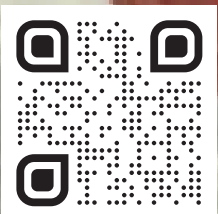


SOCCERNAUTS

M A N E

JAVI FREESTYLER MALABARISTA DEL FUTBOL



• HASTA QUE LA MUERTE NOS SEPRE • LA GRAN FAMILIA, PEÑA MADRIDISTA • BIG DATA, LOS DATOS OPTIMIZAN EL RENDIMIENTO • SALVADOS Y A POR EL PLAY OFF • JAVI FREESTILER, MALABARISTA DEL FUTBOL • ESPACIO Y TIEMPO EN EL FUTBOL • ANÁLISIS DE VARIABLES CONDICIONALES. PARTIDO CONTRA SANTA MARTA •



SOCCERNAUTS

M A G A Z I N E



COLABORADORES



Rubén Hidalgo Ramiro

Máster en Gestión de Entidades Deportivas por la RFEF y la UCLM, CEO Soccernauts, CEO CD Virgen del Camino

Daniel Acebal

Graduado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Máster en Preparación Física en Fútbol R.F.E.F. Máster de Dirección Deportiva

Dr. José M^a Yagüe Cabezón

Profesor de la Universidad de León, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Francisco Hidalgo Vara

Licenciado en Derecho Deportivo

Jesús Quiñones

CEO Chivas Guadiana, Durango México

Iván Palacios

Entrenador UEFA PRO. Ex entrenador del Real Oviedo, Avilés y otros de tercera división

Jorge García Álvarez

Graduado en Ciencias de la actividad física y el deporte. Master de entrenamiento y rendimiento deportivo. Preparador físico y readaptador

José Manuel Sanchez Durón

Máster en Psicología de la Actividad Física y Deporte. Responsable del área de psicología en el Club de Fútbol Profesional "Leones Negros de la U. de G. Guadalajara, México

Óscar Cañibano Criado

Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Francisco Orozco

Diseñador Editorial

CONTENIDOS

PÁGINA

8



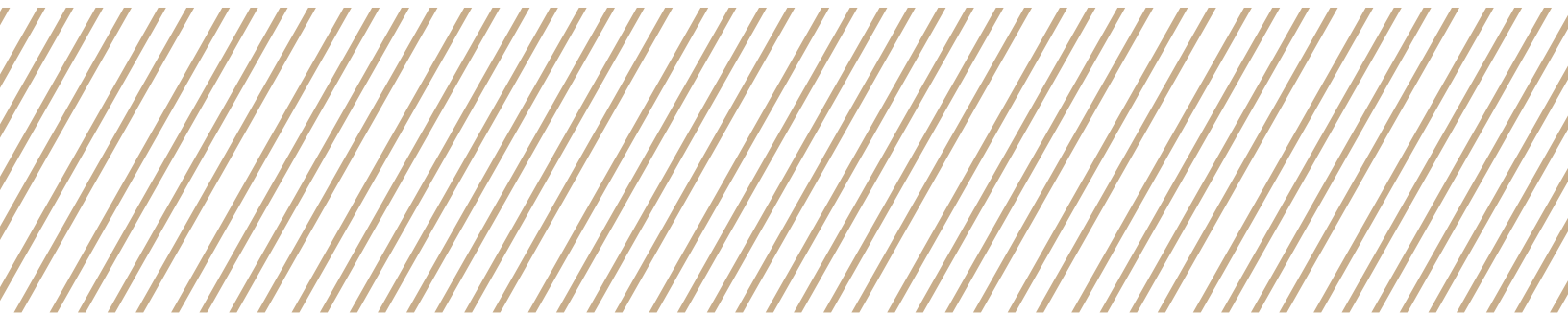
HASTA QUE LA MUERTE NOS
SEPARÉ

PÁGINA

10



LA GRAN FAMILIA,
PEÑA MADRIDISTA



PÁGINA

14



BIG DATA, LOS DATOS OPTIMIZAN
EL RENDIMIENTO

PÁGINA

18



SALVADOS Y A POR EL
PLAY OFF





SOCCERNAUTS

MAGAZINE

PÁGINA

22



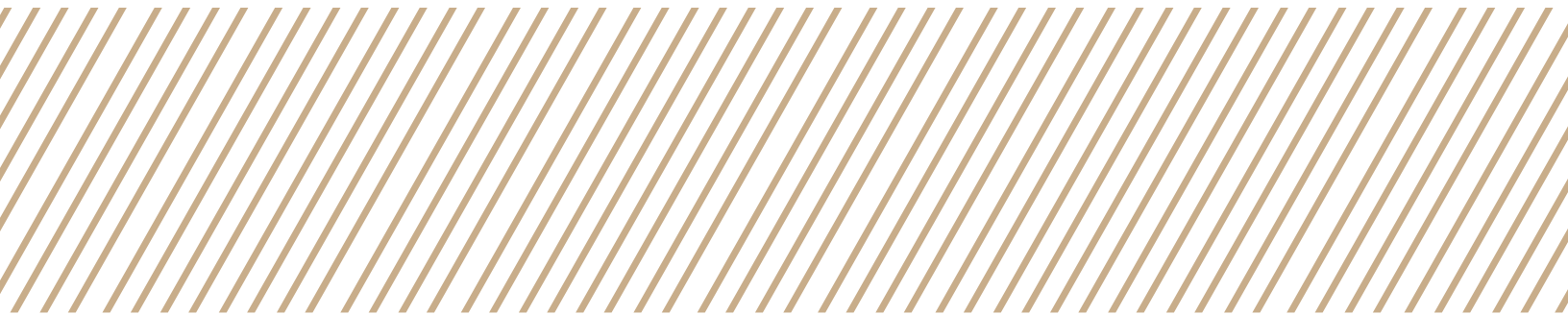
JAVI FREESTYLER,
MALABARISTA DEL FÚTBOL

PÁGINA

24



ESPACIO Y TIEMPO
EN EL FÚTBOL



PÁGINA

28



ANÁLISIS DE VARIABLES
CONDICIONALES. PARTIDO
CONTRA SANTA MARTA





SOCCERNAUTS

M A G A Z I N E



Cuartos de final en europa

EDITORIAL

Ya estamos casi en abril, el mes de los cuartos de final en Europa, después llegará mayo, el mes de las semifinales.

Llegar vivos en abril es sinónimo de buena salud o no de cada una de las competiciones. La Liga, La Premier, la Bundesliga, La League 1 y la Serie A, pelean históricamente por meter al máximo número de representantes en los cuartos de final de la Champions League y de la Europa League. El número de equipos por país es un termómetro válido para definir qué liga predomina sobre las demás. Y el termómetro digital de la Champions League vale un poco más que el de mercurio de la Europa League. El coeficiente UEFA que clasifica a los países por el avance de sus clubs no miente, e Inglaterra nos ha arrebatado el liderato tras la ronda de octavos. Seguimos por delante de Italia y Alemania, pero la herida de esta ronda ha sido honda, sin ánimo de rimas asonantes.

En la competición del himno sagrado de pelos de punta, este año vuelve a dominar la Premier League con 3 rivales que todos han querido esquivar en el sorteo (Manchester City, Liverpool y Chelsea), los dos alemanes de casi siempre (Borussia Dortmund y Bayern Munich – el equipo con más presencias en esta ronda en la historia de la competición), el portugués que no falla (Oporto), el francés que no falla desde que llegó el mundo árabe (PSG) y el español que no falla casi nunca, el dominador histórico de la competición, el Real Madrid. Este año los italianos se han quedado fuera de los 8 mejores, lo que indica que, a pesar de la mejora de la fiscalidad para los futbolistas, el calcio sigue en horas bajas y la Premier dominando a expensas de las consecuencias que traerá el Brexit la próxima temporada.

Un sorteo para muchos, de nuevo, lleno de bolas calientes, allanando el camino al Real Madrid hasta la final, porque el Liverpool está en horas bajas y en semis no estarían ninguno de los 3 cocos de la competición. Los detractores blancos hablan de una roja injusta en Atalanta, previa bola caliente, y varias bolas ardiendo para para tener de nuevo a los de Zidane en una final que nunca pierde.

Por el camino, con bolas frías y sorteos puros del todo, Barcelona, Sevilla y Atlético de Madrid cayeron claramente y sin apenas opciones en los partidos de vuelta que, sin duda, es la peor noticia de todas...las eliminatorias de octavos de los nuestros duraron 90 minutos en vez de 180.

En la Europa League el panorama es algo diferente pero en esencia igual: 2 equipos ingleses (Manchester United y Arsenal), 2 equipos españoles (Villarreal y Granada), por fin un italiano (Roma), por fin un holandés aunque es el de siempre (Ajax), un sorprendente croata (Dinamo de Zagreb) y otro sorprendente checo (Slavia de Praga), que nos inundan de nostalgia del fútbol de antaño y de ilusión por conocer los nuevos talentos que vienen del este de la vieja Europa...ni rastro de franceses, alemanes o portugueses.

Quizás el análisis que hacemos ahora cambie radicalmente si los 3 equipos españoles llegan a semifinales y quizás ningún inglés, que puede pasar, hablaríamos de saber jugar bajo presión, pero sin duda, estos octavos de final nos han dejado un sabor claro de derrota no solo en la boca, también gusanea el estómago.

Rubén Hidalgo Ramiro
CEO SOCCERNAUTS

IVAN PALACIOS

Entrenador UEFA PRO. Ex entrenador del Real Oviedo, Avilés y otros de tercera división

Los One Club Man, aquellos futbolistas que, pese a las mareantes ofertas económicas o deportivas de otros clubs, deciden terminar sus carreras deportivas en los equipos que les dieron la oportunidad de ser profesionales. El equipo de su ciudad, o el equipo con el que se aficionó al fútbol. La lealtad, la pasión, a veces algunos condicionantes políticos... todos estos han antepuesto en muchas ocasiones el dinero por el placer de triunfar con su gente... toca repaso general



HASTA QUE LA MUERTE NOS SEPRE

Algunos futbolistas declararon su amor a un club, desde el comienzo de sus carreras, hasta el final de las mismas. Podemos recordar al mismísimo Santiago Bernabéu en su Real Madrid, así como a Chendo y Sanchis; Belauste, Gainza, Clemente, Rojo, Urrutia, Gurpegi, Larrazabal, Guerrero o Iribar en el Athletic; Jesús Castro, Joaquín y Ablanedo en el Sporting de Gijón; Yashin en el Dinamo de Moscú; Mazzola y Facchetti en el Inter de Milán; Arconada, Aramburu, Xavi Prieto y Zamora en la Real Sociedad; Baressi y Maldini en el AC Milán; Adams en el Arsenal; Mark Le Tissier en Southampton; Ceballos en el Racing de Santander, Fran en el Deportivo de La Coruña; Neville, Schooles y Giggs en el Manchester United; Puyol en el Barcelona; Carragher en Liverpool; Totti en la Roma o Bruno Soriano en el Villareal.

Sería imposible hablar detalladamente de todos estos y los otros muchos que ni siquiera pude nombrar, así que solo voy a tocar a algunos, que a mi modesta forma de ver, se convirtieron en mitos.

Empezar por Miguel Porlán CHENDO y Manolo SANCHIS es prácticamente una obligación. No todos los equipos son iguales, así que, desarrollar toda una carrera en el coloso blanco son palabras mayores. El primero de Murcia y el segundo de Madrid, jugaron juntos 10 temporadas en el club de

Chamartín, los dos internacionales, demostraron gran entrega y sacrificio, formaron parte del Madrid de La Quinta del Buitre, conquistaron infinidad de títulos. Chendo sigue ligado al Club de su vida como delegado del equipo donde imparte clases de señorío y saber estar allí donde vaya.

Los que crecimos con el Milán de Arrigo Sacchi no podemos dejar de tener un cariño especial al capitán del AC y de la selección italiana: Don Franco BARESSI. Disputó 719 partidos con el gigante Lombardo, ganó todos los títulos posibles incluido un Mundial con Italia, se convirtió en uno de los mejores jugadores del Siglo XX. Se da la circunstancia que antes de firmar por el Milán, Franco fue desestimado por el Inter por bajito. En 1974 ingresó en el Milán y en el 78 debutó en Verona, jugó en el destierro del Milán en la Serie B y fue de los primeros en dominar la defensa en zona, gracias a Nils Liedholm y Sacchi. No fue capaz de ganar un Balón de Oro, pero sí uno de plata y fue incluido en el mejor once de la historia de France Football como defensa central.

Paolo MALDINI compartió vestuario y alegrías con el gran Franco BARESSI. Hijo del mítico Cesare Maldini, llegó al Milán en el 78 y se retiró en 2009, compitiendo 24 temporadas en Serie A. Es el jugador que más veces jugó con la camiseta roji-negra. En toda su carrera participó en más de 1000 partidos, posee todos los títulos a nivel de Italia y Europa, así como un Mundial. El Bello es ahora copropietario del Miami FC, considerado el mejor lateral izquierdo de la historia por France Football.

El Capitano, Francesco TOTTI (307 goles con la Roma), llegó al club de sus amores en 1989 para formar parte del equipo juvenil, debutó en el primer equipo giallorossa en el 93, con La Loba, club al que podemos considerar como menor en Europa. Solo pudo conquistar una Serie A, dos copas y dos supercopas italianas, muy poco bagaje para uno de los mejores 10 que vio Italia. Terminó su carrera con 40 años. Su fidelidad a un equipo no ganador le hizo desestimar una gran oferta para vestir de BLANCO del Real Madrid de los galácticos. Solo Piola y Meazza anotaron más goles que él en la Serie A. Futbolista querido y admirado en todo el Mundo, nunca vamos a saber el verdadero nivel que pudo dar en un coloso mundial. La Roma tiene su emperador y ese es Francesco Totti, el 10.

¿Quién no recuerda a Luis Miguel ARCONADA?. Nacido en San Sebastián y mito del equipo de su ciudad. 15 años de azul y blanco y 8 de ellos siendo el encargado de la portería de la selección española, con 20 años se hizo con el uno del club del viejo Atocha. Fue capitán de la mejor Real Sociedad de la historia ganando dos ligas junto a Zamora (otro fiel al blanquiazul), López Ufarte, Satrustegui, Gorritz o Larrañaga. Consiguió tres trofeos Zamora al portero menos goleado de la Liga. En todos los estadios oímos aquello de "No pasa nada, tenemos a Arconada". Con España pudo salir campeón de la Eurocopa de Naciones de "Francia 84", pero me niego a recordar a Arconada por un error. Después de esa final dejó la portería de la Roja a Zubizarreta y ya no volvió a vestirse de corto con España.

Otro gran portero de condiciones similares, debuta en 1983 con el Sporting de Gijón, donde jugaría toda su carrera deportiva, Juan Carlos ABLANEDO, el "Gato de Mieres" logra ser tres veces "Zamora" con un equipo no puntero, fue mundialista en México '86 e Italia '90, y llevó a la selección española sub-21 a ser campeona de Europa en 1986 tras una antológica tanda de penaltis en Valladolid. Una carrera plagada de lesiones le impidieron dar un nivel más alto de lo que dio.

Julen Guerrero con el Athletic y Fran con el SuperDepor fueron codiciados por los más grandes clubes del mundo, pero nunca salieron de los equipos que les vieron crecer.

El rubio de Portugalete jugó en San Mamés desde 1992 a 2006 siendo capitán 11 temporadas. Es un mítico de los 90, jugó dos mundiales y siempre fue la perla del Bocho. Se da la circunstancia, claramente por política de Club, que el Athletic Club de Bilbao es el equipo en el que más jugadores realizaron su carrera íntegra. Julen pierde su protagonismo en el equipo con Luis Fernández en el banquillo, con solo 26 años y desde aquel momento su carrera sufrió demasiados altibajos, completando 376 partidos en primera.

El caso de "O Neno de Carreira", FRAN, es una "rara avis" en el mundo del balón. Capitán del gran Depor que se codeaba con los mejores de Europa y hoy deambula por la 2ª división "B". Fue internacional durante 7 temporadas y dejó destellos de su zurda en las mejores plazas, pretendido por todos y fiel a uno, ganó todos los títulos a nivel nacional. Fue compañero de viaje de Beбето, Mauro Silva, Naybet, Mackay..... A punto estuvo de fichar por el Madrid en el 92 y poco después por el Barcelona de Cruyff, pero Lendorio, presidente deportivista, nunca le dejó volar.

Quiero acabar con el "Tarzán de la Pobra", Carles PUYOL. Atrás vamos a dejar a mitos como Mazzola, Adams, Neville, Giggs, Schooles o Bruno Soriano.

Puyol fue capitán del mejor equipo que pudimos ver en este siglo, más de 100 veces internacional, ganó todo lo que se puede ganar a nivel colectivo en el mundo del fútbol, ejemplo de comportamiento, entrega y pundonor. Debutó con Van Gaal en la temporada 1999/2000, jugó tres mundiales y ganó uno (gol de la victoria en semifinales incluido), se retiró en 2014 y con él se fue el defensa total, el líder absoluto, siendo un fijo de los mejores onces de la UEFA año tras año.

¿Qué lleva a una persona a ser fiel a unos colores durante toda su carrera?, ¿qué nos da una camiseta?, ¿cuánto nos importa un estadio o una ciudad? No podemos entenderlo del todo.

¿Será Messi el próximo miembro del ONE CLUB MAN o será Ansu Fati, Rashford, Unai Vencedor o Iñaki Williams? Bonitas historias.

El 11 nos queda perfecto: Yashin, Neville, Baressi, Puyol, Maldini, Giggs, Schools, Carragher, Fran, Totti, Mazzola.

LA GRAN FAMILIA PEÑA MADRIDISTA

“Conocí a Gerardo Tocino un sábado de junio en Valdebebas. Él se echó a la espalda la organización de un evento gigante en el que peñas del Real Madrid de toda España se dieron cita en un fin de semana para jugar un torneo de niños, acompañado de todo tipo de actividades anexas, un auténtico baño de madridismo. Desde entonces hemos compartido buenos ratos y hoy nos acercamos a su proyecto para descubrir por dentro como funciona una de las más importantes Peñas del Real Madrid”.

1. ¿Cuál es la historia de la Peña Madridista La Gran Familia? ¿Cómo y cuándo nace?

Desde muy pequeño sentí una gran afinidad por el Real Madrid y a medida que pasaba el tiempo me sentía más identificado con los colores. Un día tuve la suerte de que Don Santiago Bernabéu me hiciera socio y yo le dije que había ganado un gran madridista para la causa. En abril de 1977 conseguí mi Carné de Socio, toda mi ilusión era aglutinar el madridismo en el Fondo Sur del Bernabéu y ese mismo año mi nuevo logro fue crear la Peña Madridista Las Banderas, última peña que inauguró Don Santiago Bernabéu. Referencia en todos los núcleos de animación, fuimos imitados en muchos estadios hasta que tuvimos la mala suerte de que en la misma, entrara un grupo de aficionados muy diferente a nuestra manera de pensar, su comportamiento no era el ideal, se metían en muchas peleas, provocaban a las aficiones contrarias y en el año 1982 al no conseguir echarlos, me fui yo y fundé la Peña Madridista La Gran Familia. Con el paso de los años se ha hecho cada vez más grande, ahora somos 1.300 socios y a parte de la sede de Madrid, tenemos secciones en Úbeda (Jaén), Hellín (Albacete), Sahagún (León) y también en Alemania.

2. ¿Cuál es el espíritu de la Peña Madridista? ¿Cuál es su misión?

Todos conocen a la Peña Madridista “La Gran Familia” por su faceta viajera, pero también es verdad que hacemos muchas más actividades. Como rezan los Estatutos el fin primordial de esta asociación es: “Fomentar un ocio digno, que será aquel que se emplee en quehaceres que mejoran al individuo y a la sociedad. Intentando

dar al socio un conjunto de ocupaciones, a las que se pueda dedicar voluntariamente, sea para descansar, divertirse o para desarrollar su formación, su voluntaria participación social o su libre capacidad creadora, cuando se ha liberado de sus obligaciones, sociales y profesionales; teniendo una afinidad común entre sus asociados el Real Madrid C. F.” Lo más importante es fomentar la amistad, siempre a través de actividades atrayentes para los socios: viajes para acompañar al Real Madrid, comidas, juegos de mesa, intentando no olvidar la labor social: apadrinamientos, colaboraciones y en primicia os diré que ahora estamos intentando crear la Fundación La Gran Familia.

3. ¿Cómo es un día de partido en el Santiago Bernabéu para los componentes de la Peña?

La noche antes de un partido cuesta conciliar el sueño y normalmente me levanto pronto y nervioso, haciéndome una pregunta ¿Y si hoy no ganamos? Al ser una asociación preferentemente viajera, los socios se han inscrito en la Peña para disfrutar en un desplazamiento acompañando al Equipo, por lo que no somos del mismo barrio y no estamos en la misma ubicación en el Estadio, por lo que es imposible vernos todos. Normalmente viene un autocar de Hellín y otro de Úbeda, por lo que tengo que quedar con los delegados para darles las entradas y que las repartan. Una hora antes del partido, quedo en un bar cerca del Estadio, con todos los socios que vienen de fuera de Madrid para darles sus entradas y una vez todo está repartido me dispongo a ser otro madridista, ataviado con la camiseta, gorra, bufanda y un montón de “papelillos” para tirar en los goles. Somos unos 40 socios los que estamos juntos,



nos conocemos desde hace muchos años y animando lo que podemos, intentamos ayudar al Equipo en las buenas y en las malas como dice la canción.

4. ¿Cómo es un día de partido lejos del Santiago Bernabéu cuando se acompaña al equipo?

Desde los últimos 7 años solo organizamos viajes al extranjero, es mucho más bonito que los seguidores contrarios se quieran hacer fotografías contigo a que, en cuanto se den cuenta que eres del Real Madrid, te pongan malas caras e incluso lleguen al insulto personal. Así que hasta octavos de final de la Champions hacemos viajes de una semana y a partir de cuartos fletamos un avión para ir y volver en el día.

Acompañar al Equipo es una sensación maravillosa, vamos a disfrutar en directo de un partido importante de nuestro Real Madrid, vamos a compartir una semana con nuestros amigos de la Peña y todo esto visitando ciudades encantadoras, otras plagadas de historia o paisajes alucinantes. Es importante la organización, los años nos han dado experiencia y muchos lugares a visitar, La Gran Familia ha estado presente en toda Europa, ya conoce todos los países y tenemos que ir haciendo itinerarios de zonas que no conozcamos. No es fácil encontrar entradas, vuelos, hoteles, autocar en destino, comidas, visitas, guías locales,... Una vez conseguido todo lo que incluye el viaje hay que hacer las inscripciones y entonces empieza el viaje.

Es muy bonita la llegada al aeropuerto, socios que no se veían desde otro viaje siempre se recuerdan con cariño y después de unos efusivos saludos nos disponemos a subir al avión. Los días van transcurriendo hasta que llega el día del partido, normalmente dormimos en la misma ciudad donde se va a jugar, el día está dedicado al Real Madrid. Nos levantamos y vamos al centro de la ciudad con nuestras banderas y pancartas, enseguida seguidores contrarios con sus camisetas se acercan para hacerse una fotografía con nosotros, siempre hacemos una foto de grupo, con el monumento más emblemático de la ciudad, muchas veces quedamos con los medios de difusión y otras coincidimos en estos lugares donde se junta la afición contraria, muchas fotografías, entrevistas y un sueño que se va haciendo realidad: "Nos sentimos protagonistas del mejor Equipo del mundo". Cervecita en las terrazas, según pasan los aficionados contrarios, más fotografías, alguna insignia de regalo, cambio de bufandas, hasta la hora de comer. Nos dirigimos al restaurante contratado y al hotel "de con-

centración", importante, preparación de bocadillos y a vestirnos de gala para asistir al partido de Champions. Muchas veces va la policía a buscarnos al hotel para llevarnos escoltados al estadio, más emoción, más nerviosismo, llegamos a una zona acotada para nuestro autocar, intentando poner tranquilidad y evitando las carreras, foto de grupo y poco a poco nos dirigimos a nuestras localidades. Ambiente impresionante, ilusión a tope, canciones y gritos por doquier y una tremenda alegría al terminar en victoria. Somos del Real Madrid y en una época maravillosa hemos conseguido ganar en casi todos los desplazamientos. He dicho por activa y por pasiva que esto va a costar mucho volver a repetirlo y que hemos de disfrutar como si fuera la última vez. Regalo o intercambio de bufandas con los seguidores del equipo contrario y rotos, pero henchidos de alegría, volvemos al hotel para seguir con nuestro itinerario.

5. De todas las experiencias vividas en competición europea, ¿con cuál te quedas?

Hemos vivido experiencias inolvidables, Supercopas de Europa en Cardiff, Skopje o Trondheim; Mundiales de Clubs en Marruecos, Tokio, Emiratos Árabes, por dos veces aprovechando el viaje fuimos a visitar Jordania y por supuesto Petra; Copas de Europa en Lisboa, Milán, Cardiff, Kiev, pero por la repercusión, las ganas, el tiempo que llevábamos sin ganarla, el ir de víctimas, la Juventus era clara favorita; la mejor experiencia como madridista fue ganar la 7ª Copa de Europa. Yo no he visto a los seguidores animar y chillar tanto y como nos abrazamos al final del partido ¡Increíble!

6. Y, ¿cuál ha sido el momento más triste como madridista acompañando al equipo?

Igual que cuando fuimos a Ámsterdam íbamos de víctimas y la Juventus era clara favorita, el 18 de abril del año 1988, jugábamos en Holanda contra el PSV Eindhoven, la "Quinta del Buitre" maravillaba con su fútbol exquisito, en España no teníamos rival ganando cinco Ligas seguidas, habíamos eliminado al Nápoles de Maradona teniendo que jugar en el Bernabéu sin público al tener una sanción de la UEFA. En octavos al Oporto vigente campeón de la Copa de Europa, en cuartos al Bayer Múnich nuestra "Bestia Negra". En el Bernabéu habíamos empatado a uno, por lo que íbamos a por todas a Holanda, pensando que la final estaba al alcance de la mano. El PSV tenía un gran equipo: Van Breukelen, Gerets, Nielsen, Van den Kerkhof, Lerby, Van Aerle, Vanenburg, Arnesen, nombres que no se borran jamás



de mi mente. Durante todo el partido el dominio fue blanco con innumerables ocasiones pero el balón no quería entrar, los holandeses perdiendo tiempo, los jugadores del Real Madrid pidiendo tarjetas, el árbitro diciendo que paraba el reloj y al final no descontó nada. Michel, Sanchís y Gallego casi se lo comen, pero el partido termina con empate a cero en el marcador y nuestro Real Madrid quedó eliminado. Fue una lástima para todos aquellos jugadores, tenían un cabreo monumental. Después de 22 años podían haber llevado al Real Madrid a una final de la Copa de Europa y los aficionados que estuvimos presentes peor no lo pudimos pasar, vi a madridistas con 80 años llorando a “moco tendido”, no había consuelo para los aficionados, se acercaba la afición contraria para cambiar las bufandas y se iban sin decir nada al ver el sentimiento que demostrábamos en los asientos del Philips Stadion. Fue una verdadera lástima y una injusticia para la “Quinta del Buitre”, jugadores que se merecieron una Copa de Europa y que nunca la consiguieron, los aficionados tuvimos que esperar otros diez años para ganarla. Por eso ahora que no estamos bien me molesta que estemos recriminando a los jugadores y el entrenador que nos han dado tantas alegrías. Después de estar 32 años sin ganar la Copa de Europa a Zidane como entrenador y a Modric, Sergio Ramos, Benzema, Carvajal, Kroos,... les perdono absolutamente todo.

7. ¿Qué te queda por ver o qué sueños quedan por cumplir?

Siempre digo que tengo que ver al Real Madrid ganar 20 Champions League como se llama ahora, que Dios me de fuerzas para poder disfrutarlo, ilusión no me falta y me encantaría poder seguir llevando a mis amigos y socios a ver las victorias de nuestro Equipo. Si importante es verle proclamarse campeón, tan importante es hacerlo realidad en compañía de la gente que quieres. Me encantaría seguir al frente de La Gran Familia que presido desde el año 1982, con la organización de los viajes para acompañar a nuestro Equipo, organizando comidas para disfrutar de la amistad de los socios, conseguir hacer realidad el sueño de muchos aficionados que les gustaría pertenecer a una Peña y no saben lo fácil que es afiliarse a la misma y cómo no, poder ayudar a muchas personas que lo necesitan con algo material como pueden ser las ayudas monetarias y otras sentimentales como puede ser acercarles a los jugadores. Como ya he dicho mi intención es crear en breve la Fundación La Gran Familia, para poder ayudar a quien realmente lo necesita.

8. ¿Cómo surge la idea del Torneo de Peñas, éxito de presencia y de participación?

Como ya he dicho, me siento dichoso cuando puedo ayudar en algo al Real Madrid. Después de tanto tiempo en el Club, veía la posibilidad de hacer felices a los más pequeños de las Peñas Madridistas y después de varios años ofreciéndoles la posibilidad de organizar un Torneo de Peñas, en un principio los responsables no se creían que lo pudiera organizar ya que es algo realmente complejo, después de mucho insistir me dieron la posibilidad de hacerlo un año. En la temporada 2012-13, se organiza la 1ª Edición, participaron 40 equipos en dos categorías: Pre-benjamín y Benjamín, se calcula que la afluencia de público fue de unas 2.000 personas, el movimiento peñístico estaba presente, con sus canciones, sus gritos de ánimo y sus ganas de hacer madridismo ¡fue todo un éxito! Los chavales pudieron compartir el césped donde juegan sus ídolos, me contaban que las noches anteriores no podían dormir pensando que iban a jugar en Valdebebas y lo que resulta más curioso es que los abuelos estaban igual, contando en el pueblo donde iba a jugar su nieto. Esto ha ido creciendo y en la temporada 2018-19, han sido 132 los equipos inscritos, calculando una presencia de 5.000 personas en las gradas. El Real Madrid me facilita toda la infraestructura, 8 campos de la Ciudad Real Madrid de Valdebebas, durante todo un fin

de semana, el sábado jugamos la fase de grupos y el domingo de octavos a la final, a la que normalmente se presenta Don Florentino Pérez para hacer entrega de los trofeos. Aunque esta entrega a los campeones se vuelve a realizar en el Estadio Santiago Bernabéu en los prolegómenos del partido Corazón Classic Match, por parte de los Veteranos del Real Madrid. La temporada 2019-20 no la pudimos organizar, todos esperamos que esto pase pronto para seguir con este Torneo que tanto cariño está cogiendo entre los peñistas del Real Madrid.

9. La Peña es un modo de vida, pero si pudieras, ¿qué cargo o que trabajo te gustaría realizar dentro del Real Madrid?

La Gran Familia es un modo de vida ¡si señor! El tiempo que hemos estado confinados hemos hecho entrevistas a unos 500 peñistas y muchos de ellos han contado que no concebían su vida sin La Gran Familia. Esta Peña significa todo para ellos, salieron de su vida solitaria donde hacían colecciones de cualquier cosa para pasar su tiempo de ocio, no solían salir de casa los fines de semana, no se relacionaban con nadie y a través de La Gran Familia conocieron a mucha gente, formaron su familia al casarse con otro socio y sus hijos ahora son socios de la Peña. ¿Puede haber algo más bonito que esto? Es por lo que me considero un afortunado después de ver la realidad que he conseguido organizar. ¡Con que esto dure varios años más me doy por satisfecho!

A mí me encanta serle útil al Real Madrid, siempre estoy a su disposición para lo que me necesiten y siempre he tenido el sueño de ser Delegado de Campo, vivir los entresijos de un partido de fútbol de mi Equipo, las reacciones del entrenador, los problemas de los jugadores, el sufrimiento del equipo contrario, normalmente siempre pierde en el Bernabéu. Sería un puesto que me encantaría ahora que se acerca mi jubilación, podía dedicar todo el tiempo que necesite el cargo, teniendo en cuenta que no es un puesto remunerado.

10. En todos estos años de historia blanca, ¿qué jugador y qué entrenador te ha marcado más?

Nunca me gusta hablar de un jugador en particular, es un deporte de equipo y no tiene que haber mejores y peores, pero un jugador que siempre me llamó la atención por dar la cara con los árbitros, por ser el que mandaba al equipo desde la defensa, por jugar el balón desde atrás de una forma magistral y por saber dirigir perfectamente a sus compañeros para no dejar huecos en la defensa se llama Fernando Hierro. Como entrenador el que más me ha hecho disfrutar es Zinedine Zidane, cuando ha ganado estas finales a las cuatro de la mañana iba cantando nuestras canciones por los aeropuertos y todos los aficionados rotos me decían, "Gerardo, no podemos más" siempre les contestaba "Disfrutad ahora, realmente no sabéis lo que estamos logrando, ya vendrán los momentos malos y os dará pena no haberlo vivido con toda la alegría del momento"

11. ¿Qué cambios necesita el Real Madrid? En lo deportivo y en lo institucional. ¿Qué opinas del nuevo Bernabéu?

Creo que un aficionado no es la persona indicada, ni para hacer alineaciones, ni para enjuiciar a jugadores, entrenador o presidente como hacen muchos, ni para hablar de los cambios que necesita el Real Madrid, todo esto está en manos de personas preparadas para ello y los seguidores solo tenemos que disfru-





tar de los logros conseguidos por el equipo. El nuevo Santiago Bernabéu me parece algo fuera de lo normal, pensado por varias mentes privilegiadas que va mucho más allá de la realidad y que de esa forma esta obra puede durar muchísimos años más. Se han pensado cosas insospechadas que lo van a hacer un estadio único, para sacar un rendimiento todos los días del año, revirtiendo muy favorablemente en la economía del Club e incluso la forma de pago me parece magnífica dado que no se empieza a pagar hasta que no esté terminado intentando su autofinanciación. Me hace mucha gracia cuando dicen las malas lenguas: “menos obras y más fichajes”, una cosa nada tiene que ver con la otra.

12. Para todos aquellos que nos lean muy lejos de España, ¿cuáles son los requisitos necesarios para crear una Peña Madridista en otro país?

En la Web del Real Madrid está perfectamente explicado cómo montar una Peña, para hacer más grande al mejor equipo del mundo:

1. Deben dirigirse por mail al departamento de peñas (oap@corp.realmadrid.com o mafernandez@realmadrid.es) indicando la intención de formalizar una nueva peña así como la localización. Los requisitos son:

“ 50 personas mayores de edad, mínimo para constituirla.

“ Cuando la peña se forme fuera de la Comunidad de Madrid, al menos tendrá que tener 50 titulares de carné madridista.

“ Cuando la peña se forme en la Comunidad de Madrid, deberá tener 50 socios del Club o en su caso 25 socios del Real Madrid y 25 titulares carné madridista.

“ Cuando la peña se forme en el extranjero, deberá tener 50 personas mayores de edad y como mínimo 25 titulares carné madridista.

“ Todos los socios de la peña, deberán hacerse titulares del carné de peñista emitido por el Real Madrid C.F. y disponer de una sede social donde reunirse.

“ Diseñar un logo/escudo con el que se identificará.

“ Deben indicar el nombre que llevara la peña. No está permitido el uso de nombres propios de personas, nombres con los que se denominan otras peñas, ni el de un jugador, ya sea activo o veterano del Club.

2. Una vez recibido el mail, el Departamento de peñas les contestará con las instrucciones a seguir para formalizarla, y les proporcionará un modelo orientativo de Acta de Constitución y de Estatutos.

3. Para cualquier duda o aclaración en el proceso, pueden ponerse en contacto con el Departamento de Peñas. (Teléfonos +34 913 984 326 / +34 618 670 368)

Siempre intento colaborar para hacer más grande el nombre de mi Equipo, espero que os haya resultado por lo menos curioso y no aburrido, no es fácil dedicar tanto tiempo a una gran pasión, pero tengo claro que me siento muy recompensado y os animo a que sigáis una singladura parecida, será la manera de conseguir otro madridista para la causa como le dije a Don Santiago Bernabéu. ¡Hala Madrid!



Gerardo Andrés Tocino Pérez
Presidente de la Peña Madridista La Gran Familia. Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Cada día,
más cerca
de **tí.**



síguenos en:



/eleclercleon



e.leclerc_leon

DANIEL ACEBAL

Graduado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Máster en Preparación Física en Fútbol R.F.E.F. Máster de Dirección Deportiva.

BIG DATA

LOS DATOS OPTIMIZAN EL RENDIMIENTO



Estamos ya muy familiarizados con el hecho de que nuestra información privada es del dominio público, en parte por el uso indiscriminado que hacemos de internet. Toda esta información es utilizada por la red para presentarnos lo que buscamos sin tener que mover un dedo. Es el BIG DATA, la recopilación, análisis y gestión de nuestra info privada para ofrecernos lo que buscamos...veamos cómo podemos aprovechar esta enorme herramienta de gestión.

En el mundo globalizado en el que vivimos hoy en día, la tecnología ha llegado a nuestras vidas para facilitar nuestro trabajo. El fútbol como gran potencia económica que es, no está exento de esta evolución social y es por ello que busca apoyarse en ella para lograr una optimización del rendimiento.

La figura del analista de datos aparece en el mundo del fútbol para quedarse, figura ubicada dentro del departamento de análisis de datos y nuevas tecnologías, lo que vendría a ser un área de I+D de una empresa al uso. Dicho departamento trabaja de forma conjunta con la secretaría técnica y con el cuerpo técnico, de cara a proporcionar conclusiones objetivas, resultantes de datos reales.

Partimos de un fútbol en el que los clubes, presidencialistas en la mayoría de los casos, fichaban a jugadores apoyándose en personas de confianza o en suposiciones personales sobre rendimientos futuros e inmediatos que podían aportar al club. Esta faceta ha ido evolucionando, incorporando un staff de trabajo bajo el mando de un director deportivo, persona especializada en la observación, análisis y toma de decisión además de una capacidad negociadora y conocimiento del mercado amplio. Estas estructuras deportivas han ido mejorando con el paso del tiempo, apoyándose cada vez más en nuevas tecnologías que iban saliendo al mercado, como son: Wyscout, Insat, Scout 7, etc. Todas ellas facilitan el día a día del trabajo de una secretaría técnica, dado que ya no hace falta desplazarse continuamente para ver partidos, ni tener que estar pendiente de la retransmisión televisiva, así como poder tener almacenado en una base de datos propia todos los datos y valoraciones personales extraídos de ese trabajo de campo.

La tercera evolución ha sido la incorporación del Big Data, como mecanismo fundamental en los clubes de alto nivel. En Europa nos encontramos ante la caza del jugador con talento que sea capaz de solucionar de forma inmediata las exigencias que tiene nuestro club así como de provocar una venta que solucione también a medio y largo plazo la tesorería. Es por ello que el Big Data aporta la capacidad de obtener multitud de datos estadísticos de los jugadores y ver claramente cuál es el que destaca en una faceta del juego. He aquí la clave del misterio, saber interpretar los datos es fundamental, dado que cribar la información que recibimos para poder analizar con tiempo y presteza la que es realmente importante también es una labor que es trabajable y mejorable. Dicha figura

de "técnico analista" no debe ser externa al conocimiento del juego, dado que hace falta una interpretación desde el punto de vista del mismo para poder llegar a conclusiones que realmente sirvan a nuestro club para acertar o cometer el menor número de errores posible.

El tratamiento de los datos a la hora de analizar el rendimiento de los futbolistas o las opciones existentes en el mercado que encajen con las pretensiones tanto económicas como deportivas de tu club, es parte del trabajo habitual. La principal función es dotar de objetividad y la detección de patrones. De esta forma es posible ayudar a los distintos departamentos del club (dirección deportiva, cuerpo técnico y propiedad) a tomar decisiones que pueden marcar las decisiones inmediatas.

Pero las posibilidades del Big Data no se quedan aquí, una constante evolución y el apoyo de otras herramientas, permiten unificar todos los criterios estadísticos en una sola. Hoy en día también es posible contextualizar comportamientos tácticos de nuestro equipo y de los equipos rivales. Nos permite reclutar patrones de juego a nivel mundial y ver cuáles son los factores que más se manifiestan en los casos de éxito, para poder analizarlos, contextualizarlos y aplicarlos en nuestro equipo.

Poner en valor las métricas, como arma relevante para tu club y que aporten valor al análisis realizado. No todos los clubs buscan lo mismo es por ello que es fundamental el sentimiento de pertenencia y de proyecto a largo plazo para poco a poco ir afinando estos matices, relativos a la historia del club, a la visión de futuro de la propiedad, estilo de juego, perfiles predominantes, dirección deportiva y entrenador. Las métricas como expectativas de gol, asistencias o la presión de un equipo, aportan un punto muy diferenciador a los análisis que puedes realizar.

A través del trabajo realizado se pretende ayudar a conocer los diferentes roles deportivos y contrastar la información subjetiva que se genera día a día, que en ocasiones se ve intoxicada por la vorágine y el tobogán de emociones que provoca una victoria o una derrota.

Es fundamental que en un club profesional sepan convivir la parte subjetiva y la parte objetiva, por el contrario sería un error tomar decisiones en base a la intuición o sólo mediante datos objetivos.

Debe existir una perfecta comunión entre ambas.

REDACCIÓN SOCCERNAUTS



CD LA VIRGEN DEL CAMINO

SALVADOS

Y A POR EL PLAY OFF

Objetivo cumplido. Conseguir salvarnos en el mes de marzo es un éxito muy importante para darle solidez al proyecto en este primer año de trabajo. La misión no era sencilla, se trataba de quedar sexto en la clasificación al terminar la primera fase y evitar el grupo para jugar por evitar el descenso. Paradójicamente, el premio gordo de asegurar el play off de ascenso ha estado muy cerca.

El fútbol tiene estas cosas. Todo el año coqueteando con la zona baja de la tabla y de repente se producen 5 victorias consecutivas que nos colocaron en puestos de play off de ascenso a falta de dos jornadas, llegamos a dormir terceros. Los frutos al buen trabajo de todo el equipo y cuerpo técnico durante todo el año, llegaron en el momento justo.

En una categoría tan igualada como la Tercera División, ganar un partido siempre es complicado, hay una gran cantidad de empates. Conseguir 5 victorias consecutivas están al alcance de muy pocos. Tras el empate en casa contra el Becerril y el empate a domicilio contra el Júpiter, comenzó la gran racha que nos ha permitido colocarnos arriba.

Tras las victorias ya comentadas en Astorga y frente a La Bañeza, rendíamos visita entre semana a Tordesillas, en partido aplazado, perteneciente aún a la primera vuelta.

Ander, tras error del portero local, y Christian Bueno en jugada personal, colocaban el marcador en un cómodo 0-2 que mostraba nuestra superioridad en el campo. Solo en un dudoso penalty por mano en el minuto 93, el Tordesillas pudo acortar distancias, sin que tocara sufrir. 1-2 y tercera victoria consecutiva.

Con las piernas ya empezando a estar cargadas, llegó el derby contra el Bembibre, por encima de nosotros en ese momento. Prácticamente en las últimas acciones del partido, Álex Gómez, tras un gran pase de Guti, ponía el 0-1 en el marcador, nos colocaba cuartos en la clasificación y nos permitía quedarnos a un punto de la salvación a falta de 3 jornadas. Quizás el equipo no mereció tanto, pero competimos con gran efectividad para llevarnos el derby y el gol average, que quizás pueda influir en el futuro. Cuarta victoria consecutiva.

De nuevo el Santa Marta nos puso en serios apuros en la siguiente jornada. 0-1 al descanso en Los Dominicos y la sensación de que las piernas ya no daban para más. Los cambios en el descanso nos metieron claramente en el partido. Christian Seijo empató en un balón parado y a falta de 10 minutos para el final, de nuevo Christian Seijo, en una falta lateral, colocó su cabezazo por la escuadra. Doblete de nuestra defensa central y máxima felicidad. Quinta victoria consecutiva, salvación matemática y terceros a falta de dos partidos. En ese momento dependíamos de nosotros mismos para ser segundos o terceros, lo que hubiera permitido jugar en el grupo de arriba y asegurarnos jugar el play off de ascenso, ya fuera desde la ronda de cuartos, o con un poco más de suerte, jugarlos desde la ronda de semifinales...o ascender directamente...todo era posible en ese momento.

El Júpiter ganó sus dos partidos, ellos descansaban en la última jornada, lo cual nos obligaba a ganar en nuestros dos últimos partidos, ya que tampoco el Astorga falló en Santa Marta. El play off de ascenso pasaba por ganar al Cristo Atlético de Pa-

lencia, líder destacado y en la última jornada en Los Dominicos al Tordesillas.

La Nueva Balastera, imponente estadio para 9.000 personas en la capital palentina, digno de como mínimo, la Segunda División A, nos recibía en una tarde histórica para el club. El presidente palentino se ponía la venda antes de la herida, hablándonos de las importantes bajas de 6 de sus titulares.

Sin embargo no tuvimos opción, el Cristo Atlético nos ganaba cómodamente 2-0 al descanso en el partido en el que más oportunidades hemos concedido al rival. Nada más comenzar la segunda parte, su tercer gol tras un córner frenó cualquier atisbo de reacción por nuestra parte. Los cambios nos metieron en el partido. De nuevo Álex Gómez acortó distancias, Lerma tuvo muy cerca el 3-2 que, de haberse producido, nos habría dado la oportunidad de sumar. Finalmente derrota por 3-1 y fin al sueño del play off de ascenso de manera inmediata.

A partir de este momento 7 finales, el último partido de la primera fase contra el Tordesillas y los 6 partidos de la segunda fase, en la que nos enfrentaremos a Arandina, Mirandés "B" y Real Ávila, a doble vuelta. 6 partidos preciosos contra tres rivales importantes que nos permitirá llenar Los Dominicos.

El empate in extremis en la última jornada frente al Tordesillas, gracias al gol de Negral, nos permite terminar cuartos, con el goal average también ganado a los vallisoletanos. Sin haber empezado aún, partimos segundos tras lo de Aranda de la segunda fase, ya que se arrastran los puntos conseguidos hasta ahora. El objetivo es ser primero o segundo de los seis, lo que nos permitirá, ahora sí, jugar el play off de ascenso por primera vez en la historia del club, lo cuál sería un éxito por encima de lo imaginado.

Entraríamos en cuartos de final, teniendo que ganar tres eliminatorias a doble partido para ascender, ya que solo lo hará uno de los 6 equipos que jugarán este play off. Con la Gimnástica Segoviana ya ascendida, y el Cristo Atlético a punto de conseguirlo, Júpiter, At. Astorga, Numancia "B" o Burgos Promesas serían nuestros rivales en estos hipotéticos cruces.

Con el objetivo cumplido, ahora toca soñar, por qué no, el fútbol está siempre sujeto a todo tipo de sorpresas, eso es lo que nos apasiona de él. Aunque dada la calidad del grupo y el buen trabajo realizado, quizás no sea tanta casualidad. Lo vemos en el próximo número.





Carla
de los
Angeles

BLANCO
La Frescura de la Juventud

VINO OFICIAL





GLOBALIA URBAN



GLOBALIA DOG



GLOBALIA SPORT



GLOBALIA SMART



GLOBALIA PLAY



GLOBALIA FITNESS



GLOBALIA BIO



GLOBALIA AQUA



JAVI FREESTYLER

MALABARISTA DEL FUTBOL



Paseaba con un grupo de niños mexicanos por el Palacio Real de Madrid, cuando de repente, todos los niños salieron corriendo porque allí estaba Javi, un youtuber de 500.000 seguidores en todo el mundo, que resultó ser freestyle, campeón de España de la modalidad, malabarista con el balón y un comunicador nato. Hoy vamos a conocer su historia"



1.PREGUNTA Para los mayores de 40, que somos profanos en la materia, ¿qué es y dónde surge el freestyle?

RESPUESTA. El freestyle fútbol tiene orígenes lejanos por el siglo XV cuando uno de los malabaristas más destacados de la época, Enrico Rastelli, incluyó en sus actos muchos malabares con balones. Aunque la influencia más importante, y que daría lugar al freestyle fútbol moderno que conocemos hoy en día, surge a finales del siglo XX y principios del siglo XXI cuando leyendas del deporte Rey como son Maradona, Pelé, Ronaldinho, empezaron a mostrar su habilidad con el balón en entrenamientos, anuncios e, incluso, partidos, realizando trucos y regates que parecían imposibles de hacer en su época.

Entonces muchos chavales que jugaban en la calle empezaron a imitar esos trucos con el balón y poco a poco fue creciendo una comunidad mundial que a día de hoy ha creado una forma de vida diferente pero paralela en determinados aspectos al mundo del fútbol. Ha sido sobre todo el boom de internet y las redes sociales lo que ha permitido que se desarrolle este nuevo deporte.

2. ¿Cuándo decides hacer del freestyle tu modo de vida?

Es difícil decir exactamente cuándo considero tomarlo como mi modo de vida ya que fue algo progresivo. De hecho el paso de entrenar en un equipo de fútbol a centrarme a practicar única-



mente freestyle también lo fue. Eso sí, el hecho de disfrutar más el freestyle y de ser una comunidad en su momento muy pequeña en la que nos conocíamos todos, hizo que fuese un deporte más familiar y que, por lo tanto, me enganchara más a mejorar personalmente y superar los límites que otros iban estableciendo. Y, además, al hacer mis primeros trabajos y eventos allá por 2009 me hizo ver que podría convertirse en una profesión, además de un hobby.

3. Viendo tus habilidades todos pensamos lo mismo, ¿cómo es posible que no te dediques al fútbol profesionalmente?

Aunque el freestyle y el fútbol tienen en común el balón (con las mismas características) y la prohibición de utilizar las manos, hay que recordar que son modalidades completamente distintas. Una ventaja que te puede dar el freestyle respecto al fútbol es el dominio absoluto del balón, ya que la técnica de toque que un freestyler tiene es mucho mayor a la de cualquier futbolista. Pero, sin embargo, para el fútbol hay que saber posicionarse en el campo, tener un estado físico óptimo para correr y esprintar dentro de los 90 minutos de un partido, saber chutar y realizar buenos pases con el balón, entre otras cosas, y esos aspectos los freestyler nunca los trabajamos. Por eso, aunque tengamos un dominio absoluto del balón, eso es solo una parte de lo que tiene que trabajar un futbolista profesional, tenemos muchas carencias en el resto de áreas del juego.

4. Para poder ser freestyler, ¿hay que tener una habilidad desarrollada desde niño o se puede aprender y perfeccionar siendo más mayor?

Cualquier persona puede ser freestyler, no importa la edad, la condición física o la habilidad que se tenga con el balón. Lo único que se necesita es ser constante y tener mucha paciencia. Con esos dos aspectos, puedes llegar a realizar trucos increíbles. He llegado a conocer personas con sobrepeso, con minusvalías u otro tipo de discapacidades, que no les han impedido encontrar su estilo en el freestyle y desarrollar esa habilidad con el balón de manera increíble.

5. Tienes seguidores en medio mundo, ¿cómo mantienes el contacto con ellos?

Intento leer todos sus mensajes y comentarios aunque a veces resulta muy difícil, por eso cuando coincido con ellos en eventos, masterclasses o incluso por la calle, me alegra mucho hablar con ellos y conocerlos más de cerca, ya que resulta increíble que ellos dediquen su tiempo a seguir lo que hago, y muchos a miles de kilómetros.

6. La parte física es muy importante en esta profesión, ¿hasta cuándo aguanta el cuerpo? ¿Cuáles son tus expectativas de futuro?

Como en cualquier deporte, un buen físico siempre ayuda, sobre todo tener elasticidad y trabajar el cardio en este caso. Aunque lo bueno de ser un deporte individual es que si te cuidas y trabajas continuamente puedes llegar a practicarlo con 30, 40, 50 o incluso 60 años. Eso sí, es importante dedicarle mucho tiempo a estirar y a cuidarse si se quiere llegar a esas edades. Por supuesto, existen trucos que requieren mucha explosividad y que probablemente cuando tengas 50 años no vas a ser capaz de ejecutar pero, en cambio, hay otros cuyo punto fuerte es el control y el equilibrio y que con 50 años o más vas a poder seguir ejecutando.



Mis expectativas a día de hoy están enfocadas a seguir entrenando pero no centrado competitivamente sino en enseñar y realizar demostraciones a nuevas generaciones y no tan nuevas de lo que se es capaz de hacer con el freestyle.

7. ¿Existe una escuela para formar freestylers? ¿Se puede enseñar la técnica a los niños?

Aquí no existe una escuela como existe en el fútbol con sus grupos de chavales para aprender freestyle. En cambio, sí puedes encontrar clases personalizadas centradas en las necesidades en concreto de cada chico o chica que quiera aprender.



8. ¿Cuáles son las lesiones de un freestyler?

Al principio todo el mundo sufre pequeños desgarros de ingle puesto que la fuerza que necesitas para realizar determinados trucos es tal, que acabas lesionándote hasta que tu músculo se adapta. Pero no suele durar la lesión más de semana y media. Luego, según la intensidad y la condición física de cada freestyler, existen lesiones del psoas (músculo que se encarga de levantar la pierna en más del 80% de los trucos) o de rodilla, principalmente de ligamentos, puesto que el impacto que se ejerce con determinados trucos con el suelo, si no se realizan adecuadamente, puede llegar a ser muy lesivo.

9. Has viajado por medio mundo, ¿con qué país o con qué cultura te quedas?

Sin duda la pregunta más complicada de todas. No sabría con qué país o cultura quedarme, puesto que cada uno tiene algo que la hace especial y única. Puedo decir que Japón y su forma de ser única y creativo en lo que haces me encantó.

Por otro lado, Oriente Medio y el hacer las cosas a lo grande me impresionó mucho. Y Latinoamérica y su recibimiento siempre ha sido brutal, y conocer su increíble naturaleza que es impresionante. Podría tirarme aquí horas y horas hablando de cada país en el que he estado y las cosas que me han impresionado de cada uno de ellos pero mejor guardármelo para otro momento.

10. ¿Un consejo para tus miles de fans en todo el mundo?

El consejo que les daría es que si les gusta algo que apuesten por ello y que le dediquen sus esfuerzos y tiempo porque si lo hacen acabarán viviendo de ello de una manera u otra. Será un camino duro pero no imposible. Así que tengan paciencia y que trabajen muy duro.

Javi Freestyle estará en La Virgen del Camino grabando un video promocional el 12 de abril a las 18.00 horas.

CARLOS ECHEVERRY

Entrenador de Fútbol Nivel II

ESPACIO Y TIEMPO EN EL FUTBOL



Recuerdo una foto/meme de un España-Italia, creo que fue la final de la Eurocopa 2012 en Ucrania, en la que aparecía Andrés Iniesta rodeado de 7 italianos. Sin espacio ni tiempo para pensar y reaccionar, solo la cabeza y su velocidad de ejecución, podría llevar el balón a un espacio liberado en el que, matemáticas en mano, hasta 6 jugadores con camiseta roja debían estar desmarcados...

Siempre se ha dicho que en el juego del fútbol la toma de decisiones es fundamental. Los buenos jugadores siempre en cada acción pasan por el percibir, el decidir y el ejecutar; cuando este proceso de la información se realiza de manera efectiva se da continuidad al juego por parte del equipo que posee el balón, surgiendo posibilidades para construir un ataque al equipo rival, en ese sentido es necesario (en la mayoría de las veces) realizar un viaje con el balón, el cual debe estar acompañado de una secuencia que pasa obligatoriamente por los momentos de inicio de jugada, progreso de jugada y finalización de jugada.

Para que todo esto ocurra de la mejor manera, en ventaja del poseedor del balón, se debe administrar de manera efectiva el tiempo y el espacio. ¿Pero sabemos qué es el tiempo y el espacio en el juego del fútbol? Pasaré a explicarlo de manera sencilla.

Si un jugador recibe un pase y ningún rival va a hacerle presión, ocurre que ese jugador tiene mucho tiempo para tomar buenas decisiones, terminado por ejecutar de manera productiva a favor de su equipo. Ahora bien, sí cuando está recibiendo el balón uno o dos jugadores del equipo rival ya están muy cerca acosándole, se percibe que ese jugador tiene poco tiempo, claro está, a no ser que quiera conducirlo o hacer algún que otro regate.

El TIEMPO es un amigo del jugador en ataque y es un arma del defensor. Cuando hay presión, se pretende quitar el tiempo al rival y cuando un jugador no tiene tiempo es muy normal que tome malas decisiones, terminando por entregar el balón de manera defectuosa, hasta en ciertos casos el balón va fuera del terreno de juego, en ese sentido el equipo rival puede hacerse al anhelado balón. Vemos de manera continua y ante la presión de un equipo, que el equipo en posesión del balón lo pierde y termina encajando un gol. Esa presión coordinada en la mayoría de veces, consigue quitarle el tiempo de ejecución a la defensa que hacía salida elaborada, logrando su objetivo.

Los equipos deben tener muy en cuenta lo que significa el tiempo de ejecución, para desde ese saber, sacar siempre el mejor provecho tanto en la fase defensiva como en la fase ofensiva.

Por otro lado, El ESPACIO obedece al área de terreno donde se juega el fútbol, lo que conocemos como campo, cancha, gramado, pista, etc. Esta oscila entre 45 metros por 90 metros la más pequeña y 90 metros por 120 metros la más grande.

También podemos detectar que dentro de ese espacio hay sub-espacios y los conocemos como espacios libres. Son esos rectángulos, triángulos, cuadrados o figuras móviles que aparecen y desaparecen en medio de dos, tres, cuatro o más ju-

gadores rivales. Voy a colocar un ejemplo: cuando un equipo bascula hacia un lado del terreno de juego en su fase defensiva; siempre está dejando espacio libre al lado contrario. Otro ejemplo sería, cuando una defensa sale hacia la mitad del campo, deja un espacio entre ésta (defensa) y la portería propia. Se ven espacios más pequeños como los que hay entre la línea defensiva y la línea de medios o entre la línea de medios y la línea de delanteros o entre los delanteros y la línea de meta hacia donde ataca dicho equipo.

El espacio se puede crear, se puede ocupar y se puede aprovechar, la mayor ventaja se logra utilizando muy bien las acciones tácticas (movilidad, desmarcación, flotación, soltarse de la marca, descender para jugar entre líneas, hacer amplitud, dividir, hacer un desmarque de ruptura, entre otras).

Cuando un jugador posee el balón lo ideal es que sepa donde están los espacios libres más sobresalientes para conectar con sus compañeros, tratando de que haya una reducción inminente de pérdida del balón.

Cuando se juega el balón en largo para que delantero vaya a su encuentro y el defensa rival también lo va a buscar, se considera juego directo, allí también se está atacando un espacio, pero se determina que el balón está dividido (no es ni del defensa ni del atacante) dando como resultado una disminución porcentual en la posibilidad de continuar con el balón, el equipo que ejecutó el lanzamiento.

Está demostrado, así no seamos conscientes de ello, que lo que se hace en el juego, es una administración o disputa del ESPACIO Y TIEMPO entregado por el mismo reglamento.

¿Cómo podemos entrenar la gestión del tiempo y el espacio? Las maneras más utilizadas son los juegos en espacios reducidos, tales como rondos, posesiones, también entrenando salidas, progresiones, finalizaciones elaboradas, principios de juego. En conclusión entrenando el juego de forma real y buscando aumentar la intensidad que se da en la competencia. Al reducir el espacio y aumentar la intensidad en el juego, el proceso mental se habitúa en tomar decisiones cada vez más rápidas y efectivas, es decir, jugando con rivales muy cerca para que nuestra mente con conocimiento (cognitivo) sepa a donde jugar de la mejor manera.

El mejor amigo de ese tiempo es la velocidad de ejecución y la buena técnica, ya que si paso rápido y bien, evitaré que el rival me ejerza presión.

Esto ya lo saben los equipos top, es por esto que el entrenamiento moderno o de actualidad busca satisfacer el proceso de la información, ganando velocidad y precisión. Este entrenamiento consciente va directamente relacionado en favorecer la buena toma de decisiones y es precisamente por lo anterior que el entrenamiento moderno está relacionado con la estructura mental del jugador y la inteligencia de juego por parte del equipo.

Dedicado para quienes dejan el alma en la cancha, Este libro enseña los fundamentos psicológicos para alcanzar el máximo rendimiento en el fútbol.



Todo futbolista que quiera alcanzar el máximo rendimiento requiere de mecanismos psicológicos que lo distingan del resto. El Fútbol es un entorno agresivo y exigente en el que hay que sobrevivir. La carga de trabajo físico, la creciente presión de los dueños, patrocinadores, prensa y afición, y el ambiente permanente en el que ningún futbolista puede acumular gran carga emocional sin sufrir dudas que, como cualquier ser humano, ante este escenario surge una preparación psicológica para afrontar semejantes circunstancias?

Este libro es una herramienta para el jugador del espectáculo más observado del mundo, una guía para futbolistas en formación, para convencerlos de que la Psicología es indispensable para obtener el mayor rendimiento.



José Manuel Sánchez Durón es Psicólogo en la Universidad Autónoma de Guadalajara, programa de Actividad Física, el Comité de la Universidad de Guadalajara, Distancia de diplomado en Psicología.

Sociedad Mexicana para la Investigación y el Rendimiento, tesista de la Maestría en Análisis de Rendimiento de la Universidad de Guadalajara (UDG). Es fundador de Rendimiento S.C. y capacitador en la Secretaría del Trabajo y Previsión Social, responsable del área de Psicología de la Universidad de Guadalajara (UDG) y del Comité Nacional de Directores Técnicos (CNTD).

Solicita tu ejemplar: info@depsic.com



Habitaciones

El Hostal Central, catalogado con una estrella cuenta con un total de 25 estancias, distribuidas en habitaciones individuales, dobles y de matrimonio.



Wi-Fi Gratis

En el Hostal Central somos conocedores de la importancia de estar siempre ONLINE, por ello dispondrás en todas las estancias de una conexión Wifi segura y de alta velocidad.



Ropa de Cama

En el Hostal Central la ropa de cama, toallas y productos para el aseo están incluidos, para que tu única preocupación sea disfrutar de la ciudad de León.



Limpieza

Bajo la premisa de servicio y limpieza, nuestras instalaciones se convierten en un lugar de extrema limpieza y pulcritud. Todas las estancias del hostel se limpian a diario.



Ascensor

Bajo la premisa de la funcionalidad, nuestro Hostal esta dotado de ascensor para el acceso a todas las habitaciones.



Bar y restaurante

Para que tu estancia sea completa, el Hostal Central pone a tu disposición sus comedores y su bar para que disfrutes de la gastronomía de León.

JORGE GARCÍA

Entrenador de Fútbol Nivel II

ANÁLISIS DE VARIABLES CONDICIONALES

PARTIDO CONTRA SANTA MARTA

Por increíble que parezca, la tecnología está siendo imprescindible en el análisis y toma de decisiones por parte del cuerpo técnico. Un claro ejemplo es el uso de chalecos con dispositivos GPS que nos permiten conocer más de 200 variables medibles en el rendimiento de un jugador. Este análisis nos permite saber en qué condiciones físicas está cada jugador, disminuir el riesgo de lesiones, qué jugadores están en mejor forma, conocer la disposición táctica de cada uno...ya no dejamos casi nada sujeto al azar. Vemos cómo se está utilizando esta herramienta en el CD La Virgen del Camino

El pasado 6 de marzo disputamos el partido correspondiente a la vigésima jornada de liga contra el U.D. Santa Marta como local en el campo de Los Dominicos. Durante el desarrollo del mismo, cuatro de nuestros jugadores llevaron el dispositivo GPS Playertek, con los que obtuvimos los datos que presentamos en este artículo. Los jugadores fueron los siguiente:

- Alex Matos (Lateral izquierdo)
- Fran Pérez (Defensa central)
- José María Suárez "Chema" (Mediapunta)
- Christian Seijo (Mediocentro en la primera parte y defensa central en la segunda)

Los principales datos que obtenemos con estos dispositivos son la distancia total recorrida, la distancia recorrida a alta velocidad (>21 km/h), velocidad máxima individual, esfuerzos totales (acción en el que la potencia desarrollada es superior

a 20 vatios por kilogramo de peso corporal) aceleraciones y deceleraciones. Todos estos datos nos proporcionan una valiosa información acerca de la carga externa soportada por cada jugador.

Además, este dispositivo nos muestra el mapa de acción de cada jugador, con el que nos podemos hacer una idea de cuáles han sido las posiciones que ha ocupado cada jugador durante el desarrollo del partido.

VARIABLES ANALIZADAS	JUGADORES			
	A. MATOS	FRAN	CHEMA	SEIJO
MINUTOS DISPUTADOS	90	90	78	90
DISTANCIA TOTAL (M)	9740	9890	9650	10270
DISTANCIA RELATIVA (M/m)	112,89	109,89	123,72	114,11
DISTANCIA ALTA VELOCIDAD (M)	683,17	306,72	427,04	307,95
VELOCIDAD MÁXIMA (Km/h)	30,37	30,14	33,33	29,35
ESFUERZOS	73	64	49	64
ACELERACIONES	450	375	411	439
DECELERACIONES	432	382	392	444

Tabla 1. Variables analizadas por cada jugador durante el desarrollo del encuentro.

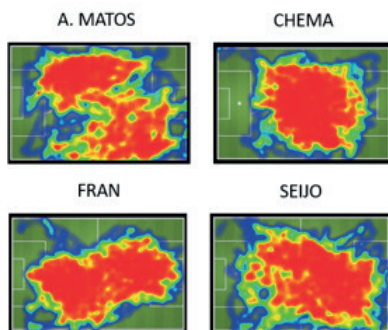


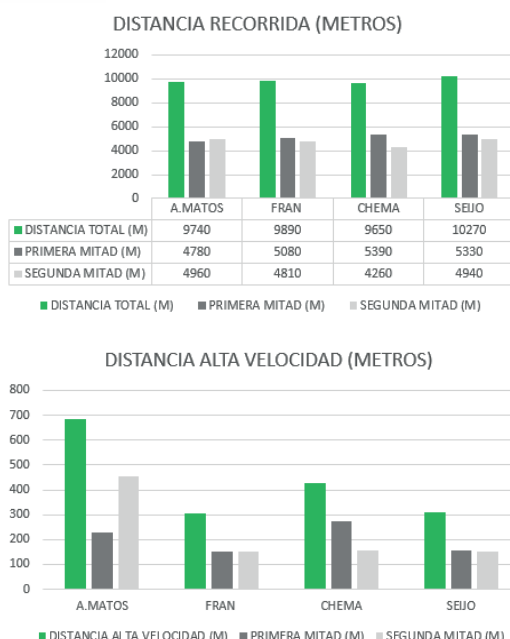
Imagen 1. Mapa de acción de cada jugador durante el desarrollo del partido.

Analizando estas variables vemos como los jugadores con más distancia relativa en metros por minuto, son los dos jugadores que ocuparon posiciones interiores, tanto Chema jugando de mediapunta como Seijo, que disputó la primera parte como mediocentro. Por el contrario, en cuanto a distancia a alta velocidad destaca claramente Alex Matos debido a su posición exterior en el campo como lateral izquierdo. En cuanto a los esfuerzos, destacan los 73 de Alex Matos.

Sin embargo, estos datos debemos analizarlos junto con el desarrollo del juego. Se trató de un partido en el que la primera mitad el Santa Marta se marchó 0-1 al descanso y en el que nuestro equipo consiguió remontar con dos goles de Seijo en una segunda mitad mucho más intensa. Por este motivo hemos querido hacer una comparativa entre los valores de la primera y de la segunda mitad.

VARIABLES ANALIZADAS	JUGADORES			
	A. MATOS	FRAN	CHEMA	SEIJO
DISTANCIA TOTAL (M)	9740	9890	9650	10270
PRIMERA MITAD (M)	4780	5080	5390	5330
SEGUNDA MITAD (M)	4960	4810	4260	4940
DISTANCIA ALTA VELOCIDAD (M)	683,17	306,72	427,04	307,95
PRIMERA MITAD (M)	227,65	152,93	271,55	157,94
SEGUNDA MITAD (M)	455,52	153,79	155,49	150,01
ESFUERZOS	73	64	49	64
PRIMERA MITAD	33	32	26	33
SEGUNDA MITAD	40	32	23	31

Tabla 2. Variables analizadas y su distribución en cada parte por cada jugador durante el desarrollo del encuentro.



En la tabla 2 podemos ver cada una de las variables analizadas previamente diferenciadas entre la primera y la segunda parte. Normalmente, un jugador de fútbol recorre mayor distancia total y a alta velocidad en la primera parte que en la segunda, debido a la acumulación de la fatiga. En este caso nos llama la atención los datos de nuestros jugadores, ya que no hay excesiva diferencia entre una mitad y otra.

Queremos poner especial atención en los datos observados por nuestro lateral, A. Matos, quien recorre mayor distancia total en la segunda parte que en la primera. Además, hay una gran diferencia entre la distancia recorrida a alta velocidad, ya que en la primera parte recorre 227,65 metros y en la segunda hasta 455,52 metros. También destaca que hace 33 esfuerzos en la primera mitad con respecto a los 40 que realiza en la segunda. Estas variables cobran una gran importancia ya que últimamente se tienden a correlacionar con acciones de peligro e incluso con goles.

Muchas veces decimos que nuestros jugadores han corrido mucho y que por eso han conseguido un mejor rendimiento, pero no está demostrado que el equipo que más kilómetros recorre obtiene mejores resultados, ya que eso va a depender de múltiples factores. Sin embargo, mucha gente dice que no quiere que sus jugadores corran mucho, sino que corran bien. Podemos matizar un poco esta afirmación, diciendo que lo que buscamos es que nuestros jugadores corran intenso, entendiendo la intensidad como la velocidad a la que se recorran estos metros, ya que la mayoría de las acciones de gol vienen precedidas de sprints, ya sea del jugador que marca como de un compañero que intervenga indirectamente en el gol.

A la hora de hacer un análisis del partido, no podemos caer en el error de hacerlo basándonos solamente en estos datos, sino que nos van a ayudar a reafirmar o replantearnos nuestras ideas. Un claro ejemplo es este partido ya que, en la primera parte el equipo contrario fue más dominador y por lo tanto Fran y Seijo tienen un mapa de acción más cercano al de la portería derecha de la imagen (donde defendimos la primera parte). Asimismo, estos dos jugadores tienen un mapa de acción más reducido cercano a la portería de la izquierda (en la que defendimos en la segunda parte).

Para finalizar, tenemos que ser conscientes de que no podemos juzgar únicamente a los futbolistas por los datos obtenidos, ya que el fútbol es un deporte muy complejo, pero debemos ser capaces de interpretar estos datos para analizar lo ocurrido desde una perspectiva diferentes y algo más objetiva. Además, estos datos nos están informando sobre la capacidad máxima de nuestros jugadores en competición, por lo que nos sirve como referencia para cuantificar las cargas de entrenamiento a lo largo de los diferentes microciclos durante la temporada, así como en el trabajo de readaptación de una lesión.



Caucho Encapsulado (*Filltech*®)

Pistas Atléticas

Parques Infantiles

Alcorques de Caucho



Nuestro Proyecto

Ofrecemos soluciones integrales de reciclaje de neumáticos, gestión de residuos específicos de la industria, control de calidad y sostenibilidad para empresas y corporaciones.



Metales



Caucho



Ingeniería y Maquinaria



Energía



Plásticos





POWER FITNESS LEÓN

La tienda de Pío
El buen sabor de la carne
Avda. Asturias s/n
24190 - La Virgen del Camino
Tel: 987002426
e-mail: comisariapio@gmail.com

globalia
Asesoría y gestión
987 100 400
www.globalia.com

Centro Comercial E.Leclerc
Agua Fria Cafetería Restaurante
Horario Restaurante de 13:30 a 16:15 h.
Hipermercado E.Leclerc • Tel. 987 880 000 • León

fernándezcastaño
ODONTÓLOGOS
Dra. Josefina Fernández Castaño
Avda de Asturias 4, 24002 León
Tel. 987 200 700 Fax 987 200 700
www.fernandezcastano.com

ACADEMIA POLICIAL LEÓN

sanyclima
Tel. 987 264 190
Fax. 987 264 191
www.sanyclima.com

E.Leclerc

aqua-service
la limpieza es su negocio

Nistal V&B
www.vbnistal.es

Le Virgen
Transporte, Almacenaje y Distribución
Logística y Transportes Le Virgen S.L.
Tel. 667 760 434
gestionetransporteslevirgen.com

FARMACIA PARAFARMACIA
Lda Asunción García Berciano
C/ Cervantes, nº 3
Tfno: 987200156-987202411
LA VIRGEN DEL CAMINO
Horario: 9:30 h. a 21:00 h.

Paul's Tabern
HOSTAL JULIO CÉSAR
C/ Cervantes, 6 - 987 20 20 44
LA VIRGEN DEL CAMINO

CITYHALL
SCHOOL OF LANGUAGES

Bar Polideportivo
Piscinas Olga Virgen del Camino
Reservaciones y comidas
Platos Combinados
660 428 801

GIMPADEL

JAVIER
Autoservicio
Transporte, alquiler y más
Tel: 606 36 10 12
987 03 11 93

NEREIZ AUTOMOCION

Pub Bakura
Nuevo Horario
León, Cervera y Burela. Abierto a las 12:00 h.
De lunes a viernes: 12:00 h. a 1:00 h.
Sábados y domingos: 12:00 h. a 2:00 h.
Avda. Asturias, 16 - La Virgen del Camino

Q de QUESO

LINDA S
Fashion Brand
@linda_santander
linda_santander.com

STDSPORT
EQUIPOS DEPORTIVOS

María Molero
CENTRO DE ENSEÑANZA
Avda. Asturias 70 • Tel: 989977933
24008 La Virgen del Camino • León
www.centrodeensenanza.com
León. Siguiendo en Facebook e Instagram

RESTAURANTE
987 30 20 41
Avda. Asturias, 85 - La Virgen del Camino (E.850)

MASTERLEÓN
AUTOSCUOLA & CENTRO DE FORMACIÓN

CAFETERIA EL RINCÓN DE AYSHA
UNIVERSITARIA

CONSTRUCCIONES Y REFORMAS
DELFINO VALLE
CONSTRUCCIONES DE TODO TIPO
Albañilería - Fontanería - Plomería - Escayolas - Azulejos - Fachadas y tejados
TEL.F: 425623986

Casa Dobe
BAR-RESTAURANTE
Avda. Asturias, 36 - 24190
La Virgen del Camino (León)

LA GENUINA
- TABERNA -

AQUADRIVE

TEJADOS PERTEJO
686 040 304
www.tejadospertejos.com

padins

agroferba
www.agroferba.com
(+34) 987 752 156

SOCCERNUTS
FOOTBALL DISCORD CREW

León Antiguos
C/ Cid, 16
BARRIO ROMANTICO / LEÓN

POWER FITNESS LEÓN

La tienda de Pío
El buen sabor de la carne
Avda. Asturias s/n
24190 - La Virgen del Camino
Tel: 987002426
e-mail: comisariapio@gmail.com

globalia
Asesoría y gestión
987 100 400
www.globalia.com

Club Deportivo LVC

fernándezcastaño
ODONTÓLOGOS
Dra. Josefina Fernández Castaño
Avda de Asturias 4, 24002 León
Tel. 987 200 700 Fax 987 200 700
www.fernandezcastano.com

ACADEMIA POLICIAL LEÓN

sanyclima
Tel. 987 264 190
Fax. 987 264 191
www.sanyclima.com

E.Leclerc

aqua-service
la limpieza es su negocio

Nistal V&B
www.vbnistal.es

Le Virgen
Transporte, Almacenaje y Distribución
Logística y Transportes Le Virgen S.L.
Tel. 667 760 434
gestionetransporteslevirgen.com

FARMACIA PARAFARMACIA
Lda Asunción García Berciano
C/ Cervantes, nº 3
Tfno: 987200156-987202411
LA VIRGEN DEL CAMINO
Horario: 9:30 h. a 21:00 h.

Paul's Tabern
HOSTAL JULIO CÉSAR
C/ Cervantes, 6 - 987 20 20 44
LA VIRGEN DEL CAMINO

CITYHALL
SCHOOL OF LANGUAGES

Bar Polideportivo
Piscinas Olga Virgen del Camino
Reservaciones y comidas
Platos Combinados
660 428 801

GIMPADEL

JAVIER
Autoservicio
Transporte, alquiler y más
Tel: 606 36 10 12
987 03 11 93

NEREIZ AUTOMOCION

CAFETERIA EL RINCÓN DE AYSHA
UNIVERSITARIA

CONSTRUCCIONES Y REFORMAS
DELFINO VALLE
CONSTRUCCIONES DE TODO TIPO
Albañilería - Fontanería - Plomería - Escayolas - Azulejos - Fachadas y tejados
TEL.F: 425623986

LINDA S
Fashion Brand
@linda_santander
linda_santander.com

STDSPORT
EQUIPOS DEPORTIVOS

María Molero
CENTRO DE ENSEÑANZA
Avda. Asturias 70 • Tel: 989977933
24008 La Virgen del Camino • León
www.centrodeensenanza.com
León. Siguiendo en Facebook e Instagram

RESTAURANTE
987 30 20 41
Avda. Asturias, 85 - La Virgen del Camino (E.850)

MASTERLEÓN
AUTOSCUOLA & CENTRO DE FORMACIÓN

CAFETERIA EL RINCÓN DE AYSHA
UNIVERSITARIA

CONSTRUCCIONES Y REFORMAS
DELFINO VALLE
CONSTRUCCIONES DE TODO TIPO
Albañilería - Fontanería - Plomería - Escayolas - Azulejos - Fachadas y tejados
TEL.F: 425623986

Casa Dobe
BAR-RESTAURANTE
Avda. Asturias, 36 - 24190
La Virgen del Camino (León)

LA GENUINA
- TABERNA -

AQUADRIVE

TEJADOS PERTEJO
686 040 304
www.tejadospertejos.com

padinsa REMOLQUES
690 79 58 56
699 09 71 25
remolquespadinsa.com

agroferba
www.agroferba.com
(+34) 987 752 156

SOCCERNUTS
FOOTBALL DISCORD CREW

León Antiguos
C/ Cid, 16
BARRIO ROMANTICO / LEÓN

POWER FITNESS LEÓN

La tienda de Pío
El buen sabor de la carne
Avda. Asturias s/n
24190 - La Virgen del Camino
Tel: 987002426
e-mail: comisariapio@gmail.com

globalia
Asesoría y gestión
987 100 400
www.globalia.com

Centro Comercial E.Leclerc
Agua Fria Cafetería Restaurante
Horario Restaurante de 13:30 a 16:15 h.
Hipermercado E.Leclerc • Tel. 987 880 000 • León

fernándezcastaño
ODONTÓLOGOS
Dra. Josefina Fernández Castaño
Avda de Asturias 4, 24002 León
Tel. 987 200 700 Fax 987 200 700
www.fernandezcastano.com

ACADEMIA POLICIAL LEÓN

sanyclima
Tel. 987 264 190
Fax. 987 264 191
www.sanyclima.com

E.Leclerc

aqua-service
la limpieza es su negocio

Nistal V&B
www.vbnistal.es

Le Virgen
Transporte, Almacenaje y Distribución
Logística y Transportes Le Virgen S.L.
Tel. 667 760 434
gestionetransporteslevirgen.com

FARMACIA PARAFARMACIA
Lda Asunción García Berciano
C/ Cervantes, nº 3
Tfno: 987200156-987202411
LA VIRGEN DEL CAMINO
Horario: 9:30 h. a 21:00 h.

Paul's Tabern
HOSTAL JULIO CÉSAR
C/ Cervantes, 6 - 987 20 20 44
LA VIRGEN DEL CAMINO

CITYHALL
SCHOOL OF LANGUAGES

Bar Polideportivo
Piscinas Olga Virgen del Camino
Reservaciones y comidas
Platos Combinados

GIMPADEL

JAVIER
Autoservicio
Transporte, alquiler y más
Tel: 606 36 10 12
987 03 11 93

NEREIZ AUTOMOCION

Pub Bakura
Nuevo Horario
León, Cervera y Burela. Abierto a las 12:00 h.
De lunes a viernes: 12:00 h. a 1:00 h.
Sábados y domingos: 12:00 h. a 2:00 h.
Avda. Asturias, 16 - La Virgen del Camino

Q de QUESO

LINDA S
Fashion Brand
@linda_santander
linda_santander.com

VEN A ESPAÑA Y

Vístete de profesional!

NACIDOS ENTRE 1997-2003

DEL 8 AL 21 DE MAYO



JUEGA 8 PARTIDOS
CONTRA EQUIPOS TOP



CLUB DEPORTIVO
LA VIRGEN DEL CAMINO

www.soccernauts.com