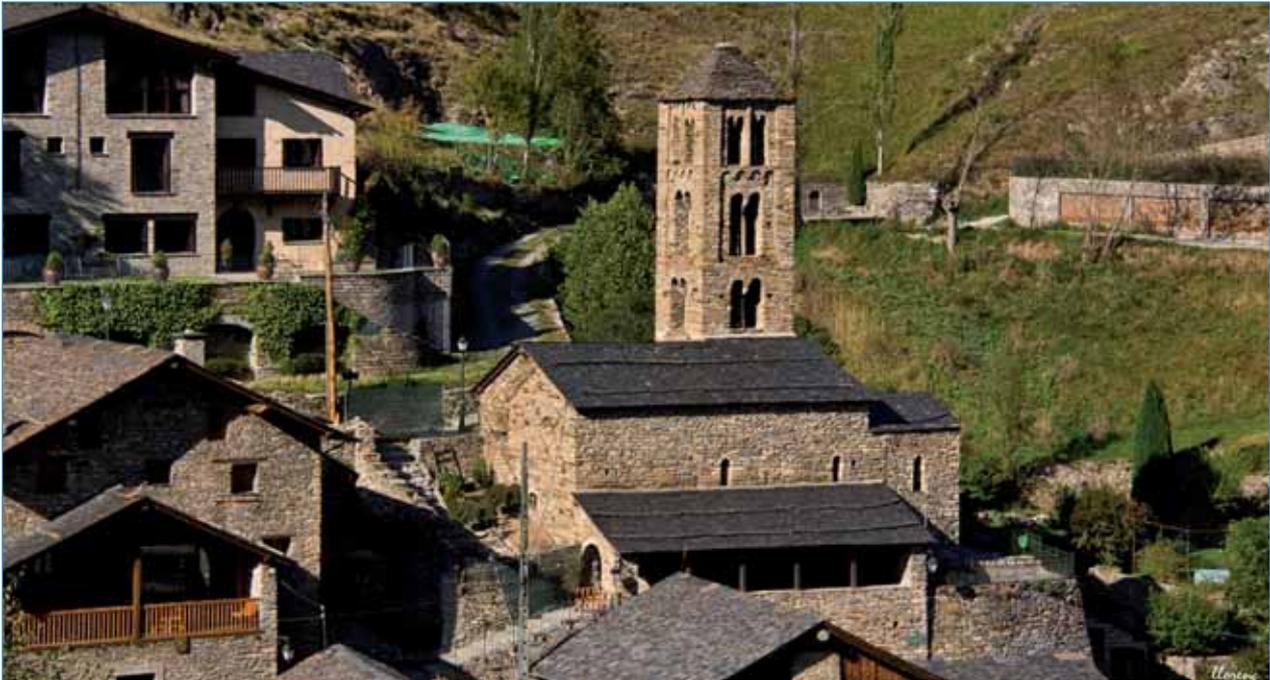
pudín: concepto tempura helada con trilogía de helados



costillas de cordero con salsa de miel y patata fondant a la mantequilla



tournedó de pollo con salsa Oporto, puré de ortigas y crujiente de patata



Parroquia: La Massana

La parroquia de la Massana está situada al oeste de Andorra, en el límite fronterizo con Cataluña. A su territorio le pertenece el pico más alto de Andorra, el Comapedrosa (2.942 m) y el parque natural del mismo nombre. Cuenta con un importante legado histórico y cultural, y alberga la estación de esquí de Vallnord (sectores Pal y Arinsal).

A esta parroquia pertenecen las poblaciones de La Massana, Anyós, Sispony, L'Aldosa, Erts, Pal y Arinsal. La Massana cuenta con una notable infraestructura turística con alojamientos y servicios de primer nivel, situados a pie de pista de Vallnord Mountain Park (sectores Pal y Arinsal), gracias al telecabina del núcleo urbano de La Massana y a los remontes mecánicos que enlazan Arinsal con las cimas de la estación.

En verano Vallnord se convierte en un gran centro de actividades al aire libre y su impresionante bike park acoge competiciones internacionales.

La parroquia destaca por su importante patrimonio histórico, formado por la Farga Rossell, el Museo Etnográfico Casa Rull, el Centro de interpretación Andorra Románica, la iglesia de Sant Climent de Pal, Sant Cristòfol d'Anyós y el moderno Museo del Còmic. Alberga el Parque Natural de los Valles del Comapedrosa, donde en verano se organizan diariamente excursiones guiadas a pie y a caballo ■

Parish: La Massana

The parish of Massana is in the west of Andorra, on the border with Catalonia. This territory contains the highest peak in Andorra, the Comapedrosa (2,942 m) and the nature park of the same name. It has an important historical and cultural legacy, as well as the Vallnord ski resort (Pal and Arinsal sectors).

This parish includes the towns of La Massana, Anyòs, Sispony, L'Aldosa, Erts, Pal and Arinsal. La Massana has a considerable tourist infrastructure with top quality accommodation and services at the foot of the Vallnord Mountain Park ski slopes (Pal and Arinsal sectors) thanks to the cable car leaving La Massana urban centre and the lifts connecting Arinsal to the top of the resort.

In the summer, Vallnord becomes a large centre for open air activities and its impressive bike park hosts international competitions.

The parish stands out for its important historical heritage formed by the Rossell Forge, the Casa Rull ethnographic museum, the Romanesque Andorra Interpretation Centre, the church of Sant Climent in Pal, Sant Cristòfol in Anyòs, and the modern Comic Museum.

It houses the Valls del Comapedrosa Nature Park, where guided walking and horse riding is organised every day in the summer ■



Restaurante Borda d'Erts

La Borda d'Erts es un restaurante que ofrece platos de cocina andorrana, casera y brasería a la carta.

Se encuentra en el pueblo de Erts, en la parroquia de La Massana, y tiene capacidad para 55 personas.

Entre sus servicios e instalaciones cuenta con terraza, parking, conexión a Internet Wi-Fi gratuita y puede pagarse con tarjeta de crédito. Además, pueden celebrarse banquetes y se admiten animales de compañía en el interior del local. El menú diario que propone cuesta entre 10 y 20 euros, mientras que sus platos a la carta oscilan entre 20 y 40 euros.

Abre todos los días de 13 h a 16 h y de 20 h a 23 h, excepto el lunes que cierra por fiesta semanal.

El personal del establecimiento les atenderá en catalán, español, francés, inglés y portugués.

Ctra. General d'Arinsal, s/n • Erts (La Massana)

Tel. (+376) 840 820

joscabralrodrigues@hotmail.com



Bolas de golf recuperadas

TUBOLA.COM

Excelente relación calidad/precio

DISPONEMOS DE LA MAYORÍA DE LAS MARCAS Y MODELOS DEL MERCADO

TOP-FLITE

Titleist

TaylorMade

STRATA

SRIXON

PRECEPT

PINNACLE

NIKE GOLF

MASSPILE

ECCO

DUNLOP GOLF

BRIDGESTONE GOLF

Wilson Staff

Callaway GOLF

ADEMÁS, TE OFRECEMOS LOS PRECIOS MÁS COMPETITIVOS EN TODO TIPO DE COMPLEMENTOS

DISTRIBUIDORES OFICIALES DE



CONSULTE LAS OFERTAS DE NUESTRA WEB Y SOLICITE INFORMACIÓN SIN COMPROMISO

Tlf.: 601 184 156 info@tubola.com www.tubola.com

Pitch & Putt El Torrent

El placer de jugar al golf en uno de los valles más maravillosos de Andorra. Después de 30 años haciendo disfrutar a nuestros clientes de la tranquilidad de un entorno incomparable en Xixerella Park hemos asumido el reto de ofrecer un abanico de actividades más amplio con la incorporación de un campo de Pitch & Putt de 18 hoyos.

El año 2006 el campo de golf contaba sólo con 9 de los 18 hoyos que ahora tenemos con la nueva ampliación realizada en el 2010.

Un recorrido con un cuidado diseño para disfrutar de la naturaleza respetando el medio ambiente. Un campo divertido, de un cierto nivel técnico, rodeado de árboles para practicar el golf a cualquier edad ■

Servicios campo Pitch & Putt

- Alquiler Green 18 hoyos
- Alquiler Palos (3)
- Bolas p. unidad

Características del campo y servicios:

- 18 hoyos
- Golf par 3
- Práctica con red
- Putting green
- Custodia de palos
- Casa club
- Actividades infantiles
- Organización de campeonatos y eventos



Enjoy playing golf in one of the most beautiful valleys of Andorra. After 30 years specializing in creating a peaceful and unique setting for our guests to enjoy, at Xixerella Park we have broadened our range of activities even further to add an 18-hole Golf Pitch & Putt in one of the most beautiful valleys of Andorra.

In 2010, the course was expanded from its original 9 holes into a full 18-hole course. A scenic course carefully designed so that guests can enjoy nature and respect the environment at the same time. This is a fun, tree-lined course that also has a certain level of technical difficulty, making it the perfect spot for players of any age to practice (or learn how to play) golf with friends or family ■

Pitch & Putt Services:

- Green Fee
- Clubs Hiring
- Balls per unit

Field characteristics and services:

- 18 holes
- 3-par Golf
- Practice with net
- Putting green
- Clubs lockers
- Club House
- Activities for kids
- Championships and other events organisation

IV OPEN INTERNACIONAL D'ANDORRA

13, 14 I 15 DE SETEMBRE 2014

INSCRIPCIONS

PREU: 80€

INICI: 01.07.2014

DATA LÍMIT: 10.09.2014

andorrapp@gmail.com

PREMIS

Categoria absoluta

Categoria femenina

Categoria sènior

Categoria juvenil



**OFERTA ALLOTJAMENT PEL PONT 11 SETEMBRE
4 DIES/3NITS EN RÈGIM D'ALLOTJAMENT I ESMORZAR**

APARTAMENT 1 HAB 2 PAX	240€
APARTAMENT 1 HAB 3 PAX	287€
APARTAMENT 1 HAB 4 PAX	316€
APARTAMENT 2 HAB 4 PAX	356€

Persona adicional 30€

Per més informació i reserves a:

info@xixerellaparc.com

telf. 00376 738613

ASSOCIACIÓ
ANDORRANA
PITCH&PUTT

AAPP



XIXERELLA
PARC

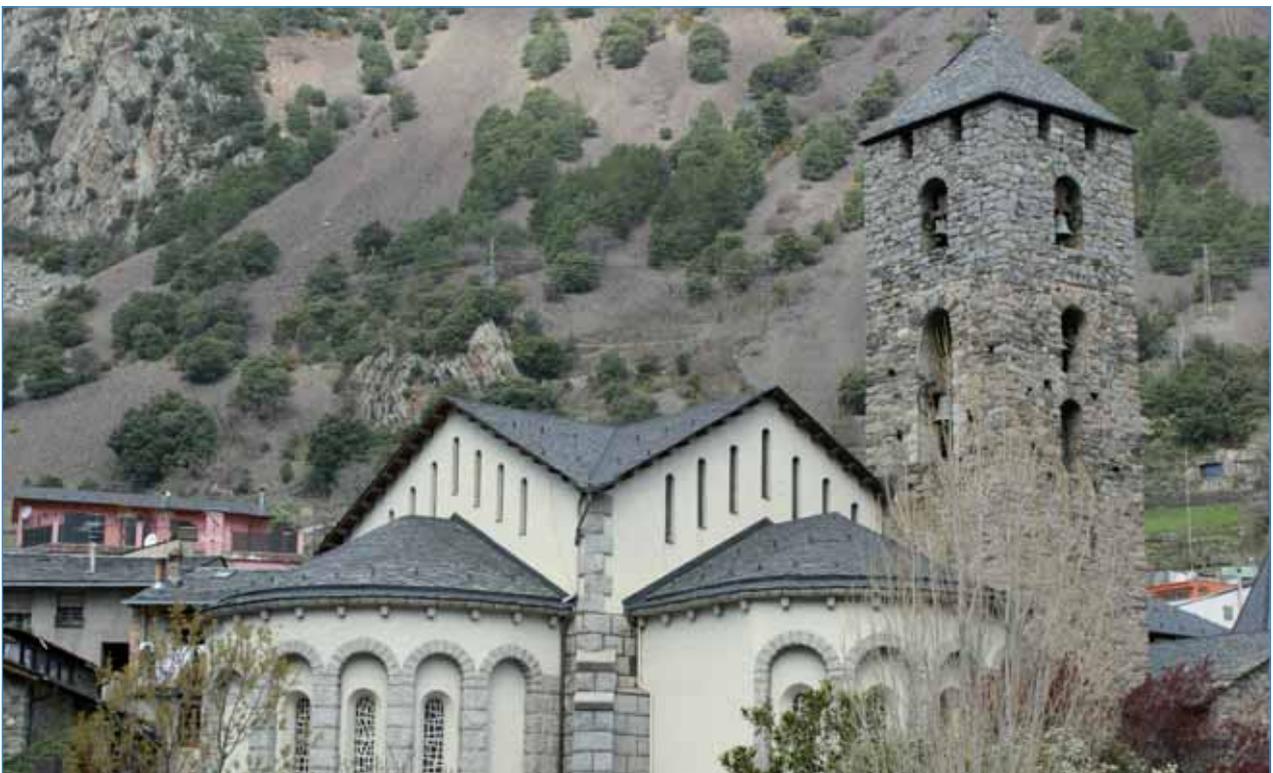
Parroquia: Andorra la Vella

El núcleo urbano de Andorra la Vella es la capital del Principado y centro neurálgico del país. Además de poseer una moderna y variada oferta gastronómica y hotelera, constituye, junto con Escaldes-Engordany, el gran centro comercial de Andorra.

A esta parroquia le pertenece también el núcleo urbano de Santa Coloma, situado en dirección a Sant Julià de Lòria. Este alberga el complejo indoor de freestyle 360° Extrem, y una de las iglesias más bellas y representativas del románico andorrano: la Iglesia de Santa Coloma, así como el Puente de la Margineda.

Las calles de Andorra la Vella son un gran centro comercial al aire libre donde encontrarás productos de todo el mundo a un precio muy ventajoso. El casco antiguo es una mezcla de tradición y modernidad, donde conviven edificios de diferentes épocas y estilos, como la Casa de la Vall, sede del antiguo Consell General, la Iglesia de Sant Esteve o la de Sant Andreu. Allí encontrarás también el Centro de Congresos de Andorra la Vella.

Sin movernos de la ciudad, podemos disfrutar de la naturaleza y de unas vistas espectaculares, siguiendo el itinerario de la Anilla Verde, un sendero natural por las laderas que rodean el valle. Otra opción es acercarnos al tranquilo Valle de Enclar ■



Parish: Andorra la Vella

The Andorra la Vella urban centre is the capital of the Principality and the heart of the country. As well as a modern, varied offer of gastronomy and hotels, this along with Escaldes-Engordany is Andorra's large shopping centre.

This parish also contains the urban centre of Santa Coloma on the way to Sant Julià de Lòria. Here we find the 360° Extrem freestyle indoor complex and one of the most beautiful and representative churches of the Andorran Romanesque: the Church of Santa Coloma, and the Bridge of la Margineda.

The streets of Andorra la Vella are a large open air shopping centre where you will find products from all around the world at highly advantageous prices. The old quarter is a mixture of tradition and modernity, with buildings from different times and styles such as the Casa de la Vall, the headquarters of the ancient General Council, the Church of Sant Esteve and that of Sant Andreu. You will also find Andorra la Vella Congress Centre here.

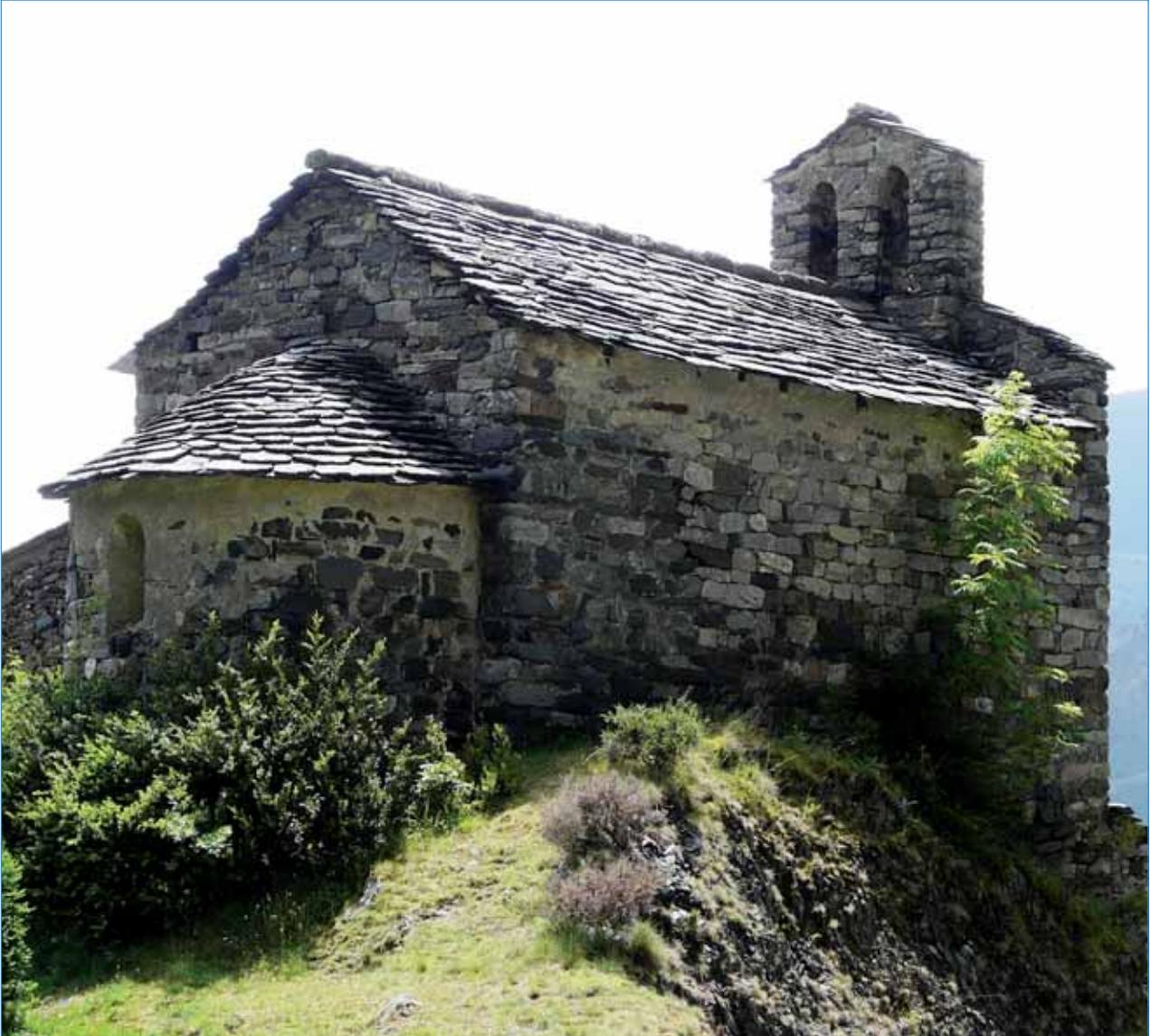
We can enjoy nature and spectacular views without leaving the town by following the route of the Anella Verda (green ring), a natural route around the sides of the valley. Another option is to go to the peaceful Enclar Valley ■



www.plazandorra.com · info@plazandorra.com · T. +34 902 932 050 · +376 871 381 · F. +376 871 382



HOTEL PLAZA *****
 HOTEL CARLTON PLAZA *****
 HOTEL HOLIDAY INN ANDORRA *****
 HOTEL SKI PLAZA *****
 MU HOTEL ****



Parroquia: Sant Julià de Lòria

La parroquia de Sant Julià de Lòria constituye la entrada al Principado desde España. Alberga las populares atracciones turísticas del Tobotronic y el Airtekk, además de una amplia oferta de actividades en la naturaleza, alojamientos turísticos y varios grandes almacenes.

Su amplia oferta deportiva, lúdica, cultural y de todo tipo de acontecimientos harán que tus vacaciones sean inolvidables. Te recomendamos que disfrutes de las actividades que ofrece Naturlandia, que visites el Museo del Tabaco, la iglesia de Sant Cerni de Nagol y el Santuario de la Virgen de Canòlich. Y si vienes en invierno, el esquí nórdico también es una de las ofertas de la parroquia, con quince kilómetros de pistas de diversos niveles de dificultad en Naturlandia ■

Parish: Sant Julià de Lòria

The parish of Sant Julià de Lòria is the entrance to the Principality from Spain. It has the popular tourist attractions of the Tobotronic and the Airtekk, and also a wide range of activities in the open air, tourist accommodation and several department stores.

Its large sports, leisure and cultural offer and all kinds of events will give you an unforgettable holiday. We recommend you enjoy the activities of Naturlandia, that you visit the Tobacco Museum, the church of Sant Cerni de Nagol and the Sanctuary of the Virgin of Canòlich. And if you come in the winter, cross-country skiing is also one of the parish's offers, with fifteen kilometres of tracks of different levels of difficulty at Naturlandia ■



Aravell Golf Andorra

El proyecto ARAVELL GOLF ANDORRA nace gracias a INICIATIVES ALT URGELL, S.A. y a un grupo de inversores andorranos constituidos en la sociedad ANGOLF, S.A. El estudio de los diferentes lugares posibles demostró que donde se reunían las mejores condiciones era el valle de Aravell, un espectacular sitio ubicado en el Alt Urgell. El lugar actual ocupa 75 hectáreas, de las cuales 48 están dedicadas a la práctica del golf y el resto a un proyecto de inversión inmobiliaria.

Aravell, a 5 km. de la Seu de Urgell, en dirección a Lérida, y a 15 km de Andorra. Túnel del Cadí, a la salida dirección La Seu de Urgell-Andorra, pasado la Seu, seguir dirección Lérida a 2 km; a Montferrer esta el cruce a Castellbó, a 3 km se encuentra el pueblo de Aravell. Ponts: Siguiendo la C-1313 hasta Adrall, seguir la n-260 hasta Montferrer ■



Av. Cadí, 2
25712 ARAVELL
Tel. +34 973 360066
secretaria@aravellgolfclub.com

www.aravellgolfclub.com



Aravell Golf Un lugar para disfrutar



Aravell Restaurante

Un Restaurante abierto a todos.
Una cocina catalana con productos del Alt Urgell.
Una formidable terraza que hace de nuestro Restaurante un lugar único en la comarca para disfrutar de un espléndido día de tranquilidad y gastronomía



El campo de golf

Es un campo perfecto para disfrutar de una jornada agradable y relajada con la familia.
Una combinación ideal entre golf y naturaleza. Un conjunto de instalaciones preparadas para ofrecerle todas las comodidades que necesita para sentirse cómodo.

Parroquia: Escaldes-Engordany

Escaldes-Engordany forma, junto con Andorra la Vella, el centro comercial de Andorra: de hecho, se constituyó como parroquia en 1978 al segregarse de Andorra la Vella, por lo que todavía comparten físicamente el núcleo urbano. Escaldes-Engordany cuenta con una moderna infraestructura gastronómica y hotelera, y sus aguas termales abastecen los centros de spa de Caldea e Inúu.

Además la parroquia es una de las puertas de entrada al Valle del Madriu-Pedrafita-Claror, patrimonio mundial de la UNESCO, y cuenta con una de las iglesias más representativas del románico andorrano: Sant Miquel de Engolasters.

La población alberga el Centro de Arte de Escaldes-Engordany (CAEE), el Museo del Perfume y el Centro de Interpretación del Agua y del Madriu (CIAM) ■



Parish: Escaldes-Engordany

Escaldes-Engordany, along with Andorra la Vella, is the shopping centre of Andorra: in fact it was constituted as a parish in 1978 when it broke away from Andorra la Vella, so they still physically share the urban centre. Escaldes-Engordany has a modern gastronomic and hotel infrastructure, and its spa waters supply the Caldea and Inúu spa centres.

The parish is also one of the entrance doors to the Madriu-Pedrafita-Claror Valley, UNESCO world heritage, and has one of the most representative churches of the Andorran Romanesque: Sant Miquel de Engolasters.

The town has the Escaldes-Engordany Art Centre (CAEE), the Perfume Museum and the Water and Madriu's Interpretation Centre (CIAM) ■



HOTEL TERMES CARLEMANY****

Andorra - Escaldes

centro termal piscina termal exterior free Wifi

www.hotelcarlemany.ad +376870050



Júlia Lip Balm, un bálsamo labial altamente hidratante y reparador. Formulado con aceite de argán y colaxyl, ofrece hidratación y reparación profundas, aportando a la vez volumen a los labios. Su precioso envase, en forma de diamante, es el complemento perfecto que todas las señoras queremos llevar en nuestro bolso.



Júlia PCHP14, un excelente producto, que actúa como **Preventivo**, restableciendo las funciones naturales de la epidermis, **Correctivo** atenuando líneas de expresión y arrugas, **Hidratante** haciendo desaparecer sequedad y falta de flexibilidad y **Protector** manteniendo la función barrera de la piel. Ideal para reparar las alteraciones de la piel afectada por los años y daños solares.



Júlia Lifting Avancé Yeux, el complemento perfecto al B.T.X. para la delicada piel del contorno de los ojos. Extraordinariamente eficaz, combate las arrugas y las líneas de expresión relacionadas con la contracción muscular repetitiva, a la vez que proporciona hidratación, confort y luminosidad en la mirada.



Júlia Hydratation Intense, un tratamiento ideal intensivo, que proporciona máxima hidratación, regeneración, efecto anti edad y calmante con una acción anti manchas extra. Disponible en 2 texturas, rica y ligera.



Júlia B.T.X Extrême, nuestro best seller indiscutible, un tratamiento botox-like, que reduce líneas de expresión, arrugas, pérdida de firmeza y proporciona un efecto lifting inmediato, la alternativa o el complemento a la cirugía estética.

Julia

PERFUMERIA

Su especialista en fragancias y cosmética selectiva

- Las mejores **firmas y productos** de perfumería y cosmética, muchas de ellas en exclusiva.
- **Espacios luminosos, amplios** para una experiencia sensorial y de compra únicas.
- El **mejor asesoramiento** personalizado del sector.
- Personal shopper



PREMIOS: A lo largo de la historia hemos sido galardonados con numerosos premios:

- ✓ Mejor Cadena de Perfumería: año 2008.
- ✓ Mejor Atención al Cliente: años 2004, 2005, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2012, 2013, 2014
- ✓ Mejor Perfumería: años 2006, 2009, 2013, 2014.
- ✓ Mejor Imagen: años 2007, 2008 y 2009.
- ✓ Mejor Iniciativa en Formación: años 2011, 2012.
- ✓ Finalista premios Vogue: años 2006, 2007, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013 y ganadores 2008.



España: Alicante · Almería · Barcelona · Castellón · Elche · Figueres · Girona, Granollers · Huesca · La Jonquera · Lleida · Logroño · Madrid · Manresa · Marbella · Mataró · Pamplona · Platja d'Aro · Puerto Banús · Reus · Sabadell · Salamanca · Santander, Sitges · Tarragona · Terrassa · Tortosa · Valencia · Vic · Vilanova i la Geltrú · Zaragoza.

Andorra: Andorra la Vella · Escaldes Engordany · Pas de la Casa · Sant Julia de Loria.

Servicio de Atención al Cliente · Customer Service
julia@julia.ad Tel.: (+376) 892 200 www.julia.ad

75 1939
AÑOS 2014
ANNÉES · YEARS

¿Quieres conseguir más distancia en tus golpes?

¿Quieres mejorar tu forma física? El medio acuático te lo proporciona

¿Sabías que la actividad física en el medio acuático te proporciona ejercitar mayor número de grupos musculares gracias a la participación de la musculatura antagonista? por ejemplo, mientras trabajas dinámicamente la musculatura pectoral (músculo protagonista y por

la hipogravidez que presenta el medio acuático ayudará positivamente a tonificar, reforzar y mejorar zonas de nuestro cuerpo tan problemáticas en el golf

tanto agonista) el retorno a la posición inicial de ejecución hará que actúe también la musculatura de la espalda (participando como músculo antagonista). Todo ello permite una mayor y mejor oxigenación que beneficiará directamente a tu forma física.

Además la hipogravidez que presenta el medio acuático ayudará positivamente a tonificar, reforzar y mejorar zonas de nuestro cuerpo tan problemáticas en el golf como las lumbares o incluso lesiones en las articulaciones de sobra conocidas y sufridas en el golf como la epitrocleitis (codo de golfista) sin soportar compresiones o tensiones violentas.

El medio acuático equilibrará también la posible descompensación músculo-esquelética que provoca el swing (siempre golpeamos la bola en un mismo lado).

Por tanto, os aconsejo el ejercicio en el agua para mejorar vuestra condición física general y en consecuencia la distancia en cada golpe donde la necesitéis.

Aquí tenéis una muestra práctica de ejercicios en el agua que potenciarán la fuerza. No olvidéis integrar el MEDIO ACUÁTICO este verano a vuestro juego.

¡¡Atrévete!!



El medio acuático equilibrará también la posible descompensación músculo-esquelética que provoca el swing



1 y 2 • Realiza un swing en el agua y prepárate para ganar más distancia.
¡¡Haz 10 repeticiones a cada lado!!

LARGO ES BUENO LARGO Y CONSISTENTE ES MEJOR



FIABILIDAD
EN UNA
AMPLIA
GAMA

HÍBRIDO
G25™

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



FABRICADOS PARA QUE DISFRUTE DE SU JUEGO

DISTANCIA + TOLERANCIA + SENSACIÓN

RENDIMIENTO
TOTAL



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

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



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

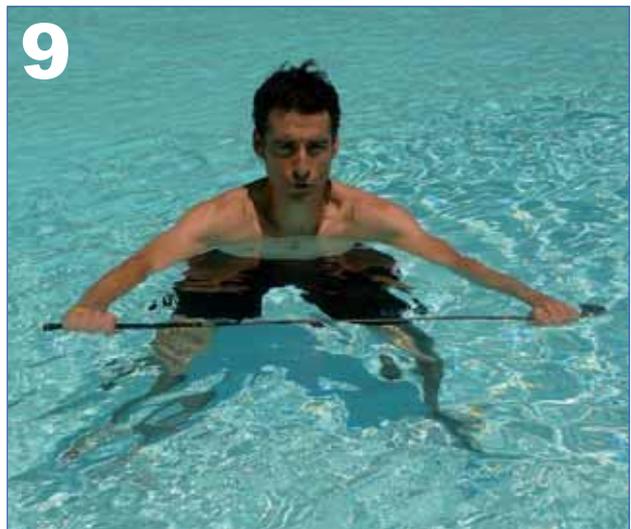
PING[®]
PLAY YOUR BEST™



3 y 4 • Rota 20 veces sin mover el cuerpo de caderas para abajo



5, 6 y 7 • Disfruta en esta ocasión realizando un swing de béisbol y siente como trabaja tu cintura. 10 repeticiones a cada lado



8 y 9 • Practica 20 repeticiones para terminar la serie. Haz jooging mientras acercas y alejas el palo hacia el pecho

MODELO: ORIOL SALVIÀ

XAVI MAYNOU
Responsable fitness y gimnasio
Club Ciutat Diagonal
Certificado TPI - TPI Junior 2 y 3

