

SANTA MARTA

Más vale prevenir que lamentar

El Club de judo de Santa Marta tiene previsto impartir a partir del año que viene clases de iniciación a la defensa personal • Para ello no se va a exigir estar en plena forma física, solamente mostrar muchas ganas de aprender

MARJÉS / CRISTINA GARCINUÑO
SANTA MARTA

En la época actual en la que se encuentra la sociedad de hoy en día, y siendo testigos de gran cantidad de agresiones tanto físicas como psicológicas, se está creando un clima de inseguridad preocupante. Por eso no es extraño que cada vez sean más las personas que se interesan por la defensa personal. "Saber defenderse se ha convertido en una necesidad en nuestro tiempo", explica Carlos Sánchez, monitor de judo y de defensa personal.

En el club de judo de Santa Marta, que regenta Carlos Sánchez junto con su hermana Marta, se han propuesto un reto para el año que viene. El objetivo consiste en facilitar a todo aquel que quiera el aprendizaje de técnicas de defensa personal.

El club, que lleva en funcionamiento desde 2004, ha educado a cientos de niños en esta arte marcial. Marta Sánchez, monitora de este deporte, comenta que "no sólo practicamos deporte, sino que a la vez realizamos una completa educación en los valores humanos". En este sentido el tra-



Los niños durante en el entrenamiento con el monitor Carlos Sánchez.

MARJÉS

bajo físico se une a la conducta de las personas.

Por ello tienen como objetivos favorecer el desarrollo psicomotriz y muscular, desarrollar el espíritu de superación y, por último, fomentar el orden, la dis-

ciplina y la responsabilidad en la competición. Las edades de los niños que acuden a estas clases van de los 3 hasta los 14 años. Aunque para el curso que viene tienen previsto añadir clases de defensa personal, no van a descui-

dar a los deportistas que ahora mismo compiten en el club.

Para todos los interesados que deseen apuntarse a estas nuevas clases, no se va a exigir que tengan una buena forma física, ni gran estatura, ni ser muy ágiles. "Lo que es imprescindible es que tengan ganas de aprender", señala Carlos Sánchez.

Valores

Entre los muchos valores que encontramos en este deporte, como comentan ambos monitores, "se fortalecen la auto-confianza, la concentración y la capacidad de liderazgo, así como la coordinación física, el poder y la flexibilidad". Dentro de las próximas actividades que se van a llevar a cabo, el próximo sábado día 11, se celebrará un campeonato regional en Villares de la Reina, en el que participarán todos los niños.

Por otro lado, y con motivo de la Navidad, se tiene pensado hacer una convivencia en el pabellón de Santa Marta. Unas sesenta personas, entre chicos y chicas, acudirán a este evento en donde compartirán una jornada con sus compañeros del club. ■

CONCURSO

La originalidad compite en el certamen de tarjetas navideñas

MARJÉS / C. G. N.
SANTA MARTA

La Asociación Tierno Galván convoca el III concurso de tarjetas navideñas. En el certamen podrán participar niños de edades comprendidas entre los 4 y los 12 años.

La temática de las tarjetas será la Navidad. El formato es libre y todas ellas deberán ser inéditas. Los trabajos se presentarán sin firma, siendo en el reverso de la tarjeta donde se completen los datos referidos al concursante como son nombre, edad, teléfono y dirección.

Los trabajos se entregarán en el Centro de Participación Ciudadana a lo largo de los días 16 y 17, en horario de 19 a 20 horas. ■

ACTIVIDAD

Comienzan las inscripciones para apuntarse al concurso cultural

MARJÉS / C. G. N.
SANTA MARTA

La Asociación Tierno Galván propone participar en un concurso divertido, que busca motivar la cultura de los jóvenes. Existirán dos categorías, la de adultos para mayores de 16 años, y una infantil que será para niños de 10 a 13 años. La inscripción se abre el próximo día 16 y finalizará el 18, para los niños, y el 27, para los adultos. Los interesados deberán dirigirse al Centro de participación ciudadana. El certamen será individualizado y estará dividido en dos fases. La primera, de preguntas de actualidad y la segunda, en donde se darán pistas, los concursantes tendrán que adivinar de qué se trata. ■

Emotiva despedida a José Antonio Rosón, profesor de Química

El pasado día 3 se jubiló el profesor de Física y Química José Antonio Rosón Riestra. Todos los compañeros y amigos de profesión le organizaron un vino de despedida que se celebró pasado viernes 26 de noviembre, mientras los alumnos le hicieron una despedida el último día que les dio clase. Todos ellos echarán de menos al profesor y amigo que tanto tiempo ha pasado dando clases en el instituto Calisto y Melibea. En la fotografía, el profesor posa junto a sus alumnos durante su último día. / MARJÉS



Inundación

Autor: Stephen Baxter
Publica: La Factoría

2016: Otro verano pasado por agua. Pero esta vez, la barrera de contención del Tamesis cede y el centro de Londres se convierte en una marisma. Las aguas se retiran y la economía empieza a recuperarse, pero en cuestión de dos años, Londres y Nueva York se verán sumergidas bajo el mar. El papa se dirigirá por última vez a los fieles desde el Vaticano; la Meca también desaparecerá bajo las olas.

El mundo se ahoga. Comienza una desesperada carrera por averiguar qué ocurre. El nivel de las aguas no deja de subir y la humanidad se retira a los puntos más altos del planeta. Comenzarán las guerras por ver quién domina las montañas. ¡Ha llegado el momento de que la humanidad luche por la supervivencia!

Stephen Baxter es el escritor de ciencia ficción más destacado de su generación. Sus libros han sido publicados en todo el mundo y ha ganado importantes premios en el Reino Unido, Estados Unidos, Alemania y Japón.

El Adelanto y La Factoría de Ideas sortean 1 ejemplar de Inundación

Envía este cupón a:
El Adelanto, Gran Vía, 56,
37001 Salamanca, hasta el jueves
9 de diciembre. El viernes 10 de diciembre
se publicará el nombre del ganador



Nombre Apellidos