



AVISOS Y NUEVAS ACTIVIDADES



¿QUIERES PREVENIR LESIONES Y MEJORAR TUS ENTRENAMIENTOS? JOSÉ IGNACIO ARCHANCO PUEDE AYUDARTE A CONSEGUIRLO.

Recordamos a los socios que el Club cuenta con un Servicio de Fisioterapia y Osteopatía, en el que pueden recibir tratamientos para prevenir lesiones o recuperarse de éstas, así como para tratar los problemas de espalda, rodillas u otras articulaciones.

El responsable de este servicio es José Ignacio Archanco Rodrigo, Fisioterapeuta colegiado y Osteópata. Es especialista en Terapia Manual, fisioterapia general, deportiva y preventiva, así como en embarazo y pediatría.

El servicio está abierto los lunes, martes, jueves y viernes de 8 a 14 h. y los lunes, miércoles y viernes de 16 a 21h. Para pedir hora, basta con llamar al 948 233 700.

MENÚ DEL SERVICIO DE HOSTELERÍA

Este fin de semana, se podrá disfrutar del siguiente menú en el restaurante del Club. Su precio es de 15 € (bebida y café no incluidos). De lunes a viernes se ofrecerá una variación de este menú por 12 €.

Primeros platos:

Ensalada campera de patata, huevo, atún y aceitunas
Espárragos a la plancha con holandesa de hongos gratinada
Marmitako de bonito a la bermeana
Lasaña de carne y verduras a la florentina
Garbanzos con callos y chorizo picante
Gambas a la plancha (suplemento 2 €)

Segundos platos:

Entrecot a la plancha con patatas y piquillos
Secreto Ibérico asado con crema parmentier y trufada
Toro de lidia estofado al vino tinto con champiñones
Pechuga de pollo a la plancha con salsa de queso y setas al ajillo
Dorada al horno estilo Orio con panaderas
Escalopines de solomillo fileteado al ajo con padrones (suplem. 2 €)
Cordero asado en su jugo con patatas panaderas (suplem. 3 €)

Postres:

Tarta casera de yogurt con frutos rojos
Flan casero con nata
Leche frita al estilo tradicional con helado de vainilla
Compota de manzana al calvados
Helados variados con barquillo y nata

Menú infantil: 8,50 €

Macarrones con tomate
Pechuga de pollo a la plancha con patatas fritas
Helado

Informamos a los socios de que en la cafetería y en la web del Club ya están disponibles para su consulta los distintos menús de comunión para este año 2013.

NUEVO MENÚ EXPRESS EN LA CAFETERÍA

A partir de esta semana, todos los días de la semana de 13 a 16h. se ofrece un nuevo menú en la cafetería del Club, llamado **Menú Express**.

Este nuevo menú cuenta con dos opciones:

Segundo plato + Vino, caña, agua o refresco: 8,50 €

Segundo plato + Postre, vino caña, agua o refresco: 10,50 €

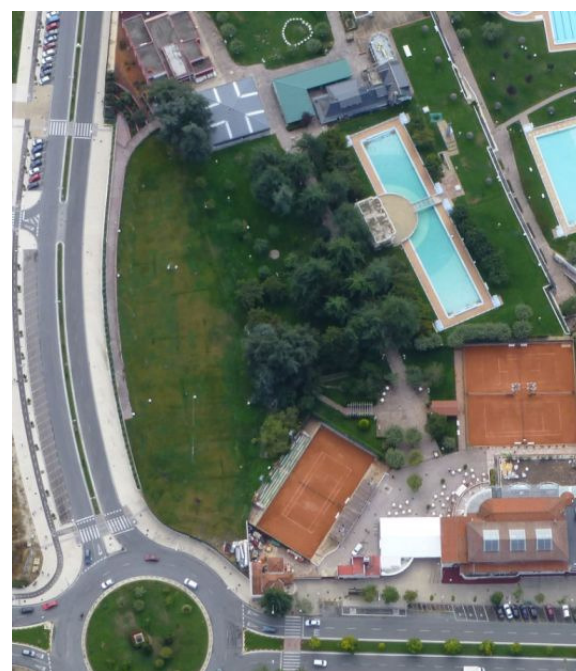


Del 8 al 14 de febrero de 2013

CLUB TENIS PAMPLONA INFORMA

LA OBRA DE URBANIZACIÓN DE LAS NUEVAS PISTAS HA COMENZADO

El pasado martes 5 de febrero comenzó la obra de urbanización de las nuevas pistas de tenis y pádel, que estarán situadas en la zona verde paralela a la Avenida Juan Pablo II. La empresa constructora ya ha colocado su caseta de obra y estos días vallará la zona.



Lamentablemente, para realizar la obra es preciso retirar unos hoyos del minigolf de su ubicación actual. Este tradicional espacio será conservado para su posterior recolocación. Se espera que esta retirada sea una de las pocas molestias que la obra va a generar, pues al estar situada en una zona poco transitada no es probable que los socios se vean afectados por su desarrollo.

Por decisión de la Junta Directiva, la obra está siendo ejecutada por la empresa Erro y Eugui.

En el proceso de licitación se recibieron ofertas de 17 constructoras. Siguiendo un procedimiento de selección técnica de las ofertas presentadas, la Dirección del Club redujo las opciones a tres finalistas. Para garantizar la transparencia y el máximo rigor en el proceso de adjudicación, estas tres propuestas finales se presentaron a la Junta Directiva de manera anónima, y no fue hasta después de su elección cuando se conoció el nombre de la empresa escogida. Los socios interesados en conocer más en detalle las etapas y criterios de selección técnica empleados en este proceso pueden consultar un resumen informativo en la web del Club.

El plazo de ejecución comprometido con la constructora es de tres meses, por lo que los socios podrán disfrutar de las nuevas instalaciones deportivas a partir del mes de mayo.

ELEGIDOS 80 NUEVOS REPRESENTANTES

El pasado lunes por la tarde tuvo lugar en la Sala de Juntas del Club la elección de ochenta nuevos representantes, pertenecientes a las décimas 9ª y 10ª. Al acto asistieron el Presidente del Club, un miembro de la Junta y socios representantes de ambas décimas.

Debido a que el número de solicitudes recibidas era inferior al de representantes que debían renovarse, se realizó un sorteo para cubrir las plazas faltantes. Los nuevos representantes ostentarán este cargo durante los próximos cinco años.



9 DE FEBRERO: JORNADA DE ATENCIÓN PERSONAL

Este sábado 9 de febrero tendrá lugar una nueva Jornada de Atención Personal. De 10 a 14h. los socios que lo deseen podrán reunirse con miembros de la Junta Directiva y con el gerente para plantearles sus dudas, propuestas o sugerencias.

Las reuniones, de 15 minutos de duración, tendrán lugar en la Sala de Juntas. Los interesados en asistir deben enviar un correo a comunicacion@club-tenis.com.

CLUB AL DÍA

RESULTADOS DEPORTIVOS

VICTORIA DE BEUNZA Y ELIZALDE EN LA CUARTA JORNADA DE LA LIGA VASCA

El pasado viernes en el frontón del Club, nuestros pelotaris Carlos Beunza y Mikel Elizalde vencieron 35-23 a los pelotaris del vitoriano Club Zidorra.

El partido comenzó con continuos empates hasta el 18-18, momento en el que nuestros pelotaris asentaron más su juego y, gracias a no cometer errores y acertar con los pelotazos, consiguieron una buena ventaja que acabó traducándose en una holgada victoria. Con este triunfo nuestro equipo continúa muy bien situado de cara a clasificarse para las semifinales.



Este sábado nuestros pelotaris viajarán a Vitoria para enfrentarse al Club Adurtza y el domingo se jugará en el frontón corto del Club la cuarta jornada del Campeonato de España, que les enfrentará al Club Tajonar.

13 TAEKWONDISTAS DEL CLUB COMPITIERON EN CASTEJÓN EN LOS JUEGOS DEPORTIVOS

El pasado sábado se disputó en Castejón la primera fase de los Juegos Deportivos de Navarra de taekwondo. En la modalidad de combate, compitieron los siguientes deportistas del Club:

Junior Femenino	Laura Herrero	Gallo 44-49 kg	3ª clasificada
Junior Masculino	Fermín Moraza	Pluma 55-63 kg	
	Mikel Zubasti	Pesado +70 kg	3º clasificado
Infantil Femenino	Irune Monasterio	Ligero 37-42 kg	
	Lucía Juliá	Medio 42-47 kg	3ª clasificada
Infantil Masculino	Telmo Rebolé	Mosca 30-33 kg	3º clasificado
	Daniel Arilla	Mosca 30-33 kg	
	Eduardo Bustince	Pluma 37-41 kg	
Cadete Femenino	María Aldaba	Pluma 37-41 kg	
	Amaya Carasusan	Ligero 41-46 kg	3ª clasificada
	Dana Iziz	Medio 46-51 kg	1ª clasificada
Cadete Masculino	Iñigo Ramírez	Mosca 32-36 kg	
	Santiago Anton	Ligero 44-49 kg	2º clasificado



TAEKWONDO

El pasado viernes 1 de febrero, tuvo lugar en las instalaciones del club el examen anual de cinturones negros.

Se presentaron tres alumnas del club:

- Elvira Molinat
- Maribel Urbasos
- Elisa Erice

Aprobaron las tres, tras varios meses de duro trabajo

Enhorabuena!

CLUB AL DÍA



AVISOS Y NUEVAS ACTIVIDADES

CELEBRA CARNAVAL EN EL CLUB

La celebración del Carnaval en el Club comenzó con un **Concurso de Dibujos** para niños. El autor del dibujo ganador, que se conocerá en los próximos días, recibirá un obsequio.



El 8 de febrero disfrutaremos en la Guardería de una gran **Fiesta de Disfraces** y los días siguientes por las tardes habrá **talleres de carnaval**: el sábado el taller será de caretas, el domingo habrá una película, el lunes un taller de pintar caras y el martes será de antifaces.

Para finalizar las celebraciones de Carnaval, el viernes día 15 de febrero a las 21h. tendrá lugar en el Restaurante del Club una **fiesta de Carnaval con Karaoke**. Todos los niños que acudan a la fiesta disfrazados obtendrán un obsequio, y se sorteará un regalo especial entre los niños y los adultos que acudan disfrazados.

VIERNES 8 DE FEBRERO, PRESENTACIÓN DEL "PATINAJE NAVARRA AMAYA SPORT" EN EL CLUB

El Salón Social acogerá este viernes 8 de febrero a las 19:15h. la presentación oficial del Club de patinaje "Patinaje Navarra Amaya Sport".

Al evento acudirán, además de responsables del nuevo club deportivo y de nuestra entidad, distintas personalidades del mundo del deporte y de las instituciones políticas y sociales de Navarra.

AMPLIACIÓN DEL HORARIO DE LA OFICINA

Con el fin de ofrecer un mejor servicio a los socios, la semana pasada se amplió el horario de atención al público de las oficinas del Club. El nuevo horario de apertura es el siguiente:

De lunes a viernes las oficinas abren de 8 a 21:30h., y los sábados de 9 a 14 h.

Este horario se mantendrá **también en la temporada de verano**, en la que hasta ahora sólo se atendía a los socios por las mañanas.

COMIENZA LA FASE FINAL DEL CIRCUITO NAVARRO ABSOLUTO

El viernes, día 8, echa a andar el Cuadro Principal del Circuito Navarro Absoluto 2013. Los ocho primeros cabezas de serie se enfrentarán a los jugadores clasificados en la Previa el mismo viernes a partir de las cuatro de la tarde. Nacho Gómez, Álvaro Fernández, Kintxo Ancín, Toño Arenas, Gonzalo M. Mayans, Ignacio Fonseca, Javi Sanado y Fredi Irujo, competirán por las plazas de cuartos de final, que se jugarán el sábado a partir de las 16.00 h.

Mientras tanto, las chicas esperan en semifinales para jugar, a la vez que los chicos, el sábado 16. Y el domingo 17 se celebrarán las finales de los cuadros principales más las de consolación. A continuación tendrá lugar la entrega de premios, que esta vez son muchos, porque hay trofeos para rondas finales, previas y consolaciones. Será el broche de oro a un campeonato con una participación impresionante y una deportividad exquisita.

Esperamos pasar dos fines de semana disfrutando mucho de nuestro deporte y de nuestro Club.

