



Memoria deportiva

Club Natación Alcobendas - Temporada 2013-2014

Rodrigo Bueno – Director Deportivo

Contenido

NATACIÓN	2
Categoría Nexo	2
Competiciones	2
Categoría Prebenjamín	3
Competiciones	3
Categoría Benjamín.....	4
Competiciones	4
Categoría Alevín	6
Competiciones	6
Categoría Infantil	9
Competiciones	9
Categoría Junior-Absoluto	13
Competiciones	13
NATACIÓN MÁSTER	19
Competiciones	19
SINCRONIZADA	22
Categoría Alevín I.....	22
Competiciones	22
Categoría Alevín II	23
Competiciones	23
Categoría Infantil	24
Competiciones	24
Categoría Juvenil.....	25
Competiciones	25
ADAPTADA	26
Competiciones	26
ACTIVIDADES EXTRADEPORTIVAS	28
<i>San Silvestre de Alcobendas</i>	28
<i>Concentración Semana santa</i>	28
<i>Campus deportivo</i>	28
Visita al ZOO de Madrid	29

NATACIÓN

Categoría Nexo

Entrenador a cargo: Daniel San Román

Día y hora de entrenamiento:

Grupo A: Lunes, miércoles y Viernes 17:30 a 18:15

Grupo B: Martes, Jueves y Viernes de 17:30 a 18:15

Nadadores:

A principio de temporada: 8 M – 11 F

Final de la temporada: 8 M – 6 F

Competiciones

Trofeo Navidad (FMN) (junto con la categoría Prebenjamín)

Disputado en Diciembre; nadaron 5 masculinos y 6 femeninas, Se han nadado los 4 estilos en 50 mts, más el relevo de 4x25.

Trofeo Primavera escolar (FMN) (junto con la categoría Prebenjamín)

Disputado en Marzo; se realizaron 4 inscripciones masculinas y 8 femeninas, además de los relevos 4x25 libres y estilos mixtos.

Trofeo San Isidro (FMN) (junto con la categoría Prebenjamín)

Disputado en Mayo. Se realizaron 13 inscripciones masculinas y 10 femeninas. Terminaron en la 5º (año 2005/2006) y 20º (2006/2007).

Trofeo 100 horas del deporte (Alcobendas) (junto con la categoría Prebenjamín y Benjamín).

Disputado en junio. Los más pequeños han participado de esta competición junto a la categoría benjamín nadando los estilos de espalda y crol en distancias de 25 mts, más el relevo en conjunto por edades de 6x50 libres.

Categoría Prebenjamín

Entrenador a cargo: Joshua Rosillo

Día y hora de entrenamiento:

Grupo A: Lunes y miércoles de 17:30 a 18:15 y viernes 18:15 a 19:00

Grupo B: Martes y jueves de 17:30 a 18:15 a y viernes de 18:15 a 19:00

Nadadores:

A principio de temporada: 11 M – 5 F

Final de la temporada: 7 M – 10 F

Competiciones

Trofeo Navidad (FMN) (junto con la categoría Prebenjamín)

Disputado en Diciembre; nadaron 5 masculinos y 6 femeninas, Se han nadado los 4 estilos en 50 mts, más el relevo de 4x25.

Trofeo Primavera escolar (FMN) (junto con la categoría Prebenjamín)

Disputado en Marzo; se realizaron 4 inscripciones masculinas y 8 femeninas, además de los relevos 4x25 libres y estilos mixtos.

Trofeo San Isidro (FMN) (junto con la categoría Prebenjamín)

Disputado en Mayo. Se realizaron 13 inscripciones masculinas y 10 femeninas. Terminaron en la 5º (año 2005/2006) y 20º (2006/2007).

Trofeo 100 horas del deporte (Alcobendas) (junto con la categoría Nexo y Benjamín).

Disputado en junio. Los más pequeños han participado de esta competición junto a la categoría benjamín nadando los estilos de espalda y crol en distancias de 25 mts, más el relevo en conjunto por edades de 6x50 libres.

Categoría Benjamín

Entrenador a cargo: Miguel Tristán

Día y hora de entrenamiento:

Lunes a viernes 17:30 a 18:30

Nadadores:

A principio de temporada: 11 M – 10 F

Final de la temporada: 20 M – 8 F

Competiciones

Jornada de liga de clubes (6 jornadas)

Disputada desde octubre hasta Abril; se terminó la liga en la 12º posición general a nivel territorial (17º femenino y 6º masculino).

A nivel nacional las femeninas terminaron en el puesto 83º de 282 equipos y los masculinos terminaron en el puesto 23º de 294 equipos.

TEMPORADA	MASCULINOS	FEMENINOS	TOTAL FMN
2011/2012	21º	13º	16º
2012/2013	6º	12º	10º
2013/2014	6º	17º	12º

Liga 11-12: Territorial: 16º

Liga 12-13: Territorial: 10º

Liga 13-14: Territorial: 12º

Copa Federación Benjamín A

Disputada en junio; por SEGUNDA temporada consecutiva se clasificó a la zona A, terminando en la posición general en el puesto 12º.

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN TOTAL
2011/2012	No clasificado
2012/2013	11º
2013/2014	12º

Nadador completo Benjamín

Disputado en Mayo, se ha nadado en categoría femenina y masculina, los nadadores del club mejor se han ubicado en la 6º posición, en la 9º y en la 15º.

TEMPORADA	MASCULINOS	FEMENINOS
2011/2012	3	4
2012/2013	7	4
2013/2014	3	1

Los nadadores clasificados son:

- Sergio Martín Serradilla (6º)
- David Nieto Rincón (9º)
- David Tejerina Sastre (15º)

Trofeo Promesas Casablanca (junto con alevines)

Disputado en Mayo; se realizaron 6 inscripciones femeninas y 13 masculinas, habiendo conseguido varios primeros puestos y habiendo subido al pódium en la mayoría de los casos.

Trofeo 100 horas del deporte (Alcobendas) (junto con la categoría Nexo y Prebenjamín).

Disputado en junio. Los más pequeños han participado de esta competición junto a la categoría benjamín nadando los estilos de espalda y crol en distancias de 25 mts, más el relevo en conjunto por edades de 6x50 libres.



Categoría Alevín

Entrenador a cargo: Daniel San Román

Día y hora de entrenamiento:

Agua: Lunes a Viernes 18:30 a 19:45

*Grupo seleccionado: Sábado 12:00 a 13:30 (agua)

Seco: Martes y Jueves 1

*Grupo selección: Sábado 10:30 a 11:30 (seco)

Nadadores:

A principio de temporada: 8 M – 8 F

Final de la temporada: 18 M – 14 F

Competiciones

Jornada de liga de clubes (6 jornadas)

Desde Octubre hasta Abril; a nivel territorial se terminó la liga en la posición 6º (7º femeninas y 8º masculinos). Clasificándose a la copa de clubes alevín al estar entre los 16 primeros equipos de la comunidad de Madrid.

A nivel nacional las femeninas se clasificaron en el puesto 51º de 375 equipos y los masculinos en el puesto 12º de 386 equipos.

TEMPORADA	MASCULINOS	FEMENINOS	TOTAL FMN
2011/2012	7º	19º	12º
2012/2013	15º	12º	15º
2013/2014	8º	7º	6º

Campeonato de Madrid (invierno y verano)

Disputado en Febrero, en el campeonato de invierno participaron 21 nadadores (10 femeninas y 11 masculinos) obteniendo 1 medalla de oro y el 7º puesto en la clasificación general, además se han obtenido las marcas mínimas necesarias para participar en el campeonato de España de verano.

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN TOTAL
2011/2012	8º
2012/2013	9º
2013/2014	7º

Disputado en Junio; en el campeonato de verano participaron 32 nadadores (14 femeninas y 18 masculinos) obteniendo 1 medalla de oro, 1 de plata y 3 de bronce, y el

8º puesto en la tabla general, además se han obtenido varias marcas mínimas necesarias para poder participar en los próximos campeonatos de España de verano.

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN TOTAL
2011/2012	9º
2012/2013	7º
2013/2014	8º

Copa de clubes de la CAM

Disputada en Mayo; han participado 30 nadadores (14 femeninos y 16 masculinos), terminando en la 10º posición de 16 equipos participantes.

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN TOTAL
2011/2012	8º
2012/2013	9º
2013/2014	10º

Campeonato de España (verano)

Disputado en Julio, han clasificado para este campeonato 3 nadadores masculinos para pruebas individuales y a los cuales se les han sumado 2 nadadores más para nadar los relevos. En esta ocasión no pudimos ver ninguna final representada por nadadores del CNA, pero vimos en algunos casos, la mejora de la marca personal.

TEMPORADA	MASCULINOS	NADADORES RELEVOS	FEMENINAS	NADADORAS RELEVOS
2011/2012	1	0	1	0
2012/2013	3	2	0	0
2013/2014	3	2	0	0

Nadadores clasificados por mínima individual:

- Sergio Sánchez Villarroel
- Diego Iglesia García
- Sergio Rodríguez Sacristán

Nadadores clasificados por mínimas de relevo:

- Mauro González Chichón
- Felipe Acosta Frolova

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN MASCULINA	CLASIFICACIÓN FEMENINA
2011/2012	1º (*)	
2012/2013	91º	No participó
2013/2014	31º	No participó

*clasificado como Madrid

Trofeo Pozuelo (Pozuelo) (junto a las categorías Infantil, Junior, Absolutos y Adaptada).

Disputado en Mayo; ha participado un nadador de esta categoría junto a los nadadores de las categorías infantil, junior y absolutos; destacando que esta competición se ha nadado en la misma fecha que el trofeo San Joan en el que participaron la mayoría de los alevines.

Trofeo San Joan (Vinarós)

Disputado en Mayo; se realizaron 6 inscripciones femeninas y 7 masculinas, consiguiendo en muchos casos la marca mínima para participar en un campeonato territorial y nacional, como así también se han conseguido varios primeros puestos.



Categoría Infantil

Entrenador a cargo: Daniel San Román

Día y hora de entrenamiento:

Agua: Lunes a Viernes 19:45 a 21:15 / sábado: 12:00 a 13:30

*Grupo invitado alevín: Lunes y Viernes 19:45 a 21:15

Seco: Lunes

*Grupo invitado alevín: Sábado 10:30 a 11:30

Nadadores:

A principio de temporada: 10 M – 4 F

Final de la temporada: 11 M – 6 F

Competiciones

Jornada de liga de clubes (5 jornadas)

Disputadas desde Octubre hasta Mayo; estas jornadas son para poder conseguir distintas marcas que no son tan exigentes para otras competiciones y poder dar la oportunidad de nadar a nadadores que no tienen nivel para los campeonatos de Madrid. Esta temporada se ha dividido la jornada en 2 nivel, nadando los nadadores del nivel 1 en piscina de 50 mts y los nadadores del nivel 2 en 25.

3 nadadores (2 masculinos y 1 femenino) han conseguido obtener más de 4 marcas mínimas para poder nadar en el nivel 1.

Nadadores que han conseguido obtener marcas mínimas:

- Paula Seoane Lorenzo (16 mínimas)
- Jorge Iglesia García (9 mínimas)
- Ángel Regalado Santiago (7 mínimas)
- David Coiduras (4 mínimas)
- Yamel Fonseca (2 mínimas)

Campeonato de Madrid (invierno/verano)

Disputado en Febrero; en el campeonato de invierno participaron 14 nadadores (4 femeninas y 10 masculinos), se obtuvieron 3 medallas de plata y 3 de bronce, terminando en la 7º posición.

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN TOTAL
2011/2012	12º
2012/2013	7º
2013/2014	7º

Disputado en Junio; en el campeonato de verano participaron 5 nadadoras y 10 nadadores, obteniendo 4 medallas de oro. En la clasificación general se ha conseguido el 6º puesto.

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN TOTAL
2011/2012	16º
2012/2013	10º
2013/2014	6º

Campeonato de España (invierno/verano)

Disputado en Febrero; en el campeonato de invierno celebrado en Pontevedra, participaron 2 nadadores (1 femenina y 1 masculino) participando ambos en 6 finales, obteniendo dos 4º puestos y dejando al club en el puesto 53º en la sección masculina y 15º en la femenina.

TEMPORADA	MASCULINOS	NADADORES RELEVOS	FEMENINAS	NADADORAS RELEVOS
2011/2012	1	0	0	0
2012/2013	1	0	1	0
2013/2014	1	0	1	0

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN MASCULINA	CLASIFICACIÓN FEMENINA
2011/2012	82º	No participó
2012/2013	77º	44º
2013/2014	53º	15º

En el campeonato de verano han asistido 4 nadadores (1 femenina y 4 masculinos), a los cuales se ha sumado un nadador para poder nadar las dos pruebas de relevos. En relación a los resultados se obtuvieron 4 finales y una medalla de bronce por Paula Seoane quedando la clasificación en el puesto 26º para el equipo femenino y en el puesto 85º para el masculino.

TEMPORADA	MASCULINOS	NADADORES RELEVOS	FEMENINAS	NADADORAS RELEVOS
2011/2012	1	0	0	0
2012/2013	1	0	1	0
2013/2014	4	1	1	0

Nadadores clasificados por mínima individual:

- Paula Seoane Lorenzo
- Ángel Regalado Santiago
- Jorge Iglesia García
- Yamel Fonseca Cádiz

Nadadores clasificados por mínimas de relevo:

- Diego Aranda Pradana

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN MASCULINA	CLASIFICACIÓN FEMENINA
2011/2012	106º	NO PARTICIPÓ
2012/2013	77º	41º
2013/2014	85º	26º

Copas de clubes de Madrid (junto a la categoría Junior y Absolutos).

El grupo femenino ha ascendido de la segunda división a la primera quedando como campeonas de la categoría y destacando que continua siendo un grupo joven en un periodo de transición, solo han representado al club 6 nadadoras con integrantes de la categoría infantil, junior y absolutos.

Temporada 11-12: DIVISIÓN DE HONOR (descenso a primera)

Temporada 12-13: PRIMERA DIVISIÓN (descenso a segunda)

Temporada 13-14: SEGUNDA DIVISIÓN (ascenso a primera)

El grupo masculino ha mantenido una temporada más la plaza en división de honor, ocupando la 6º posición y siendo representado por la mayoría de nadadores jóvenes al tomar esta como una competición de prueba para valorar a ciertos nadadores seleccionados en pruebas que no son habituales para ellos.

Temporada 11-12: DIVISIÓN DE HONOR (5º)

Temporada 12-13: DIVISIÓN DE HONOR (6º)

Temporada 13-14: DIVISIÓN DE HONOR (5º)

Copa de clubes de España

En la copa de España de primera división nacional de clubes celebrada en Gijón, el equipo masculino, que había conseguido la permanencia la temporada pasada por primera vez en su historia, no pudo mantenerse esta temporada, y la próxima competirá en segunda división.

Nadadores Infantiles participantes:

- Ángel Regalado Santiago
- Jorge Iglesia García

Campeonato nacional por comunidades autónomas

Varios integrantes del Club Natación Alcobendas han representado a la Comunidad de Madrid en esta edición en la que la selección madrileña ha quedado campeona nacional por comunidades autónomas.

Nadadores convocados por la Federación Madrileña de Natación:

- Jorge Iglesia García
- Paula Seoane Lorenzo

Entrenador convocado por la Federación Madrileña de Natación:

- Rodrigo Bueno Russo

TEMPORADA	MASCULINOS	FEMENINAS	TÉCNICOS CONVOCADOS
2011/2012	1	0	1
2012/2013	1	0	0
2013/2014	1	1	1

VIII circuito open CM (3 jornadas) (junto con las categorías Juniors y Absolutos).

En la primera jornada se consiguieron varios cuartos y quintos puestos y 27 finales.

En la segunda jornada se consiguieron 1 bronce, varios cuartos puestos, y 28 finales.

En la tercera jornada se consiguieron 1 plata, 2 bronce y 18 finales.

Trofeo CST-CST Costa Azahar (Castellón) (junto con Junior y Absolutos)

Disputado en Diciembre; se realizaron 7 inscripciones femeninas y 20 masculinas, consiguiendo en muchos casos la marca mínima para participar en un campeonato territorial y nacional, como así también se han conseguido varios primeros puestos.

Trofeo Internacional de Navidad (Ordizia) (junto con Juniors y Absolutos).

Disputado en Diciembre; a este trofeo asistieron 7 nadadoras y 19 nadadores consiguiendo 1 medalla de plata y 4 de bronce, participando en 10 finales.

Trofeo Pozuelo (Pozuelo) (junto a las categorías Alevín, Juniors, Absolutos y Adaptada).

Disputado en Mayo. Nadaron 13 nadadoras femeninas y 16 masculinos, más los relevos; se nadaron los 4 estilos en distancias de 50 mts y objetivo de la participación de este trofeo sirvió de preparación para los próximos eventos (ctos. Territoriales y nacionales). Cabe destacar que se obtuvieron varios primeros puestos lo que sitúa a nuestros nadadores en un buen estado de forma acorde a la parte de la temporada en la que se realizó este evento. Se han conseguido 9 medallas de oro, 7 de plata y 8 de bronce; obteniendo el 4º puesto en la tabla general.

XXI Open villa de Leganés (Leganés)

Disputado en junio; en el open de Leganés han asistido 10 nadadoras y 21 nadadores consiguiendo meterse en 27 finales y obteniendo 7 medallas de oro, 3 de plata y 2 de bronce.

El equipo se clasificó en la 3º posición general de clubes.

Categoría Junior-Absoluto

Entrenador a cargo: Rodrigo Bueno

Día y hora de entrenamiento:

Agua:

Sesión mañana: Lunes y Jueves 08:15 a 09:30, Sábados 09:00 a 11:00 (según planificación)

Sesión tarde: Lunes, miércoles y viernes (Alcobendas) de 15:30 a 17:30, martes y jueves (M-86) de 20:00 a 22:00.

*Grupo invitado infantil: martes y jueves 20:00 a 22:00

Seco:

Sesión mañana: Lunes y jueves 10:00 a 11:00, sábado de 11:00 a 12:00 (según planificación)

Sesión tarde: Lunes, miércoles y viernes de 17:30 a 18:30, martes de 19:00 a 20:00

Nadadores:

A principio de temporada: 22 M – 7 F

Final de la temporada: 15 M – 5 F

Competiciones

Jornada de liga de clubes (4 jornadas)

Disputadas desde Octubre hasta Mayo; estas jornadas son para poder conseguir distintas marcas que no son tan exigentes para otras competiciones y poder dar la oportunidad de nadar a nadadores que no tienen nivel para los campeonatos de Madrid. Esta temporada se ha dividido la jornada en 2 nivel, nadando los nadadores del nivel 1 en piscina de 50 mts y los nadadores del nivel 2 en 25.

3 nadadores (2 masculinos y 1 femenino) han conseguido obtener más de 4 marcas mínimas para poder nadar en el nivel 1.

Nadadores que han conseguido obtener más de 4 marcas mínimas:

- Álvaro Estébanez de a Guía (6 mínimas)
- Carlos Fernández Arroyo (8 mínimas)
- Jorge García Vaquero (6 mínimas)
- Javier Izaguirre García (5 mínimas)
- Ignacio Lázaro- Sánchez (13 mínimas)
- Adrián Navas Ajenjo (5 mínimas)
- Daniel San Román Fernández (10 mínimas)
- Miguel Ángel Tristán Zubizarreta (7 mínimas)

- Sergio Arias Botey (4 mínimas)
- Rafael Arroyo Crespo (5 mínimas)
- Cristian Campo Vos (6 mínimas)
- Sara Fernández Miranda (4 mínimas)
- Jorge Morato Manzano (4 mínimas)
- Adrián Izaguirre (4 mínimas)
- Sergio Álvarez Balanya (2 mínimas)
- Andrea Beguiristain de miguel (3 mínimas)
- Águeda Izaguirre (3 mínimas)

Campeonato de Madrid (invierno/verano)

Disputado en Febrero; en el campeonato de invierno participaron 16 nadadores (2 femeninas y 14 masculinos), obteniendo 2 medallas de plata y 4 de bronce; situando al club en la 7º posición para los absolutos y en la 6º para los juniors; en algunos casos, se obtuvieron las marcas mínimas necesarias para participar en los campeonatos de España.

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN ABSOLUTOS	CLASIFICACIÓN JUNIOR
2011/2012	8º	12º
2012/2013	5º	11º
2013/2014	7º	6º

Disputado en Junio; en el campeonato de verano participaron 2 nadadoras y 15 nadadores. Los cuales obtuvieron 3 medallas de plata y 4 de bronce, además de conseguir meterse en 26 finales, donde se han obtenido en casi todas las pruebas las mejores marcas personales y se han conseguido las marcas mínimas para los campeonatos de España. En la clasificación por clubes se han conseguido la octava plaza para categoría junior, y la novena en la absoluta.

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN ABSOLUTOS	CLASIFICACIÓN JUNIOR
2011/2012	5º/13º (*)	-
2012/2013	8º	8º
2013/2014	9º	8º

*Puntuación en categoría por sexo masculino y femenino

Campeonato de España (invierno/verano)

Celebrado en Noviembre, en Palma de Mallorca; en los campeonatos de España de invierno absolutos han participado 4 nadadores en pruebas individuales y en relevos consiguiendo en todos los casos obtener la mejor marca personal para cada nadador en todas las pruebas disputadas.

TEMPORADA	MASCULINOS	NADADORES RELEVOS	FEMENINAS	NADADORAS RELEVOS
2011/2012	1	6	1	0
2012/2013	4	1	0	0
2013/2014	4	0	0	0

Nadadores clasificados por mínima individual:

- Ignacio Lázaro-Sánchez Mayoral
- Daniel San Román Fernández
- Cristian Campo Vos
- Jorge García Vaquero

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN MASCULINA	CLASIFICACIÓN FEMENINA
2011/2012	No puntuó	37°
2012/2013	32°	No participó
2013/2014	44°	No participó

En los campeonatos juniors de invierno no se ha conseguido llevar a ningún nadador.

TEMPORADA	MASCULINOS	NADADORES RELEVOS	FEMENINAS	NADADORAS RELEVOS
2011/2012	1	0	1	0
2012/2013	1	0	0	0
2013/2014	0	0	0	0

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN MASCULINA	CLASIFICACIÓN FEMENINA
2011/2012	31°	45°
2012/2013	44°	No participó
2013/2014	No participó	No participó

Celebrado en Julio en Barcelona; en los campeonatos de verano absolutos han participado representando al club 4 nadadores en sus pruebas individuales a los que se les ha sumado un nadador para los relevos, obteniendo varias mejores marcas personales y dejando al club en la posición 48° a nivel nacional.

TEMPORADA	MASCULINOS	NADADORES RELEVOS	FEMENINAS	NADADORAS RELEVOS
2011/2012	3	4	1	0
2012/2013	4	0	0	0
2013/2014	4	1	0	0

Nadadores clasificados por mínima individual:

- Ignacio Lázaro-Sánchez Mayoral
- Daniel San Román Fernández
- Cristian Campo Vos
- Jorge García Vaquero

Nadadores clasificados por mínimas de relevos:

- Javier Izaguirre García

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN MASCULINA	CLASIFICACIÓN FEMENINA
2011/2012	46º	46º
2012/2013	42º	No participó
2013/2014	48º	No participó

Celebrado en Julio en Barcelona; en el caso de la categoría Junior, han conseguido marcas mínimas 2 nadadores en pruebas individuales, obteniendo dos finales con un 7º y 9º puesto dejando al club en la posición 60º.

TEMPORADA	MASCULINOS	NADADORES RELEVOS	FEMENINAS	NADADORAS RELEVOS
2011/2012	2	3	0	0
2012/2013	5	0	0	0
2013/2014	2	0	0	0

Nadadores clasificados por mínima individual:

- Jorge Morato Manzano
- Álvaro Estébanez de la Guía

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN MASCULINA	CLASIFICACIÓN FEMENINA
2011/2012	No se estableció clasificación	
2012/2013	25º	No participó
2013/2014	60º	No participó

Copas de clubes de Madrid (junto a la categoría Junior y Absolutos).

El grupo femenino ha ascendido de la segunda división a la primera quedando como campeonas de la categoría y destacando que continua siendo un grupo joven en un periodo de transición, solo han representado al club 6 nadadoras con integrantes de la categoría infantil, junior y absolutos.

Temporada 11-12: DIVISIÓN DE HONOR (descenso a primera)

Temporada 12-13: PRIMERA DIVISIÓN (descenso a segunda)

Temporada 13-14: SEGUNDA DIVISIÓN (ascenso a primera)

El grupo masculino ha mantenido una temporada más la plaza en división de honor, ocupando la 6º posición y siendo representado por la mayoría de nadadores jóvenes al tomar esta como una competición de prueba para valorar a ciertos nadadores seleccionados en pruebas que no son habituales para ellos.

Temporada 11-12: DIVISIÓN DE HONOR (5º)

Temporada 12-13: DIVISIÓN DE HONOR (6º)

Temporada 13-14: DIVISIÓN DE HONOR (5º)

Copa de clubes de España

En la copa de España de primera división nacional de clubes celebrada en Gijón, el equipo masculino, que había conseguido la permanencia la temporada pasada

por primera vez en su historia, no pudo mantenerse esta temporada, y la próxima competirá en segunda división.

Nadadores participantes:

- Sergio Arias Botey
- Daniel San Román Fernández
- Jorge García Vaquero
- Ángel Regalado Santiago
- Tiago Venancio
- Álvaro Estébanez de la Guía
- Ignacio Lázaro-Sánchez Mayoral
- Jorge Iglesia García
- Rafael Arroyo Crespo
- Miguel Ángel Tristán Zubizarreta
- Javier Izaguirre García
- Adrián Izaguirre García
- Cristian Campo Vos

VIII circuito open CM (3 jornadas) (junto con las categorías Juniors y Absolutos).

En la primera jornada se consiguieron varios cuartos y quintos puestos y 27 finales.

En la segunda jornada se consiguieron 1 bronce, varios cuartos puestos, y 28 finales.

En la tercera jornada se consiguieron 1 plata, 2 bronce y 18 finales.

Trofeo CST-CST Costa Azahar (Castellón) (junto con Junior y Absolutos)

Disputado en Diciembre; se realizaron 7 inscripciones femeninas y 20 masculinas, consiguiendo en muchos casos la marca mínima para participar en un campeonato territorial y nacional, como así también se han conseguido varios primeros puestos.

Trofeo Internacional de Navidad (Ordizia) (junto con Juniors y Absolutos).

Disputado en Diciembre; a este trofeo asistieron 7 nadadoras y 19 nadadores consiguiendo 1 medalla de plata y 4 de bronce, participando en 10 finales.

Trofeo Pozuelo (Pozuelo) (junto a las categorías Alevín, Juniors, Absolutos y Adaptada).

Disputado en Mayo. Nadaron 13 nadadoras femeninas y 16 masculinos, más los relevos; se nadaron los 4 estilos en distancias de 50 mts y objetivo de la participación de este trofeo sirvió de preparación para los próximos eventos (ctos. Territoriales y nacionales). Cabe destacar que se obtuvieron varios primeros puestos lo que sitúa a nuestros nadadores en un buen estado de forma acorde a la parte de la temporada en la que se realizó este evento. Se han conseguido 9 medallas de oro, 7 de plata y 8 de bronce; obteniendo el 4º puesto en la tabla general.

XXI Open villa de Leganés (Leganés)

Disputado en junio; en el open de Leganés han asistido 10 nadadoras y 21 nadadores consiguiendo meterse en 27 finales y obteniendo 7 medallas de oro, 3 de plata y 2 de bronce.

El equipo se clasificó en la 3º posición general de clubes.



NATACIÓN MÁSTER

Entrenador a cargo: Joshua Rosillo

Sede Alcobendas

Día y hora de entrenamiento:

Agua:

Sesión tarde: Lunes a viernes 14:00 a 15:30

Sesión noche: Lunes a viernes 20:30 a 22:00

Seco:

Jueves 14:00 a 14:45

Jueves 20:30 a 21:15

Nadadores:

A principio de temporada: 28 M- 10 F

Final de la temporada: 22 M – 11 F

Sede Pio XII

Día y hora de entrenamiento:

Agua: Lunes a viernes 21:00 a 22:30

Nadadores:

Temporada 2013-2014: 16 M – 3 F

Categoría Libre

Nadadores:

Temporada 2013-2014: 12 M – 5 F

Competiciones

Jornada Liga de Clubes (5 jornadas)

Disputado desde Diciembre hasta Mayo; en la liga de clubes madrileño dividido en 5 jornadas, el club consiguió quedarse con la 4º posición en la categoría femenina, con la 3º en la masculina y repitió el 3º puesto en la general.

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN MASCULINA	CLASIFICACIÓN FEMENINA	CLASIFICACIÓN TOTAL
2011/2012	13º	No participó	14º
2012/2013	4º	8º	4º
2013/2014	3º	4º	3º

Trofeo Tenis Chamartín (Madrid)

Disputado en Mayo; para este trofeo fueron convocadas 7 nadadoras y 10 nadadores los cuales obtuvieron 7 medallas de oro, 7 de plata y 6 de bronce.

Campeonato de Madrid (verano)

Disputado en Mayo; en este campeonato participaron 7 nadadoras y 35 nadadores. Obteniendo el 5º puesto en la categoría femenina y el 4º puesto en la masculina y quedando en la cuarta posición en la general.

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN MASCULINA	CLASIFICACIÓN FEMENINA	CLASIFICACIÓN TOTAL
2011/2012	No participó		
2012/2013	2º	1º	2º
2013/2014	4º	5º	4º

Campeonato de España (invierno y verano)

Disputado en Febrero; en el campeonato de invierno participaron 7 nadadoras y 20 nadadores obteniendo 3 medallas de oro, 4 de plata y 13 de bronce.

El club en la categoría femenina finalizó en la posición 12º, en la masculina lo hizo en la 7º, y en la general terminó en la 9º posición; con un record de España obtenido a cargo de Laura García Berrendero en 200 espalda (2:30.10).

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN MASCULINA	CLASIFICACIÓN FEMENINA	CLASIFICACIÓN TOTAL
2011/2012	No participó		
2012/2013	15º	55º	23º
2013/2014	7º	12º	9º

Disputado en Junio; en los campeonatos de verano participaron 6 nadadoras y 17 nadadores, los cuales consiguieron obtener 12 medallas de oro, 8 de plata y 10 de bronce.

El club consiguió obtener la 7º posición en la categoría femenina, la 11º en la masculina y la 9º en la general; obteniendo un record de España a cargo de Laura García Berrendero en los 100 espalda (1:11.82).

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN MASCULINA	CLASIFICACIÓN FEMENINA	CLASIFICACIÓN TOTAL
2011/2012	No participó		
2012/2013	7º	11º	10º
2013/2014	11º	7º	9º

Campeonato de España de Larga Distancia

Disputado en Junio. Han participado 3 nadadores, consiguiendo 2 oros y 1 plata en los 3 km.

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN MASCULINA	CLASIFICACIÓN FEMENINA	CLASIFICACIÓN TOTAL
2011/2012	No se desarrolló		
2012/2013	No participó	3º	3º
2013/2014	4º	No participó	6º

II Trofeo real Canoe máster (Madrid)

Disputado en Noviembre; en este trofeo participaron 33 nadadores (7 femeninas y 26 masculinos). Han conseguido 19 medallas de oro, 9 de plata y 6 de bronce.

III Trofeo primavera máster (FMN)

Disputado en Marzo; en este trofeo han participado 7 nadadoras y 36 nadadores y se consiguieron 8 medallas de oro, 7 de plata y 10 de bronce.



SINCRONIZADA

Categoría Alevín I

Entrenador a cargo: Blanca Tomillo

Día y hora de entrenamiento:

Agua:

Sábados y domingos 13:30 a 14:30

Seco:

Sábados y domingo 12:30 a 13:30

Nadadores:

A principio de temporada: 15 nadadoras

Final de la temporada: 9 nadadoras

Competiciones

Campeonato open figuras (FMN)

En el open de figuras han participado por segunda vez representando al CNA y registraron posiciones bastante interesantes destacando un 3º puesto, un 5º puesto y en varias ocasiones se obtuvieron varias clasificaciones por encima del 20º puesto en las generales

Campeonato open rutinas (FMN)

En el open de rutinas obtuvieron los siguientes puestos:

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN
2012/2013	No participó
2013/2014	25º

Categoría Alevín II

Entrenador a cargo: Blanca Tomillo

Día y hora de entrenamiento:

Agua:

Sábados y domingos 13:30 a 14:30

Seco:

Sábados y domingo 12:30 a 13:30

Nadadores:

A principio de temporada: 8 nadadoras

Final de la temporada: 11 nadadoras

Competiciones

Campeonato open figuras (FMN)

En el open de figuras han participado por segunda vez representando al CNA y registraron posiciones bastante interesantes destacando un 3º puesto, un 5º puesto y en varias ocasiones se obtuvieron varias clasificaciones por encima del 20º puesto en las generales

Campeonato open rutinas (FMN)

En el open de rutinas obtuvieron los siguientes puestos:

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN
2012/2013	10º
2013/2014	8º

Categoría Infantil

Entrenador a cargo: Almudena Bonales

Día y hora de entrenamiento:

Agua:

Sábados y domingos 13:30 a 14:30

Seco:

Sábados y domingo 12:30 a 13:30

Nadadores:

A principio de temporada: 8 nadadoras

Final de la temporada: 10 nadadoras

Competiciones

Campeonato open figuras (FMN)

En el open de figuras han participado por segunda vez representando al CNA y registraron posiciones bastante interesantes destacando un 3º puesto, un 5º puesto y en varias ocasiones se obtuvieron varias clasificaciones por encima del 20º puesto en las generales

Campeonato open rutinas (FMN)

En el open de rutinas obtuvieron los siguientes puestos:

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN
2012/2013	2º
2013/2014	5º

Categoría Juvenil

Entrenador a cargo: Erika Tomillo

Día y hora de entrenamiento:

Agua:

Sábados y domingos 13:30 a 14:30

Seco:

Sábados y domingo 12:30 a 13:30

Nadadores:

A principio de temporada: 8 nadadoras

Final de la temporada: 8 nadadoras

Competiciones

Campeonato open figuras (FMN)

En el open de figuras han participado por segunda vez representando al CNA y registraron posiciones bastante interesantes destacando un 3° puesto, un 5° puesto y en varias ocasiones se obtuvieron varias clasificaciones por encima del 20° puesto en las generales

Campeonato open rutinas (FMN)

En el open de rutinas obtuvieron los siguientes puestos:

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN
2012/2013	4°
2013/2014	2°

ADAPTADA

Entrenador responsable: Sergio Martínez Gallego

Días y lugar de entrenamiento:

Lunes a viernes, en el centro de alto rendimiento de Madrid (Blume)

Nadadores:

A principio de temporada: 8 M -2 F

Final de la temporada: 7 M-5 F

Competiciones

Mundial de Montreal

Disputado en Julio. En esta competición 1 nadador asistió representando al CNA obteniendo 1 plata.

Nadador convocado por la Federación Española

- Jaime Bailón Galindo

Open FMDPC-FUNDAR

En el open FMDPC-FUNDAR participaron 5 nadadoras y 8 nadadores obteniendo en su mayoría muchos 1º puestos y varias medallas de plata; y obteniendo la segunda plaza en la clasificación general por clubes.

TEMPORADA	CLASIFICACIÓN
2011/2012	3º
2012/2013	5º
2013/2014	2º

Campeonato de España por edades

Disputado en Febrero. En esta competición asistieron representando al CNA 2 nadadoras y 1 nadadores obteniendo el 20º puesto en la clasificación general.

Nadadores convocados para representar a Madrid

- Elsa Fraile Torres
- Marta Camisón Hernando
- Jorge Martínez Nieto

Campeonato de Autonomías

Disputado en Marzo. En esta competición asistieron representando al CNA 2 nadadoras y 5 nadadores obteniendo varios primeros y segundos puestos y en casi todos los casos estando entre los 3 primeros de la clasificación.

Nadadores convocados para representar a Madrid

- Alexandra Gavrilenko
- Sara Gil Tierno
- Jaime Bailón Galindo
- Sergio Caballero Verguizas
- Javier Crespo Aldoma
- Héctor De la Hoz De la Peña
- Javier De la Torre Serrano

Entrenador convocado

- Sergio Martínez

Campeonato de España de Clubes

Disputado en Junio. En esta competición el club con ha asistido con la representación de 10 deportistas, obteniendo la 5º plaza en la clasificación general.

Open de Berlín

Disputado en Abril. En el open de Berlín, un nadador del CNA representó a la selección española obteniendo 1 plata y 1 bronce.

Nadador convocado por la Federación Española

- Sergio Caballero Verguiza

Open de la Comunidad Valenciana

En este open participaron representando al CNA 5 nadadoras y 6 nadadores obteniendo 10 medallas de oro, 10 de plata y 5 de bronce.

Trofeo de Pozuelo

En este open participaron representando al CNA 3 nadadoras y 2 nadadores obteniendo 2 medallas de oro, 3 de plata y 1 de bronce.

ACTIVIDADES EXTRADEPORTIVAS

San Silvestre de Alcobendas

Los nadadores de la Categoría Infantil han participado el 31 de diciembre de 2013 en la carrera popular San Silvestre de Alcobendas; las pruebas se disputaron sobre un recorrido homologado de diez kilómetros, medido por la Federación de Atletismo de Madrid, totalmente urbanos y sobre superficie de asfalto. El cronometraje oficial se realizó mediante sistema de chip electrónico. El objetivo de la misma fue el poder coger volumen aeróbico en un entorno distinto al agua.

Concentración Semana santa

Evento realizado en Buitrago en semana santa por las categorías Infantil- Junior y Absolutos.

La misma se llevó a cabo en las instalaciones del colegio Gredos; en el cual los nadadores estuvieron concentrados desde el día 14 de abril hasta el 16 de abril, ambos inclusive.

En la concentración se desarrollaron todo tipo de actividades (senderismo, fútbol, waterpolo, trabajos en suspensión, trabajos de core, trabajos de fuerzas con balones medicinales y balones suizos, entrenamientos de agua, charlas informativas), lo cual hizo que sea muy llevadera para los deportistas.

Las instalaciones son muy asequible y de muy buen confort, al igual que lo es la comida de origen casero y muy variada en cuanto a nutrientes y propiedades.

Esta concentración tiene el objetivo de preparar la última parte de la temporada con estas categorías en base a las competiciones más importantes que quedan:

- Copa de España de clubes
- Campeonatos de Madrid
- Campeonatos de España

OBJETIVOS

- Convivencia, compañerismo.
- Preparación física, técnica y mental para la última parte de la temporada.
- Información sobre Nutrición y deporte.
- Aprendizaje de visualización y otras tareas psicológicas para la preparación competitiva.

Campus deportivo

Evento realizado en el mes de julio con las categorías Benjamín y Alevín en el Colegio Gredos San Diego de Buitrago de Lozoya. Este es el primer paso de un gran proyecto como es el de instaurar un campus deportivo en el CNA. En esta ocasión asistieron 14 nadadores entre ambas categorías y dos entrenadores; parte del grupo preparará el campeonato de España alevín y la otra parte realizará el campus con un fin más lúdico.

Los objetivos principales son:

- La convivencia
- El compañerismo
- El inculco a la práctica deportiva (acuática y terrestre)
- La amistad
- Preparación para el campeonato de España Alevín.

Visita al ZOO de Madrid

Evento desarrollado en el mes de Junio. Los nadadores pertenecientes a las categorías Nexo y Prebenjamín han realizado una excursión como parte del fin de la temporada; en esta ocasión fue la visita al ZOO de Madrid. En total asistieron 14 nadadores y con ellos, dos entrenadores. El objetivo principal de la misma fue la convivencia entre los pares y el desarrollo de una actividad distinta a la cotidiana; además de ser una excusa para celebrar el fin de temporada.

RODRIGO BUENO RUSSO

Director Deportivo- Club Natación Alcobendas.

