

ctnsc

clubtennis

NATACIÓ SANT CUGAT



PÀDEL

EL ROSAWEEK BAT RÈCORDS

TENIS

UN RANKING SOCIAL AMB ÈXIT
DE PARTICIPACIÓ

WELLNESS FITNESS

LA VISIÓ DE LES SÒCIES



DES DE 1950

ANYS

...LA IMPORTÀNCIA D'UN BON SERVEI!



FRANCISCO RODRIGUEZ
FÀBRICA DE PARQUETS

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, 10 de pàdel i àmplies zones de bosc, a més d'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 Wellness Fitness.

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
Parlem amb... Àlex Corretja	4
Tennis	10
Pàdel	32
Wellness Fitness	44
Activitats socials	50
Actualitat	60

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

Carretera C-17 Km 27 | Concèntr N18
08480 · L'Ametlla del Vallès
BARCELONA
www.comparteix.com

EDITORIAL



CARTA OBERTA DEL PRESIDENT

Un futur d'excel·lència i compromís amb els nostres socis i sòcies.

Benvolguts socis i benvolgudes sòcies del Club Tennis Natació Sant Cugat:

Em complau enormement adreçar-me a tots vosaltres a través d'aquestes línies.

Fa poc més d'un any que tinc l'honor de presidir la Junta Directiva del nostre estimat Club i cada dia confirmo l'immens valor que representa aquesta gran família que formem.

El Club Tennis Natació Sant Cugat és més que unes instal·lacions; és un punt de trobada, un espai de salut i esport i, al mateix temps, un oasi de tranquil·litat en el privilegiat entorn del Parc Natural de Collserola. Comptem amb unes instal·lacions de primer nivell: 16 pistes de tennis, 10 pistes de pàdel, piscina coberta i descoberta, un complet gimnàs, sales de fitness i la nostra acollidora Casa Club i restaurant. Un conjunt que dona vida als més de 2.400 socis, la majoria famílies que ens trien dia rere dia.

Un present sòlid, fruit del bon govern:

Vull començar destacant l'excel·lent salut de la qual gaudeix el Club.

Gràcies al compromís de tots (Junta, Equip de Gerència, personal i per descomptat, els nostres socis i sòcies), la nostra entitat es troba en una situació econòmica molt sanejada i estable. Aquest equilibri és el fonament sobre el qual podem construir el futur. Aquí voldria mirar enrere i agrair sincerament la feina feta per les Juntes anteriors, sense la qual no haguéssim pogut arribar a la bona situació actual.

Per tot això, avui les nostres quatre grans àrees d'activitat (el tennis, el pàdel, la natació i el fitness/activitats dirigides) no només funcionen amb gran dinamisme, sinó que són l'ànima de la vida social i esportiva del Club. Des d'aquí vull agrair especialment a tot el personal del Club, treballadors i treballadores de les àrees de Gestió, Esportiva, Recepció i Manteniment, l'enorme esforç i capacitat que estan demostrant per tal que tots aquests serveis als socis siguin

possibles i d'alta qualitat.

Mirant al demà: El compromís de la millora.

Si bé gaudim d'un present brillant, la nostra responsabilitat com a Junta Directiva és mirar cap endavant i assegurar que el Club mantingui la seva posició de referència.

Per això, estem planificant un ambiciós però realista programa d'inversions a dur a terme en els pròxims cinc anys. El nostre objectiu és clar: elevar la qualitat de l'experiència del soci a través de la modernització i millora de les nostres instal·lacions.

Aquestes inversions se centraran en dos grans pilars:

1. Millora de les Instal·lacions Esportives: Busquem optimitzar les nostres pistes, piscines i zones d'entrenament per oferir la màxima qualitat i seguretat en la pràctica dels nostres esports favorits.
2. Renovació de la Casa Club i Serveis Comuns: Volem fer de la Casa Club un espai més funcional, modern i agradable, millorant el bar/restaurant i les àrees socials perquè cada visita sigui una experiència altament gratificant.

Us convido a tots a continuar participant activament en la vida del Club. La vostra veu i el vostre suport són essencials. Junts farem del nostre Club un referent d'excel·lència, en l'esport i en la vida social, en plena harmonia amb l'entorn natural que ens envolta.

Ens veiem a les pistes, a la piscina o al gimnàs!

Una cordial salutació.

Miquel Solanellas
President del
CTNSC



PARLEM AMB...

ÀLEX CORRETJA

Jugador professional, ex número 2 del món, capità de Copa Davis, referent del tenis internacional i soci del nostre club, Àlex Corretja comparteix amb nosaltres una reflexió honesta i profunda sobre el paper de les famílies, els entrenadors i l'entorn en la formació esportiva dels nens i nenes. Una conversa pensada per ajudar a acompanyar millor a les famílies dels joves esportistes, més enllà dels resultats.

Pregunta. Primer de tot, moltes gràcies pel teu temps. Per començar, ens agradaria preguntar-te pel teu dia a dia quan eres un nen i entrenaves. Quina actitud tenien els teus pares quan venien a veure els teus entrenaments (si és que venien)?

Àlex Corretja. Els meus pares han estat exemplars. Sempre han estat implicats, però mai no han volgut prendre decisions esportives per nosaltres. Des de ben petits van respectar molt la feina dels entrenadors. Ens portaven al club i ens donaven suport, però no interferien. Ells sabien molt bé les seves limitacions. El meu pare per exemple, era un director de col·legi i això el feia ser molt pedagògic i tenir molt coneixement de com tractar els nens, però ell no tenia ni idea de com jo havia de picar el drive o el revés. No m'imagino el meu pare dient-li a un entrenador perquè no feia més cubells de dreta o al preparador físic perquè no corria més. Tot i no venir del món de l'esport ell interpretava i tenia una educació, uns valors, un respecte i una humilitat que feien que sabés molt bé on estaven els seus límits.

“Els meus pares han estat exemplars. Sempre han estat implicats, però mai no han volgut prendre decisions esportives per nosaltres.”

Als entrenaments no recordo que vinguessin gaire, potser a un cada 50 entrenaments i apareixien puntualment al final per saludar als entrenadors. Quan anàvem a jugar al



Alex Corretja

Fotografía: Massimiliano Minocri (EL PAÍS)

Set Ball, que és on vam començar a jugar a tennis, i després quan vaig anar al Tennis la Salut, els meus pares mentre nosaltres entrenàvem, ells feien la seva vida. Això ens va donar a mi i als meus germans molta llibertat i tranquil·litat.

P. El teu pare i la teva mare actuaven igual o de manera diferent?

A.C. El meu pare era més expressiu i més dinàmic; li feia il·lusió veure'ns jugar, ja que els tres germans, jo, el Sergi i l'Ivan jugàvem, però no era una obsessió i en cap moment ell s'ho prenia com si fos una obligació que els seus fills havien de ser tenistes professionals. La meva mare era molt discreta i molt reservada i no deia mai res, simplement ella estava a prop per assegurar-se que els seus fills estiguessin bé. Tots dos tenien clar que el tennis havia de ser una activitat per gaudir, no una obligació ni un projecte personal seu.

*Els meus pares
tenien clar que
el tennis havia
de ser una
activitat per
gaudir*

P. I durant els partits —tant si les coses anaven bé com si anaven malament—, com reaccionaven? I quan la teva actitud no era l'adequada, com ho gestionaven?

A.C. Als partits sí que sempre venien i gairebé no ens deien res. Ens animaven i ens acompanyaven, però el que sí que era innegociable era l'actitud i sobretot l'educació. Si no lluitàvem els molestava i ens deien “va, esforça't més, que pots fer-ho!”. Però si faltàvem al respecte, tiràvem la raqueta o ens queixàvem, això no ho toleraven i ens podien fer fora de la pista. De fet, jo he sortit de la pista content d'haver guanyat el partit, i els meus pares fote'm una esbroncada descomunal pel fet que la meva actitud no havia estat bona, però sobretot perquè no havia tingut educació i havia dit paraulotes. En aquestes situacions, els meus pares sempre ens deien a mi i als meus germans “a nosaltres ens és igual que hagi guanyat, el que tu has fet és inacceptable.” Al final t'ho deien en un to intens per tal que tu ho entenguessis bé!!

Per posar-te un altre exemple, un cop vaig treure un 4 a un examen i la professora em va dir “ves a veure el director (o sigui el meu pare) al seu despatx.” Vaig arribar allà i li

vaig començar a posar excuses i el meu pare em va dir em molesta molt més les teves excuses que no pas que hagi tret un 4!! Per a ells era molt més important com ens comportàvem que no pas el resultat. Aquell missatge va ser clau per a mi.

P. Quins pensaments tenies i com ho vivies en aquella edat quan el teu comportament no era el que els teus pares esperaven de tu?

A.C. Ho vivia amb un respecte infinit!! No com una imposició, sinó com una decepció interna meva cap a mi mateix, ja que estava fallant als meus pares!! Ells eren els meus referents i ho han sigut sempre i jo sabia perfectament quan m'estava comportant malament i quan no ho feia no tenia la consciència tranquil·la.

Avui dia passa molt que crec que falta molta autocrítica i sempre hem d'anar amb molt de compte amb el que diem, ja que tothom s'ofèn molt quan ens diuen una veritat i poca gent té l'autocrítica de què li expliquis alguna cosa i ho accepti. Els meus pares sabien dir les coses amb tacte, però sense sobreprotegir-nos.

Lligat amb tot això, un dels records més grans que tinc és quan vaig trucar als meus pares el dia que em van donar el premi de l'ATP al Sportsmanship / Fair Play de l'any. Els vaig trucar des de Miami, que eren les 3 de la matinada a Barcelona, amb una targeta telefònica de les que es feien servir en aquell moment, i quan els hi vaig dir, el meu pare es va posar a plorar i jo vaig flipar que es posés així perquè jo havia guanyat títols de l'ATP i sí, estava molt content, però arribar al punt que ell es posés a plorar, mai. Jo encara m'emocio quan ho explico. El meu pare va plorar amb aquest premi perquè per ell era molt més important que el seu fill fos reconegut com una persona educada i respectuosa que no pas que perquè fos un campió de tennis. De campions ja n'hi ha molts.

El que tinc clar és que la manera de ser es treballa des de la base a casa amb els teus pares i amb els entrenadors que esculls. Que tots tinguin la mateixa filosofia és vital. En el meu cas, de ben petit tot i guanyar campionats d'Espanya de totes les categories

els meus pares sempre em van recalcar que “Àlex, està molt bé que guanyis, però relaxa’t.”

P. Parlem ara de les famílies que porten els seus fills i filles a aprendre a jugar a tennis al club. En el cas de nens i nenes amb més dificultats o amb un aprenentatge més lent, com hauria de ser l'acompanyament dels pares perquè continuïn gaudint de l'esport?

A.C. S'ha de partir de la base que el tennis és un esport ultra complicat i per mi un dels més difícils del món que requereix molta coordinació i precisió. La pista de tennis és gegant i s'ha de tenir clar que no tots els nens tenen la mateixa facilitat. Aquí l'aspecte més important és que els pares acompanyin als seus fills sense comparar-los amb els altres nens o nenes i que els animin a esforçar-se i a donar el 100% del que ells tenen.

Per això és molt important gestionar bé l'edat a la qual es comença a jugar, ja que és un esport en què la raqueta té un cert pes i, si es comença massa aviat, alguns nens es poden frustrar amb determinats aspectes del joc.

De la mateixa manera, és clau que els nens i nenes estiguin en grups d'entrenament adequats i equilibrats per edat i nivell, perquè si estàs en un grup de menys nivell t'avorreixes i, en canvi, si estàs en un grup de massa nivell t'agafa un trauma, ja que et sents inferior.

La idea crucial d'un club de tennis és passar-s'ho bé. Els nens ja van a escola i els hi exigeixen, per tant, quan surt del col·legi, el que vol el nen/a és passar-s'ho bé. Si el nen surt content de l'entrenament, ja estem fent bé la feina.

Els pares han de mantenir una comunicació positiva i si van a veure l'entrenament, amb somriure i paraules d'ànim com “molt bé, molt bé” és més que suficient.

P. I en el cas dels nens i nenes que milloren molt de pressa i obtenen bons resultats, quins passos han de seguir els pares sobretot si són famílies que no venen del món del tennis?

A.C. Aquí és fonamental confiar en la gent del club i que la gent del club siguin prou oberts per veure si aquell nen/a ha de fer un reforç a un altre lloc o poder hagi de seguir per un altre costat, però aquí el club ha d'ajudar en aquesta transició. El club ha de tenir l'orgull de veure que hi ha nens/es que han tingut una bona progressió i veure fins on els poden ajudar.

Els pares sovint reben molts inputs externs i poden sentir-se sobrepassats. Cal tocar de peus a terra, guanyar un torneig no vol dir ser professional. El més important és l'esforç, la disciplina i la constància.

P. Ens situem ara en diferents escenaris durant un partit. Com haurien d'actuar els pares en cada cas?

- ***Quan el fill/a guanya amb molta diferència, però mostra poca humilitat.***

A.C. Jo no soc partidari de durant els partits tenir converses llargues amb els nens, ja que els pots confondre, els pots treure de les seves rutines. En



aquesta situació concreta, si la situació és greu, es pot fer un breu avís en un canvi de cantó i li pots dir al teu fill/a: “Està molt bé que guanyis, però respecta el rival i no et sobris”. Al final del partit, s’ha de fer una reflexió clara sobre el que ha passat i, com hem comentat abans, aquestes actituds s’han de treballar abans des de casa.

- ***Quan el fill/a perd i plora o s'enfada més del normal.***

A.C. Cal sobretot ser empàtic i fer-li veure que el que li passa pot passar. Validar els sentiments i evitar dir “no ploris” de forma destructiva. És millor animar-lo amb missatges de calma i enfocament. Pensa que és normal que a vegades els hi pugui esclatar el cap, ja que en un partit de tennis s’han de prendre moltes decisions ràpides i és molt difícil.

I sobretot també mai s’ha d’abandonar el nen a la pista i marxar d’un partit si les coses no van bé.

- ***Quan el nen/a no està d’acord amb l’entrenador/a.***

A.C. Al final pares, fills i entrenadors han d’estar alineats. No pot haver-hi aquestes discussions. El pare no ha de fer d’àrbitre, defensar el fill treu autoritat a l’entrenador, i defensar l’entrenador pot decebre el fill. Quan hi ha aquesta situació cal parlar-ho en privat amb l’entrenador i aclarir les coses.

- ***Partit tens amb discussions per pilotes dubtoses.***

A.C. Això és complicat de gestionar... Cal ensenyar al nen a gestionar-ho. En mig d’un partit li pots dir al teu fill que el rival no s’està comportant com toca i el pots avisar que avisi al jutge àrbitre. Fins i tot, si és necessari, els mateixos pares poden avisar el jutge àrbitre, però no entrar en conflicte i no dirigir-se al rival.

- ***Quan el fill/a busca suport als pares durant el partit.***

A.C. El més indicat en aquesta situació és missatges d’ànim i calma, sense

instruccions tècniques, però és molt important haver parlat prèviament que durant el partit els pares només animaran. És a dir el nen no pot pensar “com és que avui els meus pares no em diuen res i no m’animen.” Els pares no són un “espantaocells” que estan veient un partit i no es poden ni moure. L’has d’acompanyar però sense donar una solució tàctica. El tennis s’està convertint en un esport com el futbol, molt popular, i com que per sort es veu molt a la televisió, tothom es pensa que sap de tennis i llavors et trobes que els pares donen massa indicacions tècniques als fills.

- ***Per acabar en aquest apartat, quan un fill/a torna a casa i diu que no vol jugar més a tennis, que no s’ho passa bé, no vol anar a entrenar o competir. Quins són els primers passos que han de seguir els pares quan això succeeix?***

Jo crec que quan passa això és perquè el nen/a ja porta molt temps patint. No és una reacció d’un dia puntual. Si arriba un dia et diu que no vol jugar més tu com a pare/mare el que vols és que el teu fill/a sigui feliç fent aquest esport. Les meves filles per exemple tenen 20 i 22 anys i no han fet gairebé mai tennis, van provar quan tenien 7 i 8 anys, però van preferir fer altres activitats com hip-hop i mai em va obsessionar que no juguessin a tennis tot el contrari em va donar igual. El problema és quan els pares volen realitzar el seu somni a través dels fills.

P. Parlem del paper del club amb els entrenadors i de quines eines se’ls pot oferir perquè continuïn millorant i creixent professionalment.

A.C. Primer de tot, l’entrenador de tennis no és només l’entrenador de tennis, l’entrenador ha de tenir una gran psicologia, però clar ells no han estudiat psicologia i llavors és un mix que no és fàcil de trobar. Per tant, donar eines als entrenadors és clau. La formació en psicologia és fonamental per ajudar-los a comunicar-se de manera constructiva amb els nens i nenes. A partir d’aquí penso que seria molt positiu impulsar formacions conjuntes amb entrenadors, pares i fills. Aquest tipus de formacions ajuden al fet que quan es donen algunes



situacions difícils tant els pares com els fills li poden dir l'un a l'altre, recorda el que ens van explicar a la formació amb el psicòleg esportiu i que tots vagin en la mateixa direcció. Al final el psicòleg esportiu aporta eines als entrenadors, pares i fills que els poden ajudar a gestionar certes situacions. Un altre aspecte que es pot treballar amb el psicòleg esportiu i els entrenadors és en crear rutines als nens, sense que els nens perdin la seva màgia i la seva naturalitat, per així generar uns hàbits dins la pista que els ajudin a gestionar situacions com un “break point”, un “match point” o altres situacions difícils que es trobaran a un partit. En Rafa Nadal, per exemple, era capaç de jugar igual un 15-0 que un break point a 5-3 d'un tercer set. Al final el tennis és un esport que has de ser una mica “màquina”, ja que és molt complex.

Jo soc de la filosofia de destacar el que el jugador i jugadora fan correctament el gest tècnic, més que no pas focalitzar-se constantment en l'error i anar corregint cada vegada que es comet una errada.

P. Per acabar, quin missatge final donaries a les famílies?

A.C. Recordeu que el vostre fill és un nen, no un projecte esportiu. Acompanyeu-lo, escolteu-lo i doneu-li eines, però no viviu l'esport a través d'ell. Si se sent estimat, respectat i tranquil, tot fluirà molt millor, dins i fora de la pista.

El vostre fill és un nen, no un projecte esportiu. Acompanyeu-lo, escolteu-lo i doneu-li eines, però no visqueu l'esport a través d'ell.

Fotografia: Massimiliano Minocri (EL PAÍS)





TENIS

CAMPIONATS SOCIALS

L'esperit del Club va bategar en el **Campionat Social Absolut de Tenis**

El 12 d'abril, les nostres pistes es van convertir en l'escenari d'una de les cites més emblemàtiques del calendari: les finals del Campionat Social Absolut. Després de setmanes de competició intensa, la jornada de cloenda va posar de manifest que el tenis al nostre Club és molt més que un esport; és un punt de trobada, esforç i celebració compartida.

Una participació de rècord L'edició d'enguany ha estat un èxit rotund de convocatòria, amb més de 90 participants que han donat vida al quadre de competició. Des dels primers intercanvis fins a la gran final, el nivell de joc ha estat excepcional, però encara ho ha estat més l'actitud dels jugadors. L'alt nivell tèc-

nic ha anat sempre de bracet amb la companyonia i el joc net, valors que defineixen l'ADN de la nostra entitat.

Una jornada per al record El matí de les finals es va viure amb un ambient immillorable. Les grades, plenes de socis, familiars i amics, van vibrar amb cada punt, creant una atmosfera festiva que recordarem durant molt de temps. Va ser una jornada on el talent es va desplegar en cada set, regalant-nos moments memorables que ja formen part de la història d'aquest curs esportiu.

“Més enllà dels títols, el gran guanyador d'aquest campionat ha estat, un cop més, el teixit social del nostre Club.” ■



Final Individual Masculí



Final Individual Femení



Final Dobles Masculí



Final Dobles Femení



Finalistes Masculí i Femení



Final Final Consolació Masculí



Final Dobles Consolació Masculí

	CAMPIÓ/NS - CAMPIONA/NES	SUBCAMPIÓ/NS - SUBCAMPIONA/NES
Individual Femení	Yolanda Civit	Marta Petrus
Individual Masculí	Jordi Nicolas	Ronald Ziganshin
Dobles Femení	Marta Petrus i Neus Ratón	Darja Bega i Andrea Puga
Dobles Masculí	Noah Tomás i Eric Solano	Jordi Nicolas i Roland Ziganshin
Consolació Individual Masculí	Jordi Tomás	Oriol Bosch
Consolació Dobles Masculí	Jordi Tomás i Alex Juliá	Tito Mas / Javi Salvat

Èxit de participació en el Ranking Social de Tenis

El dijous 24 de juliol, les nostres pistes van acollir les finals del Ranking Social de Tenis 2024-2025, posant el fermall d'ora a una temporada marcada pel bon ambient i la constància. Aquesta competició, que es va estendre al llarg de tot l'any, va reafirmar la seva posició com un dels motors de la vida esportiva del Club.

Una comunitat en creixement

L'edició va destacar per unes xifres de participació impressionants: un total de 138 inscrits van donar vida a la lliga, repartits en 8 categories mixtes i 3 femenines. Aquesta gran diversitat de grups va permetre que socis de

tots els nivells gaudissin de partits equilibrats, convertint el rànquing en un èxit absolut tant a nivell esportiu com social.

Celebració i comiat de temporada

Després d'unes finals intenses i molt disputades, l'activitat es va traslladar fora de les pistes per a l'acte de lliurament de premis. La jornada va culminar amb un aperitiu per a tots els assistents, en un clima festiu que va servir per acomiadar l'edició com calia. Va ser el moment perfecte per compartir anècdotes de la temporada i celebrar el creixement de la nostra comunitat tenística.

“El Ranking va ser, un cop més, la millor demostració de com la competició sana enforteix els vincles entre els nostres socis.”

	CAMPIÓ/NA	SUBCAMPIÓ/NA
Grup A Mixt	Ruggero Zandonella	Martin Gerss
Grup B Mixt	Jordi Lloret	Marc Monedero
Grup C Mixt	Albert Alonso	Andreu Tobella
Grup D Mixt	Toni Lloret	Carolina Pasquarelli
Grup E Mixt	Miquel Andreu	Francesc Canals
Grup F Mixt	Lluís Vivo	Ekaterina Novoseltseva
Grup G Mixt	Fredrik Andersson	Ecequiel Piera
Grup I Mixt	Joaquín Sanmartin	Emilio Vilaseca
Grup A Femení	Reyes Rifa	Rosa Massuet
Grup B Femení	Elisabet Arús	Helen Balsells
Grup C Femení	Mari Carmen Botia	Judit Romero



El futur del Club brilla al Torneig Social Juvenil "Rafael Vilà"

El Torneig Social Juvenil Rafael Vilà va tancar una nova edició consolidant-se com el gran aparador del planter del nostre Club. Amb un ambient esportiu immillorable i una participació històrica, la competició va tornar a demostrar la vitalitat i la passió amb què els nostres joves encaren aquest esport.

Una pedrera en plena forma

Un total de 136 nens i nenes de l'Escola de Tennis van ser els protagonistes absoluts d'aquells dies. El torneig va recórrer totes les etapes formatives —Benjamí, Aleví, Infantil i Cadet— tant en modalitat individual com de dobles, oferint quadres de competició masculins i femenins que van omplir les pistes de talent i energia.

Finals vibrants

Les finals, disputades els dies 6 i 7 de novembre, van ser un autèntic espectacle. Més enllà dels resultats, va destacar l'evolució tècnica i tàctica dels

joves tenistes, que van jugar amb una maduresa sorprenent. Per sobre de tot, però, van brillar els valors que definien l'esperit del torneig: la constància, el respecte i la camaraderia entre companys i rivals.

Una cloenda festiva

El punt final de la competició va arribar amb l'esperat acte d'entrega de trofeus, on es va reconèixer l'esforç i la dedicació de cada participant. Va ser un moment de celebració compartida entre campions, subcampions i totes les famílies que van omplir les grades per donar suport als futurs referents del Club.



	CAMPIÓ/NA	SOTS-CAMPIÓ/NA
Benjamí Femení	Vera Garcia-Falces	Lara Ríos
Benjamí Femení Consolació	Julia Pallares	Emma Miskovsky
Benjamí Masculí	Arnau Pous	Pol Ruiz
Benjamí Masculí Consolació	Aleix Pérez	Ignasi Tricas
Aleví Femení	Andrea Fructuoso	Vera García-Falces
Aleví Masculí	Gerard Capdevila	Alessandro Bocassini
Infantil Femení	Cristina Valdés	Nerea Lasurt
Infantil Masculí	Alessandro Bocassini	Gerard Capdevila
Cadet Femení	Cristina Valdés	Marina Ibáñez
Cadet Masculí	Jan Corretja	Marc Subirana
Cadet Masculí Dobles	Jan Solsona Alex Fructuoso	Ernest Grau Martí Nicolas
Aleví Femení Dobles	Emma Medina Clara Taberner	Laia Pous Clàudia Escudero
Infantil Femení Dobles	Cristina Valdés Xènia Mir	Anna Fructuoso Lucía Sánchez
Cadet Femení Dobles	Cristina Valdés Luna Pous	Carlota Sampaio Marina Ibáñez

Bona representació del Club al Campionat de Catalunya de Pares i Fills

El tennis és, per damunt de tot, un esport que uneix generacions, i no hi va haver millor exemple d'això que la celebració del Campionat de Catalunya de Pares i Fills. El Club Tennis Andrés Gimeno va ser l'escenari d'aquella jornada dominical on el bon joc i, sobretot, l'ambient familiar van ser els grans protagonistes a les pistes.

Triomfs amb segell propi.

Els nostres representants van signar una actuació brillant, demostrant que el talent és una qüestió de família. En la categoria reina, Noah i Jordi Tomàs es van coronar com a Campions Absoluts després de desplegar un tennis sòlid i compenetrat, imposant-se a la final davant la família Soriano amb un contundent 4-1 i 4-0.

L'alegria per al nostre col·lectiu no va acabar aquí, ja que en el quadre de consolació, Cristina i Jorge Valdes també van alçar el trofeu de Campions, tancant una participació rodona per als jugadors vinculats al nostre entorn.

“Més enllà dels marcadors, la jornada va ser un homenatge a la complicitat i als valors compartits entre pares, mares, fills i filles a través de la raqueta.”



El tenis femení, protagonista al llarg de l'any amb les Americanes de dobles

L'any 2025 va ser un exercici de gran vitalitat per al tenis femení del Club, amb la celebració de tres jornades d'Americanes de dobles que es van convertir en cites imprescindibles. Aquestes trobades no només van destacar per la qualitat dels punts a la xarxa, sinó sobretot per ser l'espai perfecte per enfortir els vincles i gaudir de l'esport en la seva vessant més social.

Un creixement constant pista rere pista

La temporada va arrencar amb força el 26 d'abril, on 18 jugadores



van obrir el cicle amb dues hores de tennis intens i molta complicitat. Amb l'arribada de l'estiu, el 13 de juliol, la participació va créixer fins a les 20 jugadores, que van voler acomiadar el curs abans de les vacances amb una jornada dominical marcada per un ambient immillorable i una entrega absoluta en cada set.

Una cloenda de luxe

Després de l'estiu, la represa de l'activitat va arribar el 8 de novembre amb l'Americana més multitudinària de l'any. Un total de 25 jugadores van participar en aquesta primera cita de la nova temporada, que va anar un pas més enllà en la seva celebració. La jornada va culminar de la millor manera possible: amb un sopar de germanor i el lliurament de premis al restaurant del Club, on es va agrair la col·laboració de l'equip de restauració pels obsequis cedits a les guanyadores.



Volem agrair a totes les participants que, amb el seu entusiasme i esportivitat, van fer de cada Americana una autèntica festa del tenis femení. Sens dubte, van ser uns dels moments més memorables de l'any a les nostres pistes.

Estrena de luxe per a la **Rain Cup**: una nova tradició al Club

L'any 2025 va veure néixer una de les competicions més dinàmiques i ben acollides per la nostra massa social: la Rain Cup. Aquest dissabte 7 de juny, el CTNSC va viure la gran final de la seva primera edició, posant el fermall d'or a un torneig que va destacar pel seu format innovador i un ambient competitiu immillorable.

Un format exigent i participatiu

La Rain Cup es va plantejar com un repte de constància. Durant quatre dissabtes consecutius, un total de 40 socis van lluitar en una fase regular molt intensa. El format, basat en partits de dobles de 25 minuts on cada jugador canviava de parella fins a quatre cops per jornada, va posar a prova la capacitat d'adaptació i la resistència dels participants. Amb un sistema de puntuació individual (2 punts per victòria i 1 per empat), només els 16 millors classificats van aconseguir el bitllet per a "The Finals".



Una final d'infart

La jornada decisiva del 7 de juny va oferir un espectacle de primer nivell. Després d'unes semifinals molt ajustades, la gran final va enfrontar l'Òscar Escudero i en Ruggero Zandonella. Després d'empatar

a punts en la classificació, el títol es va haver de decidir en un emocionant súper tie-break. Finalment, l'Òscar Escudero es va proclamar primer campió de la història del torneig amb un resultat de 10-5.

SisquellaGrup
gestionem confiança



Emoció i llegat al III Torneig Pares i Fills "In Memoriam Yolanda Canto"

El diumenge 23 de novembre, les nostres pistes van acollir la tercera edició del Torneig Pares i Fills In Memoriam Yolanda Canto. Aquesta jornada, que va transcendir l'àmbit estrictament esportiu per convertir-se en un acte d'homenatge i record, va tornar a omplir el Club d'emoció, valors i, sobretot, d'una gran germanor familiar.

Una cita consolidada

L'esdeveniment va confirmar la seva consolidació com una de les dates més especials del calendari, assolint una alta participació amb 38 parelles inscrites. La competició es va dividir en dues categories (+13 anys i -13 anys), permetent que famílies amb fills de totes les edats compartissin el costat de la xarxa en una matinal inoblidable.

Esport i convivència en harmonia

Durant tot el matí, es van succeir els partits en modalitat de dobles sota un ambient immillorable. L'esperit del torneig va estar present en cada intercanvi: una combinació perfecta entre la competició sana i la celebració compartida. Va ser un plaer veure com l'esforç tècnic anava acompanyat de somriures i gestos de complicitat entre pares, mares, fills i filles.

Reconeixements de la jornada

En acabar els enfrontaments, es va procedir a la proclamació dels campions i finalistes, un moment de reconeixement al bon joc i a la dedicació de totes les parelles que van prendre-hi part.

"Aquest torneig no només honra la memòria de la Yolanda Canto, sinó que celebra el vincle indestructible que es crea entre generacions a través del tenis."



	CAMPIONS/ES	SOTS-CAMPIONS/ES
<13 anys	Yago Julià i Àlex Julià	Marc Monedero i Dani Monedero
<13 anys consolació	Arnau Giné i David Giné	Pol Ruiz i Mireia Abante
>13 anys	Óscar Escudero i Hugo Escudero	Marta Petrus i Marc Castelló
>13 anys consolació	Juan Ignacio Ochoteco i Ignacio Ochoteco	Ricardo Serrano i Eloi Serrano

RESULTATS DESTACATS

Tenis d'alt nivell al circuit ITF Sènior "Carmen Perea"

Durant la primera setmana de setembre, el nostre Club es va vestir de gala per acollir una prova del prestigiós circuit ITF Sènior "Carmen Perea", en la categoria MT400. Aquesta cita es va convertir en el punt de trobada per a jugadors i jugadores d'alt nivell, tant de l'àmbit nacional com internacional, consolidant les nostres pistes com un escenari de referència per al tennis veterà.

Una participació internacional i de prestigi

El torneig va comptar amb la presència de 80 tenistes procedents de diversos clubs d'arreu, que van competir al llarg de diversos dies en un ambient que va maridar perfectament la màxima exigència competitiva amb l'esperit esportiu propi del circuit sènior.

Gran paper dels representants del Club

El CTNSC va estar magníficament representat per 17 socis, que van plantar cara en totes les categories. El nivell dels nostres jugadors locals va quedar palès amb resultats realment destacats, demostrant el gran estat de forma de les nostres seccions de veterans.



	CAMPIÓ/NS	SUBCAMPIÓ/NS
+30	Sergi Garcia	Sergi Aguilar
+35	Lluís Anfruns	Juan Carlos Muñoz
+40	Joan Ramírez	Marc Monedero
+45	Alex Folch	Raul Mejías
+50	Font Bonllau	Jaume Baneras
+55	Cristiano Ivan Pavia	Lluís Vilanova
+60	Lluís Matas	Jaime Canela
+65	Javier Cabanillas	Toni Fabregat
+70	Josep Maria Duran	Francisco Javier Montoliu
+30 Dobles	David Castells Josep Maria Minguella	Sergi Aguilar Raul Mejías
+45 Dobles	Robert Navarro Héctor Del Barco	Alex Folch David Castells
+60 Dobles	Javier Salvat Lluís Gironella	Lluís Matas Eduard Insenser

Eduard Querol i Víctor Roman, subcampions d'Espanya



Una de les notícies més destacades per al palmarès del nostre Club, va ser el subcampionat d'Espanya aconseguit pels nostres socis Eduard Querol i Víctor Roman. La parella va signar una actuació brillant en la categoria de dobles +65, portant el nom del nostre Club fins al podi estatal.

El campionat, disputat a les instal·lacions del Club Tennis Tarragona, va reunir les millors raquetes de la categoria d'arreu del país. Querol i Roman van mostrar una gran compenetració i un nivell de joc excepcional al llarg del torneig, superant rondes amb autoritat fins a plantar-se a la gran final.

Tot i que el títol se'ls va escapar per molt poc, aquesta medalla de plata és un premi a la constància, el talent i la dedicació que ambdós socis mantenen viva any rere any a les nostres pistes.

CREEM ENTORNS VERDS

A Garden Tona ens dediquem al disseny paisatgístic, la construcció i el manteniment de jardins particulars, espais d'empresa i zones comunitàries, oferint solucions personalitzades i de qualitat.

Tenim com a objectiu tornar el contacte amb la naturalesa, experimentant amb els espais exteriors, sempre des del respecte, la sensibilitat i sobretot protegint i conservant la biodiversitat.

A Garden Tona, us podem ajudar a aconseguir un jardí únic i inspirador.

Carretera Manresa, 59
08551 Tona (Barcelona).
Tel. 938870076

WWW.GARDENTONA.COM



Èxit històric: Yolanda Civit i Jordi Tomás triomfen als Campionats de Catalunya

L'any 2025 ens va deixar moments esportius memorables, però sens dubte un dels més destacats va ser el domini exhibit pels nostres socis en els Campionats de Catalunya Sènior, on el Club va tornar a pujar al graó més alt del podi en diverses modalitats.

Yolanda Civit, doble corona catalana

La gran protagonista de la temporada va ser la Yolanda Civit, qui va demostrar un estat de forma excepcional tant en la vessant individual com en la de dobles.

En el campionat individual disputat a les pistes del Club Tennis d'Aro, Civit es va proclamar Campiona de Catalunya +45. En una final disputada i de molta qualitat, la nostra jugadora es va imposar a So-



nia Delgado (CE Valldoreix), fent gala d'una gran passió pel tenis i d'un nivell de joc que la va portar al títol.

Un tàndem imparable: Civit i Tomás

L'èxit de la Yolanda es va fer extensiu a la modalitat de dobles mixtes +45, on va formar parella amb un altre soci de la casa, el Jordi Tomás. El duet va mostrar una compenetració perfecta a la fase final celebrada al Cercle Sabadellès.

La parella del Club Tennis Natació Sant Cugat va dominar la final amb autoritat, superant la dupla formada per Tamara Tien i David Castells amb un resultat inapel·lable de 6-1 i 6-0. Aquesta victòria va refermar el talent i la dedicació dels nostres jugadors veterans en el circuit català, portant el nom del Club ben amunt.

L'equip absolut de tennis va fregar els quarts al Campionat d'Espanya

La competició nacional per equips també va ser un dels focus d'atenció de la temporada, amb una participació molt destacada del nostre equip absolut de tennis masculí a la 3a categoria del Campionat d'Espanya.

A un sol punt de la classificació

Els joves jugadors del Club Tennis Natació Sant Cugat van demostrar un gran nivell competitiu i van estar a punt d'entrar entre els vuit millors equips de la categoria. En l'eliminàtoria clau contra el C.D. Terrassa, el nostre equip va aconseguir una victòria per 5-2, un resultat positiu però que, malauradament, va resultar insuficient pel sistema de desempat de la competició.

Al grup li va mancar un sol punt per desfer la igualtat de l'eliminàtoria i segellar el pas als quarts de final, posant de manifest el nivell tan equilibrat que es va viure durant tot el torneig.



Èpica i emoció fins al darrer instant

El moment més vibrant de la jornada es va viure en el doble decisiu, un partit que va mantenir l'emoció fins a l'últim segon. Després d'un enfrontament de màxima igualtat, la derrota va arribar de la manera més cruel possible: un 12-10 al supertie-break del tercer set. Malgrat el resultat, el partit va ser una exhibició de lluita i compromís per part dels nostres jugadors.

Èxit històric de les nostres veteranes al Campionat d'Espanya

El 2025, el Club Esportiu Font de Sa Cala (Mallorca) va acollir el Campionat d'Espanya de Veteranes per Equips, una cita on el CTNSC va brillar amb llum pròpia. El club va desplaçar una delegació excepcional per competir en quatre categories diferents, deixant una empremta de gran nivell esportiu i compromís.

L'equip +50 es va coronar subcampion d'Espanya

El moment més emotiu de la competició el va protagonitzar l'equip +50, que va fer història en assolir el subcampionat d'Espanya. Després d'una eliminatòria de semifinals èpica, on van vèncer el Club RACCE de Madrid per un ajustat 3-2, les nostres jugadores es van citar a la gran final amb el Real Club de Polo. Tot i que van lluitar cada punt fins al límit, el títol se'ls va escapar en una final disputadíssima, tancant una actuació que quedarà gravada en els registres del club.



Una representació d'alt nivell

La resta de l'expedició també va recollir resultats molt destacables en un quadre d'altíssima exigència:

Equip +55: Van signar uns grans quarts de final. En el seu debut, van mostrar la seva superioritat guanyant per un clar 3-0 al C.D.E. Raquetas Rivas, tot i que posteriorment van caure davant el Club de Campo Villa de Madrid.



Equip +60: També van arribar als quarts de final després de superar una emocionant primera ronda contra el C.D.E. Alborán (3-2). En la següent fase, el potent equip del Real Club de Polo va frenar el seu camí.



Equip +40: En una categoria molt competitiva, les nostres jugadores van finalitzar en una meritòria 9a posició, demostrant una gran resiliència tot i no poder superar els primers enfrontaments contra el Casino Ferrolano i l'Asociación Río Grande.

Va ser, sens dubte, una setmana de tennis inoblidable. Des d'aquestes línies, volem reiterar la nostra felicitació a totes les jugadores per l'entrega i l'esforç que van demostrar defensant els colors del CTNSC en aquest prestigiós campionat estatal.

El Femení A puja al podi de la Lliga MatchBall Dames

El tancament de la passada temporada va portar una alegria molt especial per al nostre equip femení A, que va veure recompensada la seva trajectòria amb un èxit destacable en la competició regular. Després d'un any de lluita constant i de defensar amb orgull els colors del Club a cada jornada, les nostres jugadores van aconseguir una brillant tercera posició a la primera divisió de la Lliga MatchBall Dames.

Durant el tradicional dinar de cloenda, l'equip va rebre el trofeu que les acreditava com un dels conjunts més potents de la lliga, una fita que donava valor al gran nivell de tennis exhibit durant tots els mesos de competició.



Èxit coral a la 50a edició del Torneig de la Penya Arlequinada



El 2025 va quedar marcat per una efemèride molt especial en el calendari de tennis veterà: la celebració de la 50a edició de la competició de la Penya Arlequinada. El nostre club no només hi va participar de manera activa, sinó que ho va fer amb un protagonisme absolut, recollint uns resultats excel·lents que van posar de manifest la qualitat i la vitalitat dels nostres jugadors veterans en una de les cites més emblemàtiques de l'entorn.

L'Equip A va signar una temporada excepcional, demostrant una gran solidesa en totes les competicions. Després de proclamar-se subcampió de la Lliga A, va posar la cirereta al pastís en coronar-se com a campió de la Copa en la categoria OR, un títol de gran prestigi que premia l'excel·lència del grup.

La resta de la representació del CTNSC també va estar a l'alçada d'aquesta edició d'aniversari. L'Equip B va lluitar fins a l'últim moment per assolir el subcampionat de la Lliga Plata, mentre que l'Equip C va completar el podi de la mateixa categoria amb una meritòria tercera posició. Finalment, l'Equip D va tancar aquesta gran actuació col·lectiva aconseguint també la tercera plaça a la Lliga Bronze.

Ivan Corretja, subcampió del món de Para Standing Tennis



El nostre soci Ivan Corretja ha tornat a situar-se entre els grans noms internacionals del Para Standing Tennis després de signar una magnífica actuació al World Championship Para Standing Tennis 2025, disputat al CEM Vall d'Hebron de Barcelona.

En una competició d'altíssim nivell, Corretja es va proclamar subcampió del món en la categoria PST2, reafirmant-se com un dels esportistes més destacats de l'especialitat.

Després d'haver conquerit el títol mundial en l'edició anterior, Ivan arribava a la cita amb l'ambició de revuldar-lo, i el seu recorregut en el torneig va tornar a ser excel·lent. Va superar les primeres rondes amb solvència, va derrotar Matthias Höll per 6-4 i 7-5, Benito Benítez per 6-0 i 6-2 i, ja a semifinals, es va imposar a Thomas Leuschel per 6-4 i 6-1, plantant-se així a la gran final.

En el partit decisiu, Ivan es va veure les cares amb el britànic Matthew Grover, en una final que repetia el duel pel títol de l'any passat. Aquesta vegada, el triomf va caure del

costat del jugador britànic, que es va endur el partit per 3-6, 6-3 i 10-7 en el superdesempat final. Segons la informació publicada per l'International Para-Standing Tennis Association, Grover va capgirar un marcador advers i va acabar resolent el matx després d'un desenllaç de màxima igualtat.

Més enllà del resultat final, la trajectòria d'Ivan al campionat confirma una vegada més el seu enorme nivell competitiu, la seva constància i la seva capacitat de superació. Assolir una nova final mundial després d'haver estat campió la temporada anterior té un valor extraordinari i parla per si sol del compromís, l'esforç i la qualitat esportiva que el defineixen. Des del club volem felicitar-lo ben sincerament per aquest nou èxit internacional, que és també un motiu d'orgull per a tota la nostra entitat. Ivan Corretja continua sent un exemple de perseverança, treball i esperit competitiu, i la seva actuació a Barcelona mereix tot el nostre reconeixement. Enhorabona, Ivan, per aquesta brillant medalla de plata mundial.



El futur del tenis brilla a la Mini Cup

L'11 d'octubre, la pedrera del CTNSC va ser la gran protagonista d'una de les cites més esperades del calendari formatiu: la Mini Cup. Aquesta competició, que va reunir més de 60 equips prebenjamins i benjamins d'arreu de Catalunya, va servir per posar de manifest el gran potencial de les nostres categories de base en una jornada on l'esportivitat i la il·lusió van ser les notes dominants.



Els nostres joves tenistes van completar una actuació magnífica, competint de tu a tu amb les millors escoles del país i demostrant que el relleu generacional al club està més que assegurat. Fruit d'aquest gran nivell de joc i d'un esforç col·lectiu exemplar, el CTNSC va aconseguir pujar al podi en tres categories diferents.



L'equip masculí del 2017 va signar una meritòria tercera posició, un resultat que van repetir també els equips masculí i femení de la generació del 2015. Més enllà dels trofeus, la jornada va destacar pel gran ambient de companyonia a les pistes i pels aprenentatges que els nostres jugadors i jugadores es van endur d'una experiència competitiva de primer nivell.

“Esforç i talent: els nostres joves tenistes brillen a la Mini Cup entre més de 60 equips de tot Catalunya.”



Amb aquests tres bronzes, la delegació del CTNSC va cloure una participació brillant a la Mini Cup, deixant clar que l'esforç diari als entrenaments es tradueix en resultats i, sobretot, en una passió creixent pel tenis.

Kids & Young Match: el motor de la nostra escola de tenis

A l llarg del 2025, el format del Kids Match va viure una evolució molt positiva, consolidant-se com la gran festa del tenis base del CTNSC. Aquestes jornades lúdiques van permetre als alumnes de l'escola d'iniciació i perfeccionament gaudir de l'esport en un entorn on la convivència i l'aprenentatge van passar per davant del marcador.

La temporada va arrencar amb una gran participació de 24 alumnes de l'escola d'iniciació, que van omplir les pistes en una jornada plena de diversió. Per a molts d'ells, va ser l'oportunitat perfecta per posar en pràctica, per primera vegada, tot l'esforç i la tècnica apresos durant els entrenaments setmanals, sempre sota la guia i el suport dels nostres entrenadors.

L'èxit d'aquesta iniciativa va portar el Club a fer un pas més en la següent convocatòria, introduint per primer cop la categoria Young Match. Aquesta novetat va permetre ampliar l'horitzó de la competició: mentre 25 petits tenistes gaudien del Kids Match, 12 alumnes de perfeccionament s'estrenaven en el nou format Young Match. Amb un total de 37 participants, aquell matí de diumenge va representar una jornada de tenis rodona que va reforçar el treball en equip i els valors que defineixen la nostra escola.

El Kids & Young Match es va acomiadar de l'any com un projecte consolidat que segueix despertant la passió pel tenis entre els més joves de la casa.



RF | **FERRER**
assessoria

- Comptabilitat
- Anàlisis econòmics
- Impostos - fiscal
- Tramitació d'herències
- Nòmines - laboral
- Jubilacions
- Constitució i gestió de Societats

*Per a empreses, autònoms, professionals,
negocis i persones*

☎ 93 805 41 74

📞 689 101 444 info@ferrer-assessoria.com ferrer-assessoria.com

RESULTATS DESTACATS DE L'ESCOLA DE TENIS



Els alumnes cadets i infantils de l'escola al Torneig del Circuit Internacional TTK Warriors a Zaragoza



Lucca Barragán Campió Circuito Wilson Pere Masip | Open C.E. Hispano Francès (Nadal) *Benjamí Masculí 2*



Lucas Bayen Campió Copa Catalunya Juvenil Prova 3 Barcelona *Aleví Masculí 1*



Lucas Bayen Campió Torneig Copa Since CT Cerdanyola *Aleví Masculí A*



Lucas Bayen i Alessandro Boccassini Finalistes IX Open dobles UP Cornellà by RFET *Aleví Masculí A*



Alessandro Boccassini Campió Torneig Tarragona "Copa Since 90" *Aleví Masculí*



Alessandro Boccassini Campió Circuito Wilson Pere Masip Badalona



Gerard Capdevila Campió Torneig Weekend by Head *Aleví Masculí*



Gerard Capdevila Finalista Copa Catalunya Juvenil Prova 6 Tarragona *Aleví Masculí A*



Gerard Capdevila
Semifinalista Individual
i Finalista Dobles
 Campionat de Catalunya
 Sub-11



Albert Creixell
Campió Circuito Wilson
 Pere Masip | Open CTN
 Sant Cugat
 Cadet Masculí D



Marta Ferrer
Campiona 50è Open
 Misericòrdia



Vera García-Falces
Campiona Torneig Teià
 "Copa Since 90"
 Benjamí Femení



Vera García-Falces
Finalista Circuito Wilson
 Pere Masip | Open C.E.
 Hispano Francès (Nadal)
 Benjamí Femení



Vera García-Falces i
Lara Rios
Finalistes IX Open dobles
 UP Cornellà by RFET
 Benjamí Femení



Helena Karagiannis
Campió Circuito Wilson
 Pere Masip de Verano |
 TC Badalona
 Junior Femení B



Àlex Larregola
Finalista Circuito Wilson
 Pere Masip | Open CTN
 Sant Cugat
 Benjamí Masculí A



Angela Navarro
Finalista Circuito Wilson
 Pere Masip | Open Up
 Cornellà
 Infantil Femení B



Marina Obañez i Helena Karagiannis
Finalistes IX Open dobles UP Cornellà by RFET
Cadet Femení



Aina Pérez
Campiona Copa Catalunya Juvenil Prova 3 Barcelona
Infantil Femení B



Arnau Pous
Finalista Circuito Wilson Pere Masip | Open Up Cornellà
Benjamí Masculí B



Lara Ríos
Campiona Circuito Wilson Pere Masip | Open CTN Sant Cugat
Benjamí Femení B



Pol Ruiz
Campió Consolació Circuito Wilson Pere Masip | Open Up Cornellà
Benjamí Masculí



Pol Ruiz
Campió Circuito Wilson Pere Masip | Open CTN Sant Cugat
Benjamí Masculí



Eric Solano i Albert Sole
Copa Since CT Cerdanyola



Marc Tobella
Campió Circuito Wilson Pere Masip | Open Up Cornellà
Aleví Masculí C



Noah-Jon Tomás
Campió Circuito Wilson Pere Masip | Open CTN Sant Cugat
Cadet Masculí A



Cristina Valdés
Campiona Circuito
 Wilson Pere Masip |
 Open CTN Sant Cugat
 Infantil Femení A



Més enllà de la xarxa: l'escola viu el tennis **inclusiu** amb la **Fundació Cruyff**

Durant el 2025, la nostra escola va viure una experiència transformadora que va anar molt més enllà de l'aprenentatge esportiu convencional. El divendres 25 d'abril de 2025, les nostres pistes van ser l'escenari d'un clínic de tennis en cadira de rodes organitzat en col·laboració amb la Fundació Cruyff, una jornada que va permetre als nostres alumnes descobrir l'esport des d'una perspectiva totalment nova i enriquidora.

L'activitat va començar amb una immersió pràctica on els participants van haver d'adaptar-se al maneig de les cadires de rodes esportives. Durant una hora intensa, els alumnes van conèixer els detalls tècnics d'aquesta disciplina, com la gestió de la mobilitat i la norma del doble bot, però sobretot van experimentar el gran esforç físic i la coordinació que exigeix el tennis adaptat. Aquesta vivència directa va fomentar valors essencials com l'empatia i la superació, demostrant que l'esport és una eina d'inclusió sense barreres per a tothom.



“Va ser una oportunitat única per entendre que el tennis no té barreres i que l'esforç és el mateix per a tothom.”

Una jornada de tennis d'alt nivell al 72è Open Banc Sabadell - Trofeu Conde de Godó



L'edició de 2025 del prestigiós torneig barceloní va deixar una petjada inesborrable en els nostres alumnes de l'Escola de Competició i Competició Base. El dimarts 15 d'abril de 2025, un grup format per 80 joves esportistes va posar rumb al Real Club de Tennis Barcelona per viure des de dins un dels esdeveniments més emblemàtics del calendari internacional.

Acompanyats en tot moment pel seu equip d'entrenadors, els alumnes van gaudir d'un dia sencer immersos en l'ambient del tennis professional. L'objectiu de la sortida no era només l'entreteniment, sinó també l'aprenentatge observacional; veure de prop la intensitat, la disciplina i la tècnica dels jugadors d'elit va ser una lliçó magistral per al seu propi recorregut esportiu. La il·lusió es respirava en cada pista, convertint la jornada en una experiència motivadora que va reforçar la seva passió per aquest esport.

El moment culminant de la visita va arribar quan l'expedició va ocupar les grades per presenciar en directe un dels partits més esperats: l'enfrontament entre



Carlos Alcaraz i Ethan Quinn. Malgrat el resultat final de 6-7 i 2-6 a favor del nord-americà, l'espectacle ofert a la pista central va captivar tant alumnes com tècnics. Poder analitzar en viu els cops i la tàctica d'una figura com Alcaraz va ser, sens dubte, el fermall d'or per a una jornada que quedarà recordada com un dels grans moments del curs passat.



**El Club Tennis Natació Sant Cugat,
Entitat d'Utilitat Pública**



**Entitat
d'Utilitat
Pública**



El Club Tennis Natació Sant Cugat és una entitat d'Utilitat Pública, el que suposa un reconeixement social de la tasca que du a terme l'entitat i li aporta prestigi i credibilitat. La declaració suposa un aval per part de l'Administració Pública, que ha valorat l'eficàcia, transparència i bones pràctiques del Club.



PÁDEL

El ROSA WEEK bat rècords i referma el seu compromís en la lluita contra el càncer infantil

La VIII edició del torneig benèfic va cloure amb una recaptació històrica de 20.140,84 €, destinats íntegrament a la recerca oncològica de l'Hospital Sant Joan de Déu.



El 2025 serà recordat al Club Tennis Natació Sant Cugat com l'any en què la marea rosa va arribar més lluny que mai. Entre els dies 10 i 18 de maig, les nostres instal·lacions van viure la VIII edició del Torneig de Pàdel Benèfic Rosaweeek, una cita que va transcendir l'esport per refermar el compromís social de la nostra massa social. Amb una participació rècord de 230 parelles, el torneig es va consolidar com l'esdeveniment solidari de referència del nostre calendari.

L'èxit de convocatòria va tenir un impacte directe en la lluita contra el càncer infantil. Gràcies a les inscripcions, les donacions de particulars i el suport vital dels patrocinadors, es va aconseguir una xifra sense precedents: 20.140,84 €. Aquest xec va ser entregat oficialment el 21 de juliol a l'equip d'investigació d'hematologia de l'Hospital Sant Joan de Déu. Els fons es van destinar a la implementació de tecnologies de seqüenciació massiva (NGS), una eina clau per oferir diagnòstics més precisos i tractaments

personalitzats als infants amb leucèmia.

En el pla esportiu, el torneig va oferir nou dies d'intensitat i convivència. El quadre d'honor va estar encapçalat per Oriol Bellver i Juan Luís Blanco en la 1a categoria masculina, i per Anna Aubert i Marta Barachina en la 2a femenina, en una jornada final que va omplir les grades de socis i familiars. Tot i la competitivitat a les pistes, el protagonisme real va ser per a la sensibilització sobre la donació de medul·la òssia, un dels pilars fonamentals de la missió del Rosaweeek.

L'organització va voler destacar la tasca incansable dels voluntaris i la generositat de totes les empreses col·laboradores que van fer possible tant el welcome pack com els sorteigs solidaris. Aquest resum anual no estaria complet sense agrair a cada jugador i jugadora la seva participació. El Rosaweeek 2025 no només va ser un èxit de raquetes i xarxes, sinó una lliçó de generositat que ens anima a continuar creixent l'any vinent.



Categories Masculines

	Campions	Subcampions
1ª Principal	Oriol Bellver Juan Luis Blanco	Jordi Fuentes Roger Matalonga
2ª Principal	Pau Repollo Jordi Tenas	Carlos Humet Lluís Humet
2ª Consolació	Lluís Vidal Rubén García	Fernando Blázquez David Blázquez
3ª Principal	Àlex Guiu Lucas Palacios	Pol Buxeda Xavier Vergès
3ª Consolació	Carlos Humet Pep Duran	Xavier López Víctor Muñoz
4ª Principal	Marc Ventós Arnau Moranta	Eric Duran Martí Castro
4ª Consolació	Aitor Escudero Luís Gómez	Adrià Cuadors Marc Jiménez

Categories Femenines

	Campiones	Subcampiones
2ª Principal	Anna Aubert Marta Barrachina	Gia Zuleta Claudia Solano
2ª Consolació	Fabricia Polo Raquel Ferrer	Ariadna Puig Xesca Ribas
3ª Principal	Amparo Gómez Ana Osés	Raquel Asenjo Marta Rams
3ª Consolació	Eli Rosa Helen Nierhaus	Bego Gómez Mireia Queralt
4ª Principal	Marta Felez Marta García	Nani Planellas Alexandra Thompson
4ª Consolació	Belén Rodríguez Luz Martínez	Silvia Martinescriba Carla Moser

Categories Mixtes

	Campions/es	Subcampions/es
1ª Principal	Maria del Rosal Pau de Juan	Blau Clapés Marc Castelló
1ª Consolació	Alma Hidalgo Hugo García	Marina Rodríguez Marc Fuster
2ª Principal	Oscar Guiu Gemma Vidal	Lluís Porcar Alexandra Rius
2ª Consolació	Carles Verdú Sandra Hidalgo	Pere Solanellas Claudia Andreu
3ª Principal	Natalia Espinosa Lluís Vidal	Sílvia Gotsens Oscar Torralbo
3ª Consolació	David Vidal Blanca Marsé	Alex Guevara Amagoia Urbieta

Categories Junior

	Campions/es	Subcampions/es
1ª Júnior	Martí Nicolas Alex Fructuoso	Marc López Mario Moll
2ª Júnior	Bruno Mila Albert Estruch	Carla Sastre Patri Sancho



El Pàdel Nocturn: una nit de rècord sota els focus del Club

La cita més esperada de l'estiu va reunir 108 participants en una vetllada marcada per l'esport, la música i la millor convivència social.

L'estiu al Club Tennis Natació Sant Cugat va tenir un protagonista indiscutible: el Pàdel Nocturn. El divendres 11 de juliol, les nostres pistes es van transformar per acollir una de les tradicions més vibrants del calendari social. Des de les 19:00 h i fins ben entrada la nit, l'esdeveniment va combinar la competició amb un ambient festiu que va captivar tots els assistents, consolidant-se com una experiència única per als amants d'aquest esport.

L'edició d'enguany va ser especialment significativa en assolir un nou rècord històric de participació. Un total de 108 jugadors i jugadores es van citar a les instal·lacions del Club, xifra que demostra la vitalitat de la nostra comunitat de pàdel. Amb un format mixt per parelles del mateix sexe, la competició va destacar per la seva agilitat i bon humor, oferint partits emocionants on l'esforç físic es compensava amb les ganes de compartir una nit diferent entre amics i companys.

L'atmosfera de la vetllada va ser immillorable gràcies a una organització que va cuidar fins a l'últim detall. Mentre els focus il·luminaven el joc, la millor música va acompanyar cada punt, creant un ritme constant que mantenia l'energia a les pistes i a la zona social. Per recuperar forces, els participants van disposar d'un servei de barra amb entrepans calents, un complement ideal per als breus descansos entre partit i partit. A més, cada inscrit va ser obsequiat amb una samarreta exclusiva, que va tenyir les pistes del Club amb la imatge de l'esdeveniment.

En el pla competitiu, l'equip negre va ser qui finalment es va proclamar campió de la nit, seguit de prop per l'equip blau, que va obtenir un meritori sots-campionat. No obstant això, el veritable guanyador va ser l'esperit del Club. La diversió i la camaraderia van regnar durant tota la jornada, recordant-nos que activitats com el Pàdel Nocturn són les que fan pinya i enforteixen el teixit social del CTNSC. Una nit inoblidable que ja forma part dels grans moments que ens va deixar aquest 2025.



El II Congrés de Pàdel Moñas Mixte es consolida com una festa total de l'esport i la convivència

L'esdeveniment va reunir 60 parelles en una jornada americana de pàdel que va culminar amb un sopar i concert multitudinari al teatre del Club.



La tardor al Club Tennis Natació Sant Cugat va quedar marcada per l'èxit aclaparador de la segona edició del Congrés de Pàdel Moñas Mixte. El que va començar com una trobada desenfadada s'ha convertit, per dret propi, en una de les cites socials més esperades i multitudinàries de la temporada. Amb les pistes al complet des de primera hora de la tarda, l'esdeveniment va aconseguir reunir 60 parelles sota un format de competició americana que va primar, per sobre de tot, el dinamisme i el bon ambient entre els socis.

La jornada esportiva va ser només el preludi d'una gran celebració social. Un cop finalitzats els partits, unes 140 persones es van aplegar a la sala del teatre del CTNSC per gaudir d'un sopar de germanor. La vetllada va continuar amb un concert en directe que va posar el punt final perfecte a una celebració on el pàdel va actuar com l'excusa ideal per estrènyer els vincles de la comunitat del Club. El balanç va ser immillorable: una combinació d'esport, música i rialles que reafirma el Moñas Mixte com un imprescindible del nostre calendari.

En el vessant competitiu, l'edició va premiar la constància de diversos jugadors i jugadores en les diferents fases del quadre. Van destacar noms com Carlos Gómez, Bruno Sampaio, Andrea Fernández i Alba Prunera, entre d'altres, que es van alçar com a campions d'una jornada on la victòria real va ser la gran participació registrada. Amb aquest èxit, el Club tanca un dels capítols més festius de l'any, deixant el llistó molt alt per a les properes edicions d'aquest congrés tan especial.

Quadre d'Honor del II Congrés Moñas Mixte

Campions i Campiones

Carlos Gómez, Bruno Sampaio, Andrea Fernández, Alba Prunera, Nerea Rosell i Pere Guerrero.

Finalistes

Fernando Blázquez, Alex Guevara, Raúl Salguero, Justí García, Amagoia Urbieta i Carolina Pastor.

Guanyadors de Consolació

Hugo García, Nani Planellas, Isaac Martí, Gia Zuleta, Jose Antonio Pozanco i María Cifuentes.

Esport i solidaritat s'uneixen en la 8a edició del Torneig Benèfic Oncolliga

El Club va recaptar 2.614 € per a la fundació gràcies a la participació de 72 jugadors i la col·laboració de 80 comerços locals.

El passat 30 de març, el CTNSC va acollir la vuitena edició del Torneig Benèfic de Pàdel Oncolliga, una cita que va reafirmar el compromís del Club amb les causes socials. La jornada va aconseguir recollir un total de 2.614 €, sumant les inscripcions dels participants i una rifa solidària que va comptar amb el suport massiu del teixit comercial de Sant Cugat.

Durant l'acte d'entrega, la direcció de l'Oncolliga va agrair aquesta aportació, que es destina íntegrament a oferir serveis gratuïts d'atenció a malalts de càncer i les seves famílies. Com ja és tradició, els guanyadors van rebre una planta com a premi, símbol de la cura i l'acompanyament que defineixen la tasca de l'entitat. Amb aquest esdeveniment, el Club va tancar una jornada on el marcador més important va ser, un cop més, la generositat de tots els socis.



Esport inclusiu al VIII Torneig Solidari FamíliaAMIC

L'esdeveniment va recaptar 2.820 € destinats a beques per a persones amb diferents capacitats.

El Club va acollir una nova edició del Torneig de Pàdel Internacional Solidari organitzat per l'associació FamíliaAMIC. Tot i que la pluja va obligar a ajornar les finals fins al 25 de maig, l'esperit inclusiu va marcar una jornada on l'es-

port va servir com a eina de connexió social. Amb categories masculina, femenina i mixta, el torneig va recollir fons vitals per finançar beques per als socis de l'entitat, reafirmant el compromís del CTNSC amb la integració.



AMERICANA MILLENIALS



El 30 de novembre, les pistes del Club es van omplir d'energia amb la celebració d'una nova edició de l'Americana Millenials. Amb un total de 35 participants, la jornada va destacar per un format de joc àgil que va fomentar l'esportivitat i la

convivència entre els socis i sòcies d'aquesta generació. El bon ambient i el nivell de pàdel exhibit van demostrar, un cop més, la vitalitat de la secció i les ganes de la comunitat jove de gaudir de l'esport compartit.

AMERICANES MARATÓ 3CAT

El 14 de desembre, el CTNSC va tornar a exhibir el seu perfil més solidari amb la celebració de la jornada dedicada a La Marató de 3Cat. Sota el lema d'enguany, enfocat a la lluita contra el càncer, el Club va organitzar una matinal plena d'activitat que va combinar el repte esportiu amb el compromís comunitari. Les pistes van bullir amb les americanes de tennis i pàdel, on socis de totes les edats, incloent-hi parelles de pares i fills, van participar-hi amb una quota solidària destinada íntegrament a la causa. Més enllà de les raquetes i les pales, el recinte del Club es va omplir de vida amb un market solidari i un gran sorteig final que va tancar la jornada amb un ambient festiu.



RESULTATS DESTACATS

Aquest apartat serveix com a reconeixement a un any vibrant, carregat de bon pàdel i molts èxits dels nostres socis, alumnes de l'Escola i equips del Club. El 2024 va ser un any ple d'actuacions excepcionals i grans resultats a les pistes, situant el Club en una posició destacada.

RESULTATS DELS EQUIPS DEL CLUB

A continuació us presentem un resum dels èxits i resultats assolits pels equips del Club en les diferents competicions disputades durant l'any 2024. Tots ells van fer un gran treball durant l'any i des del Club volem felicitar-los pels resultats obtinguts i encoratjar-los a continuar treballant com fins ara.

ABSOLUT MASCULÍ A

Lliga: Obertura: 3ers classificats
Clausura: Finalistes 1a Cat.
Campionat Catalunya: CAMPIONS 4a



ABSOLUT MASCULÍ B

Lliga: Obertura: 1r classificats
ascens 2a cat. i Campions provincials
Clausura: 4ts classificats



ABSOLUT MASCULÍ C

Lliga: Obertura: 2ons classificat
ascens 5 cat
Clausura: 3ers classificats



ABSOLUT MASCULÍ C

Lliga: Obertura: 5ens classificat
Clausura: Descens a 8ena categoria



ABSOLUT FEMENÍ A

Lliga: Obertura: 1eres classificades
ascens 1 cat
Clausura: 4rtes classificades



ABSOLUT FEMENÍ B

Lliga: Obertura: 5es classif.
Clausura: Campiones Provincials i Regionals i ascens a 1era cat.



ABSOLUT FEMENÍ C

Lliga: Obertura: 8enes classif.
Clausura: Ascens a 6a cat.



ABSOLUT FEMENÍ D

Lliga: Obertura: 5enes classif.
Clausura: Mantenen la 7ena categoria.



VETERANS A

Lliga: 9ens classificats mantenen la 1a categoria de la Lliga Catalana Veterans



VETERANS B

Lliga: 6ens classificats mantenen la 3a categoria de la Lliga Catalana Veterans



VETERANS C

Lliga: 8ens classificats mantenen la 5a categoria de la Lliga Catalana Veterans



VETERANS D

Lliga: 9ens classificats mantenen la 5a categoria de la Lliga Catalana Veterans



VETERANES A

Lliga: Mantenen la 7a categoria de la Lliga Catalana Absoluta



SUB 13

Campions de la Lliga Catalana 1a Categoria Vallès



Víctor Heras i Marc Castelló, campions de 3a categoria de l'SLAM de Pàdel



El palmarès de la secció de pàdel del Club va sumar una nova fita durant la temporada 2025 gràcies a la brillant actuació de Víctor Heras i Marc Castelló. La parella del nostre Club es va proclamar campiona de la 3a categoria de l'Slam organitzat per la FCP, celebrat a les instal·lacions d'Auriol Terrassa. El camí cap al títol no va ser senzill. La gran final va ser un exercici de resistència i qualitat tècnica contra els germans Oriol i Jordi Hernández. Després de cedir el primer set, Heras i Castelló van reaccionar amb autoritat, . Amb un desplegament físic impecable, van segellar la remuntada amb un resultat final de 6/7, 6/1 i 6/4, en un partit que va mantenir l'emoció fins a l'últim punt.

Max Flaquer i Hugo Escudero Finalistes del Campionat de Catalunya



Max Flaquer i Hugo Escudero Finalistes del Campionat de Catalunya 6ena categoria disputat al Club Junior F.C al perdre la final contra Pau Flores i Josep Xavier.

Campiones de Catalunya de Veterans i Veteranes de Pàdel per parelles

L'equip femení de CTNSC es va imposar en totes les eliminatòries de les prèvies i va aconseguir una plaça per a la fase final del Campionat d'Espanya de Pàdel a Reus.

El passat mes d'octubre, el Club Tennis Natació Sant Cugat va tornar a demostrar la seva potència en el pàdel català durant la celebració del Campionat de Catalunya de Veterans per parelles. La cita, disputada a les emblemàtiques pistes del Club Tennis Barcino, va reunir el millor talent veterà del país i va comptar amb una presència destacadíssima de representants del CTNSC, que van signar resultats d'altíssim nivell tant en el quadre femení com en el masculí.

L'èxit més gran de la jornada va arribar de la mà de Mila Jove i Marta Fabrech, que es van coronar com a Campiones de Catalunya en la categoria +50 femení. La parella del Club va exhibir un joc sòlid i una gran constància per imposar-se a la final davant Montse Pons i Raquel Rubio. Aquest triomf va ser la justa recompensa a l'esforç i el nivell de joc que totes dues han mantingut durant tota la temporada, portant l'orgull del Club al capdamunt del podi català.

En el quadre masculí, la categoria +40 va viure una situació excepcional amb una final amb marcat accent santcugatenc. El duel pel títol el van disputar Xavi Soria (soci del Club) i Lluís Brunet (responsable de la nostra Escola de Pàdel) contra una altra parella de gran nivell formada per Roger Matalonga (director esportiu del CTNSC) i David Esteban. Tot i que la victòria final va caure del costat de l'equip rival, el partit va ser una ex-



hibició d'esportivitat i qualitat tècnica que va deixar palès el lideratge del nostre Club en el panorama del pàdel veterà.

Més enllà de la competició a les pistes, el CTNSC també va tenir un paper rellevant en l'organització de l'esdeveniment gràcies a Tania Sanz, sòcia del Club, que va exercir de jutge àrbitre del campionat. La seva tasca va refermar el compromís de la nostra entitat en tots els àmbits de la competició federada. Des de la revista, felicitem tots els participants per representar els nostres colors amb tant d'orgull, professionalitat i èxit.



LA BOTIGA DEL CLUB

A la botiga del Club, trobaràs tot el que necessites per a gaudir al màxim del teu esport favorit! Comptem amb l'assessorament expert de **Miquel Àngel Rodríguez**, soci del club durant 23 anys i encordador de 2a generació amb més de 40 anys d'experiència.

A la nostra botiga, podràs trobar:

- **Roba i calçat** esportiu de les millors marques
- **Raquetes i pales** per a tots els nivells
- **Pilotes, motxilles** i tot tipus de complements esportius

Vine a visitar-nos i deixa't assessorar pel nostre expert!





**STAGE DE COMPETICIÓ,
COMPETICIÓ BASE DE TENIS
I COMPETICIÓ DE PÀDEL**

Del 22 de juny al 31 de juliol



**NETEGES
MUÑOZ**

SERVEIS

- INDUSTRIA
- CENTRES MÈDICS
- LABORATORIS
- CENTRES ESPORTIUS
- COMERÇ
- CENTRES EDUCATIUS
- CENTRES COWORKING
- FACILITY SERVICE

45 anys d'experiència

*No és només servei.
és confiança*



93 745 15 40



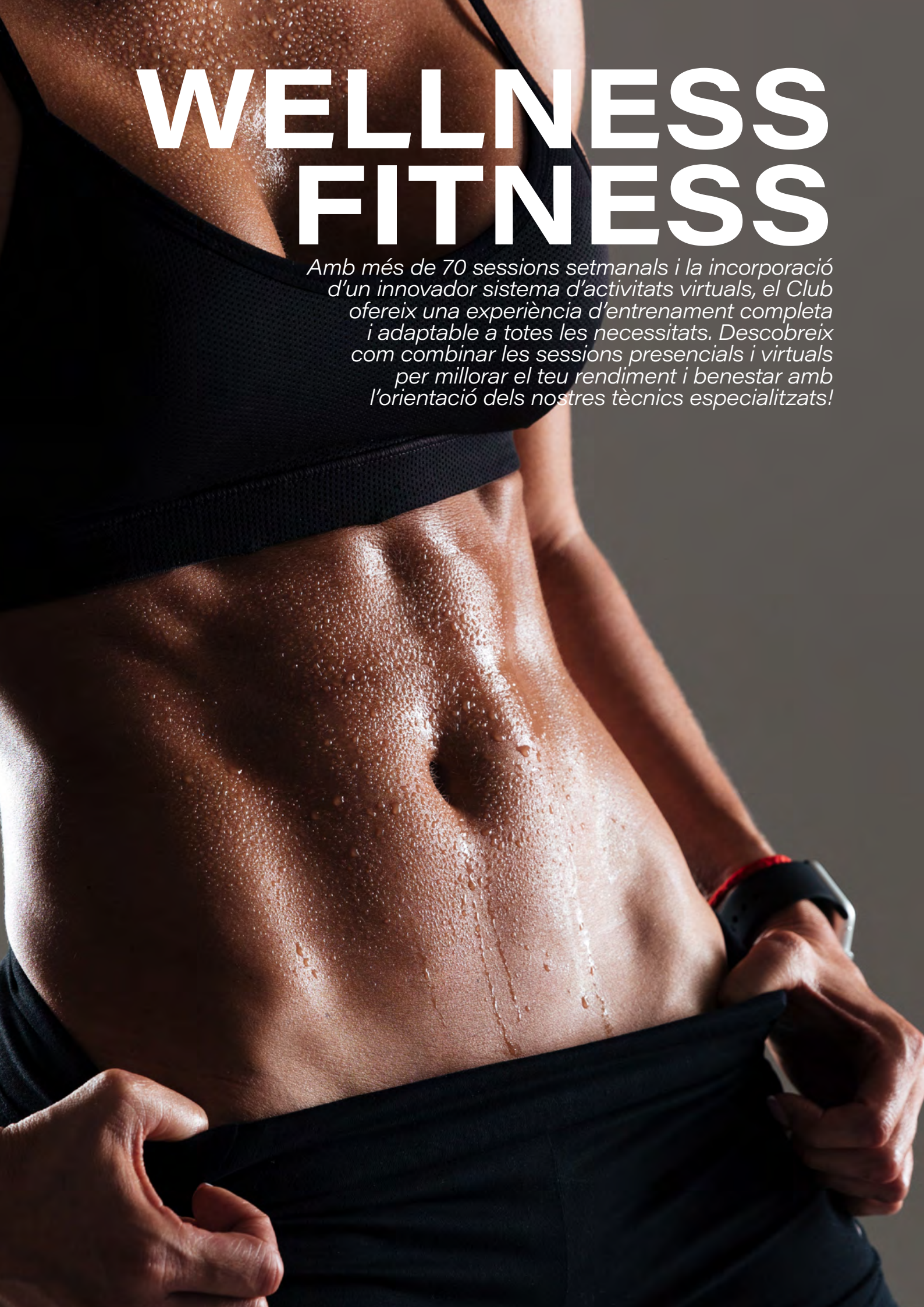
WWW.NETEGESMUNOZ.COM
INFO@NETEGESMUNOZ.COM



RONDA DE PONENT 152, 156
SABADELL. 08201. BARCELONA

WELLNESS FITNESS

Amb més de 70 sessions setmanals i la incorporació d'un innovador sistema d'activitats virtuals, el Club ofereix una experiència d'entrenament completa i adaptable a totes les necessitats. Descobreix com combinar les sessions presencials i virtuals per millorar el teu rendiment i benestar amb l'orientació dels nostres tècnics especialitzats!



FITNESS & BENESTAR AL CLUB: MOU-TE, CUIDA'T I GAUDEIX

Al Club Tennis Natació Sant Cugat, entenem el fitness com una experiència completa: energia, salut i equilibri. Les nostres activitats dirigides estan pensades perquè tothom trobi el seu espai, el seu ritme i la seva motivació.

Força i tonificació

Millora la potència i la resistència amb sessions com Crosstraining, BodyPump i Tonificació, ideals per enfortir tot el cos i augmentar la vitalitat del dia a dia.

Per a un treball muscular més suau, sense impacte, oferim activitats com Pilates i MCroll, que ajuden a millorar la postura i prevenir molèsties.

Equilibri i control corporal

Troba el teu moment de calma i concentració amb Ioga o Estiraments, disciplines que combinen respiració i moviment conscient per aconseguir harmonia física i mental.

Cardio i moviment

Si prefereixes descarregar energia, pots triar entre les nostres classes de Cycling o les activitats de Ball, perfectes per treballar el sistema cardiovascular amb música, ritme i diversió.

Classes virtuals Les Mills

Per adaptar-se a cada horari i necessitat, el club també ofereix classes virtuals Les Mills: programes internacionals reconeguts com BodyPump, BodyBalance, RPM Cycling o Core. Una manera flexible i motivadora d'entrenar amb la millor música i coreografies guiades per instructors a pantalla gran.



L'ENTRENAMENT PERSONAL AL CTNSC UN 2025 MARCAT PEL BENESTAR I EL RENDIMENT

El servei es consolida com una eina clau per a la salut dels socis, centrada en l'objectiu d'entrenar millor per viure amb més qualitat de vida.

Al Club Tennis Natació Sant Cugat, l'esport és molt més que competició; és el motor per millorar la salut i el benestar de la nostra comunitat. Durant aquest 2025, el servei d'entrenament personal s'ha refermat com un pilar fonamental de l'oferta del Club, acompanyant nombrosos socis i sòcies en el seu procés de millora física de manera segura, progressiva i, sobretot, personalitzada. Sota la premissa d'ajudar a "entrenar millor, no només entrenar més", el servei ha prioritzat l'eficàcia i la sostenibilitat en el temps.

L'enfocament individualitzat ha estat la clau de l'èxit d'aquest any. Cada pla de treball s'ha dissenyat a partir d'una valoració inicial per ajustar-se a les necessitats de cada persona, des de la millora de la força i la condició física general fins al treball específic de mobilitat i prevenció de lesions. Per als nostres tennistes i jugadors de pàdel, aquest servei ha estat el complement ideal per reduir el risc de lesions i enfortir la musculatura clau per al seu rendiment a la pista.

El 2025 ha deixat resultats tangibles: s'ha aconseguit augmentar la regularitat i l'adherència a l'exercici, s'han reduït molèsties físiques cròniques i s'han consolidat hàbits saludables en socis i sòcies a partir dels 14 anys. L'oferta s'ha diversificat per arribar a tothom, incloent des d'estiraments assistits i Pilates fins a plans nutricionals i entrenaments en format "Duo", permetent que cada etapa de la vida trobi el seu espai de millora al Club.

Amb un equip de professionals qualificats, l'entrenament personal del CTNSC tanca l'any demostrant que l'acompanyament professional és el factor diferencial per assolir objectius reals. Un servei d'atenció integral que garanteix que cada soci i sòcia pugui gaudir de l'esport amb la màxima seguretat i motivació.



Una oferta integral per a cada objectiu

Personalització total: Plans 100% adaptats o modalitat Duo (en parella).

Benestar funcional: Sessions de Pilates i estiraments assistits per a la salut de l'esquena.

Salut 360°: Assessorament nutricional per a la millora d'hàbits i rendiment.

Seguiment: Programacions mensuals amb ajustaments constants segons progressos.



Coneixem a... Cristina Manchado

*Sòcia del Club des del 2020
Usuària de l'àrea Wellness &
Fitness*

Cristina Manchado és sòcia del Club Tennis Natació Sant Cugat des del 2020. La seva activitat principal són les classes dirigides de fitness, especialment tonificació. Des de molt jove li ha agradat la gimnàstica i valora l'entrenament regular amb sessions variades que l'ajuden a estar en forma i modelar el cos. Va començar al Club buscant combinar esport i família, aprofitant que mentre els membres de la seva família entrenen en natació, tennis o pàdel, ella pot fer les seves pròpies classes.

Motivació i inici

Les activitats dirigides li aporten una combinació de salut física i benestar emocional. El seu primer tipus d'activitat va ser la tonificació, que considera molt completa si està ben organitzada. Amb el temps, la seva pràctica ha evolucionat cap a un enfocament integral, que combina escalfor, exercici cardiovascular, blocs de coreografies, tonificació focalitzada i estiraments finals, que ella descriu com "tonificació 360°".

Tipus d'activitats i preferències

La combinació ideal per a Cristina seria dues sessions setmanals de cardio-tono, una de pilates i una d'estiraments conscients, tot i que limita l'assistència per horari laboral i familiar. També li agrada el body pump i el ioga, però prioritza les activitats que millor s'adaptin a la seva disponibilitat. Durant molt de temps li agradava entrenar al matí, però actualment assisteix sobretot a tardes i caps de setmana.

Beneficis i resultats

Cristina ha notat millores en força, resistència, coordinació i tonificació global, així com un clar impacte positiu en l'estat d'ànim i el benestar mental. Els dies que no pot assistir al Club nota la diferència immediatament. Considera que el fitness és una eina per reconnectar amb un mateix, cuidar-se i mantenir salut i benestar.

Reptes i barreres

Els principals obstacles són els compromisos laborals i familiars, que poden dificultar



trobar temps i energia. Tot i això, la seva autoexigència positiva i la sensació gratificant després de cada classe l'ajuden a mantenir la constància, fins i tot en períodes complicats.

Consells

Recomana als nous socis assessorar-se amb el personal del Club i connectar amb altres membres per conèixer la intensitat i la dinàmica de les classes. El seu truc personal per mantenir la constància és centrar-se en la sensació positiva després de cada sessió. Les seves activitats preferides i recomanades inclouen cardio-tono, pilates i estiraments conscients, tot i que observa que el body pump és molt popular i sovint està ple.

Visió de futur

Cristina vol augmentar la freqüència i varietat de les activitats i que el Club incorpori opcions com ciclisme, atletisme, beach volley i cross-fit al bosc, així com més sessions de pilates, Antara i estiraments els caps de setmana. Per a ella, el fitness és essencial en la seva vida quotidiana, aportant ordre, harmonia i energia, i formant part integral del seu benestar físic i mental.

Justina García



Sòcia del Club des de fa gairebé 20 anys Usuària de l' rea Wellness & Fitness i jugadora de pàdel

La Justina G., coneguda per molts com Justi, té 50 anys i   sòcia del Club des de fa quasi dues dècades. Compartia la pass  per l'esport amb el seu marit, que ja era soci des de petit, i aix  la va animar a sumar-s'hi. Avui   una usuària molt activa tant de les activitats dirigides com de l' rea esportiva, especialment el pàdel.

Motivació i inici

La Justina sempre ha estat una persona esportiva. Abans feia classes fora del Club, però finalment va trobar ideal fer-se sòcia per centralitzar-ho tot en un espai proper, complet i familiar.

Les primeres activitats que va provar van ser les classes de ball, la seva gran pass .

Diu que practicar esport li serveix tant a nivell físic com mental:   un espai per desconnectar, relaxar-se i carregar energies.

Tipus d'activitats i preferències

Encara que el ball   el que m s gaudeix, la Justina   molt polivalent i procura fer tot tipus de classes: tonificació, pilates, estiraments... De fet, el que m s valora   poder combinar activitats segons el moment i les necessitats.

També á una gran aficionada al pàdel. Va començar poc a poc i avui forma part de dos equips, un ambient que descriu com "molt guai" i motivador.

Beneficis i resultats

El seu objectiu principal   mantenir-se en bona forma i, sobretot, passar-s'ho bé. Per a ella, l'esport   una peça clau del seu benestar integral.

A més, destaca que mai li ha costat venir al Club: mentre els seus fills feien activitats de tennis o pàdel, ella aprofitava per fer les seves classes. Aquest hàbit natural ha fet que entrenar formi part de la seva rutina sense cap esforç.

Reptes i barreres

Gràcies a la bona organització familiar i a la varietat del Club, la Justina explica que no ha tingut grans barreres per mantenir la constància. El fet de tenir tota la família vinculada al Club ho ha convertit en un espai còmode, pràctic i inspirador.

Consells

La Justina recomanaria a tots els pares i mares que aprofitin el Club com a espai familiar:

"No busqueu fora el que segurament també teniu aquí dins.  s molt pràctic tenir-ho tot a m ."

Creu que la varietat d'activitats   molt completa i valora especialment que el Club continu  oferint opcions per a tots els gustos i horaris.

Visió de futur

La Justina espera continuar integrant l'esport en la seva vida durant molts anys:

"Per a mi l'esport   fonamental i està completament integrat en el meu dia a dia. Espero que segueixi sent aix  molt de temps... si el cos aguanta."

Vol seguir gaudint de la diversitat de classes i mantenint una rutina saludable i divertida, fidel al seu estil de vida actiu.

Núria López

Sòcia del Club des del 2012 Usuària de l'àrea Wellness & Fitness

La Núria López Catalán és sòcia del Club des de l'any 2012. Inicialment venia principalment per practicar tennis, però amb el temps les activitats dirigides han passat a tenir un paper protagonista en la seva rutina. Actualment és una usuària habitual de l'àrea de Wellness & Fitness, sobretot de les sessions de condicionament global.

Motivació i inici

Quan va començar al Club, la Núria buscava combinar l'activitat física amb un espai on desconnectar. Amb els anys, les activitats dirigides s'han convertit en un suport important també a nivell personal: "M'ajuden a portar l'estrès laboral del dia a dia", explica.

El primer que va provar va ser el tennis, però a mesura que descobria més sessions del gimnàs, va trobar en les classes dirigides un tipus d'entrenament que li aportava més beneficis i constància.

Tipus d'activitats i preferències

La seva activitat preferida és, sense cap dubte, Cardio Tono. La defineix com una classe "molt completa" que combina treball cardiovascular, tonificació i moviment: "Surt sentint que ho he treballat tot i amb una sensació de cansament físic que m'agrada".

Generalment prefereix entrenar a les tardes, quan pot tancar el dia amb una estona per a ella i un espai on desconnectar mentalment. Beneficis i resultats: Gràcies a la regularitat, la Núria ha notat millores clares en la forma física i en la sensació general de benestar. Explica que quan no pot venir al Club ho nota immediatament: tant en el cos com en l'estat d'ànim.

Per a ella, l'activitat física és una eina de salut integral: força, energia, estabilitat emocional i desconexió. El seu objectiu principal és mantenir la forma física i no fallar al compromís amb el seu propi benestar.

Reptes i barreres

Tot i la constància, reconeix que hi ha dies en què li costa trobar energia. Però és justament en aquests dies que fa l'esforç de venir: "Quan no tinc energia, sé que si vinc em



farà molt bé. Després sempre val la pena."

Aquesta autoexigència positiva l'ha ajudat a no perdre el ritme, fins i tot en períodes complicats.

Consells

La Núria recomanaria a qualsevol persona que comenci al Club que no tingui por de provar diferents tipus d'activitats fins a trobar aquelles que connectin amb la seva manera de ser. També destaca la importància de crear un hàbit i, sobretot, gaudir-lo:

"El truc és convertir-lo en un moment teu, un moment que esperes."

Recomana especialment les classes de Cardio Tono, tant per la qualitat dels professors com pel bon ambient del grup.

Visió de futur

De cara al futur, li agradaria continuar reforçant la seva rutina i mantenir la constància que ha aconseguit. No té un objectiu competitiu ni de rendiment específic, sinó continuar cuidant-se i compartir aquests moments amb els professors i companys de classe, un aspecte social que valora molt.

Per a ella, el fitness ja forma part natural de la seva vida quotidiana: un espai de salut, desconexió i comunitat.



ACTIVITATS SOCIALS

Una trentena d'infants van participar en el taller de creació del Tió de Nadal, una activitat plena d'imaginació, alegria i esperit nadalenc. Els més petits van donar forma al seu propi tió i van gaudir d'un matí molt especial al Club, compartint tradició i creativitat en família.

El CTNSC omple d'il·lusió els carrers de Sant Cugat en una nova **Cavalcada de Reis**

Com ja és tradició, el Club Tennis Natació Sant Cugat va participar activament en la nit més màgica de l'any amb la seva pròpia carrossa, consolidant el seu compromís amb la vida social i cultural de la ciutat.



La festivitat de Reis a Sant Cugat va tornar a comptar amb un protagonista destacat: el CTNSC. Un any més, el Club va formar part del seguici reial, oferint una experiència inoblidable per als seus membres i, especialment, per als més petits de la família.

En aquesta edició, un grup de 24 infants va tenir el privilegi de viure la Cavalcada des de dins, dalt de la carrossa de lentitat. Les seves cares d'entusiasme i felicitat durant tot el recorregut van ser el millor reflex de l'esperit d'aquesta jornada, compartint moments de màgia i repartint il·lusió a tots els veïns i veïnes que s'aplegaven als carrers.

Des del Club s'ha volgut expressar un agraïment especial a totes les persones que han fet possible aquesta iniciativa, des dels voluntaris i organitzadors fins a les famílies col·labora-



dores. "Gràcies per ajudar-nos a continuar creant moments tan especials i inoblidables dins i fora del CTNSC", han destacat fonts de lentitat.

Amb aquesta participació, el Club reafirma el seu paper com a entitat arrelada al municipi, traslladant els valors de convivència i esportivitat més enllà de les pistes i les piscines, i participant en les tradicions que fan de Sant Cugat una ciutat viva i activa.



Pernil de PÀDEL i calçotada

El diumenge 9 de febrer, el Club va viure un dels dies més destacats del seu calendari social amb una combinació perfecta d'activitat esportiva i gastronomia que va aplegar més d'un centenar de socis i sòcies.

La jornada va començar a les pistes amb la celebració del Torneig del Pernil de Pàdel. Aquesta cita, ja tradicional a l'entitat, va comptar amb la participació de 60 jugadors i jugadores que van competir en un format dinàmic de parelles mixtes, sortejades a cada ronda. L'ambient de "pàdel social" va ser el gran protagonista, prioritzant la convivència per sobre de la competitivitat.

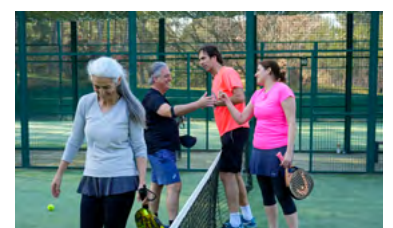
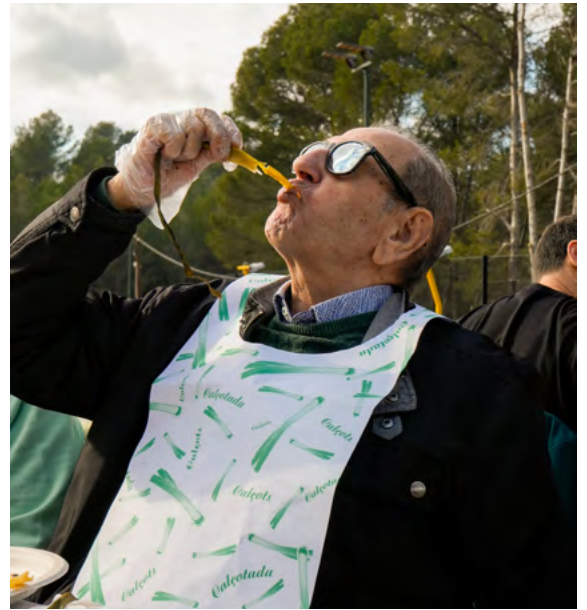
En l'apartat esportiu, l'Oriol Persiva i la Claudia Solano es van coronar com els flamants guanyadors del pernil d'aquesta temporada, després d'imposar-se en una disputada final a la Sílvia Falcon i l'Albert Martínez. Pel que fa al quadre de consolació, la victòria va ser per a la Irene

de Esteban i el Nacho Escudero, que van vèncer l'Edu Castro i l'Arantxa Zamora.

Èxit rotund de la Calçotada popular

Un cop finalitzada l'activitat a les pistes, el relleu el va prendre la brasa. Més de 100 persones es van citar per gaudir de la també tradicional Calçotada del Club. El bon temps i el sol van ser els aliats perfectes per a un dinar a l'aire lliure que es va allargar en un ambient molt agradable i distès.

Des del Club volem donar l'enhorabona a tots els guanyadors i guanyadores, així com agrair la participació de tots els assistents que fan que aquestes jornades siguin un èxit any rere any.



Cloenda de les **ESCOLES ESPORTIVES**

El passat 14 de juny, les instal·lacions del Club es van omplir de vida per celebrar la Festa de Final de Curs de les nostres Escoles Esportives. Va ser una jornada marcada per l'energia i la il·lusió, on els veritables protagonistes van ser els més de 350 alumnes de tennis, pàdel i natació que van posar el punt final a una temporada d'esforç i aprenentatge. L'esdeveniment va permetre que familiars i amics gaudissin en directe del progrés dels joves esportistes a través d'una gran varietat d'activitats:

Tennis: Les pistes van bullir amb gimcanes i jocs d'habilitat tècnica, on els més petits van demostrar la seva passió i l'evolució dels seus cops.

Pàdel: Es va viure un am-



bient de gran complicitat amb els partits de pares, mares i fills, una iniciativa que va reforçar el vincle familiar a través de la pala. **Natació:** La piscina va acollir les exhibicions per edats i nivells, evidenciant la seguretat i la tècnica assolides a l'aigua durant tot el curs. El moment més emotiu de la jornada

va arribar amb el lliurament de medalles i regals. Aquest gest va voler premiar no només el talent, sinó sobretot la constància i els valors demostrats per cada alumne al llarg de l'any. L'ambient de germanor entre l'equip tècnic i les famílies va ser la millor cloenda per a una temporada magnífica.



Un estiu d'aventures: Exit rotund de les Estades del Club 2025

L'estiu passat, el Club va tornar a ser el punt de trobada de centenars d'infants i joves amb una nova edició de les Estades d'Estiu. Durant sis setmanes intenses, les nostres instal·lacions es van omplir de rialles, esport i noves amistats, amb una mitjana de més de 200 nens i nenes per setmana que van gaudir d'un programa dissenyat per combinar activitat física, creativitat i emoció.

Des de jocs d'aigua i competicions esportives fins a tallers manuals, cada jornada va ser una oportunitat per aprendre valors com la convivència i el treball en equip. L'èxit d'aquesta edició no hauria estat possible sense el nostre equip de monitors i entrenadors, que amb la seva entrega i energia constant van garantir un entorn segur i motivador per a tots els participants.

L'Acampada: La nit màgica sota les estrelles dins del marc de les Estades, un dels moments més especials i esperats va ser, sens dubte, l'acampada al Club. Un total de 48 nens i nenes van viure l'experiència única de dormir a les nostres instal·lacions, convertint el recinte en un gran campament ple de màgia.

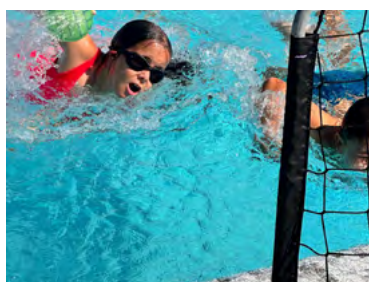
La jornada de l'acampada va començar amb un taller de pintura de samarretes on els participants van deixar volar la seva imaginació. Després d'una guerra d'aigua èpica





per combatre la calor, la nit va continuar amb un bany nocturn sota les estrelles, un sopar de germanor i una animada mini disco que va fer ballar a tothom fins ben tard. Les tendes de campanya van ser el refugi perfecte per a una nit plena d'històries i confidències que molts recordaran per sempre.

Va ser un estiu ple de moments inoblidables que reafirmen el compromís del Club Tennis Natació Sant Cugat amb l'esport base i el lleure de qualitat. Des d'aquí, volem agrair novament la confiança de les famílies que, any rere any, ens trien per formar part dels records d'estiu dels seus fills.



La Setmana **Esportiva** i la Setmana del **Club**

L'estiu passat, el Club Tennis Natació Sant Cugat va viure un dels seus moments àlgids amb la celebració de les dues cites més esperades del calendari social i esportiu. Tant la Setmana Esportiva de juliol com la Setmana del Club van destacar per una participació històrica i un ambient de germanor que va reafirmar la vitalitat de la nostra entitat.

L'esport base, protagonista al juliol:

La Setmana Esportiva va arrencar amb una energia desbordant, convertint la piscina en un autèntic parc d'atraccions amb inflables que van fer les delícies dels més joves. Durant aquells dies, l'activitat no es va aturar:

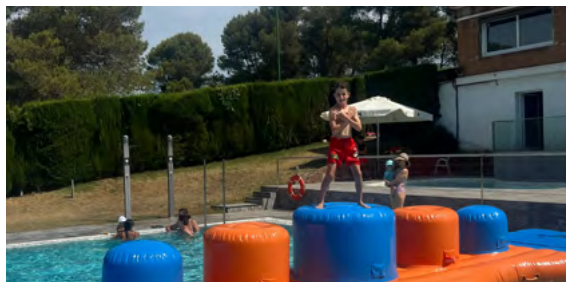
Aigua i competició: Des de la gimcana aquàtica per categories fins a l'apassionant partit de waterpolo, l'aigua va ser l'escenari de rialles i reptes.

Ritme i habilitat: La masterclass de dansa urbana va posar tothom en moviment, mentre que el campionat de ping-pong i el futbol van demostrar el gran nivell competitiu dels nostres joves atletes.

Agilitat: Els més petits també van tenir el seu espai amb un divertit pentatló que va posar a prova la seva coordinació amb molt de sentit de l'humor.

La Setmana del Club: Tradició, competició i resiliència

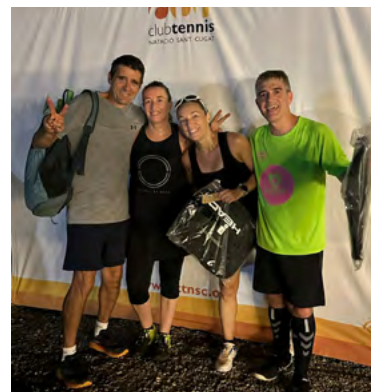
Ja entrada la temporada, la Setmana del Club va agafar el relleu amb un programa farcit de campionats i concursos que van registrar un èxit rotund de convocatòria.



Tot i que la pluja va obligar a suspendre les gimcanes i les activitats de pares i fills, l'esperit del Club no es va aturar: la fideuà popular es va traslladar amb gran èxit al restaurant, demostrant la capacitat d'adaptació dels nostres socis. En l'apartat de competicions, aquests van ser els grans triomfadors de l'edició:

Disciplina	Campions / Guanyadors
Pàdel (1a Cat)	Maria del Rosal / Pau de Juan
Pàdel (2a Cat)	Miriam Cordero / Alex Guevara
Pàdel (3a Cat)	Felipe Garrido / Àngela Duran
Dominó	Antonio Mas Roura / Mario Alcalá Carrasco
Botifarra	Javier Latre Casasnovas / Pedro Blázquez Castillo
Mus	José Luis Cuquerella Cayuela / María Alcalá
Canasta	Carme Bosch / Nati Álvarez (Quadre gran) Tere Calvo i Elisabeth Ricomà (Quadre consolació)
Concurs de Truites	Mireia Martínez

A més dels jocs de taula i el pàdel, la setmana va incloure una masterclass de Dance i Balance amb una vintena de participants, així com partides amistoses de petanca i futbol que van acabar de configurar un calendari festiu inoblidable. En resum, l'estiu 2025 va deixar un balanç immillorable. La combinació d'esport, gastronomia i lleure ha consolidat aquestes setmanes com el cor bategant del Club.



La Nit del Soci

Homenatge a la fidelitat i la germanor



El punt culminant de la Setmana del Club 2025 va ser, sens dubte, el tradicional Sopar del Soci. Una vetllada que va aplegar 114 assistents en un ambient d'elegància i celebració, consolidant-se com l'esdeveniment social de referència del nostre calendari.

Una experiència gastronòmica de primer nivell
L'èxit de la nit va començar a taula. El xef del Club, Borja Martínez, va dissenyar un menú que va rebre els elogis unànimes dels comensals per la seva qualitat i presentació. L'execució va comptar amb la coordinació impecable del maitre Isaac i tot l'equip de sala, que van vetllar perquè cada detall contribuís a una experiència gastronòmica excel·lent.

Emoció i reconeixement: 25 i 50 anys de camí conjunt
La segona part de la nit va estar dedicada a la part més humana i emotiva: el reconeixement als socis i sòcies

que han format part de la nostra història durant un quart i mig segle. Conduït amb gran dinamisme per l'Arcadi i la Patri, l'acte de lliurament d'insígnies va ser el moment més recordat.

El president, Miquel Solanellas, i el vicepresident de fitness i natació, Xavi Simó, van ser els encarregats de fer entrega de les distincions. Com a gran novetat d'aquest any, els homenatjats van rebre una escultura commemorativa exclusiva, una peça artística que simbolitza el vincle indestruïble amb el Club.

"Aquestes insígnies no són només un metall; són el testimoni de tota una vida compartint valors, esport i amistat a les nostres pistes i instal·lacions."

La festa es va tancar amb un participatiu sorteig de premis, que va posar la nota d'emoció i diversió final a una nit inoblidable per a tots els presents.

Celebrant 25 anys

M. Asunción Costa Llobet & Carlos Pastrana Jiménez

Francesc X. Molero Richard & Carme Botia Sánchez

Agustín Comadran Canals & Elena Bagaria Ribó

Annabel Abril Major & Enric Juliana Ricart

Juan Miguel Carmona Pou & Lucía Armengou Fal-Conde

Ferran Figuerola Sicart & Montserrat Ocariz Sunico

Oriol Morera García

Fernando Mur Martí & Maribel Aguilar Monforte

Celebrant 50 anys

Fausto Sánchez Abad & Rosa M. García Callejo

Luís Solano Calsina & Manoli Vázquez Nieto

Gloria Canalda Sahli

Gloria Duran Roselló

CASTAWEEN Tradició i terror es donen la mà al Club

El passat 1 de novembre, el Club va viure una de les jornades més originals i divertides de la temporada amb la celebració del Castaween. Aquesta activitat, que ja s'ha convertit en una cita imprescindible, va saber fusionar a la perfecció l'essència de la nostra Castanyada amb la màgia i el misteri de Halloween. Més de 40 nens i nenes van omplir les instal·lacions amb les seves disfresses més creatives, convertint el matí en un autèntic festival de color i imaginació.



Un matí de reptes i creativitat

La jornada va estar estructurada per oferir diversió a parts iguals entre el moviment i la manualitat:

Gimcana Temàtica: Els participants van haver de superar una sèrie de proves esbojarrades ambientades en el món de Halloween. L'enginy i la destresa van ser clau per resoldre els enigmes i reptes que els monitors havien preparat per a l'ocasió.



cloenda creativa, els infants van confeccionar una "llumeta terrorífica". Aquesta manualitat personalitzada va servir com a record d'un dia especial per emportar-se a casa i il·luminar la nit més misteriosa de l'any.

L'èxit del Castaween no hauria estat possible sense la implicació de les famílies i la col·laboració dels voluntaris, que van ajudar a crear un entorn segur i festiu. Les rialles i l'esperit de germanor van ser, un cop més, la nota dominant d'una matinal que ja forma part dels records d'aquest curs.

Taller de Llumetes: Com a

Entrega de les Paneres de Nadal

Com cada any, la Loteria de Nadal va portar la il·lusió al Club amb el tradicional lliurament de les nostres paneres de regal. Aquesta iniciativa, ja consolidada entre els socis, premia la participació en el sorteig anual vinculat als premis principals de la Loteria Nacional.

En aquesta edició, els afortunats van ser Sílvia Raventós, guanyadora de la panera corresponent a la terminació del primer premi, i Edu Solano, que es va endur la panera associada al segon premi.

Des del Club, felicitem els guanyadors i agraïm a tothom la participació en aquesta tradició tan arrelada que ens ajuda a celebrar les festes en comunitat.



MILLORES AL CLUB

El 2025 ha estat un any de continuïtat i evolució al Club Tennis Natació Sant Cugat, amb noves actuacions orientades a seguir millorant les instal·lacions i els serveis del Club. Al llarg de l'any s'han impulsat diverses iniciatives pensades per optimitzar els espais esportius i de lleure, tot reforçant el compromís amb la sostenibilitat i la innovació.

1 NOVA CALDERA ACS

Hem dut a terme la substitució de la caldera d'ACS que dona servei a les dutxes dels vestidors masculí i femení per un equip d'última generació. Aquesta millora destaca per una construcció un 78% més robusta, fet que garanteix una major durabilitat de la instal·lació. Gràcies a un increment del 58% en el volum d'aigua, hem aconseguit una estabilitat tèrmica superior per a l'usuari, optimitzant alhora el rendiment en càrrega parcial en un 2%. En l'àmbit de l'eficiència i el manteniment, el nou sistema redueix el consum elèctric en un 24% i ofereix un 85% més de flexibilitat en la instal·lació de l'evacuació de fums, assegurant una infraestructura més resilient i sostenible.



RECIRCULACIÓ DE L'AIGUA DE LA PISCINA

2



Hem actualitzat el sistema de tractament d'aigua de la piscina exterior mitjançant la instal·lació de dos nous motors amb prefiltrat, que aporten una potència de 5,5 cv i un cabal individual de 84 m³/h. L'actuació ha inclòs la construcció integral dels col·lectors d'aspiració i impulsió, renovant tota la valvuleria, suports i accessoris de seguretat des del vas compensador fins a l'entrada de filtres. Aquesta intervenció es completa amb la col·locació de noves vàlvules d'impulsió i la renovació total dels quadres de comandament i la instal·lació elèctrica, garantint una recirculació de l'aigua més eficient i una fiabilitat superior en el manteniment de la qualitat de l'aigua.

3

NOVA **GESPA ARTIFICIAL**
A LA PISCINA EXTERIOR

Hem procedit a la instal·lació de 400 m² de nova gespa artificial a les zones exteriors de la piscina per millorar les prestacions de l'àrea de descans. El nou revestiment, format per un fil verd de 45 mm d'alçada sobre una base de sorra de sílex, s'ha seleccionat per oferir una superfície amb major capacitat d'amortiment i una textura més agradable al tacte. Aquesta intervenció no només re-nova l'estètica de l'entorn, sinó que incrementa notablement la comoditat i la qualitat de l'espai destinat al relax i l'ús recreatiu dels socis a l'aire lliure.

MANTENIMENT DE LA
PIRÀMIDE

4

Hem dut a terme una actuació integral de reparació i consolidació de l'estructura de la piràmide per garantir la màxima seguretat de la instal·lació. L'obra ha consistit en la substitució de 92 metres de perfil·leria exterior, incloent-hi els elements de prensat i el nas en les juntes del mur cortina, assegurant així l'estanquitat i l'estabilitat del conjunt. Paral·lelament, s'ha procedit a la substitució dels vidres afectats, restaurant la integritat visual i estructural d'aquest element emblemàtic del Club.



ACTUALITZACIÓ DELS QUADRES ELÈCTRICS

5



En el marc del procés de legalització elèctrica de baixa tensió del Club, hem procedit a la renovació i instal·lació de nous quadres elèctrics segons la normativa vigent. Aquesta actuació és una peça clau per garantir la seguretat i l'eficiència de tota la xarxa elèctrica de les nostres instal·lacions. L'objectiu del Club és completar totes les fases d'actualització i certificació tècnica al llarg de l'any 2026, assegurant així una infraestructura plenament regularitzada i preparada per als futurs requeriments energètics.

6 REFORMA DE LA PISTA 6 DE TENIS

Hem dut a terme una renovació completa de la pista 6 per garantir unes prestacions òptimes de joc i seguretat. L'actuació ha inclòs l'execució d'una nova pastilla amb un ajust precís dels pendents per afavorir el drenatge, la reparació estructural dels murs perimetrals i la renovació total de les línies. Amb aquesta intervenció, la superfície ofereix ara una experiència de joc més còmoda i estable, eliminant irregularitats i assegurant la màxima fiabilitat en el bot de la pilota.



7

NOVA **GESPA ARTIFICIAL**
A LA PISTA 8 DE PÀDEL

Hem procedit a la instal·lació d'una nova gespa artificial a la pista 8, seleccionada específicament per optimitzar la qualitat del joc. Aquesta actuació permet una millor interacció entre la pilota i la superfície, garantint un bot més regular i una tracció superior en els desplaçaments. Amb aquesta renovació, no només millorem les prestacions esportives de la pista, sinó que incrementem la seguretat dels jugadors en reduir el risc de lesions derivades del desgast del paviment.



8

NOU SISTEMA DE REG A LES
PISTES 6, 7, 8, 9, 10 i 13 DE TENIS

Hem implementat un nou sistema de reg a les pistes de tennis 6, 7, 8, 9, 10 i 13, amb l'objectiu d'optimitzar el manteniment de la terra batuda. Aquesta renovació permet una distribució de l'aigua molt més homogènia i eficient, garantint que la superfície mantingui el grau d'humitat idoni per al joc en tot moment. La intervenció no només millora la qualitat de la trepitjada i el bot de la pilota, sinó que també suposa una gestió més sostenible del recurs hídric del Club, reduint el malbaratament i facilitant les tasques de preparació de les pistes entre partits.

9

RENOVACIÓ DE LA SALA 1

Hem procedit a la modernització de la Sala 1 amb la instal·lació d'un nou paviment de parquet laminat sintètic FINFLOOR Roure Retro, escollit per la seva alta resistència al trànsit i durabilitat. Aquesta actuació s'ha completat amb la col·locació de nous miralls, renovant completament l'estètica i la funcionalitat de l'espai. La intervenció millora substancialment les condicions per a la pràctica d'activitats dirigides, oferint una superfície més estable i una major amplitud visual per al seguiment de les sessions.



REFORMA DE LA SALA DE TV

10



Hem dut a terme una reforma integral de la Sala TV amb la instal·lació d'un nou parquet i la substitució de les antigues obertures per noves finestres d'alumini amb trencament de pont tèrmic. El nou sistema de tancament, equipat amb vidres de doble càmera i control solar, millora substancialment l'aïllament tèrmic i acústic de la sala, garantint una temperatura més estable i un major estalvi energètic. Aquesta intervenció transforma l'espai en un entorn molt més acollidor i eficient per al descans i l'esbarjo dels usuaris.

ABADAL

AL COR DEL BAGES,
EL TEMPS S'ATURA
ENMIG D'UN PAISATGE
DE VINYA I BOSC

INFORMACIÓ I RESERVES:

CELLER ABADAL | 08279 Santa Maria d'Horta d'Avinyó (Barcelona)
visita@abadal.net | +34 666 732 969 | www.abadal.net

Restaurant Cafeteria



CUINA DE MERCAT
MENJAR "OPCIÓ" SALUDABLE
MENÚ ESPECIAL CAP DE SETMANA
MENÚS A MIDA PER ENCÀRREC

Tlf. de reserves
93 824 24 63

Obert de dilluns a diumenge