



natación

formación

buceo

salvamento



# Club Natación Buceo y Salvamento Sonseca

## **MUY BUENAS SENSACIONES TRAS LA DISPUTA DE LA PRIMERA JORNADA DE DEPORTE ESCOLAR**

Esta primera jornada nos deparó las dos primeras mínimas nacionales de Pablo Valentín, quién ha comenzado la temporada de manera espectacular. Los tiempos que realizó además de asegurarle la participación en el campeonato de España, se convirtieron en las mejores marcas regionales de 13 años en 100 espalda (1:02) y 400 libre (4:31), aunque no podrán ser homologadas ya que la competición no disponía de cronómetro electrónico.

También resaltamos la actuación de Andrea Molinero, Andrés Martín y Pablo Mora, quiénes ya se acercan desde la primera competición a sus respectivas mínimas nacionales.

El resto de sus compañeros del grupo “avanzado” de entrenamiento, mantuvo un buen nivel y prácticamente todo el grupo rebajó sus tiempos de inscripción, a pesar de estar a comienzos de la temporada. Destacamos las grandes mejoras en 200 estilos por parte de Iván Lancha, Marian Fernández.

El grupo “intermedio” de entrenamiento compuesto por nadadores Alevines y Benjamines, también nos brindó buenas actuaciones, demostrando la madurez y el gran estado de forma que van adquiriendo, y donde salvo algún pequeño despiste en 50 Libre, la gran mayoría de ellos consiguieron bajar mucho sus tiempos y realizar sus correspondientes mínimas regionales.

En este caso, remarcamos el tiempo de 100 Espalda de Adrián Sánchez en su vuelta al equipo, los buenos estrenos de Luis Rojas en 50 Libre y Ángela Manzanares en 200 Braza, y el gran tiempo de Marcos Jiménez en 100 Espalda.

En lo que respecta a nuestro tercer grupo de entrenamiento compuesto en su mayoría por benjamines y menores, hay que resaltar la buenísima evolución de los nadadores que se incorporaron al equipo la temporada anterior (Elena Martín, Miguel Bravo, Enrique Gómez, Daniel Molero, Gonzalo Rubio, Elena Martín, Inés Camacho y Andrea Manzanares). Todos ellos demostraron que ya se han adaptado perfectamente a la dinámica y organización del equipo y su rendimiento durante esta competición en la que disputaron 50 libre y 100 espalda, fue muy satisfactorio, encontrando también muchas mínimas regionales entre ellos.

Mientras que nuestros cuatro nadadores debutantes de la categoría menores (Lucía Romero, Daniel Valentín y Jorge Aparicio) e Isabel Rodríguez en Alevín, vivieron con especial ilusión su estreno en las competiciones y ante una grada abarrotada, disputaron la prueba de 50 libre, realizando muy buenos tiempos para ser su primera competición.

Un inicio muy prometedor de todos nuestros nadadores, que de seguir en esta línea de buenos entrenamientos, seguramente nos deparen una temporada llena de éxitos.