



CLUB MONTSANT
D'ORIENTACIÓ
TARRAGONA

TOT A PUNT PER COMENÇAR LA NOVA TEMPORADA



Competidora de l'equip júnior en un stage d'entrenaments.

RESUM DE
L'ANY-O
2010

BONES POSICIONS EN LA
PASSADA COPA CATALANA...

ENTREVISTEM A GEMMA SOLÉ.

RESUM DEL L'ANY-O 2010

L'any 2010 va ser una gran temporada orientadora per al nostre club. Hi van haver també moltes incorporacions de nous socis.

La temporada de curses d'orientació va començar precisament al Febrer. I van haver un total de 15 curses de copa catalana. El club Montsant d'orientació va recórrer un munt de quilòmetres en total. Viatjàrem arreu de Catalunya, als Pirineus, al prepirineu a l'interior i també alguna cursa a la costa. En el passat any 2010 es va crear el Junior Team (és a dir l'equip júnior) va ser format per nois i noies de dotze a divuit anys. Es varen fer varies activitats en l'entorn d'aquest nou equip. Es varen fer stages d'entrenaments per entrenar al nou grup de joves

orientadors. Si no fa, no fa, el nostre equip júnior va estar format per uns set orientadors; molts d'ells nous en aquest esport de competició. Gràcies a aquestes noves incorporacions el nombre de socis respecte al de 2009 va incrementar bastant.

A l'estiu un grup d'orientadors del club va aventurar-se fins a Finlàndia durant dues setmanes, on van poder realitzar entrenaments en els paratges d'aquest país. I també varen participar en la competició FIN5, una competició mundial de 5 dies de curses que van valdre molt la pena a aquests orientadors per millorar considerablement la seva tècnica d'orientació. Va ser una increïble experiència per ells.



Club Montsant quasi al complet als Segalassos

També cal destacar de l'any orientador 2010 la copa Tarragona que va organitzar el nostre club. Basada en un total de 6 curses al voltant de la nostra província de Tarragona. Finalment explicar la gran cursa que varem organitzar de final de temporada de copa catalana.

El dia 14 de novembre varem organitzar una cursa de copa catalana als Segalassos, prop del Montsant. Va ser la cursa que va tancar la temporada 2010, però que va entusiasmar a molts dels organitzadors i també col·laboradors del nostre club

BONES POSICIONS PER ALS NOSTRES CORREDORS DE COPA CATALANA 2010

La copa catalana passada de curses d'orientació del 2010 va donar molt bons resultats als nostres socis del club. Van fer-hi moltíssims pòdiums al llarg de l'any passat per tots reflectits a la classificació general. Va donar bones posicions a Gemma Solé (D-35) que va quedar en segona posició, també a Núria Perez

(D-12) quedant en tercera posició, també a Maryia (D-18) amb segona posició. Cal destacar també la 4a posició de Enric Bertran (H-16) i la 5a de Alfred Figueras (H-14). Com també la 4a posició d'Aida Roca (D-12) i la 9a posició de Sebastian Ordoñez (H-21A). Animeu-vos a participar a la següent temporada!



XII CONCURS DE FOTOGRAFIA

LA FOTO PRESENTADA PER GEMMA SOLÉ VA QUEDAR FINALISTA EN EL CONCURS DE FOTOS DE LA FEDERACIÓ.

L'any 2010 va tenir lloc la dotzena edició del concurs de fotografia del esport de l'orientació, organitzat també per la federació catalana de curses d'orientació. Al principi d'aquest any pensàvem que no hi hauria cap concurs perquè no havíem sentit a dir res. Però al final d'any es va donar la notícia i alguns socis del club es van afanyar a enviar les seves fotografies a la web de la federació. La federació ha premiat als guanyadors amb autèntics packs esportius per poder-los disfrutar. L'entrega de premis del concurs de fotografia es va donar a terme el dia de l'assemblea general de la federació. Alguns socis del club varen assistir aquell dia, ja en la cursa de la maratón i també a la festa FCOC que es va celebrar

aquell mateix dia. La gran sorpresa de l'entrega de premis del concurs de fotografia va ser que una fotografia presentada per Gemma Solé va quedar finalista com a foto més divertida. Però al final no va ser premiada. La fotografia finalista és la que podem observar a la dreta. Va estar feta a Finlàndia amb la roba de Alfred, Enric i Gemma. Va ser una idea que varem tenir al acabar una competició. Esperem que aquest any també es faci aquesta entrega de l'original concurs de fotos amb tema de l'orientació. També animem que els socis del nostre club que participin, ja que és fàcil, senzill i divertit. Només cal que tinguis una càmera de fotografies i deixar-te portar per la originalitat basada en l'esport de l'orientació. Per acabar ja amb aquest tema m'agradaria explicar que penseu bé amb aquest concurs i apa, a fer fotos originals a cada cursa i també a passar-ho bé aquest 2010 ple d'activitats.

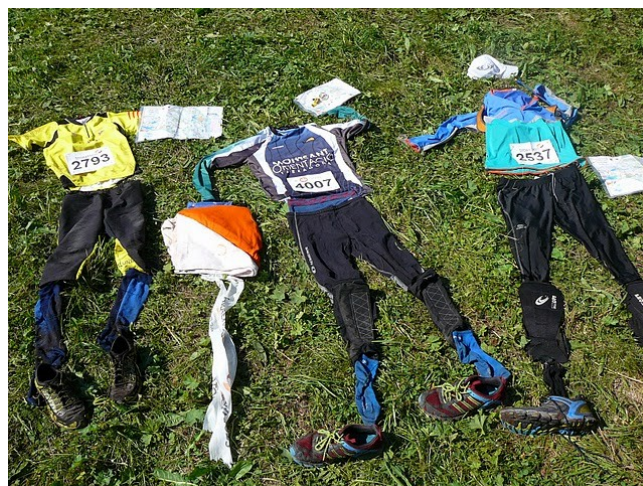


Foto finalista de Gemma Solé.

EL RACÓ DEL JUNIOR TEAM

Aquest primer article del racó del junior team m'agradaria especificar els noms de tots nosaltres, però encara estem en període de llicències i de altes de nous socis i encara no sabem bé les noves incorporacions al junior team. També estaria bé explicar que el ju-

nior team va nèixer l'estiu de l'any passat. Ens varem conèixer tots a l'estage d'entrenaments a la Mussara i a Prades. La opinió de tots els membres del equip junior, és que ha estat una gran idea fer aquest equip i així poder divertir-nos tots junts a cada cursa.

PASSATEMPS

SOPA DE LLETRES

(4 paraules)

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| C | U | R | S | A | U | T |
| W | G | T | W | D | U | B |
| E | M | O | C | I | O | A |
| R | B | E | A | R | T | L |
| F | L | O | V | E | S | I |
| N | B | A | S | M | R | S |
| Z | U | R | P | C | I | A |



El salt habitual del Junior Team

ENTREVISTEM A GEMMA SOLÉ

ENTREVISTEM A LA PRESIDENTA DEL NOSTRE CLUB, GEMMA SOLÉ BORONAT.

-Hola, Gemma; ens podries explicar quan vas començar l'orientació?

A l'any 2004.

-Perquè t'agrada l'orientació?

Perquè m'agrada molt córrer i, sobre tot, per la natura.

També aquest esport té la vessant d'estratègia que m'atreu molt; Cada decisió que prens en la mesura que avança la cursa condicionarà molt el teu resultat final. És un 50% cognitiu i un 50% físic. Tu pots estar molt bé físicament però una altra noia que fa una millor lectura de mapa et pot guanyar.

-Has guanyat moltes vegades curses d'orientació?

Algunes vegades.

-Com vas conèixer l'orientació?

Abans practicava Raids d'Aventura. Una bona lectura de mapa et permet estalviar molts km.

-Quan fa que ets presidenta del club Montsant?

4 anys i aquest gener renovaré càrrec.

-Quin és el lloc més llunyà que has viatjat per practicar l'orientació?

A Finlàndia amb la selecció Catalana l'estiu del 2010.

-Ens podries explicar resumidament la teva experiència a Finlàndia?

Va ser molt bona. Vaig aprendre moltíssim, sobre tot, en el referent a les formes de relleu.

Allà és un altre tipus de terreny al qual jo no estava acostumada. Vaig estar una setmana entrenant i una altra competint en la Fin-5.

També em va sorprendre molt la quantitat de gent que practicava aquest esport, havia categories fins a 80 anys.

-T'agradaria repetir una experiència com aquesta? Si, és clar.

-Tens pensat anar un altre cop fora del país per practicar l'orientació?

Si, aquest estiu participaré en el Campionat del Món que es fa a França.



PRÒXIMES CURSES...

-8 de Gener: Cursa dels Reis nocturna. (Al Vendrell)

-22/23 de Gener: Rogaining (The Wild Boar Rogaine) a l'Espluga Calba

-29/30 de Gener: Entrenament oficial a França (FCOC)

REVISTA DEL CLUB, DADES:

Creador: Alfred Figueras Anton

Fonts:-Club montsant.

-Federació catalana d'orientació .

Copyright: Gener del 2011

Idea original: Alfred Figueras Anton

