

2017



clubtennis

NATACIÓ SANT CUGAT

TENIS

EL CLUB ACULL AMB ÈXIT EL 13è ITF CIUTAT DE SANT CUGAT I EL PEUGEOT TENNIS TOUR

PÀDEL

DIVERSOS TORNEJOS SOCIALS I SOLIDARIS VAN DESTACAR AL LLARG DE LA TEMPORADA DE PÀDEL

RESET GYM

EL GIMNÀS DEL CLUB OFEREIX ACTIVITATS EXCLUSIVES

COMPETICIÓ

MAX SOLANO, CAMPIÓ DE CATALUNYA
TOTS ELS EQUIPS DE L'ESCOLA, A PRIMERA DIVISIÓ OR

L'ITF TORNA AL CLUB



Trobaràs **Peix i Marisc** de Mercat, **Carnisseria i Xarcuteria** al Tall de les **tubau** ^{carnisseries}
Ampliem secció de Fruites i Verdures fresques cada dia. Visita el nostre **variat celler** de
vins, caves i cerveses artesanes. T'ofereim **gran varietat de productes** sense gluten, sense
lactosa, bio i ecològics. Trobaràs seccions de llibres, papereria i basar d'objectes de cuina.

ET FAREM UN
10% DTE
A LA TEVA COMPRA



Condis life

Sant Cugat - Coll Favà



C/ Pont de Can Vernet, 17

AMB EL TEU CARNET
DE SOCI



EL CLUB TENNIS NATACIÓ SANT CUGAT

Des de fa més de 50 anys, el Club Tennis Natació Sant Cugat és tot un referent esportiu i social al Vallès. Les seves instal·lacions s'estenen al llarg de 36.000 m2 al bell mig de la natura, en l'entorn inigualable del Parc Natural de Collserola.

Els socis i usuaris del Club tenen al seu abast un gran nombre de serveis i instal·lacions on relacionar-se i practicar esports, principalment tennis, pàdel i natació. A l'exterior disposen d'una piscina de 25 metres, 16 pistes de tennis, 8 de pàdel i àmplies zones de bosc, a més d'un frontó i una pista poliesportiva.

A la Casa Club s'ubiquen diverses sales d'ús social i un restaurant. En espais interiors també destaca la zona d'aigües, que compta amb spa i amb una piscina de 15 metres, i la sala on es duen a terme les activitats del gimnàs del Club, el Reset Gym.

Al llarg de l'any, el CTNSC organitza nombroses trobades esportives, socials i festives. Esportivament destaquen les seves escoles de tennis -en el Top 5 dels clubs catalans-, de pàdel i natació.

ÍNDEX

| | |
|--------------------|----|
| Editorial | 3 |
| Tenis | 4 |
| Pàdel | 24 |
| Reset | 36 |
| Natació | 42 |
| Activitats Socials | 46 |
| Campus | 56 |
| El Club | 60 |
| Vip Grup | 70 |

ADREÇA

Camí del Crist Treballador S/N
08173 Sant Cugat del Vallès (Barcelona)
Tel. 93 674 14 53

WEB

www.ctnsc.org

EDICIÓ:

Co.MPartEIX .com

C. Enric Granados 18, Desp. 2E
08403 Granollers
BARCELONA
www.comparteix.com

EDITORIAL



CARTA OBERTA DEL PRESIDENT

Benvolguts socis,

Un any més em dirigeixo a tots vosaltres per fer un petit balanç del que ha estat l'any 2017 al nostre club.

Des del punt de vista esportiu, cal destacar que tenim una de les escoles de tennis més nombroses de Catalunya i que manté tots els seus equips en la màxima categoria de competició.

Pel que fa al pàdel, podem celebrar un exitós canvi de model en la gestió d'aquesta àrea, que ha passat a mans d'un nou responsable, en Jaume Carreras, professional reconegut en la pràctica i l'ensenyament del pàdel. D'aquesta manera, el Club ha donat un impuls a aquest esport, que ha permès mantenir el seu creixement en nombre de practicants. El proper pas serà la construcció de més pistes de pàdel, fet que es produirà aquest mateix any. Les altres seccions del Club, Reset Gym i Natació, ofereixen noves propostes com a complement dels esports principals del CTNSC.

Com en els darrers anys, la inversió en Manteniment i Seguretat ha estat elevada, la qual cosa assegura un excel·lent funcionament de totes les instal·lacions del club.


Aprofito l'ocasió per acomiadar-me de tots vosaltres, ja que, com sabeu, ben aviat es produirà el relleu de la Junta Directiva del Club.

Durant 4 anys hem gestionat la nostra entitat des de la il·lusió i l'afecte que li tenim. El CTNSC és un espai on es promou la pràctica de l'esport, s'inculquen valors esportius i humans, sobretot als més joves; és un punt de trobada de socis i amics per compartir bones estones i, en definitiva, és un lloc on tots ens hi trobem a gust,

essent, a més, una referència dins de les entitats esportives de Catalunya. En els darrers 4 anys hem treballat per mantenir el tarannà del nostre Club esportiu que, des de la seva fundació, s'ha caracteritzat per fomentar el model social i familiar.

D'aquest període al capdavant del Club, vull destacar especialment la celebració del seu Cinquantenari, una efemèride carregada d'emocions, durant la qual vam retre homenatge als fundadors i a tots els socis que el Club ha tingut al llarg de la seva història. Plegats, mitjançant diferents actes i celebracions, vam fer un viatge per l'apassionant mig segle de vida que atresora el Club Tennis Natació Sant Cugat.

En nom de la Junta Directiva que presideixo i en el meu propi, us dono les gràcies per haver confiat en nosaltres durant els 4 anys que hem estat al capdavant del Club i us demano el mateix suport per a la nova Junta que ben aviat el dirigirà. Gràcies i fins sempre.



Antoni Lloret
President del
CTNSC



A close-up, high-angle photograph of a tennis court. A bright yellow-green tennis ball sits on the reddish-brown clay surface, casting a dark shadow to its right. A thick white line, likely a baseline or service line, runs diagonally across the frame from the top left towards the middle right. The lighting is bright, creating strong highlights and shadows.

TENIS

L'any 2017 ha estat l'any del tennis al Club, amb l'organització del 9è Open ITF Ciutat de Sant Cugat, entre d'altres tornejos

Cal destacar els excel·lents resultats assolits pels alumnes de l'Escola de Tennis del CTN, que un any més se situa en el Top 5 de les millors escoles catalanes

EL TENIS DURANT EL 2017

Esdeveniments esportius

Open ITF Ciutat de Sant Cugat

Peugeot Tennis Tour

Socials

Campionat Social Absolut

Rafael Vilà

Pernil de Tennis

Sèniors +30, +35, +40, +50 i +40 i +50 Dobles

Ranking Tennis

Campionats

ITFs Sènior

Penya Arlequinada

Competicions Escola de Tennis

Cronologia i resultats

Activitats de l'Escola de Tennis

Avui Tennis i Lliga Juvenil

Sortida escola al Godó

OPEN ITF CIUTAT DE SANT CUGAT

L'esdeveniment esportiu més destacat del 2017 al CTN ha estat, sense dubte, l'organització del 13è Open ITF ACV Ciutat de Sant Cugat. La jove tenista russa Marta Paigina va ser la guanyadora del torneig.





La jugadora russa Marta Paigina va superar a la final a la jove Olga Danilovic, sòcia del CTN Sant Cugat



Del 28 d'octubre al 4 de novembre, el Club Tennis Natació Sant Cugat es va mostrar al món com l'excel·lent amfitrió del 13è Open ITF ACV Ciutat de Sant Cugat, de categoria femenina i dotat amb 25.000\$ en premis. L'alt nivell esportiu, el bon temps i la bona assistència de públic als partits van distingir la competició.

Des del punt vista esportiu cal destacar la victòria en el quadre individual de la jugadora russa Marta Paigina, tutelada pel gran Eric Van Harpen, un dels entrenadors de major prestigi del tennis femení mundial. En el moment de disputar-se l'ITF, la jugadora ocupava la posició 346 del raking WTA, amb 13 títols aconseguits al circuit ITF en els darrers 3 anys. Una sòlida Paigina es va imposar a la final a

la jugadora júnior Olga Danilovic, nascuda a Belgrad l'any 2001 i sòcia del Club Tennis Natació. Danilovic, que va ser campiona de dobles de Roland Garros Júnior el 2016, és entrenada pel nostre soci d'honor i ambaixador del torneig, Àlex Corretja, i pel Juan Lizarrity. Totes dues jugadores arribaven per primera vegada a la final d'un 25000\$. El partit definitiu es va saldar amb el resultat de 2-6 6-4 i 6-3.

Olga Danilovic també es va classificar per disputar la final de dobles, fent parella amb la catalana Guiomar Maristany. La victòria, però, se la van endur les caps de sèrie número 1 del torneig, Luisa Stefani (Brasil) i Renata Zarazua (Mèxic), que es van imposar per 6-1 i 6-4.

SUPPORT DELS PATROCINADORS

El 13è Open ITF ACV Ciutat de Sant Cugat va ser realitzat gràcies al suport de nombroses institucions públiques i empreses privades. Des d'aquest punt de vista, cal agrair molt especialment el recolzament d'ACV ESPAÑA, patrocinador principal de l'open, un aliat imprescindible per fer realitat aquest gran projecte. Igualment, cal destacar la presència d'altres patrocinadors i col·laboradors del torneig: INSA-DAIKIN, Estil Competició Subaru Sabadell, Cugat.cat, Enerluxe, Tot Sant Cugat, CaixaBank a través d'Obra Social La Caixa, Fisiocos, ALM Servicios, VERI, Novell, Babolat, Elia jardineria, HP, Smash Restaurant, Trofeus del Vallès, Murviedro,

Qgat Hotel Suites&Events, Pastisseria Sàbat, Tertúlia i Imesport; així com el suport institucional i econòmic de l'Ajuntament de Sant Cugat, la Diputació de Barcelona, la Federació Catalana de Tennis, el Consell Català de l'Esport i la Real Federación Española de Tennis.

ACTIVITATS PARAL·LELES

L'ITF santcugatenc va comptar amb una àmplia agenda paral·lela d'actes, amb els objectius de promoure l'esport a la ciutat, i més concretament l'esport del tennis; convidar els ciutadans a assistir al torneig; estrènyer lligams amb els altres clubs de Sant Cugat; així com recolzar i fomentar la integració social mitjançant l'esport adaptat.

D'aquesta manera, dies abans de

l'ITF es va organitzar a la Plaça del Rei de Sant Cugat una jornada de tennis al carrer que va constar de diverses activitats: un Mini torneig al carrer, que va enfrontar els alumnes de les escoles de tennis de la ciutat -Club Esportiu Vallldoreix, Set Ball, Club Júnior FC i CTNSC-; un clínic de tennis adaptat en cadira de rodes i jocs amb els entrenadors del Club. L'extenista professional i soci del Club, Àlex Corretja, va participar d'aquestes activitats.

D'altra banda, també es va organitzar una exhibició i clínic de tennis adaptat en cadira de rodes, amb la participació de Martin de la Puente (18 del món i 3 vegades campió del món Júnior), i de blind tennis, en col·laboració amb la FCT.



■ ACTE ESPORTIU TENIS

PEUGEOT TENNIS TOUR

La marca automobilística Peugeot impulsa un minicircuit de tenis, que un any més va recalar a les pistes del Club Tennis Natació. La competició es completa amb activitats familiar.

El nostre club va viure una gran jornada familiar de tenis durant la celebració del Peugeot Tennis Tour, un minicircuit que visita 4 clubs diferents. Durant el matí del diumenge, 7 de maig, les pistes del "Natació" van acollir un intens torneig Pares i Fills, que va comptar amb la participació de 45 parelles en les quatre categories que es van disputar: benjamí, aleví, infantil i cadet.

L'ambient va ser espectacular. A banda del torneig, els més joves van poder participar en un clínic de tenis

a la pista central del Club. S'hi van organitzar activitats lúdiques i es van repartir i sortejar molts regals. El més preuat de tots aquests regals va ser un viatge a Roma per assistir a la final del torneig Internazionali BNL d'Italia, per cortesia de Peugeot, que va recaure en el soci Jaume Canalda.

És d'agrair l'aposta de Peugeot pel tenis familiar i la confiança mostrada en a nostra entitat.



El quadre de guanyadors va quedar així:

Benjamí: Campions: Jordi Solano - Víctor Solano. Finalistes: Clara Manau - David Carbó

Aleví: Campions: Ivan Corretja - Izan Corretja. Finalistes: Toni Alberola - Julia Alberola

Infantil: Campions: Neus Raton - Jordi Fraile. Finalistes: Nacho Velasco - Raul Velasco

Cadet: Campions: Alex Guerrero - Ignasi Guerrero. Finalistes: David Carbó - Queralt Carbó



PEUGEOT

FAMILY DAYS

Els darrers anys, la marca Peugeot està apostant decididament pel tenis familiar. El Peugeot Tennis Tour del 2017 s'ha celebrat en format Pares i Fills.



■ SOCIAL TENIS

SOCIAL ABSOLUT

El cap de setmana del 8 i 9 d'abril es van celebrar les finals del campionat social més important de tennis del Club: el Social Absolut. Jugadors i jugadores en categoria individual i en dobles van disputar aquest torneig. Després de dos mesos de partits, totes les finals es van disputar en un mateix cap de setmana de bon tennis i bon ambient. Dissabte es van disputar les finals de dobles i diumenge, les individuals. El Social Absolut va cloure amb l'entrega de premis i un aperitiu compartit per tots els participants.

Els campions de l'edició 2017 del Social Absolut van ser:

Dobles femení: Campiones: Catalina Medici - Irene Moreno. Subcampiones: Neus Raton - Julia Fraile

Dobles mixt: Campions: Marta Petrus - David Castelló. Subcampions: Neus Raton - Albert Andreu

Dobles masculí: Campions: Ivan Corretja - Jordi Solano. Subcampions: Jacobo González-Tarrio - Jaume Parcerisa

Individual Femení: Campiona: Catalina Medici. Subcampiona: Irene Moreno

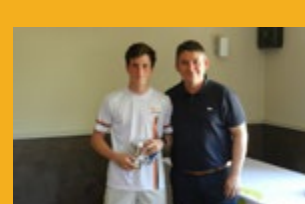
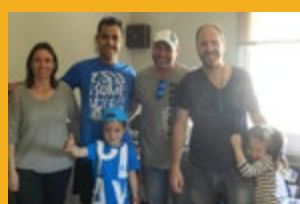
Individual Masculí: Campió: Jacobo González-Tarrio. Subcampió: David Puigdemasa

Dobles Mixt Consolació: Campions: Julia Fraile - Roger Andreu. Subcampions: Raquel Martin - David Carbó

Dobles Masculí Consolació: Campions: Giovanni Bulian - Lluís Gironella. Subcampions: Edu Rodríguez - Fausto Sánchez

Individual Femení Consolació: Campiona: Gemma Barbero. Subcampiona: Àngela Díaz

Individual Masculí Consolació: Campió: Giovanni Bulian. Subcampió: Pablo Batalla



SOCIAL TENIS

RAFAEL VILÀ

A ny rere any, els jugadors de tennis més joves del Club estan cridats a participar en aquest campionat social, que deu el seu nom al soci Rafael Vilà, que ho és des de l'any 1974.

Durant el 2017 hi van participar un gran nombre de jugadors i jugadores que van disputar les categories Benjamí, Aleví, Infantil, Cadet i Júnior.



Resum guardonats

Benjamí femení Cons

Subcampiona Andrea Forn
Campiona Noemi Andreica

Benjamí femení

Subcampiona Marta Ferrer
Campiona Maria Del Rosal

Aleví femení Cons

Subcampiona Marta Piera
Campiona Alba Torres

Aleví femení

Subcampiona Julia Alberola
Campiona Claudia Solano

Infantil femení Cons

Subcampiona Meritxell Roses
Campiona Barbara Soriano

Infantil femení

Subcampiona Carlota Verdu
Campiona Anna Romero

Cadet femení

Subcampiona Queralt Carbo
Campiona Maria Muñoz

Júnior femení

Subcampiona Julia Fraile
Campiona Queralt Carbo

Benjamí masculí Cons

Subcampió Alejandro Guardia
Campió Daniel Aulestia

Benjamí masculí

Subcampió Victor Solano
Campió David Carbo

Aleví masculí Cons

Subcampió Bruno Giner
Campió David Lluch

Aleví masculí

Subcampió Borja Vidal-Rivas
Campió Quico Arco

Infantil masculí Cons

Subcampió Filippo Alorda
Campió Bernat Coll

Infantil masculí

Subcampió Pau Meca
Campió Fran Gal

Cadet masculí

Subcampió Fran Gal
Campió David Puigdemasa

Júnior masculí

Subcampió David Puigdemasa
Campió Juan Perello

SOCIAL TENIS

PERNIL, LLONGANISSA I LLONGANISSETA

Un any més es va celebrar la tradicional competició que reparteix premis molt suculents

Una cinquantena de parelles repartides entre el Pernil i la Llonganissa de Tennis van participar al mes d'octubre en aquesta competició social tan tradicional del Club.

Els guanyadors del Pernil van ser Helena Bel i Jacobo González-Tarrio, que es van emportar la victòria davant Julia Fraile i Fausto Sánchez. Sandra Solé i Carlos González-Tarrio van imposar-se en la final de consolació davant la parella formada per Mònica Huguet i Javi Solano.

La Llonganissa se la van endur Berta Castelló i Ignasi Puigbó; al quadre de consolació van guanyar Pablo Méndez i Víctor Velasco. Els més petits van participar en l'activitat de la Llonganisseta, amb diverses proves relacionades amb el tennis.



■ SOCIAL TENIS

SÈNIORS +30, +40, +50 | +40 DOBLES

Com cada temporada, l'any 2017 el Club va organitzar un seguit de campionats socials de tenis, donant l'oportunitat als socis de competir els uns contra els altres anivellant-se per edat.

Abans d'estiu es van disputar els tornejos +30, +40 i +45 individual i +40 dobles, amb els següents resultats:

+30 Masc: Campió: Jordi Navarro; subcampió: Pablo Batalla; **+45 Masc:** Campió: Lluís Gironella; subcampió: Jordi Vilela; **+30 Fem:** Campiona: Gemma Barbero; subcampiona: Àngela Díaz; **+40 Dobles Masc:** Campions: Jordi Navarro / Sergi Domènech; subcampions: Lluís Gironella / Giovanni Bulian; **+40 Dobles Fem:** Campiones: Mònica Huguet / Gemma Barbero; subcampiones: Ma Cinta Borrell / Àngela Díaz; **+45 Masc Cons:** Campió: Ramon Sensano; subcampió: Santi Plans; **+30 Masc Cons:** Campió: David Ciria; subcampió: Javi De Latorre; **+30 Fem Cons:** Campiona:

Alba Mauri; subcampiona: Mónica Gómez; **+40 Dobles Masc Cons:** Campions: Àlex Guerrero / Robert Navarro; subcampions: Javi De Latorre / Miquel Rodríguez; **+40 Dobles Fem Cons:** Campions: Gaby Armet / Valerie De Lamer; subcampions: Neus Vidal / Isabel Wintzer



SÈNIORS +35, +50 | +50 DOBLES

Els campionats Socials Sènior van disputar-se al llarg de la temporada, amb molt bona resposta per part dels socis. Cal destacar que, per primera vegada, es va poder jugar el quadre +50 femení amb 8 jugadores i, com a novetat, es va fer el quadre de dobles +50.

Dobles +50 femení: Campiones: Carme Pais/Rosa Segura. Subcampiones: Isabel Wintzer/Elisabeth Arus; **Femení +35:** Campiona: Yolanda Civit. Subcampiona: Neus Raton; **Masculí +35:** Campió: Jordi Navarro. Subcampió: Pablo Batalla; **Femení +50:** Campiona: Àngela Díaz. Subcampiona: Mònica Huguet; **Masculí +50:** Campió: Robert Navarro. Subcampió: Tito Mas



SOCIAL TENIS

RANKING TENIS

Al llarg de tota la temporada 2016-17, es va disputar la competició social Ranking, oberta a tots els socis del Club, estiguin o no federats.

El Ranking de tenis es disputa en categories femenina, masculina i mixta. En la primera volta de la competició, cada jugador/a ha de disputar un partit contra tots els components del seu grup. A partir de la segona volta, els grups canvien en funció dels resultats. Aquests van ser els resultats del Ranking 2016-17:

Grup A Mixt: Campió: Pablo Santomà O.; Subcampió: Jordi Verdú

Grup B Mixt: Campió: Jordi Mir; Subcampió: Fernando Moreno

Grup C Mixt: Campió: Paco Vázquez; Subcampió: Oriol Molins

Grup D Mixt: Campió: Xavier Piqueres; Subcampió: Xavier Vilal B.

Grup E Mixt: Campió: Javier de Azlor; Subcampió: Rubén Moral

Grup F Mixt: Campió: Esteban Recolons; Subcampió: Joaquín Ferrer

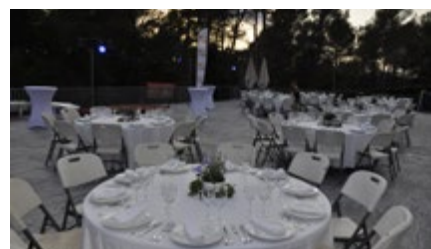
Grup G Mixt: Campió: Jorge Rodríguez-Carreño; Subcampió: Diego Oliver

Grup A Femení: Campiona: Esther Vilchez; Subcampiona: Yolanda López O.

Grup B Femení: Campiona: Neus Vidal; Subcampiona: Laura Flaqué

Grup C Femení: Campiona: Nuria López C.; Subcampiona: Lourdes Milà

Grup D Femení: Campiona: Assumpta Grimau; Subcampiona: Lidia Martín



HI SOM PER TOTS ELS TEUS TEMES DE PINTURA

Al **Grupo Decasa** som 3 botigues especialistes en pintures i decoració.

Seguim creixent avui gràcies a la fidelitat i confiança dels clients i a la filosofia que envolta l'empresa: oferir el servei adequat a les necessitats de pintura que es presenten mitjançant l'assessorament tècnic i una àmplia gamma dels millors productes del mercat a preus competitiu.

Sant Cugat de Pintures, S.L.

Ctra de Roquetes 31 Nave 3, 08173 Sant Cugat

T. 93 544 10 46 • santcugat@decasapinturas.com

www.decasapinturas.com



GRUPO DECASA
ESPECIALISTAS EN PINTURAS



 **santasusana**
Grup de corredors d'assegurances

PROTEGINT
ELS NOSTRES
CLIENTS DES DE
FA MÉS DE 90 ANYS

www.santasusana.com
santasusana@santasusana.com

OFICINA BARCELONA
C. Muntaner, 479, 3-1. 08021
Tel. 93 363 48 60

OFICINA MANRESA
Plaça Fius i Palà, 1. 08241
Tel. 93 872 12 66



CAMPIONATS

BON PAPER DEL NOSTRES JUGADORS ALS ITF SÈNIOR

2017 ha estat un bon any pels jugadors sènior del CTNSC: Tito Mas va proclamar-se campió de l'ITF Sènior disputat a Mèlich Sportsclub, després d'imposar-se a la final a Jordi Cumellas 6/3 4/6 6/3. A l'ITF disputat al Club Tennis Teià, Àngela Díaz va guanyar la categoria +65, mentre que Belén Oria va ser finalista +55. Les mateixes protagonistes van participar a l'ITF Sènior de Gandia; la Belén va guanyar la final de Dobles i va arribar a semifinals del quadre individual, mentre que l'Àngela Díaz va caure als quarts de final individuals. D'altra banda, Jordi Ortiga va resultar campió +45 de l'ITF Sènior Memorial Jaume Sengla i Kiku Costa va ser finalista +40. Per últim, els nostres jugadors sèniors van lluir al ITF disputat al Júnior de Sant Cugat: Àngela Díaz i Tito Mas van guanyar les seves categories, mentre que Kiku Costa i la parella formada per Tito Mas i Jordi Vilela van quedar subcampions.



PENYA ARLEQUINADA

Un dels clàssics del tennis amateur català, va comptar un any més amb la presència dels jugadors del Club Tennis Natació Sant Cugat. L'equip A del Clubm va quedar en tercera posició de la competició, perdent en semifinals davant el Cercle Sabadellès, campió del torneig. Els equips B i C van acabar classificats en el 8è lloc.



Carpintería de Aluminio c/. Can Milans, 26
Tel. 93 575 11 20
MONTCADA

c/. Calderón, 160
Tel. 93 727 33 07
SABADELL

www.hnos-almansa.net

Ventanas, cerramientos, mosquiteras, celosías, persianas, mamparas de baño, rejas, cortinas, divisorias oficina, vallas de jardín, barandillas, imitación madera, rotura puente térmico....

8% DESCUENTO socios del Club
 presentar tarjeta socio, para pedidos superiores a 1200€ en blanco y plata. Excepto financiación. No acumulable

■ ESCOLA DE TENIS

EL CTN VA ACOLLIR UN
"ABSOLUT" DE TENIS

La setmana del 29 de maig al 3 de juny, les pistes del Club Tennis Natació Sant Cugat van ser escenari d'una prova del Circuit Absolut de Tenis. Un total de 75 jugadors i jugadores van lluitar per arribar a les finals de dissabte.

En el quadre femení la campiona ser Esther López, cap de sèrie número 1 del torneig, que va vèncer la final davant l'Aina Domingo, substituïda de la cap de sèrie número 2 del quadre, per 6/4 6/0.

La final masculina, que va ser molt renyida, va enfrontar el soci del CTN, Adrià Soriano, i Nikola Sánchez-Izquierdo. Aquest últim es va imposar al súper tiebreak (10/7), després d'empatar a un set (3/6 6/3).



VENDA LLOGUER
SERVEIS ASSESSORAMENT

 **WattsMòbils**
SO+LLUM+AUDIOVISUALS

936 742 243 686 560 600

■ ESCOLA DE TENIS

UN ANY MÉS, AL CAPDAMUNT

L'any 2017 va ser un altre gran any per a l'escola de tennis de Club Tennis Natació Sant Cugat, seguint la mateixa línia de les temporades anteriors.

L'Escola Base va tornar a comptar amb gairebé 300 alumnes, mentre que les activitats d'estiu, com el curs intensiu de tennis i les estades esportives, van obtenir un ple total.

Va ser l'any de consolidació de la Competició Base, donant cabuda a més nens que van gaudir de la competició en tornejos individuals i per equips. Les places disponibles per a aquest grup es van esgotar al setembre.

Els resultats de l'Escola de Competició van seguir mantenint-la al capdamunt del tennis a Catalunya.

A nivell individual, cal destacar la consagració com a campió de Catalunya Benjamí de Max Solano, un resultat que des de feia nou anys no aconseguia cap jugador del Club.

És important ressaltar també el gran any d'un jugador format a l'Escola del Club, l'Adrián Soriano, que va arribar a ser finalista Junior i absolut en els Campionats de Catalunya respectius i semifinalista del Campionat d'Espanya sub 18.

A nivell d'equips, es va aconseguir mantenir tots els equips en la Primera Divisió Or. A més de molt bones actuacions en els campionats respectius, com ara les semifinals que van aconseguir les nostres noies benjamins.

A nivell d'equips, es va aconseguir mantenir tots els equips en la Primera Divisió Or.



Max Solano, campió de Catalunya benjamí

FEBRER



Gran rendiment dels nostres jugadors al Campionat de Catalunya Primera Divisió Or. L'equip masculí va acabar en cinquena posició i el femení, en sisena.



MARÇ

Adrià Soriano va ser finalista del Campionat de Catalunya Júnior individual i campió en dobles. L'Adrià és un jugador format a l'Escola del Club, que combina el seus entrenaments amb l'acadèmia Pam Shot.



ABRIL

Max Solano es va coronar campió de Catalunya Benjamí, un resultat històric per al nostre Club, que torna a tenir el millor jugador de Catalunya. Nou anys després que Carlos González Tarrió ho aconseguís l'any 2008. Maria del Rosal va fer molt bon torneig i va acabar entre les setze millors. Catalina Medici es va situar al lloc 48 del rànquing absolut d'Espanya. Aquest fet la va convertir en la segona jugadora de la història del Club que ha entrat a la Primera Categoria a nivell estatal. Fa 22 anys ho havia aconseguit Yolanda Civit (40).



MAIG

Gran èxit de la sortida dels alumnes de l'Escola al Barcelona Open Banc Sabadell - Trofeu Comte de Godó. 80 nois i noies de l'Escola de Competició i Competició Base van gaudir de dos dies de bons partits, van recollir autògrafs i es van fer fotos amb els seus ídols.



JUNY

Adrià Soriano va obtenir un altre resultat excel·lent, en aquesta ocasió va ser finalista del Campionat de Catalunya absolut i semifinalista del Campionat d'Espanya Júnior disputat a Getxo (País Basc).

Fase final de la Lliga Catalana: El Club Tennis Natació Sant Cugat va participar amb 12 equips a les finals de la Lliga Catalana de Tennis, que es van disputar a les instal·lacions de la Federació Catalana de Tennis a Cornellà.

Dels 12 participants, 3 van caure en semifinals i dos equips van arribar a jugar la final. L'equip Infantil Masculí B va guanyar el seu partit decisiu contra el CT Girona B, mentre que l'equip Júnior Masculí va caure en la final davant el RCT Barcelona 1899.



JULIOL

Fran Gal va arribar als quarts de final del Circuit Nacional Rafa Nadal Tour disputat a Madrid. El nostre jugador es va haver d'enfrontar als millors tenistes d'Espanya de la seva categoria.



SETEMBRE

La Federació Catalana de Tennis va organitzar un acte de reconeixement als campions de Catalunya, entre ells, els nostres jugadors Max Solano, campió Benjamí, i Adrià Soriano, finalista Júnior. Va ser tot un honor per al nostre Club assistir tan ben representats a aquest esdeveniment.



OCTUBRE

L'equip Infantil va arribar a les semifinals del Campionat de Catalunya de la Generalitat. Malgrat caure davant el CT Barçino per un ajustat 3-2, els nostres es van classificar entre els 4 millors equips de Catalunya.



MINICUP

Els nostres jugadors van mostrar una molt bona imatge a la Minicup, el campionat que reuneix a les millors pedreres de les escoles de tennis catalanes. Els nois de l'any 2007 van acabar tercers; les noies del 2007 van ocupar la quarta posició i els nois del 2008, van ser cinquens.



NOVEMBRE

L'equip Benjamí femení va aconseguir un altre excel·lent resultat per a la nostra Escola, arribant a semifinals del Campionat de Catalunya, després de derrotar en quarts de final al cap de sèrie número 3 del torneig, el CT Girona.



■ ESCOLA DE TENIS

AVUI TENIS I L·LIGA JUVENIL

L'Escola de Tenis del Club Tennis Natació Sant Cugat ofereix als seus alumnes la possibilitat d'entrar en competició, com la millor manera de completar la seva formació tenística.

Durant l'any 2017 es van dur a terme diferents convocatòries de l'activitat "Avui... Tenis!", que aplegava als joves jugadors durant el cap de setmana i els donava l'oportunitat de jugar mini-partits, aprendre el reglament i posar-se a prova fora de les classes habituals.

D'altra banda, també es va disputar al llarg de tota la temporada la Lliga Social Juvenil en categories benjamí, aleví, infantil i cadet/júnior, també adreçada als alumnes de l'escola. En total, es van disputar 11 jornades que van ajudar a millorar el joc i incrementar l'experiència dels joves que hi van participar.



■ ESCOLA DE TENIS

SORTIDA DE L'ESCOLA AL GODÓ

Els alumnes de l'Escola Base de Tennis i els de l'Escola de Competició van participar en la sortida organitzada pel Club per presenciar en directe el Barcelona Open Banc Sabadell - Trofeu Comte de Godó de Tennis.

Els nois i noies van tenir l'oportunitat de veure en acció els seus ídols a les pistes del Club de Tennis Barcelona - 1899. Van aconseguir autògrafs, els van fer fotos i, fins i tot, van participar en un sorteig que van guanyar.





A⁺⁺⁺

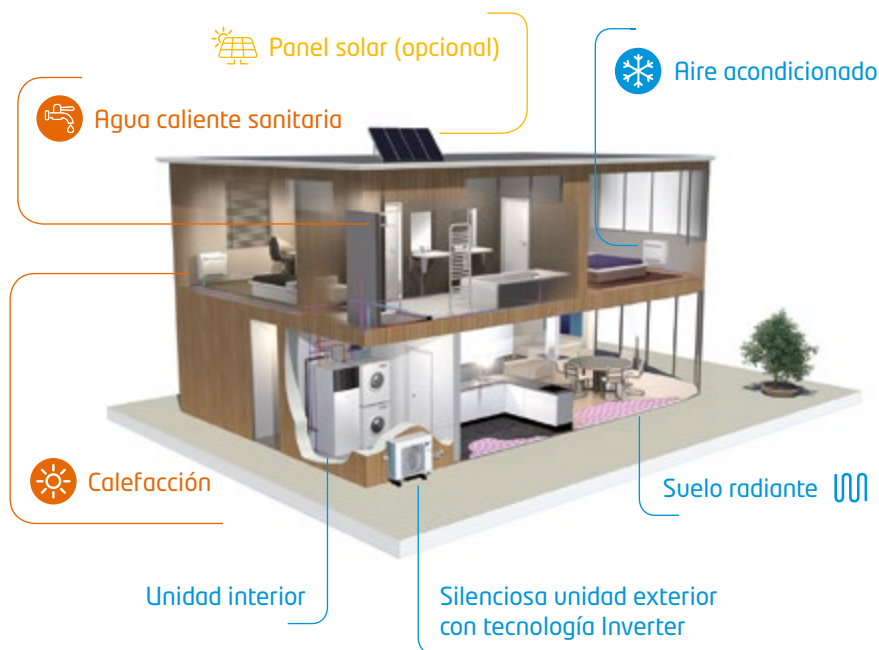
Soluciones de climatización superiores



DAIKIN
altherma

La solución
TODO EN UNO
para conseguir un
confort total en su hogar

- Calefacción
- Aire acondicionado
- Agua caliente sanitaria



Gestió i serveis d'instal·lacions INSA, S.L.

PROJECTES - INSTAL·LACIONS I MANTENIMENTS

CLIMATIZACIÓ

ENERGIA SOLAR

CONTRAINCENDIS

CALEFACCIÓ

ELECTRICITAT

AEROTÈRMIA

VENTILACIÓ

GAS



c/ Milà i Fontanals 32, 08205 Sabadell

937 121 417

gsi.insa@gmail.com



PÀDEL

Creix l'afició al pàdel al CTN Sant Cugat, com ho demostra l'alta participació dels socis i sòcies a les diferents activitats que s'organitzen

Nombrosos campionats i torneigs socials de pàdel s'han succeït al llarg de l'any 2017. També cal destacar els bons resultats dels equips del Club i la forta presència d'alumnes a l'Escola de Pàdel



EL PÀDEL DURANT EL 2017

Socials

- Lliga Solano
- Rosaweek 2017
- Torneig Solidari AVAN
- Campionat Social de pàdel
- Torneig de pàdel nocturn
- Torneig de pàdel mixt

Circuit Català

- Torneig Plata
- Torneig Bronze

Competició

- Campionat Catalunya de Menors
- Lliga Catalana
- Equip femení

■ SOCIAL PÀDEL

16a EDICIÓ DE LA LLIGA SOLANO

L'any 2017, la Lliga Social Solano de pàdel - 7è Trofeu Murviedro va assolir la seva 16a edició, totalment consolidada al calendari del Club. Un total de 66 parelles van lluitar durant tota la temporada per mantenir-se o pujar de grups.

Aquests van ser els guanyadors dels principals quadres:

- 1a Femenina: Maria Arellano - Mariona Tasso
- 1a Masculina: Ignasi Guerrero G. - Àlex Guerrero K.
- 2a Femenina: Aícia Massasna - Maria Navarro
- 2a Masculina: Albert Mas - Francisco Azagra
- 3a Femenina: Maria Asenjo - Begoña de Lama
- 3a Masculina: Nuno Gomes - Francisco Martins
- 4a Femenina: Cecília Guzmán - Àngels Tomàs
- 4a Masculina: Miquel Valls - Joan Subirana



PARES I FILLS

44 parelles, formades per pares/mares i fills/filles van participar en el tradicional torneig social de pàdel, que any rere any celebra el Club.

Els jugadors es van dividir en dues categories, en funció de les edats dels fills. En categoria infantil, Max Solano i el seu pare, Javi Solano, van guanyar la final a la Marta Petrus i Berta Castelló, en un partit molt ajustat que va caure de part dels Solano.

D'altra banda, en el quadre sènior, la final va enfrontar els Santomà i els Valentin. El Bruno i el Ricardo es van imposar en un partit que va caure ràpid de la part dels Valentin.



MURVIEDRO
• 1927 •

WINE MODERATION
Act de Verá



“EL ORIGEN LO ES TODO”



WWW.MURVIEDRO.ES

#ROSAWEEK 2017

El CTN va acollir el 1er Torneig solidari a favor de la donació de medul·la



La solidaritat va aplegar a un munt de jugadors de pàdel, que els darrers dies del mes d'abril de 2017 van participar en el primer Torneig solidari #Rosaweek, a benefici de la Fundació Josep Carreras Contra la Leucèmia.

El torneig va reunir prop de 50 parelles, amb dos categories masculines i dues femenines. A banda de l'activitat esportiva, també es va celebrar un market amb la participació de nombroses botigues que van voler col·laborar en l'edeventiment. Els campions en Segona Masculina van ser Nacho Vilaró i Jacobo González, davant Lluís Humet i Steve Withley; el partit, molt disputat, es va decidir en el supertiebreak final. Les quatre finalistes de Segona Femenina van ser sòcies del CTN i

El Torneig #Rosaweek va difondre l'importància de la donació de medul·la òssia en la lluita contra el càncer i a incrementar el nombre de donants

representants dels nostres equips femenins. Se'n van endur la victòria Judith Gómez i Marta Fabrech, davant Mariola Tassó i Gemma Arqués. En Tercera les parelles guanyadores van ser Carles Gironella / Ton Olivé i Pilar Vidal / Alba Mauri.



**PIMES
AUTÒNOMS
PROFESSIONALS
NEGOCIS
BOTIGUES
ASSOCIACIONS
ENTITATS SENSE ÀNIM
DE LUCRE**

■ SOCIAL PÀDEL

TORNEIG SOLIDARI AVAN

L'Associació AVAN va recaptar 2.000 euros destinats a millorar la qualitat de vida dels afectats per malalties neurològiques

El cap de setmana del 18 i 19 de novembre, el Club es va omplir de solidaritat per organitzar un campionat de pàdel benèfic, de la mà de l'Associació Avan, Vallès Amics de la Neurologia.

Un total de 60 parelles van participar per una bona causa: recaptar fons per millorar la qualitat de vida de les persones que pateixen malalties neurològiques i les seves famílies.

Al llarg del cap de setmana, els assistents van gaudir d'un torneig en format Americana, on van jugar un mínim de 2 partits. Al voltant de la competició de pàdel, es va crear un market amb diferents botigues de Sant Cugat. Cal destacar l'excel·lent ambient que va acompanyar en tot moment la celebració del torneig, ideal per a la pràctica esportiva.

Gràcies a aquesta iniciativa, l'associació AVAN va poder recaptar més de 2.000€ per una bona causa.

El quadre de guanyadors va quedar així:

1ª Femenina: campiones: M. Petrus – A. Valdes; subcampiones: J. Gómez – A. Hidalgo.

2ª Femenina: campiones: I. Riera – G. Fernández; subcampiones: S. Falcó – C. Martins.

3ª Femenina: campiones: C. Fernández / S. Rosat; subcampiones: S. Rodríguez / M. Hinojosa.

1ª Masculina: campions: J. Meca / P. Azagra; subcampions: J. López - E. Heras.

2ª Masculina: campions: A. Lloret / J.A. Olivé; subcampions: J. Pueyo / S. Troncoso.



La presidenta d'AVAN, Cristina Urriza, va agrair la col·laboració dels participants



Les sòcies del Club van mostrar la seva vessant més solidària participant al torneig



Molts socis i sòcies del Club no es van voler perdre l'oportunitat de gaudir del seu esport i practicar la solidaritat al mateix temps.

■ SOCIAL PÀDEL

CAMPIONAT SOCIAL DE PÀDEL

Durant els mesos d'octubre i novembre, el Club va celebrar el seu torneig social de pàdel per excel·lència. En l'edició del 2017 hi van participar gairebé un centenar de parelles, inscrites en 14 categories diferents: infantils, femenines, masculines i mixtes. Un any més, cal destacar l'alta participació i flexibilitat d'horaris i disponibilitat mostrada per tots els socis al llarg dels dos mesos de campionat.

El gruix de les finals es van disputar el diumenge, 12 de novembre, i van estar seguides de l'acte d'entrega de premis i d'un aperitiu amb què el Club va obsequiar a tots els participants.

1a Masc: Campions: Jordi Navarro / Robert Navarro; subcampions: Francisco Arco / Eduard Heras

1a Fem: Campiones: Alma Hidalgo / Cristina Serra; subcampiones: Marta Petrus / Anna Valdés

2a Masc: Campions: Paco Vázquez / Xavier Canals; subcampions: Ton Olivé / Quique Cantó

2a Fem: Campiones: Mado Marín / Laura Pires; subcampiones: Mariola Tasso / Paula Martí

1a Mixt: Campions: David Castelló / Marta Petrus; subcampions: Albert Carmona / E. Perelló

2a Mixt: Campions: Teo González / Mónica Fazio; subcampions: Álex Liarte / Miren Agote

Infantil: Campiones: Laia Giralt / Zaira Bande; subcampiones: Carlota Verdú / Berta Castelló



■ SOCIAL PÀDEL

TORNEIG DE PÀDEL NOCTURN



Ja és un clàssic que a l'estiu el Club Tennis Natació Sant Cugat celebri un torneig nocturn de pàdel. L'any 2017, aquest torneig va tenir lloc el 8 de juliol i hi van participar un total de 52 parelles formades per socis i sòcies del Club. La competició es va allargar fins ben entrada la matinada; també hi va haver temps per compartir un sopar i gaudir de bona música. Aprofitant el gran nombre de socis reunits, al mig d'aquest campionat es va fer l'entrega dels premis de la 16a Lliga Solano de Pàdel, patrocinada per 7è any consecutiu per Bodegas Murviedro.

■ SOCIAL PÀDEL

TORNEIG DE PÀDEL MIXT

A les portes de les festes nadalenques, a més de jugar a pàdel, els inscrits van participar en el sorteig d'una panera nadalenca

El 17 de desembre va tenir lloc el Torneig social de Pàdel Mixt, que es va jugar en 1a i 2a categories. Després de rebre el seu welcome pack, les parelles participants van gaudir d'un gran dia de pàdel al Club. Aquests van ser els finalistes i campions del torneig mixt:

2na Categoria Consolació

Subcampions: Rosa Marcos / Andrés Miralles
Campions: Cecilia Guzmán / Carlos Gironella

2na Categoria

Subcampions: Anna Sallent / Sergi Priante
Campions: Begoña De Lama / Christian Quintín

1era Categoria Consolació

Subcampions: Gemma Fons / Javi Solano
Campions: Eugènia Perelló / Àlex Verdú

1era Categoria

Subcampions: Marta Petrus / David Castelló
Campions: Macarena Rodríguez / Sergi Puigdemasa



COMPETICIÓ PÀDEL

CIRCUIT CATALÀ DE PÀDEL PLATA

Al mes de maig, el Club va ser seu d'un torneig puntuable del Circuit Plata

La setmana del 8 al 14 de maig, el CTN Sant Cugat va ser la seu d'una prova del Circuit Català de pàdel en categoria Plata. Es tracta d'un torneig dotat amb 1.800€ en premis en metàl·lic i puntuable pel Circuit Català 2017 de la Federació Catalana de Pàdel.

87 parelles van participar en la competició: 67 parelles masculines, dividides en 3 categories, i 20 femenines, repartides en dues.

El més destacable de la prova va ser el bon nivell de pàdel exhibit durant els partits, a banda de l'immillorable fairplay que és habitual entre els jugadors de pàdel.

Un sol esplèndid va acompanyar les finals, que van tenir lloc diumenge al matí. Aquests van ser els resultats finals:

3a Masculina Consolació

Campions: Sergi Ventura / Santi Fernández
Finalistes: Jordi Vilela / Christian Quintín

2a Femenina Consolació

Campiones: Ariadna Nicolàs / Judith Nicolàs
Finalistes: Elvira Perelló / Eugènia Perelló

3a Masculina

Campions: Joan Cabanes / Aitor Basterretxea
Finalistes: Enric Vallcorba / Igor Orbeagozo

1a Femenina

Campiones: Cristina Bala / Lara Tena
Finalistes: Mireia Herrada / Eli Nogueres

1a Masculina

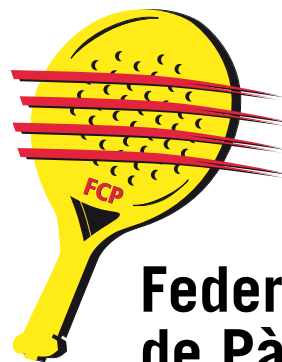
Campions: Pol Alsina / Darío Gauna
Finalistes: Xavi Soler / Raul Carmona



COMPETICIÓ PÀDEL
**CIRCUIT CATALÀ
 DE PÀDEL BRONZE**

Del 25 de juny al 2 de Juliol de 2017

El Circuit Català Bronze també va estar present al Club Tennis Natació Sant Cugat durant l'any 2017. Hi van participar 66 parelles: 55 masculines, dividides en 3 categories, i 11 femenines, en una sola, amb aquests resultats:



**Federació Catalana
 de Pàdel**



3a masculina:

Campions: Xavi Armadas / Manel Rion
Finalistes: Martí Casas / Marc Casas

1a femenina:

Campiones: Queralt Puig / Mireia Recasens
Finalistes: Berta Vila / Alexandra Mena

1a masculina

Campions: Sergi Mullor / Daniel Huerta
Finalistes: Arnau Riba / Dani Ollé



COMPETICIÓ

CAMPIONAT CATALUNYA DE MENORS

Gran actuació dels nostres equips de menors al Campionat de Catalunya de pàdel, celebrat al Club Padel Vilanova. Els dos equips del Club Tennis Natació Sant Cugat van arribar a la final de consolació demostrant un bon nivell i un gran compromís amb el club.

El Campionat de Catalunya de Menors reuneix les millors escoles de pàdel de Catalunya. El sol fet de participar ja és un orgull, és tenint en compte que els equips del nostre Club participaven per segon any consecutiu.



COMPETICIÓ

LLIGA CATALANA

L'equip absolut del Club va pujar de categoria per segon any consecutiu. Ja són a 5a categoria.



COMPETICIÓ

BONA TEMPORADA DE L'EQUIP FEMENÍ DE PÀDEL DEL CLUB



L'any 2017, les jugadores de l'equip de pàdel del CTN es van mostrar molt actives, participant en diverses competicions.

Per començar, van proclamar-se subcampiones de la quarta edició del Campionat Absolut del Vallès, després de guanyar les edicions de 2014 i 2015. També van fer un bon Campionat de Catalunya de 3a per equips, guanyant el Laietà. Malgrat que es van quedar a les portes de disputar la final, l'equip va aconseguir pujar de categoria.

D'altra banda, van quedar finalistes del Campionat de Catalunya de Veteranes 1a categoria disputat al Júnior FC. La final –que va caure del costat del Polo per 3-2, va registrar una assistència molt alta dels nostres socis i sòcies.

Per tancar la temporada, les nostres van participar al Campionat d'Espanya celebrat al Cercle Sabadellès. Capitanejades pel director de l'Escola de Pàdel del Club, en Jaume Carreras, van estar a punt de donar la sorpresa davant el Club Tennis Tarragona en la primera ronda.



RESET

El gimnàs del Club té cura de la salut de tots els seus abonats mitjançant diferents activitats dirigides

Al llarg del 2017, el Reset Gym va reforçar la seva oferta amb noves activitats i d'altres d'èxit

*Veniu al
Reset a
Somriure!*





EL GIMNÀS DEL CLUB, PIONER EN OFERIR ACTIVITATS EXCLUSIVES DE QUALITAT

Enlloc més trobareu moltes de les nostres activitats dirigides, perquè són úniques

El Reset Gym s'ha guanyat la confiança dels seus abonats. Sabeu per què? Perquè al Reset cuidem a tothom, us fem sentir còmodes, us fem riure, us

ajudem a estar en forma... A banda del nostre tracte personalitzat i curós, us oferim activitats que són exclusives del Reset Gym, com les següents:



Cos Global

L'Adela, una de les pioneres del Reset, és la creadora de la classe "Cos Global". La volia diferenciar d'una classe de tonificació perquè el seu treball amb els alumnes és molt diferent, ja que, mitjançant la consciència corporal, busca l'equilibri cosment. Cos Global inclou diferents tècniques, com pilates, feldenkrais (autoconsciència pel moviment), hipopressives, estiraments i mindfulness corporal. Sempre respectant que cada cos és diferent.

Mac Roll

Com ja sabeu, la Sílvia, coordinadora del Reset Gym, també és la fundadora d'aquesta activitat, anomenada Mètode d'Alineació Corporal. Ja fa vint anys va crear el mètode com un projecte d'un màster de màrqueting i avui en dia ho posa en pràctica les seves classes. Es tracta d'una barreja de Pilates, dansa contemporània, tonificació i, sobretot, d'un bon treball que posa en funcionament tots el músculs estabilitzadors.





Full Body

El nou fitxatge del Reset Gym, l'Adriana, ens porta una classe de spinning diferent. No només treballem les cames seguint el ritme de la música, sinó que durant la sessió es fa un treball de gomes i peses que activa tots els músculs del cos, sense deixar de pedalar.

Vidansa

No és una classe de zumba, ni de jazz, ni de balls de saló, és una classe on el Jesús us farà ballar una única coreografia, cada setmana diferent. Amb passos molt senzills, gaudireu del ball.



Tono Barra

Una barreja d'exercicis de dansa clàssica amb música moderna, adaptats als alumnes, donen a aquesta classe un toc diferent. La Sílvia us farà treballar i gaudir intensament.

Totes aquestes activitats, i algunes altres que tenim en ment, són per a tots vosaltres. Ens agrada que les practiqueu amb un somriure.

ENTRENADOR



Ja portem 4 anys al capdavant del servei d'entrenaments personals del Club i l'activitat comença a créixer, fins el punt que ja som 3 entrenadors. L'activitat està destinada principalment a treballar la prevenció de lesions i la rehabilitació; podem dir satisfets que els socis troben cada vegada millors resultats.

Aquest any hem arribat a un acord amb una empresa llei-datana per millorar el projecte inicial: sala d'entrenament personal exclusiva i treball sinèrgic amb serveis de nutrició, fisioteràpia i osteopatia. Volem tenir cura del soci amb garanties totals i els millors professionals. Molt aviat els socis veuran una nova imatge al Club.

Hem millorat el projecte inicial amb un treball sinèrgic amb serveis de nutrició, fisioteràpia i osteopatia

QUÈ FER DAVANT UNA LESIÓ DEL TENDÓ SUPRAESPINÓS

Quan acostumem a practicar esports de raqueta és habitual que el tendó supraespinós pateixi una tendinitis o es trenqui. Una de les causes és la posició forçada del braç en elevació i rotació. Aquesta lesió s'acostuma a produir en persones de mitjana edat per un problema degeneratiu propi del tendó i per un problema de fregament continuat dins de l'espatlla. Els programes d'enfortiment de l'espatlla ajudaran a prevenir aquesta lesió. En l'actualitat, si fa falta cirurgia, es pot realitzar amb tècniques de cirurgia artroscòpica amb excel·lents resultats, poca cicatriu i recuperació completa per a la pràctica esportiva després d'un procés de recuperació dirigit pel fisioterapeuta o entrenador personal.



Juan Sarasquete
Traumatòleg
Hospital Teknon
Soci del Club

PERSONAL

TINC EL SUPRAESPINÓS TRENCAT I NO PUC JUGAR A PÀDEL NI A TENIS

L'any passat vàrem parlar de l'articulació del genoll, aquest any canviem a tronc superior i parlem d'una de les lesions més temudes per esportistes i, sobretot, pels tenistes. Segur que moltes vegades ens hem trobat amb algun company que ens ha dit que té el supraespinós trencat o pateix una tendinitis i ha d'estar un mesos de baixa. Aprofitem la revista del Club per parlar d'una de les pitjors lesions que afecten els tenistes i de com prevenir-a.

Per començar hem de tenir clar què és el supraespinós, quina funció fa i sobretot quines lesions podem tenir, ja que no és el mateix un trencament que una tendinitis. Quan juguem el tenis, l'espatlla pateix en els moviments del servei i el remat, ja que el forcem en la posició de braç aixecat i en rotació externa.

El supraespinós, juntament amb l'infraespinós, rodó menor i subescapular, formant el maneguet rotador, envolten el cap de l'húmer. Segons el lloc de l'articulació en el qual es troba la lesió, podem parlar de diferents tipus de lesions:

Tendinitis: es tracta de la inflamació d'un tendó que es

pot produir per la repetició d'un mateix moviment o postura. Hi trobem diferents tipus en funció del grau, zona o afectació. Davant d'una tendinitis, el tractament habitual passa per fer repòs i rehabilitació. En el pitjor dels casos podem arribar a una artroscòpia d'espatlla. Trencaments tendinosos: un trencament de tendons es pot produir per la degradació d'una tendinitis. Els trencaments, en cas de ser parcials, permeten cert moviment de l'articulació però amb dolor, algun cruiximent i disminució de la força. No obstant, si es tracta d'un trencament total, el pacient presentarà dolor i incapacitat per aixecar el braç o el podrà aixecar amb dolor. En aquests casos, el tractament habitual és la cirurgia per reparar el dany.

Molts dels esportistes que veniu a jugar a tennis o a pàdel, hauria d'enfortir tota la zona dels maneguts rotadors. Des del servei d'entrenaments personal us posem a l'abast 4 exercicis que podeu fer abans d'un partit o per tal d'enfortir aquesta musculatura i evitar lesions. Utilitzant un simple goma podeu fer els següents exercicis:

Rodó major: posem el braç a 90 graus i fem una rotació externa del colze



Supraespinós: obrim el braç lateralment i fem una petita abducció del braç



Subescapular: amb el colze enganxat el cos fem una abducció del braç cap a fora



Infraespinós: colze enganxat el cos i fem una adducció del braç cap a dins

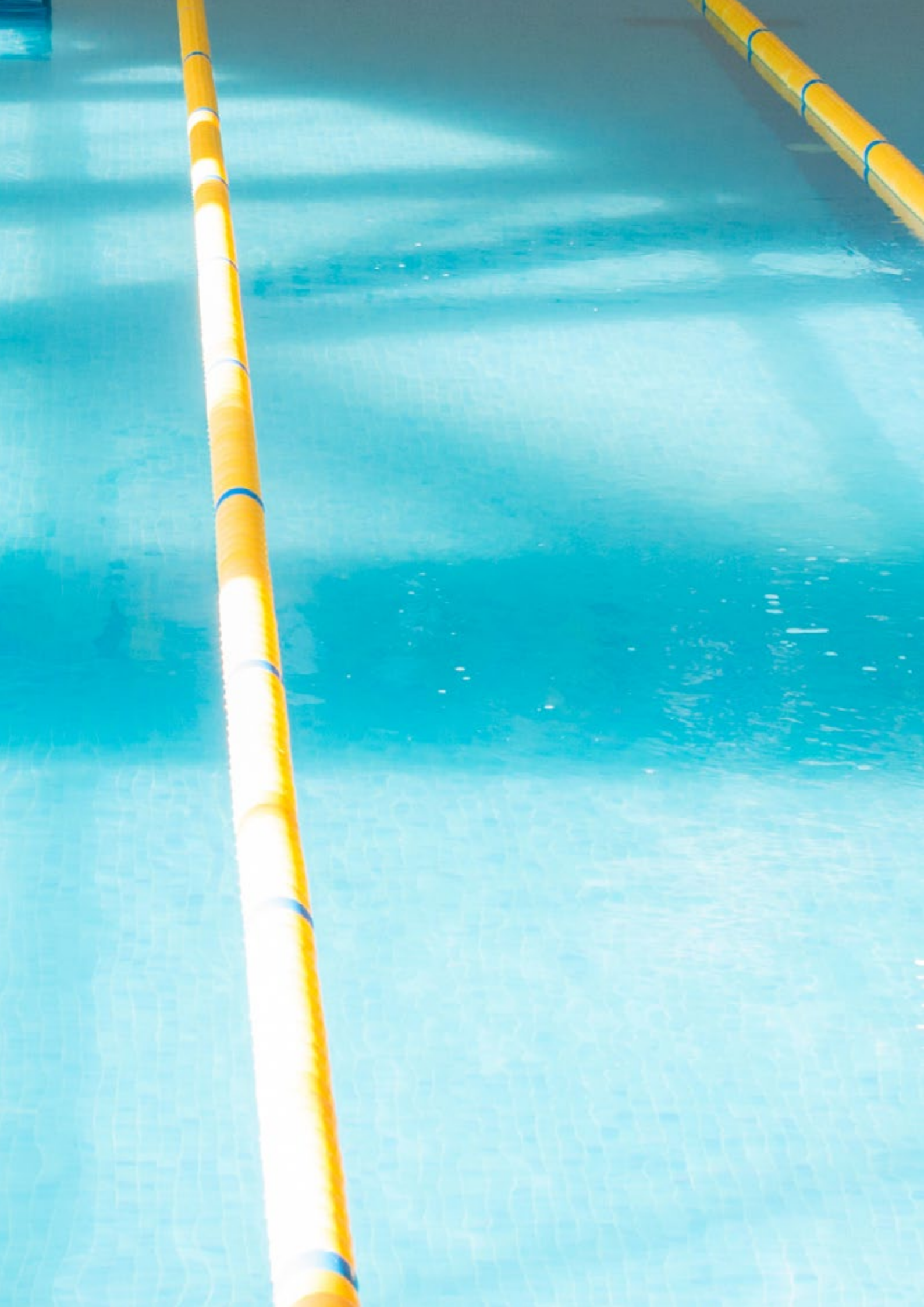




NATACIÓ

Portar la "Natació" al nom del Club ens obliga a oferir un servei de qualitat als socis i als alumnes de l'escola. I així és.

Un any més, els nens i nenes de l'Escola de Natació han pogut gaudir de l'aigua i millorar el seu aprenentatge. El clima de confiança entre el professorat, els alumnes i les famílies ha estat insuperable



■ NATACIÓ

CAMPIONAT LOCAL DE NATACIÓ ESCOLAR

El diumenge 12 de febrer del 2017, la piscina municipal de Sant Cugat es va omplir de gom a gom per acollir la 18a edició del Campionat Local de Natació Escolar. Els alumnes de l'Escola de Natació del CTN no hi van faltar

Aquest esdeveniment esportiu, totalment arrelat a la nostra ciutat i organitzat per l'Ajuntament de Sant Cugat del Vallès a través de l'OMET (Oficina Municipal d'Esport per a Tothom), va tornar a ser un èxit rotund, aconseguint rècord de participació.

El Campionat aplega a tots els nens i nenes de Sant Cugat, des de la categoria prebenjamí (nascuts el 2009 i 2010) fins la categoria cadet (nascuts el 2001 i 2002), per competir en estils de crol, braça, esquena i relleus.

Amb un total de 372 inscripcions (un 16% més que l'any anterior), en l'edició del 2017 s'ha incrementat la participació de l'alumnat de Secundària, que ha estat més del doble en relació a anteriors edicions.

Cal destacar l'excel·lent comportament de tots els

participants, així com del públic assistent que ha animat i encoratjat als nedadors i nedadores.

La transformació de la sala fitness en un espai públic, a l'igual que en l'edició anterior, a ser aplaudida per tots els familiars assistents, que van voler veure competir els seus fills i filles.

La prova de relleus va comptar amb la participació dels 36 equips inscrits. Els equips han estat formats per dos nois i dues noies de cada centre escolar o club.

Realment ha estat un goig comprovar com s'ha creat una sensació d'equip i cohesió veient als nens i nenes animar-se en tot moment.

L'entrega de premis ha anat a càrrec de l'alcalde de Sant Cugat, Mercè Conesa, i del regidor d'Esports, Eloi Rovira.

El Campionat Local de Natació Escolar va acabar amb la participació de 23 escoles i clubs i una molt bona sensació i il·lusió per seguir organitzant aquest Campionat els propers anys.



MÉS DE 25 ANYS D'EXPERIÈNCIA AVALEN LA NOSTRA QUALITAT



VENDA DE NETEJAFONS



REPARACIONS/REFORMES I
CONSTRUCCIÓ DE PISCINES



ELECTRÒLISI SALINA

La solució més completa
per al tractament de l'aigua
de piscines d'ús privat,
simplificant el manteniment
general de la piscina.



DETECCIÓ DE FUITES

Detecció de fuites d'aigua
mitjançant equips d'anàlisi.



JUAN SUÑE
PISCINES DESDE
1924

WWW.JUANSUNYE.COM

La Plana, 16 Pol. Ind. Sud
08754 El Papiol · Barcelona
Tel. 93 673 04 40 Fax. 93 673 02 84
jsunye@juansunye.com



SERVEIS TÈCNICS



MANTENIMENTS



PRODUCTES QUÍMICS



SERVEIS D'ANALÍTQUES



TRACTAMENTS LEGIONEL·LA



ACTIVITATS SOCIALS

El CTN Sant Cugat és un club molt viu, gràcies a l'afany participatiu dels seus socis i sòcies

Sopars, festes, sortides... l'any 2017, el Club va proposar un munt d'activitats als seus socis que es van saldar amb un gran èxit de participació i d'organització



■ ACTIVITATS

FESTA FI DE CURS DE LES ESCOLES

El tenista Marc López va ser la gran estrella de la festa final de curs. També hi va haver activitats de pàdel i els clàssics relleus de natació a la piscina

El dissabte 10 de juny va tenir lloc la festa de cloenda de les nostres escoles de tennis, pàdel i natació. Prop de 300 nens van gaudir de les diferents activitats que el Club va organitzar per tancar una temporada molt completa.

A l'escola de pàdel es va organitzar una competició per a tots els alumnes que van assistir on es van trobar jocs d'agilitat, competicions per parelles i punteries.

A la piscina no hi van faltar els clàssics relleus, que van aglutinar

a gairebé tots els alumnes de l'escola de natació que durant l'any han après els diferents estils.

Però, el plat fort de la festa final del 2017 va ser l'assistència de Marc López, que va compartir temps amb els alumnes de l'escola de tennis. Marc, Or als JJOO de Londres, va participar amb els nens jugant punts i mini tie-breaks, al costat de Pedro Cachín, tenista amb un futur prometedor, cada vegada millor situat al rànking ATP.



■ ACTIVITATS

FES CLUB 2017

Una gran paella cuinada al bosc del Club va reunir els socis i sòcies del Club en el cap de setmana que donava la benvinguda a la nova temporada

El sol va il·luminar totes les activitats organitzades amb motiu del cap de setmana del Fes Club 2017 del Club Tennis Natació Sant Cugat. Una cinquantena de socis van estrenar el cap de setmana amb l'Activa't, que els va fer activar-se de debò amb diferents classes dirigides.

El clàssic Pernil de pàdel va comptar amb 32 parelles mixtes inscrites; i no van fallar els nostres sèniors, que van protagonitzar un any més la Copa d'Avis del Fes Club. Els més petits es van entusiasmar amb els inflables que vam instal·lar a la piscina exterior. Un altre clàssic van ser els jocs de cartes, que van aplegar 14 parelles jugant a canastra i mus. I, després de molts anys, també vam tornar a organitzar una competició de tennis taula.

Diumenge al migdia va tenir lloc el moment més entranyable del cap de setmana, quan 175 comensals van compartir una paella popular cuinada al bosc.



PUBLIREPORTATGE

LA PRESBICIA

QUÈ ÉS LA VISTA CANSADA?

La presbícia o vista cansada és la dificultat que té l'ull per enfocar els objectes d'aprop. Normalment el cristal·lí canvia la seva forma i s'adapta al enfocar els objectes d'aprop i de lluny. Això és el que es coneix com l'acomodació de l'ull. Amb l'edat aquesta acomodació falla i és quan es apareix la presbícia (generalment a partir dels 40 anys). Es calcula que al nostre país pateixen presbícia el 80% dels majors de 45 anys i el 98% dels majors de 65 anys.



Dra. Elena Rusiñol
Clínica Oftalmològica Rubí



QUINS SON ELS SÍMPTOMES?

- Falta de nitidesa en la visió d'aprop
- Fatiga visual
- Mal de cap i cansament en realitzar tasques que requereixen veure d'aprop.

Un dels símptomes més evidents de la presbícia és la necessitat d'allunyar els objectes de lectura (mòbil, llibres) per tal d'arribar a llegir correctament i també la necessitat de tenir una millor il·luminació.



COM ES POT CORREGIR?

La presbícia es pot corregir amb ulleres, lentilles o mitjançant la cirurgia. La cirurgia de la presbícia ofereix uns resultats definitius i permanents. Consisteix en extreure el cristal·lí i reemplaçar-lo per una lent intraocular que permet recuperar la visió perduda.

Un pacient operat de presbícia no tindrà mai cataractes ja que el cristal·lí afectat s'ha substituït per una lent intraocular que no pot tornar-se opaca.



TIPUS DE LENTS

Hi ha 2 tipus de lents intraoculars per a l'operació de la presbícia :

- **Lent TRIFOCAL:** És una lent artificial intraocular que corregeix els tres tipus de visió (lluny, intermitja i aprop). Aquest tipus de lents permeten al pacient veure a totes les distàncies sense necessitat d'utilitzar ulleres.
- **Lent TRIFOCAL TÒRICA:** Es tracta d'una lent trifocal que a més a més corregeix l'astigmatisme quan aquest és superior a 1 diòptria.

Depenent de cada cas, el metge oftalmòleg és qui indicarà al pacient quina lent és la més adient.

COM ÉS LA CIRURGIA?

La cirurgia de la presbícia és segura, ràpida i precisa. Es tracta d'una cirurgia ambulatoria que no precisa hospitalització i per tant el pacient pot marxar a casa seva després de la operació. No és aconsellable operar els dos ulls durant el mateix acte quirúrgic per raons de seguretat i eficàcia. Normalment se sol deixar passar uns 5 dies entre una intervenció i l'altra.

¿QUINA EDAT HE DE TENIR PER OPERAR-ME?

A partir dels 50 anys en endavant, és un bon moment per valorar cada cas i operar-se. Les raons per operar-se van des de motius estètics i de comoditat (no haver de dependre d'unes ulleres cada cop que volem llegir), fins a motius professionals i/o esportius.



CLÍNICA OFTALMOLÒGICA RUBÍ
LÀSER VISIÓ

C. Miguel de Cervantes 134, 2ª planta
08191 Rubí (Barcelona)
T. 93 699 58 66
E. clinica@corocular.com

www.clinicoftalmologicarubi.com

■ CARNESTOLTES

FESTA DEL CARNESTOLTES

Una quarantena de nens i nenes van desfilat a la Sala Teatre del Club, en un concurs en què tothom hi va guanyar

La sala Teatre del Club va ser l'escenari de la gran festa de Carnestoltes que vam celebrar un any més... i és que al CTN no deixem passar cap oportunitat de passar-nos-ho bé junts.

Uns 40 nens i nenes van participar en un concurs de disfresses, que van destacar per la seva originalitat. Tots ells van desfilat al ritme de la música per una passarel·la, alguna de manera individual i altres en grups de dos o de tres.

Tothom va resultar guanyador!

El jurat va destacar com a disfressa més original i feta a casa la que portava el "Grup de Lego". També va ser reconeguda la família Puigbó, representant "Star Wars" i l'Arnau, vestit de cavaller, que va fer una bona representació.



■ ACTIVITATS

CAVALCADA DE REIS

La carrossa del Club, convertida en un bosc nadalenc nevat, es va endur el 4t premi del concurs de Sant Cugat

El Club Tennis Natació Sant Cugat no va faltar a la seva cita amb el Reis Mags de l'Orient.

Un any més, el Club va sortir en carrossa durant la tradicional cavalcada de Reis a Sant Cugat. Enguany, la nostra participació ha estat premiada amb el quart premi del Concurs de Carrosses.

El tema escollit en aquesta ocasió ha estat el Nadal. Per aquest motiu, la carrossa representava un bosc nevat i els seus ocupants anaven vestits de fullets del bosc. Cal felicitar a totes les carrosses participants i, en especials, a les que han obtingut els millors resultats: Pim Pam Pum -els guanyadors-, Creu Roja, Jardinarium i els Bastoners de Sant Cugat.



■ FESTES

REVETLLA DE SANT JOAN

La nit màgica de Sant Joan es va celebrar a la terrassa del Club amb un sopar informal i música de ball

La celebració de la revetlla de Sant Joan al Club ja és tot un clàssic que any rere any aplega a nombrosos socis i sòcies de totes les edats. La revetlla del 2017 va consistir en un sopar informal que es va servir a la terrassa del Club, perfectament decorat per a l'ocasió. Grans i petits van gaudir de la festa llençant els petards a les zones habilitades i ballant al ritme de la dj Mónica Ibáñez. La celebració es va acabar amb una bona coca amb piñons per a tothom.



■ ACTIVITATS

SOPAR D'ESTIU

Un centenar de socis es van aplegar al voltant de la piscina del Club per celebrar amb un sopar l'arribada de l'estiu

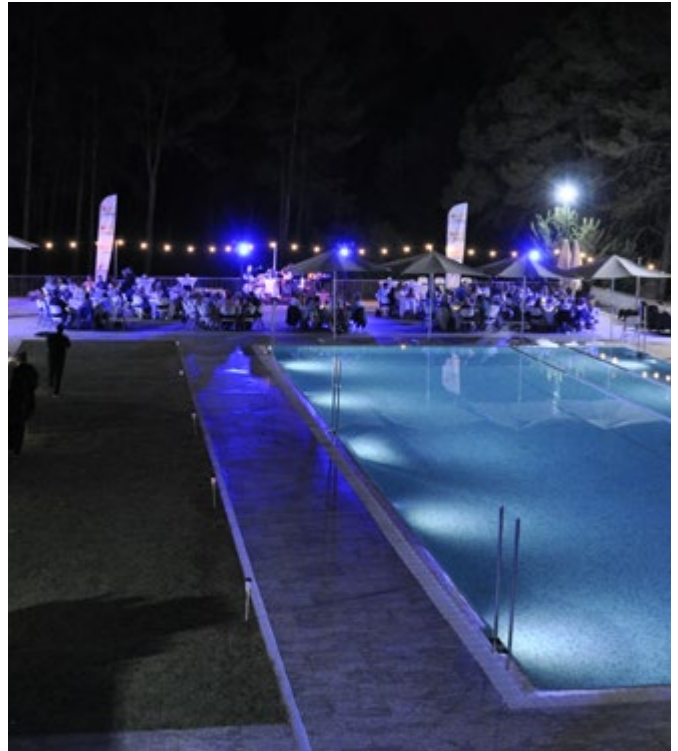
Com cada any, al mes de juliol es va celebrar el tradicional sopar d'estiu del Club. Una trobada que aplega als socis al voltant de la piscina exterior en un ambient de germanor i harmonia.

Al 2017, la trobada es va iniciar amb el lliurament dels premis del Campionat Social de Tenis +30 i +45 individuals, +40 dobles i del Ranking de tenis.

En total s'hi van aplegar un centenar de persones, que van degustar un excel·lent menú servit pel restaurant del Club, el Restaurant Smash, al temps que scoltaven els temes que va interpretar el grup Gold Covers.

A l'hora de les postres es va retre homenatge als socis que porten més de 25 anys amb al Club, que van rebre les insígnies commemoratives. També va haver-hi temps per sortejar diversos regals, com productes de la botiga Yves Rocher i un any d'abonament gratuït al Reset Gym.

Com no podia ser d'una altra manera, el Sopar d'estiu va acabar amb ball i fotos simpàtiques al photo call de l'esdeveniment.



■ ACTIVITATS

PIFARUTA AL PEDRAFORCA

El grup excursionista del Club, guiat pel soci Antoni Pifarré, va fer una volta de 360 graus al voltant del cim del Pedraforca.

El Pedraforca, una de les muntanyes més emblemàtiques de Catalunya, va ser la destinació escollida pel grup excursionista del Club: els Pifarutes!

Un total de 18 socis i amics de socis van sortir l'1 de juliol amb la intenció de fer una volta de 360 graus al voltant del cim del Pedraforca. Durant 4 hores, els excursionistes van fer una bona caminada, guiats com sempre per l'Antoni Pifarré. Després, van dinar plegats a l'Hostal Pedraforca i van tornar cap a Sant Cugat.

Pifaruta és una iniciativa del Club adreçada a tots els socis i sòcies que gaudeixen sortint a la muntanya. El guia és l'Antoni Pifarré, soci rodamón, qui escull els itineraris i dirigeix totes les sortides.



■ CASTANYADA

LA CASTANYADA

A la tradicional festa de la Castanyada el Club no hi van faltar es castanyes i els panellets, però tampoc un concurs de disfresses de Halloween

El Club Tennis Natació es va avançar uns quants dies a la celebració de la tradicional Castanyada, amb un munt d'activitats per a nens i nenes, on no hi van faltar la caseta de la castanyera –paper molt ben interpretat per la Desiré- amb les típiques carbasses, fulles, cistelles i farcells. A més, l'Antonio del Restaurant Smash va fer unes castanyes i uns moniatos boníssims que es van vendre a la caseta embolicades amb paper de diari.

La jornada va començar al matí amb un taller de panellets. Una vintena de nens van aprendre a fer la massa i la decoració dels tradicionals dolços que es van portar a casa. Ja a la tarda, vam organitzar un taller de manualitats amb 4 taules plenes de nens i nenes que van fer un munt de figures amb castanyes, fils, pals, ulls de plàstic i més material que teníem preparat per edats.

El concurs de disfresses de Halloween, que va comptar amb la participació de 25 nens i nenes, va cloure la jornada. Un jurat format per col·laboradors de l'àrea social va decidir que tots els participants eren guanyadors i tothom va tenir el seu premi. La festa va finalitzar amb música i ball per a petits i grans!



■ FESTES

SOPAR DE CAP D'ANY

Un centenar de socis i sòcies del Club van donar la benvinguda al nou any al restaurant Smash. Després, van ballar fins a la matinada

El Restaurant Smash del Club va ser l'escenari del sopar de gala, amb què un centenar de socis, acompanyats de les seves famílies, van celebrar l'arribada del nou any.

El bon ambient va presidir la vetllada, que va ser tot un èxit. El restaurant, que es va guarnir per a l'ocasió, va oferir un menú molt aplaudit.

Després de la campanades i el cotilló, els assistents van ballar a la zona del bar i de la sala de jocs, reconvertida en discoteca. La responsable de posar la música va ser la dj Mónica Ibáñez, que ho va fer tan bé que va tenir a tothom ballant fins les 4 de la matinada. Tant els més grans, com els joves del Club, van gaudir moltíssim d'una nit de diversió en companyia de la gran família del Club.



■ ACTIVITATS

SOPARS A LA FRESCA

Durant els mesos d'estiu de l'any 2017 el Club va posar en marxa una nova activitat: els sopars a la fresca amb música en directe.

Van ser tot un èxit

El bon temps ens va inspirar per posar en marxa una nova activitat que va rebre l'aplaudiment general dels socis.

Així, els divendres al vespre, la terrassa del Club s'omplia de socis gaudint d'un sopar a base de tapes, mentre gaudien de la música en directe interpretada per grups d'oldies.

Un gran encert, que seguirem organitzant.



■ FESTES

QUADRANGULAR 50 ANYS CE VALLDOREIX

El Club Esportiu Valldoreix va convidar els altres clubs de Sant Cugat a un Quadrangular de tennis i pàdel per celebrar el seu cinquantenari

El Club Esportiu Valldoreix va organitzar un Torneig Quadrangular de Pàdel i Tennis amb la presència de jugadors i jugadores dels quatre clubs de Sant Cugat, entre ells, socis i sòcies del Club Tennis Natació. L'acte, celebrat l'11 de novembre, s'emmarcava dins del programa d'actes del 50è aniversari del CE Valldoreix.

El campió va ser l'amfitrió, el CE Valldoreix, amb 355 punts; el segon classificat, el Junior FC, amb 307 punts; els nostres van acabar en tercer lloc i, en quart, el Set Ball Tennis.





CAMPUS I INTENSIUS D'ESTIU

Nois i noies, socis i no socis, aprofiten l'estiu per practicar esport i gaudir de la piscina al Club

Cada estiu el Club organitza activitats esportives i lúdiques adreçades a diferents grups d'edat. El tennis, el pàdel i la natació són els veritables protagonistes



■ ESTIU

CAMPUS D'ESTIU I INTENSIVS

Quan arriba l'estiu, l'esport i la diversió es donen la mà al Club. Al 2017, desenes de nois i noies van escollir els nostres Campus i cursos intensius

La qualitat és la senyal d'identitat de les activitats d'estiu que el Club organitza per a nens i joves. Una vegada més, al 2017 els campus i intensius van ser tot un èxit, gràcies a la confiança mostrada per les famílies i al compromís i la preparació de l'equip tècnic del Club.

Els nois i noies més petits van gaudir de divertidíssimes jornades, en què practicaven tenis, pàdel i altres esports, nedaven a la piscina, feien jocs grupals, gimcanes, tallers divulgatius, manuals,

etc. Els moments més recordats són, sense dubte, la gran acampada, precedida d'una festa de l'escuma i de ball a la improvisada "disco" nocturna, un taller de bombolles de sabó i la visita d'uns pallsos, així com la gimcana dels sentits, amb la col·laboració de l'Associació AVAN, en què els participants van experimentar les mateixes sensacions que senten els malalts neurològics.

Els nois i noies més grans, per la seva banda, van millorar el seus coneixements tècnics de tennis i pàdel, participant als cursos intensius d'aquests esports. A més de practicar amb la raqueta/pala a les pistes, sota l'atenta mirada dels monitors experimentats, també van gaudir de la piscina, de l'amistat i el temps lliure.

Per últim, cal destacar la celebració dels cursets estiuencs de natació, adreçats a totes les edats, des de nadons.

El del 2017 va ser un gran estiu al Club Tennis Natació Sant Cugat.

*El del 2017
va ser un
gran estiu al
Club Tennis
Natació Sant
Cugat.*





EL CLUB

Amb la mirada posada en la ciutat de Sant Cugat i en el món de l'esport, el CTNSC sempre és notícia

Els més de 50 anys d'història del Club s'endevinen en el seu dinamisme i la seva forta presència en la societat i en el sector esportiu





■ PREMSA

COL·LABORACIÓ A CUGAT.CAT

Un cop al mes, el Club Tennis Natació participa a l'espai "Sant Cugat a Fons" de la ràdio municipal Cugat.cat, parlant de pàdel

L'esport del pàdel és protagonista un cop al mes de magazine d'informació local "Sant Cugat a Fons", que Carme Reverte presenta a Cugat.cat.

Al llarg del 2017 han estat molts els convidats que han parlat de pàdel a la ràdio, en companyia dels responsables del Club i de l'àrea de pàdel, Kiku Costa, Manu Navas i Jaume Carreras.

Es tracta d'una gran oportunitat per difondre aquest esport, que cada dia suma més i més aficionats.



■ PREMIS

CANDIDATURA ALS PREMIS CIUTAT DE SANT CUGAT 2016

El cinquantenari del Club va tenir un gran colofó amb la candidatura als Premis Ciutat de Sant Cugat 2016



Un gran final per un gran any: el Club Tennis Natació va ser una de les entitats finalistes a rebre el prestigiós guardó Ciutat de Sant Cugat 2016. Malgrat que finalment no vam rebre el premi, el sol fet d'estar nominats ja va ser tot un honor.

L'Aula de So, L'Ateneu Santcugatenc, l'Esplai Pica-Roca, el Fons Social Sant Cugat-Valldoreix i els alumnes de l'escola Thau van ser les cinc entitats o col·lectius reconeguts amb els Premis Ciutat de Sant Cugat en la seva dotzena edició.

■ BOTIGA

NOVA GESTIÓ DE LA BOTIGA

El soci Miguel Ángel Rodríguez, "Rodri", està al capdavant de la botiga del Club

Des del mes de juliol de 2017, Miguel Ángel Rodríguez, conegut per tots com a "Rodri", és el responsable i la cara visible de la botiga de material esportiu situada a les instal·lacions del Club.

L'establiment ofereix productes esportius de les primeres marques. Està especialitzada en material dur -pales i raquetes-, a més de bames i productes tèxtils. A més de bon material, "Rodri" us ofereix el seu consell expert.



■ PUBLIREPORTATGE

LA CURA DE LA GESPA I EL JARDÍ

ELIA JARDINERIA, RESPONSABLES
DE LA JARDINERIA DEL CLUB

Des de fa tres anys l'empresa ELIA Jardineria és la responsable de tenir cura de l'entorn del Club Tennis Natació Sant Cugat: des de la gespa de la piscina i la poda dels arbres i la vegetació, fins a guarnir el Club de plantes i flors... tot porta el segell d'ELIA Jardineria.

La seva professionalitat i dedicació li ha fet guanyar el reconeixement de la ciutat de Sant Cugat, on ELIA va néixer fa 35 anys i on ha dut a terme nombrosos projectes integrals per a jardins particulars i altres espais enjardinats. ELIA Jardineria proporciona un servei d'alta qualitat, personalitzant cada jardí segons les necessitats del client.

La seva manera de treballar és totalment respectuosa amb l'entorn, ja que són conscients que l'enjardinament d'un espai exterior proporciona beneficis al medi ambient, minimitzant l'impacte de la nostra petjada de carboni i fent del nostre jardí un espai saludable en tots els sentits.



elia
jardineria
especialistes en gespa

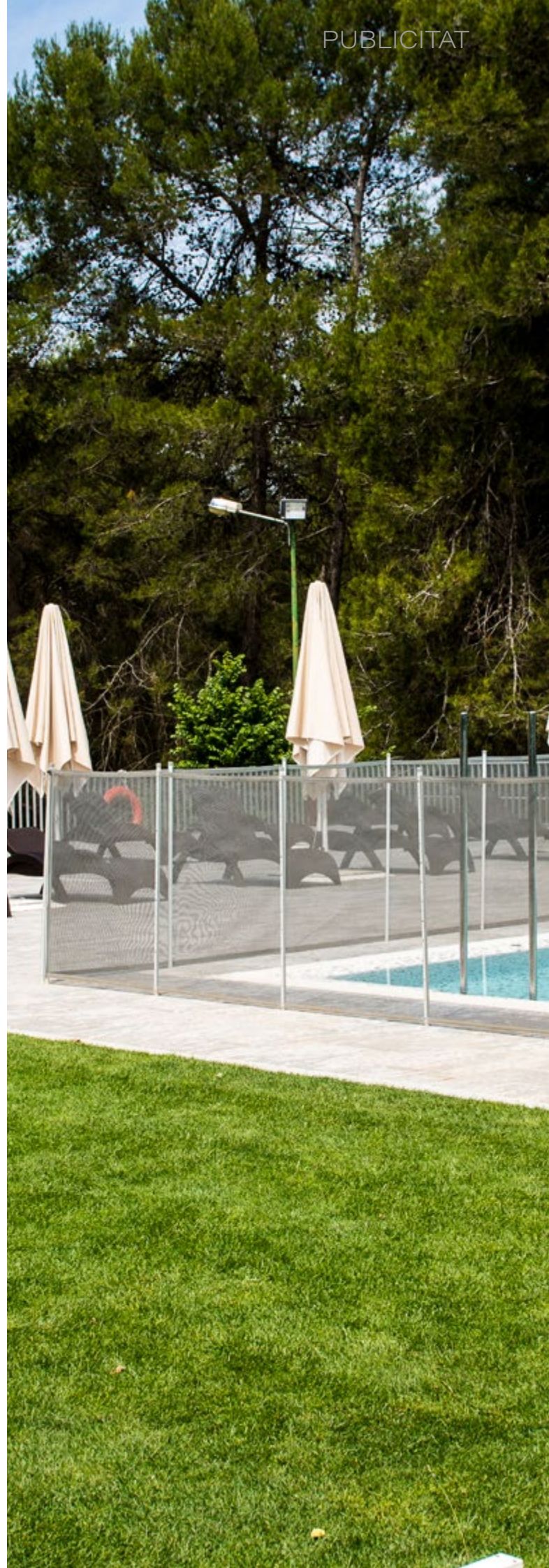
C. Francesc Vila 15
08173 Sant Cugat del Vallès (Barcelona)

T. 93 590 60 26

F. 93 674 90 02

E. elia@elia-grupo.com

www.elia-grupo.com



■ PREMIS

IVAN CORRETJA, CAMPIÓ DEL MÓN DE TENIS ADAPTAT

El nostre soci es va coronar a Houston campió del món de tennis adaptat de peu

Durant el mes de desembre del 2016, el nostre soci Ivan Corretja va participar en la prova final del TAP World Tour que es va disputar a Houston, als Estats Units.

L'Ivan es va proclamar Campió del Món de la modalitat de tennis adaptat de peu per amputats en derrotar a la final al jugador suec Harald Von Koch per un resultat de 3-6, 7-5, 10-8 (súper tie-break). A la prova van participar jugadors de 10 nacionalitats diferents.



■ ACTES

PRESENTACIÓ DEL LLIBRE DEL CINQUANTENARI

El Sant Jordi 2017 va ser molt especial pel Club: vam presentar el llibre del Cinquentenari



Socis, autoritats, amics i mitjans de comunicació van participar en la presentació del llibre “50 anys fent Club”, un document històric que repassa el primer mig segle de vida del club santcugatenc, des de la reunió fundacional celebrada el dia 28 de desembre del 1966 al restaurant El Mesón de Sant Cugat fins aquell moment. L'acte de presentació va ser l'últim del programa d'activitats del 50è aniversari del Club. Va estar presidit per Carmela Fortuny, tinenta d'alcalde de Presidència, Cultura i Promoció de l'Ajuntament de Sant Cugat, acompanyada del regidor d'Esports, Eloi Rovira; Antoni Lloret, president del Club Tennis Natació Sant

Venda online de l'equipació del Club

Des de l'any 2017, els socis i alumnes de les escoles del CTN poden adquirir l'equipació del Club de manera online.

Només cal accedir a la pàgina web www.ctnsc.org i des de la mateixa portada, entrar a la botiga d'Austral.

Hi són disponibles les samarretes, polos, pantalons, faldilles, banyadors, xandalls i els altres complements necessaris.



Cugat; i Monica Palasí, en representació de l'agència de comunicació Comparteix, autora del llibre.

Antoni Lloret va assenyalar que “el nostre és un club esportiu i familiar i això ha quedat molt reflectit en el llibre, que és amè i entretingut, amb moltes fotografies”.

■ PROFESSIONALS

JOÃO SOUSA S'ENTRENA PER ANAR A WIMBLEDON

Les pistes ràpides del nostre Club van ser les escollides per João Sousa per preparar-se abans de debutar a Wimbledon

El tenista portuguès João Sousa va escollir les pistes del Club Tennis Natació Sant Cugat per preparar-se abans de jugar el Grand Slam de Wimbledon. Sousa, qui va ocupar el lloc 28 del ranking ATP individual al 2016, també ens havia visitat l'any anterior.

■ JOVENT

ES CONSOLIDA L'ESCOLA DE HIP HOP DEL CLUB



Al llarg de l'any 2017, l'Escola de Hip Hop ha crescut i s'ha convertit en un referent a Sant Cugat. Les alumnes han participat en diferents exhibicions i concursos, destacant el premi que va guanyar el grup de les més grans. El festival de cloenda del curs, celebrat a la sala Teatre, va ser tot un èxit. Les alumnes van ballar diferents coreografies dirigides per la seva "profe", Maria Martín.

■ SOCIS

TÍTOLS DE PEDRO CACHÍN

El 2017 va ser un bon any pel soci del CTN, Pedro Cachín, que va guanyar títols importants. D'una banda es va proclamar campió del VI Torneo Internacional Villa de Madrid, que pertany al futures ITF de 25,000\$, després de guanyar la final per un doble 6 a 3 al rus Ivan Gakhov.

També va assolir l'èxit al torneig Futures BTT Tennis Academy-Vila de Valldoreix, després de superar amb un còmode 6-2 i 6-1 al brasiler Orlando Luz. Amb aquest títol, Cachin sumava 3 victòries durant la temporada.



■ COMUNICACIÓ

EL CLUB ESTRENA SERVEI DE WHATSAPP



Una de les principals novetats en l'àmbit de la comunicació de l'any 2017 al CTNSC, va ser la posada en marxa del servei de whatsapp perquè els socis i sòcies puguin rebre als seus telèfons mòbils les informacions o avisos d'importància del Club.

Per tal de poder rebre aquests avisos via whatsapp és indispensable que afegiu el número del Club a la vostra agenda. El número de whatsapp del CTNSC és el 609 84 70 70. Recordeu que si no el teniu entre els vostres contactes, no fomareu part de la llista de distribució del Club.

A banda del whatsapp, el CTN manté obertes altres vies de comunicació amb els socis, com són les xarxes socials -Facebook, Twitter i Instagram- on puntualment publiquem les activitats que s'organitzen, i la newsletter setmanal que tots els divendres rebeu a les vostres bústies de correu, on desenvolupem l'activitat més rellevant del Club.

■ SOCIETAT

REUNIÓ CLUBS ORGANITZADORS ITF



El CET (Clubes Españoles de Tenis) va organitzar una trobada de gerents de clubs al Real Club de Polo. Els participants van debatre problemàtiques comunes i van intercanviar impressions sobre temes relacionats amb les vessants social, esportiva i administrativa dels clubs. La trobada va tenir representació d'entitats d'arreu: RCT Oviedo, Real Zaragoza CT, Estadium Casa Blanca, Real Club Náutico Valencia, CT Peñacañada, RC Jolaseta de Getxo, CT Tarragona, CT Sabadell, CT Natació Sant Cugat, CT Laietà, CTBarcino, RCT Barcelona 1899...

■ GRUPS

CELEBRACIÓ DEL GRUP DE RODRI I EQUIPS DE DONES

L'amistat entre els socis i sòcies del nostre Club traspasa les pistes de tennis i de pàdel. Una bona mostra són les trobades que organitzen periòdicament els amics del "Rodri" al Restaurant Smash; o les reunions del grup de dones que disputen la competició per equips de l'Egara i el Setball els dimarts i dijous.



No deixis que la comunicació...

*et tregui
la son!*

*Creació
WEB*

Fotografia

**Disseny
gràfic**

**Xarxes
socials**

**Email
marketing**

**Gabinet de
premsa**

**Imatge
corporativa**

■ CONCURS

CONCURS POSTAL DE NADAL



El CTN Sant Cugat va felicitar el Nadal als socis i amics d'una manera molt original. Per escollir la postal de felicitació es va organitzar un concurs en què van participar una vintena de joves socis i sòcies; es tractava de representar el tema "Nadal al Club".

Malgrat que Jurat va felicitar a tots els artistes per la gran feina feta, finalment el guanyador de la postal de Nadal 2017-18 del CTN va ser Ricard Blanc. Cal agrair l'interès i l'entusiasme de tots els participants.



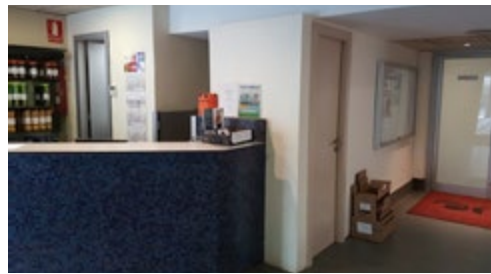
■ MILLORES

OBRES D'AQUEST ANY

Allarg de l'any 2017, es van fer diferents inversions al Club amb un cost total de 130.295,85€. Les obres més destacades van consistir a substituir la caldera d'aigua calenta i adequar la sala de màquines i instal·lar un descalcificador d'aigua sanitària i un sistema de retorn d'aigua calenta al vestidor femení.

Igualment, es va fer una forta inversió en millorar la il·luminació del Club, amb la instal·lació de LEDs a les pistes de pàdel i al teatre, entre d'altres zones del Club. Vam millorar la climatització del Teatre i de la sala annexa, de la sala de TV, restaurant i cafeteria.

Per últim, també cal destacar la renovació del paviment de la pista 9 de tennis i dels fons de les pistes 7 i 8 i la millora del cablejat informàtic i la senyal wifi del "Natació".



N'hi ha que tenen
molt clar on
gaudir de
l'estiu

Al Club Tennis Natació
Sant Cugat

Anglès

Idioma principal
dels campus esportius



SPORT SUMMER KIDS
de 3 a 8 anys

O apunta't als nostres
cursos intensius de
tenis, pàdel o natació

i si busques pàdel
de competició,
vine als stage amb
Jaume Carreras.


clubtennis
NATACIÓ SANT CUGAT

Informa't al Club, per telèfon o a la nostra pàgina web:

Camí del Crist Treballador s/n
08173 Sant Cugat del Vallès

T. 93 674 14 53 www.ctnsc.org



APROFITA ELS AVANTATGES!!!

Consulta els descomptes i tota la informació de les empreses participants a la nostra web:


www.ctnsc.org/avantatges-per-a-socis/



0% GLUTEN
Una nova franquícia de fleques sense gluten a Sant Cugat. 10% de descompte.



CAMP BASE
 La botiga Camp Base, material de muntanya i lleure amb descomptes especials.




CÀRITES
 Col·laboració amb el Projecte PAIDÓS específic per a l'atenció integral a famílies i infants en situació de risc d'exclusió social.



CONDIS
 El supermercat Condis Coll Favà
10% dte amb el carnet del Club.



DANI MARIN
 La perruqueria del Parc Central amb un bon preu pels socis i sòcies.



DEUTSCHE AKADEMIE
 Una acadèmia ideal on aprendre Alemany o Català i/o Castellà.



GRUP SANTASUSANA
 L'asseguradora que us ofereix grans avantatges i serveis.
Descompte en pòlisses de salut.



HOME TO HOME
 25 anys d'experiència enviant estudiants a l'estranger amb programes d'immersió lingüística.



MASIA CAN AMETLLER
 10% de descompte en la seva proposta gastronòmica.



NYTTA
 El nou centre de salut dins del Club amb descomptes especials per a Socis.



RACC
 10% descompte pels socis del Club (no acumulable a d'altres ofertes).



SUAU I NET
 Centre de rentat amb descomptes importants pels socis del Club.



NOU CENTRE NYTTA

AL CLUB TENNIS NATACIÓ SANT CUGAT

NYTTA és un nou concepte de gimnàs d'entrenament personal. La paraula Nytta significa "acció de millorar" i aquesta és la nostra filosofia, ajudar les persones a millorar, siguin quines siguin les seves inquietuds o els seus objectius.

A Nytta t'ajudarem a complir els teus propòsits de millora i, amb poc temps, podràs comprovar canvis en el teu cos.

Disposem dels millors professionals i d'uns equipaments excel·lents d'última tecnologia.

Ara, NYTTA, juntament amb FISIOCOS, inicia un nou projecte al CTN SANT CUGAT

SERVEIS AL CTN SANT CUGAT:

- **Fisioteràpia:**
 - Indiba
 - Punció seca
 - Kinesiotape
 - Ganxos
 - EPTe guiada amb ecografia
 - Ones de xoc
- **Osteopatia**
- **Dietètica i nutrició**
- **Podologia: estudis biomecànics de la marxa**
- **Depilació làser**
- **Entrenaments personals**
- **Electroestimulació**



NYTTA

millora la teva vida.

C/ Aribau 225 de BCN_ 933 623 996_www.nytta.es



Activa't

Vibra amb l'esport
com mai

Ciutat Europea de l'Esport 2018
Consulta el programa d'activitats a
www.santcugat.cat

 @esportsSTC #STCCiutatEuropeaEsport18



AJUNTAMENT DE
SantCugat



SANT CUGAT
CIUTAT EUROPEA
DE L'ESPORT 2018