

BOLETÍN DE LA FEDERACIÓN DE TENIS DE MADRID

NÚMERO 32/ 4 DE JUNIO 2018

NOTICIAS

¡GRAN FIESTA DE LA LIGA JUVENIL, MINITENIS Y BENJAMÍN EN LA FTM!

21 de mayo de 2018



Más de **60 clubes** asistieron el pasado día 20 a la Federación de Tenis de Madrid con sus respectivos jugadores de Minitenis, Liga Benjamín y Liga Juvenil para celebrar, un año más, el final de las ligas en las que participaron más de 5000 tenistas de la Comunidad de Madrid. El tiempo acompañó, aunque por momentos el público temió que una tormenta de mayo se uniera a la fiesta... Pero no fue así: el tiempo aguantó y pudimos ver a cientos de niños, entrenadores y padres disfrutar de toda una fiesta del tenis.

La jornada comenzó a las 16 horas con las actividades dirigidas a los más pequeños: los niños de **minitenis** y benjamín. Al mismo tiempo, se disputó una competición de "**winners**". ¡Qué grandes fueron y cómo lucharon por ganar y demostrar sus habilidades con la raqueta! Cuando los pequeños finalizaron, se acercaron a la pista central, donde estaba ya todo montado, escenario incluido, para la entrega de medallas y trofeos. Antes de empezar, el maestro de ceremonias, Pablo Carabias, acompañado de Rubén Sáez, Carlos Briz, Samuel Armero y Carlos Rodríguez, animaron a los pequeños a hacer golpes con la raqueta y la pelota, a hacer sombras, a bailar y, en definitiva, a disfrutar de la tarde rodeados de otros niños tenistas.

Kumon, colaborador de la FTM con el que se ha desarrollado el "Programa de Valores", estuvo presente en el acto y les entregó a los niños varios regalos, entre ellos una guía de lectura y una pulsera, como recuerdo de la fiesta.

A continuación, entraron los clubes, muchos de ellos vestidos con sus respectivas equipaciones y con ganas de recibir sus **medallas, trofeos y los diplomas del "Programa de Valores" de Kumon**. Entre risas, aplausos y gritos de

TIEMPO DE TENIS PLAYA

Llega el buen tiempo y es el momento de saltar a la arena, de disfrutar del sol y de jugar al tenis playa. Un deporte que combina el tenis, el vóley playa y las tradicionales palas playeras; un deporte veraniego, aunque en Madrid puede practicarse durante muchos meses del año, que encantará tanto a tenistas como padeleros.

El tenis playa, reconocido por la **International Tennis Federation**, es una auténtica locura en países como Italia, Brasil o Estados Unidos, con Campeonatos Mundiales y Circuitos Profesionales ITF, y que cuenta con el canario **Antoni Ramos** en el top 5 mundial de la especialidad.

En la FTM, entidad responsable de la difusión de dicha especialidad en nuestra comunidad, desde hace unos años estamos en marcha con su difusión y promoción, organizando el Campeonato de Madrid, torneos abiertos y clínicos, así como enviando representantes madrileños a los Campeonatos de España de dicha modalidad en las diferentes categorías.

Este 2018, el fichaje del ex jugador profesional italiano **Nicola Espósito** como director técnico de FTM/ Tenis Playa, así como el acuerdo con el **Ayuntamiento de Getafe**, que llevará el tenis playa al sur de nuestra comunidad, han dado un nuevo impulso a nuestras actividades tenis playeras.

Por otro lado, la firma de convenios con **Drop Shot** como sponsor técnico oficial, así como con **Caralocio Servicios** como pista oficial, han dado al tenis playa madrileño dos importantes partners para su desarrollo y consolidación.

Por todo ello, estamos convencidos de que para los clubes FTM, **apostar por el tenis playa sería una gran opción**, aportando a sus socios una nueva variante de deporte de la raqueta, divertidísima, apta para todas las edades y niveles y cuya instalación y mantenimiento es muy asequible.

Desde la FTM nos ofrecemos para asesorar a clubes e instituciones para que el tenis playa forme parte de su oferta deportiva, ofreciendo un servicio que va desde la construcción de pistas a la formación de monitores. Sin duda, **el tenis playa es una apuesta segura** y, repetimos, muy, pero que muy divertida.



Pablo Carabias
Tenis Playa FTM

emoción todos los jugadores recibieron sus obsequios. 10 clubes fueron los afortunados que, en el sorteo, recibieron una caja con diferentes regalos dirigidos a sus chavales. Tati Rascón, presidente de la Federación de Tenis de Madrid, agradeció a todos su asistencia y estuvo acompañado por Fernando Sacristán, vicepresidente de la FTM y José Luis Augusto, coordinador general. También colaboraron José Bosch, Carlos Rodríguez, Luis Miguel Gómez y Benito Lora, del Comité Juvenil y José Manuel Pastrana, del Comité de Tenis Base.

Para finalizar, se hizo una mención especial a los **MVPs de la Liga, Marina Benito y Víctor Moreno**, de la Universidad Europea. ¡Enhorabuena!

Desde la FTM, agradecemos a todos vuestra asistencia y vuestra colaboración en todo momento. Y por supuesto, damos las gracias también a Composan-Tennislife, Dunlop, Volvo, América Internacional, Kumon, Kaptium y Agua en Caja.



CAROLINA GÓMEZ Y DANIEL MÉRIDA, CAMPEONES INFANTIL DE MADRID

21 de mayo de 2018

¡Llegó el día de saber quién ostentaría el título del tradicional y mítico Campeonato de Madrid Infantil "Memorial Manuel Alonso"! Después de dos semanas de partidos y siempre mirando al cielo por si caía algún chaparrón, como comentó la jueza árbitra, Carmen Heras, se celebraron en la Federación de Tenis de Madrid las finales individuales y de dobles durante el fin de semana.

Llegaban a ella cuatro jóvenes, pero grandes e ilusionados tenistas madrileños: por un lado, **Carolina Gómez y Vitoria Solís** se disputaban el cuadro femenino. Carolina llegaba eufórica tras haber levantado ya el trofeo de campeona **de dobles femenino** junto a Irene Cocero. Vencieron 6/4 y 6/2 a Laura Cuesta y María García. Con esa emoción, pero también con los nervios de quien ya lo ha ganado y defiende título, entraba en la pista Carolina para encontrarse con Vitoria Solís, una jugadora zurda, con mucho toque y grandes golpes, que no pensaba ponérselo nada fácil. Y así fue: primer set para Carolina y Vitoria se la juega a la todavía vigente campeona poniéndose 4 a 0. No pudo aprovechar varias bolas, incluso una para ponerse 5 a 0. Carolina siguió en su lucha con la garra que la caracteriza y se llevó el set apurando hasta el tiebreak. Repetía título y la alegría era enorme.

Mientras tanto, en la pista de al lado, **Daniel Mérida y Alejandro Verdasco** se cruzaban grandes golpes repletos de carácter, como ellos mismos son y lo muestran siempre en la pista. Verdasco se adelantó en el primer set, incluso llegando a estar 4 a 1 arriba, pero Daniel fue más consistente y le ganó el set 6/4, jugando más centrado y metido en el partido. El segundo set fue parecido, aunque por momentos parecía que se podía llegar a un tercer set por la lucha que se desprendía en el juego de Alejandro. Finalmente, y tras un gran partido de ambos, Mérida se hizo con la victoria por un doble 6/4.



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



En la final de **dobles masculino**, veíamos de nuevo a Verdasco formando pareja con Nicolás Galofré. Sus rivales, Miguel Avendaño y Markus Giersiepen, vencieron 7/6 (3) y 6/4.



LUIS LLORENS Y CRISTINA RAMOS, CAMPEONES ALEVINES DE MADRID

29 de mayo de 2018

A pesar de las tormentas que cayeron en Madrid la semana pasada, el Campeonato Alevín de Madrid ha conseguido finalizar en tiempo con dos grandes finales: la que enfrentó a **Luis Llorens y Martín Landaluce** y la de **Cristina Ramos y Marta Soriano**. Se esperaba que fueran reñidas y se cumplió el pronóstico el domingo pasado en el Polideportivo Municipal Casa de Campo.

Antes de alcanzar la última ronda, Marta Soriano había vencido en semifinales a Jimena Gómez 6/0 6/1. Cristina Ramos, por su parte, había ganado su partido ante Victoria Gerova 6/2 6/1. En la final, las cabeza de serie número 1 y 2 desplegaron un gran juego y lucharon hasta el final, pero la victoria se decantó en tres mangas del lado de Cristina con un resultado final de 6/4 3/6 6/2.

En el cuadro masculino, Luis Llorens, cabeza de serie dos, derrotó en la penúltima ronda a Bernardo Munk. Martín Landaluce, cabeza de serie número 1, hizo lo propio con Juan Dodero. En la final, Martín Landaluce ganó con facilidad el primer set (6/0), pero Llorens se repuso y le ganó los dos siguientes por 7/6 6/4.

En los **dobles masculino**, Luis Llorens también logró el campeonato formando pareja con Bernardo Munk. Derrotaron a Juan Dodero y Marcos Ramos 6/3 6/1. En el **dobles femenino**, Sofía Benito y Victoria Gerova ganaron a Carlota Corte y Cayetana Gay por un doble 6/4.

A la entrega de premios acudieron Miguel Díaz, presidente de la Real Federación Española de Tenis; Tati Rascón, presidente de la Federación de Tenis de Madrid; y Fernando Sacristán, director del torneo y vicepresidente de la FTM.



EL C.T. CHAMARTÍN Y LA E.T. ALCALÁ, CAMPEONES ALEVINES POR EQUIPOS

24 de mayo de 2018

Ya tenemos los resultados de todos los **ganadores y finalistas** del Campeonato de Madrid por Equipos Alevín. ¡Enhorabuena a todos!

Masculino:

División 1: el Club de Tenis Chamartín se proclamó campeón tras derrotar a la Universidad Europea TeniSpain 5/4.

División 2: el Club Escuela de Tenis Majadahonda derrotó a la Escuela de Tenis Alcalá 5/4.

División 3: el Club de Amigos Tenistas de Parla ATP venció 5/4 al Club Alameda.

División 4: el Club Tenis Pádel Alcobendas ganó por 5/1 al Club Deportivo Brezo Osuna.

Promoción: el Club Deportivo Brezo Osuna gana al Club de Tenis Pozuelo 5/1.



Femenino:

División 1: la Escuela Tenis de Alcalá se proclamó campeón tras vencer al Club Jarama-RACE por 3/1.

División 2: el Tejar Club de Tenis venció al Club de Tenis Chamartín por 3/2.

División 3: el Club Alameda derrotó al Club Móstoles Tenis por 3/2.

División 4: el Club de Tenis Mirasierra consiguió el campeonato, tras él, el Club de Tenis Fuenlabrada quedó segundo.

Promoción: El Club de Tenis La Moraleja se proclamó campeona tras vencer a Fuenlabrada 3/2.



GIAN MARCO MORONI, ALCANZA SU PRIMERA FINAL ATP EN EL CHALLENGER DE MESTRE (ITALIA)

28 de mayo de 2018

El jugador del Grupo de Competición de la FTM Marco Moroni, ha sido finalista en el **XVI VENICE CHALLENGER SAVE CUP**, Challenger disputado del 21 al 27 de mayo en Mestre (Italia). Se trata de su **primera final ATP** y pudo jugar el torneo gracias a una invitación.

En la final, Moroni perdió con el también italiano Gianluigi Quinzi por un doble 6/2. Quinzi, de 22 años, ya ha ganado este año dos Challenger y en su día fue campeón júnior de Wimbledon. En la semifinal, el jugador de la FTM ganó al estadounidense Mitchell Krueger por 7/5 6/2.

Con esta final, Moroni se coloca el 14 de la "Next Gen", que disputará en Milán a finales de año su final con los ocho mejores jugadores sub21.



PANCHO ALVARIÑO NOS HABLA DEL TENIS FEMENINO EN SU PONENCIA DE LA FTM

25 de mayo de 2018

El pasado lunes tuvimos la suerte de contar con la ponencia de **Pancho Alvariño**, ex capitán y campeón de la Copa Federación y entrenador de hasta 10 Top 100 mundiales WTA, como Sara Sorribes o Estrella Cabeza y también la ex número 1, Dinara Safina, en las instalaciones de la Ciudad de la Raqueta dirigidas por la Federación de Tenis de Madrid.

Pancho Alvariño **reunió a más de 100 técnicos** para la ocasión, entre otros, el presidente de la FTM, Tati Rascón. Pancho nos habló del tenis femenino actual, de las grandes diferencias y dificultades entre ser tenista masculino y femenino. Por ejemplo, comentó la diferencia en el saque entre hombres y mujeres: pocas jugadoras marcan la diferencia con el saque, aunque cada vez hay más evolución en este sentido. Además, destacó la importancia de trabajar las emociones, algo que en el tenis masculino es menos común. "Comprender más a las chicas ayuda", afirmó.

En cuanto al tenis, Pancho destacó que **"es evolución: cuando se acaba la evolución, se acaba el tenis"** y que "el circuito te hace mejor jugador".

El ponente comentó que estaba **a favor del tenis "on court"**, pero preguntando a la jugadora más que hablarle el propio entrenador. Es decir, escuchar lo que ella piensa al acercarse al acercarse a ella en la pista. También habló de los padres y de la necesidad de educarles a nivel deportivo. De hecho, en esa línea, comentó una anécdota en Argentina que le sorprendió: nadie se podía acercar a la pista a menos de 7 metros cuando los más pequeños estaban jugando. Algo que dice mucho de la importancia de no agobiar a los niños cuando compiten o entrenan. Resaltó también la importancia de ser primero personas y luego jugadores.

Para terminar la ponencia, Pancho llevó su conocimiento a las pistas de la Ciudad de la Raqueta mostrándonos diferentes ejercicios para la mejora de nuestras jugadoras.



COMPOSAN

INDUSTRIAL Y TECNOLOGÍA

EL CLUB DE CAMPO SE PROCLAMA CAMPEÓN DE ESPAÑA +45 POR EQUIPOS MASCULINO

21 de mayo de 2018

El Club de Campo Villa de Madrid se ha proclamado **campeón de España por equipos masculino +45** al derrotar en la final al R.C. de Polo por 5/2.

RESULTADOS

Por el Club de Campo:

- Jorge Mantilla a David Pons 7/6 7/5
- Pablo Semprún a José Antonio Conde 6/0 6/3
- Rafael Hernández a Ciro Sepúlveda 6/1 6/0
- Víctor Guio/Pablo Semprún a Francisco García/Ciro Sepúlveda 6/2 6/1
- Costa/Hernández a Pons/Costa Bou 4/5 y retirada

Por el R.C. de Polo:

- Francisco García a Víctor Guio 6/2 6/4
- Carlos Costa Bou a Ramón Costa 6/2 7/5



PABLO VIVERO, FINALISTA EN EL FUTURE 15 000 \$ DE TÚNEZ 25 de mayo de 2018

El madrileño Pablo Vivero ha alcanzado la final del **Future 15 000 \$** disputado en Túnez.

Vivero, que partía como cabeza de serie número 1, derrotó en semifinales al local Anis Ghorbel por 7/5 6/4. En la final, no pudo con el tunecino Moez Echargui, que le ganó 6/0 6/1.

¡Enhorabuena por la final!

LIDIA GONZÁLEZ, FINALISTA DEL MARCA JÓVENES PROMESAS DE BADAJOZ

23 de mayo de 2018

La madrileña Lidia González ha sido finalista de la **prueba en Badajoz del Circuito Marca Jóvenes Promesas** disputado el fin de semana en el Club de Tenis Villanueva de la Serena.

La ganadora del torneo ha sido Olga Bienzobas al derrotar a González por 6/1 6/4. En el cuadro masculino, Iñaki Montes venció a David Cao por el mismo resultado.

¡Enhorabuena, Lidia, por la final!



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

CURSO GRATIS DE INICIACIÓN A LA ENSEÑANZA DEL TENIS

29 de mayo de 2018

¿Quieres realizar un curso de **INICIACIÓN A LA ENSEÑANZA DEL TENIS**? En la FTM te lo ponemos MUY FÁCIL porque contamos con uno... ¡GRATUITO!

Los **requisitos** son los siguientes:

- Edad entre 16 y 30 años (ampliable a 35 si sobran plazas)
- Título de la ESO o equivalente
- Preferentemente empadronados en el municipio de Madrid



Hay 4 **promociones** (prioridad a los 2 primeros):

- Promoción 3. Dos fines de semana: 23 y 24 de junio / 30 de junio y 1 de julio
- Promoción 4. De lunes a viernes: 9 – 13 de julio
- Promoción 5. De lunes a viernes: 3 – 7 de septiembre
- Promoción 6. Dos fines de semana: 29 y 30 de septiembre / 20 y 21 de octubre

Si te interesa, idate prisa, que las plazas son limitadas! Toda la información [AQUÍ](#).

X DÍA DE LA RAQUETA EN MÓSTOLES EL 9 DE JUNIO

30 de mayo de 2018

El Club de Tenis Móstoles, en colaboración con la Concejalía de Deportes de Móstoles y la FTM, organiza la décima edición del "Día de la raqueta" en el Polideportivo Villafontana el sábado día 9 de junio a las 11 horas.

Se realizará un clinic de tenis (golpes de derecha, revés, volea de derecha y volea de revés) con regalos para todo el mundo y se finalizará con un radar para medir el saque más rápido.

Pueden participar todas las edades a partir de 4 años.

¡Anímate!

FINALIZA EL XXXVI TORNEO DE SAN FERNANDO ARANJUEZ

29 de mayo de 2018

Tras dos semanas de competición, el **XXXVI Torneo de San Fernando de Aranjuez** ha finalizado y los asistentes, además de las finales, pudieron disfrutar de un **clínica y una exhibición de tenis en silla** por parte de Jorge Iglesias y Rubén Castilla organizados por la Federación Madrileña de Deportes de Discapacitados Físicos (FMDDF).



En el torneo, los **campeones y finalistas** fueron los siguientes:

BENJAMÍN FEMENINO

ALEVÍN FEMENINO CONSOLACIÓN

ALEVÍN FEMENINO FINAL

INFANTIL FEMENINO CONSOLACIÓN

INFANTIL FEMENINO FINAL

CADETE FEMENINO CONSOLACIÓN

CADETE FEMENINO FINAL

JÚNIOR FEMENINO FINAL

ABSOLUTO FEMENINO FINAL

CAMPEONA

Claudia Herrero

Aroa Ajenjo

Leyre Loeches

Alicia Ferrer

Alba Fernández

Paula Aragonés

Andrea Ado

Ana Utrilla

Marina Benito

FINALISTA

Aitana García-Alcalá

Clara Lorenta

Sara Baras

María Peña

Sara Baras

Andrea Rodríguez

Esther Rodríguez

Julia Ortega

Rocío Sánchez

BENJAMÍN MASCULINO A
ALEVÍN MASCULINO CONSOLACIÓN
ALEVÍN MASCULINO A
INFANTIL MASCULINO CONSOLACIÓN
INFANTIL MASCULINO A
CADETE MASCULINO CONSOLACIÓN
CADETE MASCULINO A
JÚNIOR MASCULINO A
ABSOLUTO MASCULINO A

CAMPEÓN
Sergio Ramos
Rafael García
Rubén Sánchez
David Pardo
Asier Meneses
Íñigo Mezkia
Andrés Bouille
Diego García
Diego José Manrique

FINALISTA
Adrián del Río
Adirán Krasimirov
Mario Ruiz
Marcos Crespo
Jairo Ajenjo
Alberto García
Javier García
Mario Moarquech
Daniel Ledesma

¡YA HA COMENZADO EL ITF FEMENINO DEL C.T. CHAMARTÍN!

4 de junio de 2018

El Club de Tenis Chamartín acoge, desde el 1 y hasta el 9 de junio, el **VIII Torneo Internacional Femenino ITF 15 000 \$**.

64 tenistas disputarán la fase previa, que acabará hoy lunes: de ellas, solo 8 se clasificarán para el cuadro final, que comenzará el lunes 4 con las 32 mejores jugadoras, que tratarán de conseguir los 28 puntos ATP que otorga el torneo. El campeonato **finalizará el sábado 9 de junio** con su correspondiente ceremonia de entrega de premios.

El torneo tiene una dotación de 15 000 \$ que se distribuyen entre todas las jugadoras de los cuadros finales. El club financia este torneo, con ayuda de los patrocinios obtenidos de diferentes empresas, instituciones y federaciones, además de con la colaboración del Ayuntamiento de Madrid. En esta ocasión cuentan, además, con la ayuda de Wilson, Grupo Itra, Gafa Deportiva, Agua En Caja Mejor, Ergodinámica, Industria del Tenis, La Boutique Del Chamartín, Tennislife, Acnur, Real Federación Española de Tenis, Federación de Tenis de Madrid, la Women's Tennis Association y de ITF Pro Circuit.

El año pasado la ganadora fue la madrileña Rocío de la Torre, que derrotó a la catalana Guiomar Maristany.

Toda la información del torneo: [AQUÍ](#).



SILVIA SOLER, EL MANUEL ALONSO Y FERNANDO SACRISTÁN EN LA RADIO M21

29 de mayo de 2018

¡Ya podéis descargaros los últimos podcasts de la sección "**Juego, set, Madrid**" de **Madrid en Juego** en **M21**! Hemos hablado con la tenista **Silvia Soler**, que entrena en la Federación de Tenis de Madrid y que recientemente ha participado en el cuadro final del Mutua Madrid Open; también os presentamos la **figura de Manuel Alonso**, tenista que da nombre al Campeonato de Madrid Infantil-Memorial Manuel Alonso y que fue un pionero del tenis en nuestro país. En ese mismo programa, contamos con las declaraciones de los **campeones del regional infantil, Carolina Gómez y Daniel Mérida**, y las de **los finalistas, Alejandro Verdasco y Vitoria Solís**. Y, por último, en el siguiente programa, hemos entrevistado a **Fernando Sacristán**, director del Campeonato de Madrid Alevín y vicepresidente de la FTM.

- Entrevista a **SILVIA SOLER** [AQUÍ](#). Minuto 47.
- Entrevistas del **MANUEL ALONSO** [AQUÍ](#). Minuto 45.20.
- Entrevista a **FERNANDO SACRISTÁN** [AQUÍ](#). Minuto 33.30.



¿QUIÉN ES...?

Entrevistamos a **ESTELA PÉREZ SOMARRIBA**, madrileña que ha sido elegida mejor jugadora del año e incluida en el primer equipo de la conferencia de la Costa Atlántica de Estados Unidos. A su vez, esta temporada ha sido nombrada cuatro veces mejor jugadora de la semana de dicha conferencia. Estudiante de segundo año de la Universidad de Miami, en Estados Unidos, está situada en el ranking 3 del país. Estela cuenta con un récord de 24-4 en partidos individuales, incluyendo 13-1 contra jugadoras con ranking.

Federación de Tenis de Madrid (FTM): ¿Qué significa para ti ser el número 3 del país?

Estela Pérez Somarriba (EPS): No me gusta prestarle demasiada atención a los resultados y el ranking. Esto es un proceso muy largo y la consistencia es muy importante. Aun así, tener este ranking significa que estoy haciendo las cosas bien, que estoy trabajando en la buena dirección y jugando mi mejor tenis en los momentos importantes. Creo que si sigo así, podré conseguir muchas cosas.

FTM: ¿Qué valoración haces del nombramiento como mejor jugadora del año en la Conferencia Atlántica?

EPS: La Conferencia Atlántica es una de las más difíciles de todo Estados Unidos, yo diría que la más exigente. Hay muchos equipos muy buenos y nunca te vas a encontrar a rivales fáciles. Creo que, por esta razón, ganar este premio es algo especial. Cuando me lo dieron, no me lo esperaba, pero me hizo mucha ilusión y fue un reconocimiento a todo el trabajo de la temporada.

FTM: Es tu segundo año allí, ¿qué diferencias encuentras con la pasada temporada y qué responsabilidades nuevas consideras que tienes ahora?

EPS: Cuando llegas nuevo a un equipo, te cuesta adaptarte al ambiente, los compañeros, entrenadores, partidos, viajes... Todo es muy diferente a lo que estabas acostumbrado antes. Cuando ya pasas esa etapa, tienes la responsabilidad de enseñar cómo funcionan las cosas a los que llegan después de ti. Al formar parte de un equipo, representas los valores de la universidad. Creo que al jugar de número 1, he cumplido una función de líder que no había hecho antes. Cada persona tiene su papel en el equipo y tienes que respetarlo y valorarlo. El liderazgo es algo que se mejora con el tiempo y tengo muchas ganas de los próximos años seguir representando a mi universidad.

FTM: ¿Cómo compatibilizas ahí los estudios y el tenis?

EPS: La verdad es que académicamente también me ha ido muy bien este año. No es fácil y tienes que saber organizarte y saber cuáles son tus prioridades. Aun así, la universidad te facilita mucho el poder compaginar las dos cosas. Requiere autoexigencia y disciplina, pero luego los resultados recompensan todo el trabajo empeñado.



FTM: ¿Cómo es tu día a día?

EPS: Me levanto muy temprano: muchos días antes de las 6 de la mañana. Tengo rehabilitación media hora y también físico por la mañana (gimnasio o resistencia) una hora y media. Después, tenis durante tres horas. Es muy dinámico. Las clases son por la tarde entre las 14 y las 21 horas. Tu tutor te distribuye las clases durante este tiempo de la mejor forma posible para que puedas compaginar los entrenamientos y las clases. Después cena, ya dormir y a por el siguiente día!

FTM: ¿Qué diferencias hay entre la competición universitaria y la profesional?

EPS: Aunque uno juega un partido individual contra un solo rival, la competición universitaria es un deporte de equipo. Tienes a compañeros jugando al tu lado dispuestos a darlo todo cada día con el mismo objetivo que tú. Se compite entre equipos la mayor parte de la temporada. La competición profesional es más individual y los jugadores van más por su





resultados y quién sabe si algún campeonato nacional. Sería bonito.

FTM: ¿Dónde te ves en el futuro?

EPS: Sé que mi vida siempre estará ligada al deporte y, especialmente, al tenis. Me encantaría jugar torneos profesionales en cuanto acabe mi etapa en la Universidad de Miami y, a partir de ahí, ver cómo van las cosas. Aun así, el camino es muy largo y quién sabe si después trabajaré en alguna empresa haciendo algo de economía: también me llama mucho la atención. Hasta entonces, ¡a por todas y a darlo todo cada día!

cuenta. También requiere de una mayor inversión económica (ya que yo tengo una beca completa en la universidad) y tienes menos facilidades para viajar. En ambas competiciones, siempre tendrás entrenadores que te acompañan en el camino y lucha asegurada por parte de tus rivales.

FTM: ¿Qué objetivos te has marcado para el 2019?

EPS: Como he dicho antes, esto es un proceso muy largo y los buenos resultados solo se obtendrán con el trabajo diario. Tengo muchas ganas del año que viene. Siempre hay cosas que mejorar y tengo ganas de poner en práctica todo lo que he aprendido estos años. A nivel de equipo, me gustaría que el equipo quedase en el top-10 nacional. Sé que estamos muy cerca de conseguirlo y son pequeños detalles los que tenemos que mejorar. Estamos yendo en la buena dirección. A nivel personal, tengo que seguir haciendo lo que he estado haciendo hasta ahora. Poco a poco pueden llegar mejores

UNA JUGADORA MADRILEÑA QUE ALCANZA EL ÉXITO EN ESTADOS UNIDOS



ENSÉÑANOS TU CLUB

Entrevistamos a **MANUEL MARTÍN**, director deportivo del **CLUB DE TENIS Y PÁDEL FUENCARRAL** nos habla de los inicios de la escuela, de los valores que inculcan, de su metodología y de su día a día con los alumnos.

Federación de Tenis de Madrid (FTM): ¿Cómo y cuándo fueron los inicios del club?

Manuel Martín (MM): Empezó con un campeonato en junio del 1991. La actividad real de escuela de tenis empezó en septiembre de ese mismo año: con 4 pistas de tenis y una caseta de información.

FTM: ¿Cómo definirías el club?

MM: Fuencarral es un club familiar, abierto, algo que hace 27 años no era común encontrar. Un lugar principalmente social con muy buenos profesores y un ambiente distendido. Y, además, situado en un sitio muy acogedor, con un entorno ideal para la práctica deportiva. Sin duda, un lugar con "encanto".

FTM: ¿Cuántos alumnos tenéis en la escuela y cómo la organizáis?

MM: Tenemos una escuela muy grande de tenis, minitenis y pádel que cuenta con algo más de 1800 alumnos. De ellos, 900 alumnos son de la escuela de tenis. Los alumnos pueden empezar en nuestra escuela desde los 3 años de edad. El bloque fuerte de alumnos que tenemos son niños entre 3 y 12 años, aunque bien es verdad que nuestra escuela de adultos también es muy fuerte. Los grupos de escuela están distribuidos en grupos nivelados de lunes a domingo desde las 9 hasta las 23 horas. Tenemos un horario muy amplio y flexible.

FTM: ¿Qué valores promovéis entre vuestros alumnos?

MM: Promovemos la participación y los valores propios del deporte, sin olvidarnos, por supuesto, del aprendizaje y la diversión. Formar personas con hábitos saludables y con compromiso social es nuestro principal objetivo.

FTM: ¿Qué jugadores destacados han pasado por el club?

MM: Si bien nuestro club está orientado principalmente a la formación de base, tenemos una escuela de competición que ha dado buenos frutos. Por nuestra escuela de tenis han pasado jugadores como Javier Martí, actual jugador profesional de tenis, y en pádel grandes campeones como Sebastián Nerone y Marta Ortega.

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

MM: En la actualidad el club cuenta 83 jugadores con licencia deportiva de tenis. Son principalmente los componentes de nuestros equipos de competición y que participan de los campeonatos y ligas de la Federación de Tenis de Madrid.

FTM: ¿Cómo funciona el "Me apunto"?

MM: El club publicita partidos organizados por niveles y los clientes, mediante una aplicación en su teléfono móvil se pueden anotar. Es muy sencillo y da muy buenos resultados, ya que se adapta perfectamente a la disponibilidad horaria y de nivel de los jugadores. Sin duda, un gran avance gracias a las nuevas tecnologías.

FTM: ¿En qué consiste vuestra colaboración con la Fundación A LA PAR?

MM: El Club de Pádel y Tenis Fuencarral es una de las aventuras de la Fundación A LA PAR. Somos una entidad deportiva privada, sin ánimo de lucro, cuyos beneficios van destinados a los proyectos de la Fundación A LA PAR. La Fundación trabaja por los derechos y la participación de las personas con discapacidad intelectual en la sociedad. Es un referente en España, cuenta con un potente club deportivo, el número uno del ranking nacional de los últimos años, con numerosos méritos conseguidos y, entre sus más de 200 deportistas, cuenta con 2 deportistas con diploma Paralímpico en los últimos Juegos Olímpicos de Río de Janeiro. Nos sentimos muy orgullosos de tener a nuestro lado grandes deportistas como ellos y, por supuesto, muy felices y agradecidos de tener con nosotros a todos nuestros alumnos de la escuela, ya que gracias a su participación y práctica deportiva en nuestras instalaciones colaboran con los proyectos de la Fundación A LA PAR.

FTM: ¿Qué objetivos tenéis a corto y medio plazo?

MM: Fuencarral es un club muy conocido en Madrid. Por nuestra escuela han pasado varios miles de alumnos en estos 27 años. En mente siempre tenemos el seguir creciendo, captar más alumnos para nuestra escuela y que, además, sean activos en nuestras actividades.

Seguir siendo un club referente, familiar, social e inclusivo, donde todos puedan tener su lugar para practicar deporte, es nuestro mayor compromiso. La diversidad es fuente de riqueza.

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

MM: El club organiza torneos de carácter bimensual tanto para adultos como para niños. Nuestros planes son para toda la familia. También durante el año organizamos eventos de promoción deportiva, clinics, exhibiciones, rankings... Además de los partidos "Me Apunto", que hemos comentado antes, y de las ligas en las que participan los equipos, por supuesto. Tenemos un programa de "Pádel y Tenis Adaptado" en el que cada vez participan más alumnos con algún tipo de discapacidad. Vienen de todos los lugares de Madrid. Gracias a nuestra colaboración con la Fundación A LA PAR, con la Agencia Madrileña de Atención Social, con las federaciones de deporte adaptado y con Special Olympics, cada año somos más fuertes y profesionales en la atención a personas con discapacidad. Con este año, ya son 7 temporadas en las que el programa "Más que Tenis" de la Fundación Rafa Nadal y Special Olympics, se desarrolla en nuestras instalaciones y con nuestros técnicos.



UN CLUB DE TODA LA VIDA CENTRADO EN EL TENIS BASE, QUE FOMENTA LA DIVERSIDAD Y LA SOLIDARIDAD

**VENTAJAS
FEDERADOS FTM**

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

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



Booking.com

ENTRA AHORA

EL FISIOTERAPEUTA RECOMIENDA...

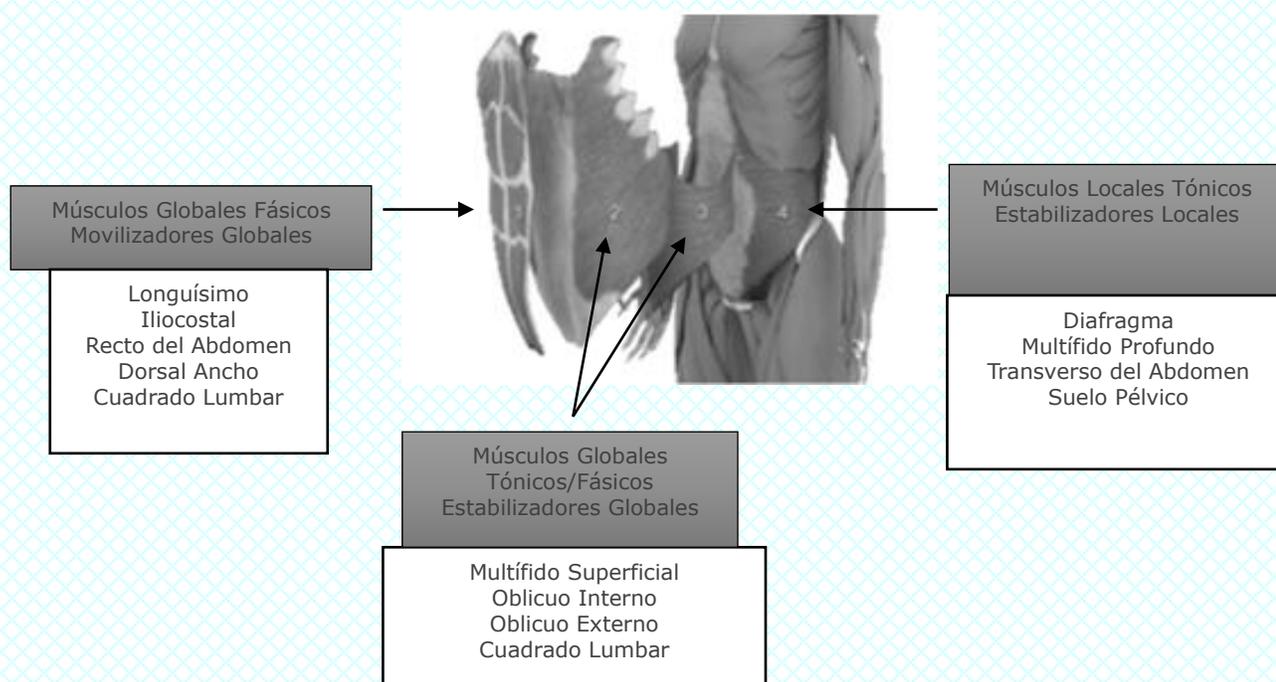


El concepto CORE y su aplicación en el tenis

Es cada vez más frecuente escuchar en nuestro ámbito deportivo el término "CORE". Cuando hablamos de este concepto, lo hacemos para hacer referencia al "centro" o al "núcleo" del cuerpo, ya que es donde está integrado este sistema.

Es el lugar desde donde comienzan todos los movimientos de las cadenas cinéticas funcionales. Podemos decir, por tanto, que el sistema CORE es el encargado de generar y transmitir la fuerza y la energía desde el centro a la periferia.

Músculos que conforman el CORE



Con esta definición, nos hacemos conscientes de la importancia que tiene este sistema en cualquier persona para cualquiera de las actividades de la vida diaria. Más importante, si cabe, es para un deportista y un tenista.

Un tenista está sometido continuamente a acciones rápidas, frenadas, aceleraciones, giros, cambios de direcciones... Por tanto, es muy importante tener una buena activación a este nivel para poder hacer frente a todas estas demandas de la mejor forma posible.

Beneficios de un buen sistema CORE:

- Incrementa la potencia de los golpes, consiguiendo generar más energía en el núcleo central que se trasladará al exterior;
- Mayor estabilización del tronco en los desplazamientos, obteniendo con ello un movimiento mucho más económico y eficiente;
- Aumento en la transferencia del peso en los giros, al estar implicada la musculatura oblicua y ser el tenis un deporte donde trabaja mucho la cadena lateral;
- Mayor equilibrio en el cuerpo, fundamental para golpear en las mejores condiciones. Contribuyendo también a la reducción de lesiones.

Viendo estos beneficios, nos damos cuenta de la importancia que tiene hacer un trabajo específico de este sistema que conllevará un aumento en el rendimiento del jugador.

Ejercicios para trabajar el CORE

A continuación, os presentamos algunos de los ejercicios más efectivos a la hora de trabajar los músculos del CORE:



Es importante recordar que todos estos ejercicios conviene realizarlos siempre bajo la supervisión de profesional capacitado que sepa orientarnos y guiarnos en la realización de los mismos, así como elaborar una progresión gradual de los ejercicios en función de las condiciones y capacidades.

Alejandro Martínez Férreo

Fisioterapeuta Colegiado nº 12029

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.

Torneos deportivos MUNICIPALES

Circuito Municipal de Tenis
26 de mayo al 10 de junio de 2018
Centro Deportivo Municipal Valdebernardo

Inscripciones del 23 de abril al 16 de mayo
campeonatos@ftm.es
(participantes federados)
CDM Valdebernardo
(federados y no federados)

Más información:
www.ftm.es

www.madrid.es/deportes

TORNEO 40 ANIVERSARIO DEPORTES WIMBLEDON

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

Juez Árbitro
Cheti Espino

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

Inscripciones
FTM.es

Premios
Absoluto Masculino y Femenino: Campeón: Trofeo regional de OCA. Subcampeón: cheque regalo de OCA. Resto de categorías: Campeón: cheque regalo de OCA. Subcampeón: camiseta de fútbol. Con la inscripción se da un regalo.

DEPORTES WIMBLEDON

VII Open de Tenis
CLUB DE TENIS VALDEBERNARO

Del 30 Junio al 9 de Julio

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

Fecha fin de la inscripción: 27/06/18
Sub-10 12€
Resto de categorías 19€

Trofeos:
Campeón Trofeo
Subcampeón Trofeo

MUTUA MADRID OPEN

V OPEN CAJA MÁGICA DE TENIS
DEL 1 AL 17 DE JUNIO DE 2018

CIRCUITO FEMENINO
Absoluto, Veteranas +35, +40, +45-50€
Junior, Cadete, Infantil: 10€
Alevín, Benjamín, SubB: 13€

PROMOCIÓN MASCULINO
Absoluto, Veteranos +35, +40, +45-50€
Junior, Cadete, Infantil: 10€
Alevín, Benjamín y Sub B: 13€

Consolidación en todas las categorías
Inscripción en: competition.ftm.es hasta 29/05/2018
Sorteo: 30/05/2018
Bola oficial: DUNLOP FORT CLAY
TROFEOS Y MATERIAL DEPORTIVO PARA LOS FINALISTAS
+Info: asasanchez@madridopensportsclub.com

EL FUTURO DEL TENIS

MUTUA MADRID OPEN SUB-16
2018-2019
V EDICIÓN

EN MADRID
Club de Campo Villa de Madrid
Del 6 al 8 de Julio

www.madrid-open.com/sub16
#16OPEN #MUTUAMADRIDOPEN

XVIII OPEN DE TENIS VILLAVICIOSA DE ODOON 2018

TRANSIPPING

ALUMINIOS Hnos. GARCIA
C/ de la Alcazarilla 11
Tel: 91 910 79 82

"la Caixa"
C/ Clara de la Torre 7 - Villaviciosa de Odoon - 28105 - MADRID

fisioterapia
la Caixa
ANTITE
NCS
NEXCOM
TORRECREATIVA

XIV Open de Ténis Villa de Quijorna
Del 15 al 22 de Julio de 2017

CATEGORÍAS

Sub 16 Trofeo y regalos para los 2 primeros
Absoluto Masculino Trofeo para los 2 primeros, vales en material Babolat. Campeón 100€ - Subcampeón 50€
Absoluto femenino Trofeo para los 2 primeros, vales en material Babolat. Campeón 100€ - Subcampeón 50€
Veteranos (+35) Trofeo para los 2 primeros

Inscripciones: Hasta el 13 de Julio en campeonatos.ftm.es
16 € (Pagos on-line por Tarjeta)

Sorteo: 14 de julio de 2017
Información: 616613500 / josemontes1964@gmail.com
Organiza: Club de Tenis Montes de Quijorna

Patrocinador:
Babolat

Colaboran:
EKIPATE, Sonrisabucal, Obra Social Fundación "la Caixa"

VII TORNEO FEDERADO CLUB DE TENIS HUMANES DE MADRID 2018

FECHA DEL TORNEO
15 DE JUNIO AL 1 DE JULIO

CATEGORÍAS INDIVIDUAL MASCULINO
BENJAMIN
ALEVIN
INFANTIL
CADETE
JUNIOR
ABSOLUTO
VETERANOS + 35

INSCRIPCIONES EN
WWW.FTM.ES

LUGAR:
POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE HUMANES VICENTE TEMPRADO (AVENIDA DE LOS DEPORTES S/N)

Ayuntamiento de Humanes de Madrid

XI torneo de tenis juvenil soto del real
del 2 al 17 septiembre 2017

Categorías femenino y masculino:
Benjamín, Alevín, Infantil, Cadete y Junior

Trofeo para ganadores y subcampeones
Campeón de regalo (Babolat final) - Sorteo de regalos
Subcampeón de regalo (Babolat final) - Sorteo de regalos
Subcampeón de regalo (Babolat final) - Sorteo de regalos

Patrocinador:
unide

Colaboran:
Soto del Real, ibp, amisa, TecnoTennis, Coca-Cola, ANTONIO PARECICO, LA CAJAL, unide



FEDERACIÓN DE TENIS DE MADRID
DEPARTAMENTO DE COMUNICACIÓN

Calle San Cugat del Vallés s/nC/ San Cugat del Vallés, s/n
Madrid 28034
911318781

