

BOLETÍN DE LA FEDERACIÓN DE TENIS DE MADRID

NÚMERO 30/ 7 DE MAYO 2018

NOTICIAS

VUELVE EL "MANUEL ALONSO"

Desde el año 1967 todos los jugadores/as infantiles de tenis esperan la primavera con ansiedad para competir en el campeonato de España más bonito que existe: el "Manuel Alonso". Sus fases de club, regional y, finalmente, nacional han sido las razones de su éxito, pues todos pueden jugarlo, hasta llegar a julio, donde se encontrarán con chavales de todas las regiones de España en una auténtica fiesta de convivencia, deporte y competencia.

Yo me clasifiqué para 3 fases finales, no porque fuera un niño prodigio ni mucho menos, sino porque en esos años (75, 76 y 77), pocos niños entrenaban y competían con regularidad y los que éramos socios del Club de Tenis Chamartín teníamos una enorme ventaja sobre el resto de chavales. Afortunadamente, las oportunidades de jugar al tenis en España son ahora mayores y más igualitarias, como así lo refleja el palmarés del torneo con vencedores/as de diferentes regiones casi cada año.

La fortaleza del tenis español nace de la salud de sus torneos juveniles y de las estructuras de escuelas tan bien organizadas: esto provoca una continua producción de jugadores/as de élite que, además, son de toda España. Miremos los componentes del equipo de Copa Davis y Copa Federación: Nadal (Manacor), Carreño (Gijón), Ferrer (Javea), Feliciano (Toledo), Marc López (Barcelona), Bautista (Castellón), Carla Suárez (Canarias), Lara Arruabarrena (San Sebastián), Anabel Medina (Torrent)... El año pasado ganaron el Manuel Alonso una malagueña y un murciano. La continuidad de nuestro deporte como referencia mundial está asegurada, no tengo dudas.

Mi historia en las 3 fases finales que disputé la recuerdo con nostalgia, agradecimiento a mis padres y alegría por todo lo bueno que me pasó. En Murcia 1975 me dieron el premio al jugador más joven: ¡recogí el galardón de manos del mítico Manuel Alonso! En Barcelona 1976 disputé la final de consolación en un escenario magnífico como es el Real Club de Tenis Barcelona.

En La Coruña 1977 gané el torneo y lo recuerdo como una semana imborrable para mí, rodeado de mis mejores amigos, mi familia mis queridos entrenadores Antonio Martínez y Alonso Comas. Todo fue fabuloso. Fui el primer madrileño en ganar el torneo y creo que el único que perdió en la final de la fase de clubes y acabó ganando el torneo nacional... ¡Cosas del tenis!

Ha comenzado la edición número 51. En la Ciudad de la Raqueta fuimos sede del cincuentenario y todavía recordamos lo bien que lo pasamos y el nivelazo que vimos. Creo, sin exagerar, que el vencedor del 2017, Alcaraz, me hubiera metido una paliza de escándalo en el 77. Todos los deportes han evolucionado y el tenis creo que el que más. Vamos a por ese 2018. Chicos/as: ¡DISFRUTAD!

Koki Martí
Director Ciudad de la Raqueta



MARIO VILELLA SE PROCLAMA CAMPEÓN DEL VII TORNEO INTERNACIONAL VILLA DE MADRID

23 de abril de 2018

El ilicitense Mario Vilella se ha proclamado campeón del **VII Torneo Internacional Villa de Madrid, Future 25 000 \$** disputado desde el 4 de abril en las instalaciones del **Club de Tenis Chamartín**.

El español derrotó en semifinales a Javier Barranco por 7/5 6/4. En la final derrotó al argentino, y campeón del año pasado, Pedro Cachín 6/4 6/0.

Cachín venía de vencer en semifinales al madrileño Javier Martí. El partido, muy reñido, se decantó del lado del argentino por 4/6 6/4 6/1.

En el **cuadro de dobles**, Pedro Cachín formando pareja con Patricio Heras, se proclamó campeón al vencer en la final a Diego Hidalgo y Juan Carlos Sáez. El resultado fue de 7/6(2) 3/6 (10/7).

A la entrega de premios acudieron Antonio Martínez, director de la escuela de tenis del Club de Tenis Chamartín; José Ignacio Pérez, director general del Club de Tenis Chamartín; Chema Iñigo, director del torneo y director deportivo del Club de Tenis Chamartín; Moisés Gonzalez, de Tayre Automoción; Tati Rascón, presidente de la Federación de Tenis de Madrid; Miguel Santos, de Gafa deportiva; y Aitor Velasco, juez árbitro.

Póngase en contacto con nosotros:

FEDERACIÓN DE TENIS DE MADRID

C/ San Cugat del Vallés, s/n
Madrid 28034
911318781

comunicacion@ftm.es

www.ftm.es



director del torneo, Carlos Martín; el vicepresidente del club, José Ignacio Navas; y Tati Rascón, presidente de la Federación de Tenis de Madrid, quien remarcó que el club "ha hecho un gran esfuerzo organizativo durante toda la semana para sacar adelante un Torneo de muy buen nivel tenístico".



STEVEN DÍEZ, CAMPEÓN DEL FUTURE 25 000 \$ DE MAJADAHONDA
30 de abril de 2018

El canadiense Steven Díez se ha proclamado campeón del **Future 25 000 \$** disputado desde el 21 de abril en el **Club Internacional de Tenis de Majadahonda**. El jugador venció en la final al argentino Pedro Cachín, que venía de ser finalista también en el Future del Club de Tenis Chamartín.

Casualmente, en la semifinal de Majadahonda, Cachín derrotó (2/6 6/4 6/2) a su verdugo en la final del Villa de Madrid: Mario Vilella. El resultado de la final fue muy ajustado, pero en el tercer set se decantó del lado de Díez por 6/3, 3/6 y 7/5. Tras el partido, el canadiense aseguró que había sido un gran partido ante un gran rival y que la organización del torneo había sido excepcional. Cachín, por su parte, habló también del buen partido jugado por ambos.

Los ganadores de dobles fueron Marc Giner y Jaume Pla, que derrotaron a Sergio Martos y Oleg Prihodko por 2/6 7/6 (6) y 13/.

En la entrega de premios estuvo presente el



MARTÍN LANDALUCE
DISPUTARÁ EL FUTURES
TENNIS ACE EN PARÍS
23 de abril de 2018

El madrileño Martín Landaluce representará al tenis español en el **Longines Futures Tennis Aces** de categoría sub13 al proclamarse campeón del **Masters Longines Spain Tour** disputado este fin de semana en el **Club Internacional de Majadahonda**. Landaluce derrotó a Rodrigo Santiago por 4/1 5/3.

En el cuadro femenino, Victoria Jiménez derrotó a Ariana Geerlings 4/2 2/4 (7/4) y será la representante española.

¡Enhorabuena!

DEPORTES EKIPATE
TU TIENDA ESPECIALIZADA EN TENIS
TIENDA ASOCIADA A LA FEDERACION DE TENIS DE MADRID
¡¡IMPORTANTES DESCUENTOS A FEDERADOS!!
C/ San Cugat del Vallés s/n Teléfono 603180020

RICHI VILLACORTA Y MARÍA JOSÉ LUQUE, GANADORES DEL TORNEO DE APERTURA DE LAS IBP UNIUSO TENNIS SERIES

30 de abril de 2018

El Torneo de Apertura de las IBP Uniuso Tennis Series en Ciudad de la Raqueta ha finalizado con la victoria del madrileño Richi Villacorta y la cordobesa María José Luque. Luque, que partía como segunda cabeza de serie, tenía que verse las caras en la final con una joven jugadora madrileña, Marta González Ballbé. El partido estuvo reñido en todo momento, pero la experiencia de María José hizo que la balanza se decantase hacia ella tras un gran encuentro de ambas: 4/6, 7/6 y 7/6. Por su parte, en el cuadro masculino, Richi Villacorta se alzó con el triunfo gracias a un WO dado a su rival en la final, Alejandro Moro.

A la entrega de premios acudieron Francisco Blanco, patrono de la Fundación Blanco Paris; Koki Martí, CEO de Ciudad de la Raqueta; Fernando Sacristán, en representación de la RFET; y Emilio de Villota de Legado María de Villota.

Además, se hizo entrega a Avanza ONG de un cheque por valor de 500 kg de alimentos para ayudar a los más necesitados, donado por el programa IBP Uniuso Tennis Solidario.



PLENO DE CAMPEONES MADRILEÑOS EN EL TTK WARRIORS DEL UCJS SPORTS CLUB

23 de abril de 2018

Los jugadores madrileños han hecho pleno este fin de semana en el **TTK Warriors** disputado, del 6 al 22 de abril, en las instalaciones del **UCJC Sports Club** de Madrid.

La ganadora del benjamín ha sido Carlota Rodríguez, que se vio las caras en la final con Sofía Fernández. El resultado fue de 4/2 4/0. El ganador benjamín fue Adrián Oltean, que se deshizo de Enrique Carrascosa con un doble 4/1. Enrique venía de ganarle a otro madrileño en semifinales: José Ángel Muñoz.

En la categoría alevín, Luis Llorens ganaba la final ante Bernardo Munk 7/5 6/2. Munk venció en la penúltima ronda a Hugo García. Y en el cuadro femenino, Cristina Ramos se proclamó campeona al ganarle la final a Victoria Gerova. En semifinales, Cristina había derrotado a María Paz Alberto.

En la categoría infantil, Pedro Ródenas se proclamó campeón al vencer en la final a Miguel Avendaño por 7/5 6/2. En semifinales, Ródenas había derrotado a Lucca Helguera.

En el cuadro femenino, Irene Cocero se hizo con la victoria al vencer en la final a Anna Ortiz 6/3 6/1. En semifinales, Anna derrotó a María García e Irene a Victoria Solís.

PEDRO RÓDENAS, CAMPEÓN DEL TTK WARRIORS INFANTIL DE CÓRDOBA

30 de abril de 2018

Pedro Ródenas ha ganado la prueba de Córdoba del **TTK Warriors** en la categoría infantil al derrotar en la final a Izan Orgiles 6/3 7/6 (5). En la semifinal, Ródenas le ganó a Emilio Viciano 6/2 6/1.

En el alevín femenino, María Paz Alberto le ganó a Simona Alter en cuartos 7/5 6/4 y perdió en semifinales con Paula Moreno 6/1 7/5.

Hasta la misma ronda, pero en el cuadro infantil, llegó Marisol Fernández: derrotó en cuartos a María Urquiza 6/4 6/1 y cayó en la penúltima ronda ante Lucía Risquete 6/2 5/7 6/2.





CARMEN GALLARDO, FINALISTA DE LA PRUEBA EN EQUILITE DEL CIRCUITO MARCA JÓVENES PROMESAS

30 de abril de 2018

La Academia JC Ferrer-Equelite de Villena (Alicante) ha acogido la quinta prueba del **Circuito Marca Jóvenes Promesas 2018**. Los campeones de este torneo han sido Marc Ktiri y Judith Perelló.

La finalista del cuadro femenino fue la madrileña Carmen Gallardo, reciente finalista también del Cadete de Madrid. La final, muy ajustada y disputada, se decantó finalmente del lado de Perelló por 4/6, 6/1 y 7/5. Gallardo derrotó en semifinales a Claudia Sánchez por 6/1 y 6/0. Ktiri venció en la final masculina a Pau Fanlo por 6/3, 2/6 y 6/3.

La siguiente parada del circuito empieza hoy 30 de abril y finaliza el 6 de mayo en el Club de Campo Peñacañada de Valencia.

DANIEL MÉRIDA, CAMPEÓN DEL GODÓ SUB14

30 de abril de 2018

El madrileño Dani Mérida se ha proclamado, ayer domingo, campeón de la categoría **Sub14** del **Barcelona Open Banc Sabadell-Trofeo Conde de Godó**. En la final derrotó a Carlos Guerrero por 7/5, 4/6 y 6/4. La ganadora femenina ha sido Victoria Giménez al vencer a Ariana Geerlings por 6/4 y 7/5.

Eric Domenech, director del Barcelona Open Banc Sabadell Sub14, y Nacho Soler Cabot, vicepresidente deportivo del Real Club de Tenis Barcelona-1899, han entregado los trofeos a los campeones y a los finalistas.



CIRCUITO CORREDOR EN ALGETE

26 de abril de 2018

El **Polideportivo Municipal "Duque de Algete"** ha acogido la prueba de Algete del **Circuito Corredor** con más de 70 participantes en todas las categorías.

Los ganadores y finalistas han sido los siguientes:

	Campeón/a	Finalista
Benjamín Masculino	Antonio Valdés	Rubén Nieto
Alevín Masculino Consolación	César Loeches	Adrián Sánchez
Alevín Masculino A	Joel Almodóvar	Marcos Castaneda
Infantil Masculino A	Yannick Wassmer	Arturo Blanco
Cadete Masculino Consolación	Eloy Vegas	Rubén Tena
Cadete Masculino A	Marco Salamanca	Jorge Rodríguez
Absoluto Femenino A	Rocío Sánchez	Elsa Arribas
Absoluto Masculino Consolación	David Mendoza	Diego Cirimele
Absoluto Masculino A	Carlos García	Fernando España

A la entrega de premios acudió el alcalde de Algete, Cesáreo de la Puebla de Mesa; la concejala de Deportes, María Nieves Pérez; y José Luis Augusto, en representación de la Federación de Tenis de Madrid.



EL EQUIPO DE VETERANOS +55 DEL REAL CLUB PUERTA DE HIERRO GANA EL CAMPEONATO DE ESPAÑA POR EQUIPOS DE CATEGORÍA B

23 de abril de 2018

El **Real Club Puerta de Hierro** se ha proclamado campeón de España de Veteranos +55 por equipos en la categoría B al derrotar en la final a otro equipo madrileño, el del **Club de Tenis Chamartín** por 3 a 0.

Los resultados fueron los siguientes:

- Juan Avendaño a Javier Juanco-Martí 6/1 6/2
- Íñigo Yllera a Joe Lovrics 7/5 6/1
- Carlos Almazán a José Velasco 6/2 6/0

DANIEL MATHEU Y MARTA PÉREZ EN JUEGO, SET, MADRID DE M21

26 de abril de 2018

Ya puedes escuchar los dos últimos programas de "Madrid en juego" de M21 con la colaboración de la Federación de Tenis de Madrid a través de la sección "Juego, Set, Madrid".

Hemos entrevistado a Daniel Matheu y Marta Pérez, recientes ganadores del Campeonato Cadete de Madrid.

ESCUCHA LAS ENTREVISTAS: [Audio Marta](#) (minuto 44.50)/ [Audio Daniel](#) (minuto 44.33)



140 PARTICIPANTES EN EL TORNEO JUVENIL DEL CLUB ALAMEDA

19 de abril de 2018

El **Club Alameda** ha celebrado, del 6 al 22 de abril, el **Torneo Juvenil** con más de 140 participantes.

Los ganadores y finalistas han sido:

- **Benjamín Masculino:** Joaquín González a Sergio Ramos 5/3 4/1
- **Benjamín Consolación:** Dani Cano a Lucas Martínez 4/2 2/4 10/5
- **Alevín Masculino:** Marcos Rodelgo a Jorge Agulló 4/0 abandono
- **Alevín Consolación:** Mario Garcia Panadero a Marco Ordóñez 4/1 4/0
- **Infantil A:** Nacho Salas a Rodrigo Rabanal 6/2 6/1
- **Infantil B:** Mauro Abascal a Ricardo López 6/4 7/6
- **Infantil Consolación:** Jaime Perales a Sergio Arias 4/2 4/0
- **Cadete A:** Jorge López de Azcona a Santiago Gallardo 6/2 6/0
- **Cadete B:** Manuel Piriz a Sergio González 6/2 1/6 10/7
- **Cadete Consolación:** Álvaro Hernández a Pablo Valero 2/4 4/0 10/5
- **Júnior Masculino:** Mario Moarquech a Javier García de Castro 6/3 6/3
- **Júnior Consolación:** Adrián Sánchez a Ilyan Lozano 4/1 4/0
- **Absoluto A:** Fernando Granero a Álvaro Huete W.O. justificado
- **Absoluto B:** Daniel Tejera a Mario Moarquech 6/2 6/2



¿QUIÉN ES...?



Entrevistamos a **DANIEL MATHEU**, jugador madrileño y reciente ganador del Campeonato de Madrid Cadete. Nos cuenta qué ha significado para él este torneo y cuáles son sus siguientes metas.

Federación de Tenis de Madrid (FTM): ¿Qué ha significado para ti el Campeonato Cadete de Madrid?

Daniel Matheu (DM): Ha sido un reto, sobre todo de superación, después de haber tenido, tras el Marca Jóvenes Promesas de Valencia, una semana dura con malas sensaciones. Poco a poco las sensaciones fueron mejorando y fui jugando mejor hasta conseguir acabar el torneo con tres buenos partidos.

FTM: Es tu primer año de cadete. ¿El año que viene la idea es repetir, no?

DM: Sí, me gustaría repetir y ganarlo dos años consecutivos. Es algo difícil de conseguir, ya que en Madrid los jugadores tienen muy buen nivel.

FTM: ¿Cómo fue la final? Venías de verte recientemente las caras con Pablo, ya que te había ganado en la final de una de las pruebas del Mutua Madrid Open Sub16.

DM: El primer set fue bastante parecido a la final del Mutua Madrid Open Sub 16, con mucha intensidad y donde Pablo fue superior a mí. En el segundo set le cambié el juego: le hacía cambios de ritmo, le tiraba cortado para arriba y eso creo que le descolocó un poco. Le gané 6/0. En el tercer set parecía que iba bien, incluso me puse 2/0, pero en el 2/1 me caí y me hice daño en el dedo. Me sacó un poco del partido. Él aprovechó y se puso 4/2, incluso con bolas para el 5/2. Ahí tuve que luchar y dejarme la piel en la pista para remontar el partido y ganar el campeonato.



FTM: ¿Qué meta tienes en la cabeza?

DM: La meta más importante es en junio el Campeonato de España Cadete. Siempre he jugado Campeonatos de España en Madrid y es el primero que juego fuera de Madrid en el Club de Tenis Pamplona. Me gustaría hacerlo bien.

FTM: Entrenas, compites y estudias. ¿Cómo lo compatibilizas? ¿Cómo es tu rutina diaria?

DM: Nada más llegar del instituto a las 16 horas como rápido. A las 16,20 estoy estudiando.

Los lunes empiezo a las 17 horas a entrenar: casi no me da tiempo a estudiar, ya que entreno con Pelayo Rodríguez en el C.T. Chamartín hasta las 18 horas. De allí me llevan a entrenar con mi entrenador a Fuente del Fresno. Es el día más difícil de la semana.

El martes es un día en el que tengo más tiempo, ya que no entreno hasta las 18 horas.

El miércoles es también difícil porque he estado yendo al

SEK de Ciudadcampo a entrenar con Jorge Fernández Soltero. Al volver me solía dar más tiempo a estudiar.

El jueves es complicado también porque voy a una academia de inglés de 16,30 a 17,30 horas y luego entreno. Ya no vuelvo a casa hasta por la tarde.

El viernes quedo para jugar algún set en el C.T. Chamartín.

Los sábados y domingos es donde tengo que apretar para estudiar. Aunque juegue torneos, tengo más tiempo por la mañana o por la tarde, dependiendo de cuándo tenga los partidos.

FTM: ¿En tu instituto te ayudan de alguna manera? ¿Te dan algunas facilidades?

DM: Sí, de hecho, estoy exento en Educación Física. Los miércoles puedo sacar una hora mientras mis compañeros están en esa clase, sino en casa se me acumula todo...

FTM: ¿Cómo son tus entrenamientos?

DM: Mi entrenamiento de tenis es mucha parte técnica, con muchos carros y mucha repetición de bola, El físico es bastante variado, ya que hay días que hacemos entrenamiento físico en pista de velocidad con conos y los martes, por ejemplo, suelo ir al gimnasio y hago parte más de fuerza.

FTM: ¿Dónde te ves en unos años?

DM: En unos años espero ir a estudiar EEUU con una beca: hacer allí la carrera y jugar internacionales.



UN CADETE CON UN GRAN FÍSICO Y GRAN INTELIGENCIA EN LA PISTA

ENSÉÑANOS TU CLUB



Entrevistamos a **JOAQUÍN MONTES**, presidente del **CLUB DE TENIS ALBORADA**. Nos habla de cuándo se inició todo, cómo trabajan día a día y qué proyectos tienen en mente.

Federación de Tenis de Madrid (FTM): ¿Cómo inició la andadura del Club de Tenis Alborada en 1989?

Joaquín Montes (JM): Pues nos tenemos que remontar unos años antes, concretamente a 1984, donde un grupo de aficionados al tenis coincidíamos en las pistas y decidimos organizar una competición entre nosotros, pagar una cuota y entregar unos trofeos a los ganadores. Como por aquel entonces no se podían reservar las pistas municipales con antelación, teníamos que levantarnos muy temprano, casi al Alba, así fue como nació el nombre de Alborada.

Pasaron los años y se fueron incorporando nuevos jugadores a los torneos que organizábamos, por lo que se decidió dar formalidad a la situación y así fue como, el 16 de febrero de 1989, se celebra una reunión en la que se aprueba el acta de constitución de la Agrupación Deportiva Club de Tenis Alborada de Leganés, así como sus estatutos correspondientes a efectos legales.

Como todos habíamos aprendido a jugar de manera autodidacta, quisimos que nuestros hijos aprendieran desde la base con un profesor, y así creamos la escuela de tenis, que dio como fruto la inscripción en 1991 de nuestro equipo en la Liga Juvenil.

Durante estos años la escuela fue creciendo gracias a la labor desarrollada por su director, Miguel Ángel Bravo Párraga, y por el grupo de profesores que la componen, hasta llegar a su tope máximo, limitado por las cuatro pistas que nos cede el Ayuntamiento de Leganés para entrenamientos de los casi 300 alumnos que tenemos en la actualidad.

FTM: ¿Qué logros deportivos habéis logrado durante estos años?

JM: Recordamos con orgullo y mucha ilusión el primer título conseguido en la Liga Juvenil al quedar campeones de tercera división en nuestra tercera temporada de participación. Desde entonces, no hemos dejado de participar en cuantas competiciones organiza la FTM, ya que son la principal justificación de nuestra escuela de tenis.

A pesar de nuestras limitaciones de pistas en relación al número de alumnos, nos tenemos que dedicar a un tenis más de base. No obstante, durante estos años, hemos conseguido numerosos trofeos en las diferentes categorías de las Ligas Juveniles y de Promoción, así como en Campeonatos por Equipos. Llevamos varios años manteniéndonos en segunda división de la Liga Juvenil y de la Liga de Veteranos.

Cómo título más importante, destacamos el Campeonato de Madrid Alevín por Equipos Femenino que conseguimos en el año 1994 con un equipo encabezado por jugadoras como Carmen Márquez, Patricia Garrido, Carolina Bravo y las hermanas D'oubiol.

Recientemente, nuestro equipo júnior masculino se proclamó subcampeón de segunda división, poniendo broche de oro a una destacada generación de alumnos, así como el último campeonato obtenido por nuestros benjamines en la I Liga Benjamín organizada por la FTM, lo que nos hace ser optimistas para años venideros.

FTM: ¿Qué valores promueve vuestro club?

JM: El objeto y finalidad principal de nuestro club, según se recoge en nuestros estatutos, es promover y fomentar la amistad entre los socios a través de la práctica del tenis.

Nuestra estructura es como un verdadero club social y, aunque no disponemos de instalaciones propias, hacemos todo lo posible para organizar continuamente actividades que nos sirvan para promover las relaciones personales basadas en el respeto mutuo, compromiso y amistad.

Con casi treinta años de andadura profesional, por nuestra escuela han pasado miles de alumnos y nuestra máxima siempre ha sido formarles tanto deportiva como personalmente con respeto, sacrificio y esfuerzo, así como nuestra obligación moral de dar a conocer y hacer accesible el tenis al mayor número de personas posibles.

Todos estos valores y filosofía de club se vieron públicamente reconocidos en la "Gala del Deporte" de Leganés en 2010 y supuso un gran orgullo para la gran familia que formamos el Club de Tenis Alborada.

FTM: ¿Cuál es vuestro punto fuerte?

JM: Como hemos comentado anteriormente, nuestro club es una gran familia a la partiendo de un deporte en común, ha desarrollado diferentes actividades deportivas y de ocio donde puedan integrarse todos los miembros de la familia.

No podemos olvidar la calidad de la enseñanza de nuestra escuela, donde todos nuestros profesores se han formado en ella y otros están trabajando en diferentes clubes transmitiendo nuestra filosofía.



preparación física.

Optimizamos todos los recursos que están a nuestro alcance, ya que siendo una escuela sin mucho volumen de entrenamiento (número de horas/semana), nuestra prioridad es que el tiempo útil de entrenamiento sea el mayor posible para que nuestros alumnos saquen el máximo provecho a sus sesiones.

FTM: ¿Cómo trabajáis vosotros el tenis base?

JM: El tenis base en nuestra escuela es fundamental y lo fomentamos como actividad extraescolar en los colegios mediante nuestro proyecto LEGATENIS, en el que llevamos trabajando más de 5 años y que comienza a dar sus frutos, ya que hay muchos alumnos formados en ese proyecto que están jugando en las Ligas FTM.

En LEGATENIS, trabajamos desde un punto de vista lúdico, pero sin olvidar los objetivos técnicos necesarios a cumplir.

Desde este proyecto, los alumnos pueden promocionar a través de pruebas de nivel y pasar a formar parte de las otras dos secciones de la escuela, perfeccionamiento y tecnificación, en las que contamos también con clases de

FTM: ¿Qué jugadores destacados han pasado por el vuestras pistas?

JM: Nuestros jugadores no son muy dados a participar en competiciones individuales y prefieren las competiciones por equipos. No obstante, debemos destacar a Carmen Márquez Salas que fue subcampeona de España alevín individual en 1995, campeona de España de dobles infantil en el Memorial Manuel Alonso en 1997, representante española y Campeona en el LAWMM TENNIS European Trial Tournament Under 14 en 1997 y subcampeona de España de dobles júnior en 2000. Llegó a ser número 32 en el ranking nacional. También disputó algunos torneos WTA, que la situaron en el 835 de su clasificación.

También debemos destacar a David Rodríguez Cruz, que se proclamó Campeón benjamín de Madrid en 2013 y a Íker García Bermejo, campeón benjamín de Madrid en la categoría de dobles en 2015. Como último logro en este mismo año, destacar el buen papel de Sergio Chamoso Sánchez en el Campeonato Cadete de Madrid, llegando a octavos de final.

Durante 26 años hemos organizado el Torneo de Tenis Isidoro Luna, que llegó a ser todo un referente en la Comunidad de Madrid y atrajo a los jugadores mejores clasificados. De ellos podemos destacar por su posterior trayectoria profesional a Fernando Verdasco, que quedó subcampeón en la categoría infantil.

Otros jugadores a destacar: Pedro Salas Lozano, Francisco Javier de la Torre, Luis Sánchez Martín, Rocío de la Torre, Elena Salvador, Arancha Calvo, Carmen Márquez Salas, etc.

FTM: ¿Cuál es el número de federados en el club y su porcentaje respecto al total?

JM: Somos conscientes de la importancia de estar federados y, por ello, todos nuestros alumnos juveniles de la escuela de perfeccionamiento tienen la licencia federativa gratuita con cargo al club. A día de hoy tenemos 217 licencias en vigor.

FTM: ¿Qué objetivos tiene el club a corto y medio plazo?

JM: Nuestro objetivo es seguir manteniendo el extraordinario ambiente que se respira en el club; mejorar, en la medida de lo posible, la calidad de nuestras instalaciones que disfrutamos gracias a la colaboración con el Ayuntamiento de Leganés; crear una sección de competición en la escuela y extender el proyecto LEGATENIS a más colegios de Leganés.

FTM: ¿Qué actividades, eventos o torneos organizáis durante el año?

JM: En nuestro club contamos con, aproximadamente, 300 alumnos y 120 socios a los que ofrecemos una serie de actividades a lo largo de la temporada.

En cuanto a los alumnos, participamos en casi todas las competiciones de la FTM, desde Minitenis hasta la Liga de Veteranos.

También organizamos Jornadas de Deporte Local con el Ayuntamiento de Leganés y el Día del Deporte; competiciones internas en sus diferentes categorías; *clinic* y concentraciones en fines de semana; visita al Open de Tenis de Madrid; fiesta fin de temporada; y campamentos de verano (Acampatenis) en diversas ubicaciones.

En cuanto a los socios, en el plano deportivo tenemos competiciones internas, tanto ligas como torneos. Celebramos una cena anual y una comida como fin de temporada. También organizamos una excursión en verano para pasar todo el día, con el ánimo de fomentar la convivencia entre los socios.

Durante 26 años, celebramos el Torneo de Tenis Isidoro Luna que llegó a ser unos de los más importantes de Madrid por el que pasaron numerosos jugadores. Desgraciadamente, con las instalaciones que disponemos actualmente, no nos permiten organizar un torneo de calidad, que retomaríamos si la situación cambiara.



UN CLUB SOCIAL CENTRADO EN EL TENIS BASE Y EN LA CALIDAD DE LA ENSEÑANZA

STRETCHING GLOBAL ACTIVO

La repetición excesiva de los mismos movimientos, como ocurre en el tenis, provoca aumento de tono de algunos músculos y sobrecarga en las articulaciones más exigidas, y genera a través del tiempo compensaciones y deformidades en el aparato locomotor. Por esta razón, se indican estiramientos destinados a conseguir recorridos articulares amplios con el fin de prevenir sobrecargas musculares y reequilibrar el cuerpo. El lado dominante siempre estará más expuesto que el otro, y la repetición de los gestos puede generar asimetrías. Es importante tener en cuenta las características propias de este deporte en todas las etapas de la vida, aunque quizás durante la infancia y adolescencia cobre especial interés.

El **Stretching Global Activo (SGA)** es una forma de estiramiento que deriva del método de Reeducción Postural Global (RPG) creado por Ph. E. Souchard. Consiste en la puesta en tensión isométrica en la situación más excéntrica posible. Todo el sistema se estira a la vez con la finalidad de evitar deformidades y compensaciones.

Es **activo**, ya que el deportista controla su postura y el límite de la intensidad de las contracciones solicitadas. Hasta aprender y tener dominio de la técnica, será el fisioterapeuta el que oriente y corrija dichas posturas a través de insistencias y una manualidad fina, de forma que haga consciente los puntos de tensión y asimetrías en las distintas partes del cuerpo del tenista. Liberando, de esta forma, las retracciones o frenos que se generan en alguna parte del sistema, con la intención de dotar a los deportistas de recursos para que sean protagonistas de su entrenamiento. Así, tendrán la sensibilidad suficiente para saber hasta dónde y cómo deben estirar. La colocación de la postura será del centro a la periferia, de la columna a las extremidades de los miembros.



Todos los segmentos del cuerpo se mueven relacionados unos con otros, gracias a la acción conjunta e íntegra de distintas estructuras anatómicas para producir un movimiento y se forma un sistema integrado de coordinación neuromotriz. Estamos en presencia de una forma de estirar lenta, progresiva y **global**, en la que todas las estructuras del sistema se estiran a la vez.

En la realización de cada postura, existe un protocolo acerca de la forma de comenzar, de progresar y de terminar. Durante la misma, se insiste en la relajación y el dominio de la respiración. Cuanto más tiempo dure la postura, más eficaz será el estiramiento. El ritmo debe ser lento, ya que los movimientos rápidos crean compensaciones inmediatas.

El gran desafío de este método es adquirir el conocimiento del propio cuerpo, haciendo consciente todos los registros del mismo a través de los distintos sistemas de información al Sistema Nervioso Central (SNC). Este conocimiento hará que podamos anticiparnos a una lesión. En caso que esta pueda evitarse. El momento ideal para realizar estiramientos y ganar en longitud es cuando el cuerpo está frío. Alejado del tiempo de entrenamiento y competición. El calor altera la información y la sensación de los síntomas.

Estamos, entonces, en condiciones de afirmar que el SGA es un método que:

- Aumenta la elasticidad corporal
- Corrige la postura
- Previene las lesiones
- Mejora el rendimiento deportivo
- Favorece la relajación
- Mantiene los efectos del tratamiento terapéutico de RPG, en caso que el deportista haya realizado dicho tratamiento previo a la introducción en este método.

Se pueden hacer clases de SGA en forma individual, en grupo, o por parejas. En caso de existir alguna patología, deformidad, o dolencia, se debe acudir al tratamiento individualizado de RPG con un profesional formado en el método.

DECÁLOGO DEL STRETCHING GLOBAL ACTIVO	
1	Las posturas de Stretching corrigen deformaciones y pueden tanto preparar como reparar. Juegan un papel fundamental en el rendimiento deportivo.
2	La longitud de estiramiento ganada es proporcional al tiempo de tracción, lo cual significa que los estiramientos prolongados son más eficaces que los estiramientos bruscos.
3	Los músculos rígidos deben estirarse en frío. La temperatura provoca de forma artificial y temporal un aumento del coeficiente de elasticidad.
4	El estiramiento global consiste en sobrepasar el punto de rigidez muscular en sentido opuesto a las fisiológicas del músculo, evitando además cualquier compensación en el otro extremo del sistema de coordinación neuromotriz.
5	La globalidad consiste en estirar al mismo tiempo todos los músculos de un mismo sistema de coordinación neuromotriz.
6	Las posturas de Stretching se eligen en función de la morfología de cada persona y de la actividad laboral o deportiva que desarrolla.
7	El estiramiento no es una actividad de competición. Cada persona debe respetar sus propios límites. Gradualmente mejorará su flexibilidad.
8	Los estiramientos deben realizarse continuamente a lo largo del año, especialmente en los deportistas, no antes y después de los entrenamientos y competiciones, sino alejados en el tiempo de las mismas.
9	Los deportes completos son los menos perjudiciales. Mejor elegir deportes que requieran flexibilidad y coordinación en lugar de los que exigen fuerza.
10	En épocas de crecimiento, los niños y jóvenes deben practicar deportes polivalentes y no practicar un solo deporte. En la tercera edad deben priorizarse los ejercicios de flexibilidad.

María de los Ángeles Ciarelli
 Fisioterapeuta Colegiado nº 4429
 Comisión de Fisioterapia en la Actividad Física y el Deporte
 Colegio Profesional de Fisioterapeutas de Madrid

Pueden enviar sus dudas y consultas a deportiva@cfisiomad.org e iremos contestando a través de esta publicación aquellos casos que nos vayan llegando y sean de interés general para los tenistas madrileños.

VENTAJAS FEDERADOS FTM

Un espacio para ti, en el que tendrás descuentos exclusivos en

Viajes, Moda, Ocio, Tecnología y
¡MUCHOS MÁS!



PRÓXIMAS COMPETICIONES

XVIII TORNEO FEDERADO

AVANTAGE - GETAFE

POLIDEPORTIVO JUAN DE LA CIERVA

INSCRIPCIONES EN: WWW.FTM.ES

DEL 9 AL 25 DE JUNIO

Director del Torneo: Carlos Rodriguez
Juez Árbitro: Sergio Seo

PATROCINADORES: REACTOR, HEAD, CITROEN

CATEGORIAS: BENJAMIN, ALEVIN, INFANTIL, CADETE, JUNIOR, ABSOLUTO

J.S. REMOLCAUTO
Tu Taller Multimarca en Getafe
Pide ya tu cita: www.jaremolcauto.com - Tel.: 91 681 13 37

II TORNEO DE PROMOCION DE TENIS CLUB MONTE ROZAS

del 24 de Junio al 2 de Julio de 2017

Categorías

- Benjamin Masculino
- Alevín Masculino
- Infantil Masculino

Inscripciones

Hasta las 20 horas del día 20 de Junio a través de www.compeonatos.ftm.es

Precio inscripción: 12 Euros

Bola Oficial Tecnifibre

Patrocinador: Tecnifibre

PISCINA GRATUITA
*Durante todo el torneo para jugadores y 2 acompañantes

VII Open de Tenis

CLUB DE TENIS VALDEMORO

Del 30 Junio al 9 de Julio

Inscripciones: [web www.ftm.com](http://web.www.ftm.com)

Fecha fin de la inscripción: 27/06/17
Sub-10 12€
Resto de categorías 10€

Trofeos:
Campeón Trofeo
Subcampeón Trofeo

XVII OPEN DE TENIS

Villaviciosa de Odón 2.017

TRANS SHIPPING Air Cargo S.L.

FECHAS: Del 26 de Junio al 15 de Julio de 2.017.
Laborables de 16:00 a 22:00.
Fines de semana de 12:00 a 22:00.

Donde: Polideportivo Municipal Guadalupe Melado, Avda Guadalupe Melado nº3, Villaviciosa de Odón.

CATEGORIAS: Benjamin, Alevín, Cadete y Junior (Benjamin, Alevín, Cadete y Junior Absolutos).
Máximo 1 jugador por categoría.
Máximo 4 jugadores por club.
Categorías de todas las categorías.

ORGANIZA: C.T. Villaviciosa de Odón.

DIRECTOR TORNEO: Carlos Delgado
JUEZ ARBITRO: Carlos Bachiller (167-405-195)

PRECIOS: Inscripción: 12€ (incluye promoción niños).
13€ (categorías promociones niños).
15€ (categorías promociones niñas).
17€ (absolutos y veteranos).

INSCRIPCIONES: Hasta el 27-06-17 a las 18:00 horas.
Súmite: 35-06-16.
Inscripciones en el Calendario de Torneos de la FTM (compeonatos.ftm.es).

Apuntate ya!!

Patrocinadores: ALUMINIOS RINOS GARCIA, "la Caixa", fisioterapia, NCS, NEXCOFF, TORRECREATIVA, etc.

TORNEO COMPETICIÓN DE PRIMAVERA

SPORT CENTER MANOLO SANTANA

DEL 11 AL 27 DE MAYO

CATEGORIA MASCULINA: sub-6, benjamin, alevín, infantil, cadete, junior-absoluto y veteranos +35

CATEGORIA FEMENINA: absoluto

Información e inscripciones: competicion.ftm.es

Juez Árbitro: Juan Tarrat
Director del Torneo: Carlos Blitz
Bola del Torneo: Dunlop Fort

CIRCUITO JOVENES TALENTOS MAYO 2017

ROZAS CLUB

Del 6 al 21 de mayo

Centro de tenis de Rozas de Madrid

Inscripciones: 916 304 900 y 676 504 179
info@rozasclub.com

XXXVI TORNEO DE TENIS SAN FERNANDO ARANJUEZ

Del 11 AL 27 de mayo 2018

CATEGORIAS: ABSOLUTO MAS/HEM (promoción mixta), VETERANOS +35, JUNIOR CADETE, INFANTIL ALEVIN, BENJAMIN, SUB 10, 11, 12

Info: WWW.FTM.ES

Cierre Inscripción: Martes 8 de mayo de 2017 22:00

Juez Árbitro: ALVARO PLAZA Tel.: 678 06 8579 (de 18:00 a 21:30 horas)
Director: Félix de los Angeles

Exhibición Tenis Silla de Rodas en colaboración con Tecnifibre

800€ en premios
200€ Campeón
100 finalista
50€ semifinalista

1ER TORNEO TENIS PROMOCIÓN

REEBOK SPORTS CLUB LA FINCA

DEL 18/05 AL 03/06

• Cuota inscripción: 15 de euros
• Categorías: Benjamin masculino, alevín masculino, infantil masculino, cadete masculino, junior masculino, absoluto masculino y veteranos +35 masculino.
• Inscripción digital web Federación Madrileña de Tenis.
• Precio Benjamin, alevín, cadete y junior: 15 euros.
• Precio absoluto y veteranos: 30€ 20 euros.
• 2017 whitest (Euros Nadal)
• Mail: torneos@scfinca.com

TORNEO 40 ANIVERSARIO DEPORTES WIMBLEDON

Categorías: Masculino: Benjamin, Alevín, Infantil, Junior, Absoluto
Femenino: Absoluto

Juez Árbitro: Cheli Espino

Club de Tenis: C. S. José del Parque (Avda. Champagnat, 2)

Inscripciones: FTM.es

Premios: Campeón Trofeo y finalista. Campeón Trofeo según de 100€. Subcampeón Trofeo según de 50€. Mejor jugador según de 10€. Campeón mejor jugador de 10€. Subcampeón mejor jugador de 5€. Con la inscripción se da un seguro.

Patrocinadores: DEPORTES WIMBLEDON, HEAD, WILSON, REEBOK, NISSAN, CITROEN, etc.



FEDERACIÓN DE TENIS DE MADRID
DEPARTAMENTO DE COMUNICACIÓN
Calle San Cugat del Vallés s/nC/ San Cugat del Vallés, s/n
Madrid 28034
911318781

