

Revista Oficial - Mensual

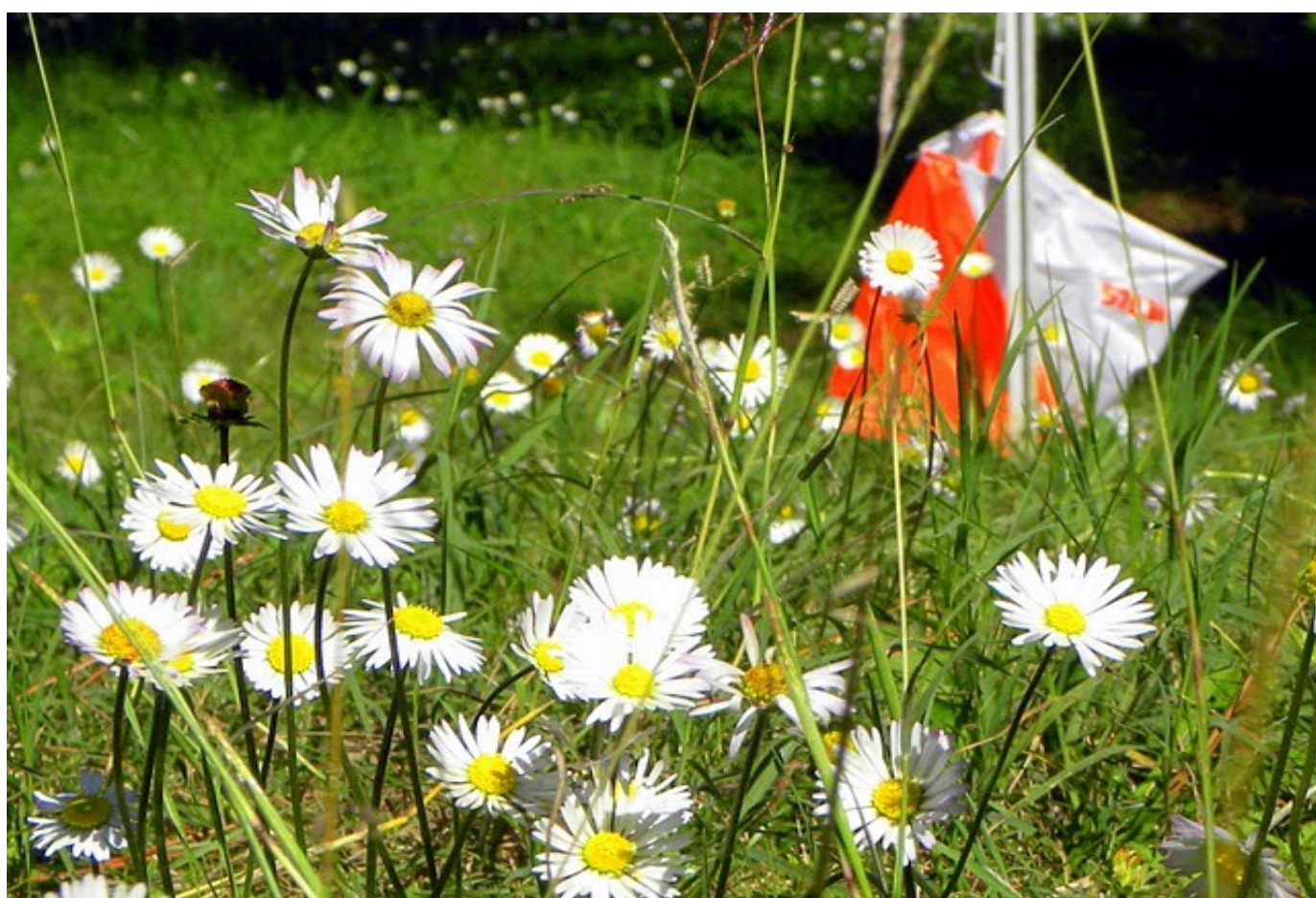
Num.3

Març 2011



CLUB MONTSANT  
D'ORIENTACIÓ  
TARRAGONA

# L'ORIENTACIÓ DEIXA L'HIVERN I EL BON TEMPS S'ACOSTA.



En el mes de Març comença la primavera.

TALLER  
D'ORIENTA-  
CIÓ PER  
NENS.

CRÒNICA DE LA 1A COPA  
ESPAÑOLA DE BTT-O.

ENTREVISTEM A SEBASTIÁN.

# ORIENTACIÓ SENSE FRED!

Normalment, les condicions meteorològiques no són un obstacle per a practicar l'orientació. Pel que fa a l'hivern, no s'acostumen a fer curses per les montanyes (on l'orientació és més bonica) ja que la neu i les baixes temperatures sí són un obstacle per a practicar-la. Però ara ja som a Març i mica en mica comença a fer bo, vé la primavera i tot es posa

d'acord per a poder practicar bé l'esport de l'orientació. Però, compte que el mes de Març vingui la primavera, no significa que no faci fred, sinó que encarar queden dies amb fred i alguna que altra cursa que ens haurem de tapar bé, sinó volem agafar un bon refredat. Així que aprofiteu el bon temps per a practicar el nostre esport que ens agrada tant, l'orientació!



Orientadors desafiant la neu.

## ANEM A UTIEL

Un grupet del club ens hem animat a anar a la primera copa espanyola d'orientació a Utiel. Es tracta d'un cap de setmana amb dues curses, un mitja i una llarga. Serà els dies 12 i 13 de Març. Serà la primera cursa de la temporada per a molts de nosaltres i alguns, fins

i tot estrenant categoria. Ens allotjarem en una casa rural tots junts i esperem que ens ho passem molt bé. El temps previst per al cap de setmana és plujós, però no ho sabrem fins que arribi el dia. Així que prometo una llarga crònica parlant sobre aquest cap de set-

mana, en la revista mensual oficial del mes d'Abril; explicant les curses i les vivències viscu- des al cap de setmana. També cal recordar que el divendres es podrà començar a calentar amb un model event prop de la zona de competició i així començara entrar en mapa i veure com és el terreny per allà. Aquí a la dreta podem observar el cartell informatiu de la cursa...



## ENTRENAMENTS SOBRE RODES!!!

Ara amb el nou grup d'entrenaments creat per al club aquest 2011 tenim a l'abast de tots els socis i simpatitzants una gran ajuda per entrenar entre setmana en entorns propers a la nostra ciutat de Tarragona. Ha estat un verdader èxit

ja que portem 4 entrenaments habituals fets. Potser la única cosa dolenta és que encara es fa fosc massa aviat i encara fa fred, però per a molts no és un obstacle per anar a entrenar. Felicitem al club per aquesta nova idea!!!

## PASSATEMPS

S	O	M	F	L	A	U	T	A	G
T	R	O	M	B	O	M	K	L	E
E	S	Q	U	M	I	T	S	H	U
M	B	A	E	G	A	I	T	A	Ñ
R	A	I	S	P	Z	O	A	Y	U
U	X	A	R	M	O	N	I	C	A
A	C	L	A	R	I	N	E	T	E
O	C	Z	N	E	B	I	R	S	A



# COPA ESPAÑOLA BTT-O

## CRÓNICA DESDE VILLENA...

Divendres 11, El Jose Miguel i el Gerard, van anar a Villena (Alicant) per disputar la primera copa d'espanya de BTT-O.

Era la primera cursa del calendari de les BTT-O de 2011. Dissabte la llarga, uns 18km i diumenge la mitja 12km.

Els resultats van ser acceptables per ser la primera cursa de la temporada i arribar sense gaire rodatge previ.

El JoseMiguel va ser el millor dels Montsants Dissabte va fer 9º clas-

sificat i diumenge 10º.

El Gerard el dissabte va tenir error en tarja tot i que va clicar totes les balises n'hi va haver una que no se li va registrar, diumenge va acabar el 20º.

El nivell va ser molt alt ja que al ser copa d'Espanya, venen els millors corredors del estat.

Esperem que vagin millor les coses en un futur proper i poguer aconseguir millors resultats .



Gerard Anton en plena competició

## EL RACÓ DEL JUNIOR TEAM

### Tallers per a nens d'educació primària...

Aquest passat dissabte 12 de febrer el club Montsant, juntament amb el Consell Esportiu del Tarragonès va organitzar unes jornades d' iniciació a les curses d'orientació dirigida als nens de 1r a 4t de primària. Corredors de l'equip Júnior van estar fent de monitors per als nens petits. La Núria, l'Aida i el Gerard ho van fer molt bé. En petits grups van anar agafant els nens i nenes i els hi van explicar el funcionament d'una cursa d'orientació.

El taller es va fer en l'escola St. Pau de Tarragona.

Tots els nens van quedar molt contents del taller i ja tenen ganes de participar en les curses escolars d'orientació d'aquest any.



# ENTREVISTA A SEBASTIÁN ORDOÑEZ

Sebastián clicant un control.



**-Hola, Sebastián! Quan fa que fas orientació?**

Doncs des del 2005 que vaig fer la 1a Copa Tarragona! Ja fa 6 anys!!

**-Perquè t'agrada l'orientació?**

1er ingredient: m'agrada l'esport

2n ingredient: m'agrada la natura

3r ingredient: m'agraden els mapes

4t ingredient: no m'agrada només córrer per mirar els segons que trigo en arribar.

5è ingredient: m'agrada descobrir llocs o zones noves o visitar zones poc o gens visitades.

6è ingredient: m'agrada

buscar el nord! (jeje)

7è ingredient: m'agrada pensar... (a vegades)

Això ho barreges tot i obtenim les curses d'orientació.

**-Com vas conèixer el club Montsant?**

Doncs a la primera cursa de la 1a Copa Tarragona d'Orientació, Parc de la Ciutat. Vaig veure una notícia en petit al diari de Tarragona "1a Cursa d'Orientació de la Copa Tarragona" i allò em va cridar l'atenció. I allí vaig aparèixer un diumenge al matí, veient a la presidenta a la taula d'arribades, jeje.

**-Perquè orientació i no un altre esport?**

(Buah) Podria dir més coses però crec que amb la recepta d'abans queda clar,... però bueno... si, diré alguna més, l'evolució/progressió i millora personal, el repte d'aprendre i de trobar-te en situacions on tu sols has de decidir.

Això era el condiment de la recepta d'abans!

**-Aquest 2011, correràs a copa catalana?**

Si, intentaré fer les curses que pugui, a més lluitarem per fer un bon resultat.

**-Quin és el lloc més llunyà on hagis practicat l'orientació?**

Per distància em sembla que més o menys A

Coruña i Barbate, en un altre país a França.

**-Com et consideres, com a corredor d'orientació**

a) Menys físic però més tècnic.

b) Més físic però menys tècnic.

La B, però estic treballant per equilibrar la balança i ser més complet.

**-Algun suggeriment per aquesta temporada d'orientació?**

Proveu de guanyar una cursa, jo també ho faré, jeje.

Suggereixo que gaudiu a tope dels millors mapes i gaudiu també a tope dels no tan bons.

## PRÒXIMES CURSES...

-6 de Març: Cursa escolar i copa tgn al col·legi Sant Pau del Club Montsant.

-6 de Març: Rogaining GO EXTREM a Sant Feliu de Buixal·leu.

-20 de Març: Cursa escolar i copa tgn a Constantí del club Montsant.

26 de Març: Entrenament oficial al Coll de Comiols. (Aniversari del Sebas, tots a felicitar-lo).

27 de Març: Cursa de copa catalana i campionat de Catalunya Universitari al Parc Cretaci. (Per cert el dia 27 de Març és el cumple del escriptor de la revista, l'Alfred Figueras, així que feliciteu-lo i doneu-li molts reaglets!!!!)

## REVISTA DEL CLUB, DADES:

**Creador:** Alfred Figueras Anton

**Fonts:**-Club montsant.

-Federació catalana d'orientació .

-Socis: Gemma Solé

Gerard Anton

Teresa Bolaño

**Copyright:** Març 2011

**Idea original:** Alfred Figueras Anton

