



Equipo Benjamin y Alevin, en el trofeo CTD en Oviedo, junio 2019

Trofeo de benjamines y alevines organizado por el C.N Oviedo, al que nos desplazamos este pasado sábado con 30 nadadores entre ambas categorías, como siempre les digo a los nadadores, " los trofeos son para disfrutarlos". La filosofía es la de siempre, NADAR CON GANAS y BUENA TECNICA DURANTE TODA LA DISTANCIA. Con eso como entrenador, ya me conformo, porque venir a un trofeo de mala gana para nadar sin "chispa" y que yo me enfade...no es el OBJETIVO.

Al final, siempre se consiguen tantos por ciento de mejores marcas personales en el 95% de los nadadores, porque según avanza la temporada vamos creciendo, la técnica se consolida, entrenamos un "puquitin mejor" y sabemos afrontar los ritmos de la prueba con más veteranía, como consecuencia los tiempos bajan, el numero de premiados fue elevado (tenéis las fotos aquí en la web) los relevos fueron de 4x50 estilos mixtos para los benjamines y de 4x100 estilos mixtos para los alevines, en ambos logramos un segundo puesto.

Ahora nos toca este próximo sábado día 15, nuestro trofeo XXXI Trofeo San Juan, que casi nos sirve de frontera para acabar la temporada, ya se acercan las vacaciones de verano que tan necesarias son para recuperarse de los esfuerzos tanto físicos como mentales de toda la temporada, pero recordar que aun entrenamos durante el mes de julio, donde se intentara hacer entrenos divertidos mezclados con entrenos para aquellos valientes que se atreven con las travesías de verano, para aquellos que nunca hayan probado, las recomiendo como una manera diferente de mantener la forma por el verano y como reto vacacional, la verdad es que aquellos que les gusta nadar en los rios, rias y mares de nuestra Asturias, acaban teniendo una relación muy especial con esta natacion tan "NATURAL Y PEGADA A LA EPICA"

Vitos.