



11 de diciembre:

**ESPECTACU-
LO EN EL VELODROMO
DE DONOSTI**

El día de ayer en el velódromo de Anoeta, la marea roja nos dejó a todos con la boca abierta, en 3000 m. Yeray ganó con 8'32"4 nuevo record del club que estaba en vigor desde 1996, Sergio 8'39 lo bordo, Tasio 9'07 que mejorará y Unai con 9'15 hizo un trabajo de liebre perfecto y tuvo fuerzas para acabar en este interesante registro .

Las mujeres no querían ser menos, Marisol nuevo record de Euskadi W-50 ,con 11'01 y Sara 11'27"56 cerca de la mínima española, todos mejoraron sus marcas .

Los no fondistas cumplieron con creces Edurne 8"48 en 60 metros nuevo record personal, lo mismo que Miren 9"21 e Iratí Zurutuza 10"51 en 60 vallas.

Enhorabuena a todos, pero a pesar de estas marcas vuestro entrenador no os va a dar fiesta. Y la semana que viene al cross de Eibar, al campeonato de Euskadi de ½ maratón y nueva jornada de pista.



Sara Gómez, 2ª en el cross internacional de LLodio



Día frío, circuito embarrado en el cross de Llodio, y como no, nuestros atletas destacando. Sara Gómez llegó 2ª a la meta en una carrera digna de enmarcar, de principio a fin se colocó en el grupo de cabeza, y solo en los metros finales fue batida por una atleta asturiana. Sara este año ha cambiado de mentalidad, estando más segura en carrera, lo que le está haciendo cosechar estos resultados. En categoría juvenil Beñat Etxabe ocupó el 7º lugar, puesto que irá mejorando en próximas citas. El objetivo de estos 2 atletas es clasificarse para los campeonatos de España de cross, lo conseguiran..



Irun 20/11 La Marea Roja sigue dando éxitos en todas



Mucho barro, frio y lluvia para nuestros atletas en Irun, pero no ha sido impedimento para que sigamos cosechando buenos resultados, yo creo que esta vez se han conseguido los triunfos gracias al estreno de la tienda de campaña para cambiarse (que chuli).

En resultados triunfo Sara Gómez en categoría cadete y Sergio García en categoría promesa. Sergio se ha alzado con la victoria cómodamente , el segundo clasificado ha entrado a 1 minuto. A Sara le ha costado un poco más, y ha conseguido vencer gracias al esfuerzo en los últimos 200 metros.

También han subido al podium Marisol Ramos segunda en categoría veterana, carrera muy poco acorde a sus características, y tercer lugar en la categoría senior para el renacido para el cross Yeray Varela, dejando detrás suyo a atletas especialistas en esta disciplina. El 3º puesto para Unai Hernandez en categoría promesa, dejando a todos los presentes boquiabiertos. Si sigue entrenado como hasta ahora este año nos quedaremos así bastantes más veces.

El resto de atletas han cumplido con creces, 4º lugar de Beñat Etxabe en categoría juvenil perdiendo el podium en los últimos metros, magnífico 7º lugar de Jose Luis García en veteranos, acompañado en esta categoría por Ramón Varela en el 12º lugar. Y para terminar, 10º lugar de Tasio en senior, muy bien teniendo en cuenta que en lugar de correr ha estado patinado sobre el circuito.



Cros de Ajo 14 /10



Este fin de semana, se daba comienzo a la temporada invernal con la disputa del cross internacional de Ajo (Cantabria), y los resultados nos dicen que todo va sobre ruedas, 6 podiums, 2 primeros, 2 segundos y 2 terceros y un hecho muy difícil como es conseguir el podium completo en al categoría promesa masculino, pero por partes.

Primeros puestos para Sergio García en promesa masculino y Marisol Ramos en veteranas. Segundos para Tasio Gómez (increíble) en veteranos y para Walid Walhid en promesa y tercer puesto para Sara Gómez en cadete y Unai Hernández en promesa.

También han participado Soto, Txemi, Mikel, Ramón, Jose Luís y destacar el debut de Miren Zubia con el 19º lugar en cadete, en una muy buena carrera dejando maneras de lo que puede conseguir en un futuro. Esto que se esta consiguiendo este año (ya se llevan 29 trofeos), es gracias al esfuerzo diario de todos , con un ambiente de entrenamiento fuera de lo normal por el nivel de exigencia que se están metiendo todos los atletas... por parte del entrenador decir enhorabuena.



Noviembre: El Equipo esta IMPRESIONANTE



Quedan 2 semanas para dar por iniciada la temporada (cross de Ajo), y nuestros atletas siguen cosechando triunfos en una pretemporada espectacular. Este fin de semana en Lasarte y ante 1600 personas, 3º puesto de Yeray Varela, 5º de Tasio, 12 de Walid , 109 Beñat, 110 Ramón, 132 Mikel, corriendo t Vicente , Txema , Miguel Angel, Rocio y Manuel mejorando sus registros. También corrió Marisol en Azpeitia una carrera por parejas llegando a la meta en 3ª posición, mejorando su registro del año pasado en 50”.

El entrenador está muy orgulloso, pero les recuerda que esto no ha hecho

02 de octubre :

Todavía casi no hemos empezado, y llegan los triunfos.

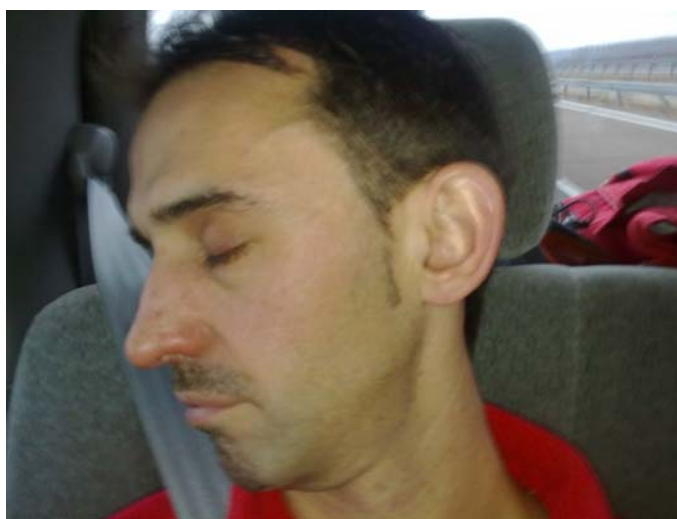


Este fin de semana hemos acudido a algunas competiciones para empezar a rodar la maquinaria, y parece que esta va bien, ya que los resultados han sido muy buenos para esta época del año. Primero y **COMO NO**, Marisol ha quedado campeona de España en su categoría en 10000 pista celebrado en Zuera (Zaragoza), pena que el flato le haya hecho bajar el pistón y no haya podido mejorar marca. Sergio sigue sorprendiendo y esta vez se ha impuesto en la Milla de Peñafiel.

En la populares 4º puesto de un gran Tasio en Zumarraga, donde Txema Rueda ha realizado también una gran carrera, el sábado Mikel en la Zakial Vila se clasifico en el puesto 125 con 1h24', un registro que mejorará en próximas carreras, ya que el Chico lo vale.



Comienza la temporada



La temporada ha empezado en septiembre, y sin tiempo casi de poder poner en marcha el cronómetro , todos se han puesto manos a la obra para conseguir triunfos y triunfos.

En la Milla de Legazpia ganaron Sergio Garcia, Sara Gómez y Marisol Ramos. En la Milla de Getxo, Victoria de Sara Gómez y 2º puesto de Marisol, quedando 4º y 5º Sergio Y Unai, quedando delante de atletas marrokis y acabando con unos fantásticos 4´43 y 4´45 . En Elgoibar Yeray Varela sorprendió con un 3º puesto en la popular nocturna.

El 02 de octubre Marisol Ramos participa en los campeonatos de España de 10.000 m. en Huesca, seguro que nos trae una medallita (si no la castigaremos sin comer fruta).

El próximo 09 de octubre Iratí Zurutuza ha sido llamada para participar en la liga de clubes junior en la prueba de 400 m. vallas , y seguro que aún estando a principio de temporada, lo va a hacer genial, ya que los test hechos esta semana demuestran que este año si sigue así , si Usain Bolt fuese mujer , le ganábam.

Y como No Txema Rueda en Ordizia , mejora 6´ su marca anterior. Un fenómeno..