

ATLETISMO

Paul Rotich, del Polifibra, vence en la maratón de Santander

REDACCIÓN

Guadalajara
El Club de Atletismo Piscinas Polifibra de Marchamalo continúa poniendo su nombre en lo más alto en las pruebas en las que participa. En esta ocasión, en la maratón de Santander, el keniano Paul Rotich se alzó con la primera posición.

Por su parte, David Kimei fue tercero en Lisboa en 3.000 obstáculos con un tiempo de 8.36.

En la I Milla Internacional de Sigüenza, disputada este sábado también hubo representación del Polifibra y también con notable éxito. Así, Philip Kandie se llevó el primer puesto en la categoría senior, por delante del David Sánchez Conrado y del corredor Abel Chumikoko, de Zimbaue.

En categoría femenina, el triunfo fue para Natalia Azpiazu, de San Sebastián, seguida de Natalia Requena, del club Maratón y de Sonia Ruiz, atleta independiente.

MOIBEN, A OSLO.- El atleta del Piscinas Polifibra, James Moiben, partió ayer miércoles hacia Oslo, donde participará el fin de semana en el mítin de la capital de Noruega. La prueba está considerada como la más importante que se celebra en Europa en fondo y en su pista se han batido varios récords del mundo. James Moiben participará en la carrera de los 10.000 metros.

FÚTBOL. Final de la Copa Presidente Juvenil

¡Salesianos, campeón!

Venció en una polémica final al Sporting Alcarreño «A»

ALBERTO MORENO

Guadalajara

El Salesianos impidió al Sporting Alcarreño culminar una exitosa temporada con un nuevo triunfo. El equipo de Antonio Campos se llevó la Copa Presidente en una final rodeada por la polémica. Polémica porque el Salesianos cayó eliminado en cuartos de final y fue repescado tras la renuncia del Yunquera. Polémica porque el Sporting se negó a recoger el trofeo de subcampeón en señal de protesta. Polémica porque se vieron hasta cuatro expulsiones.

Sin embargo, en el terreno deportivo, la furia de Salesianos sirvió para dar la vuelta al marcador y transformó el 1-2 que reflejaba al descanso en el definitivo y contundente 4-2, dando al conjunto de Campos el primer título de su historia.



La lucha estuvo presente en todas las acciones.

El Gestesa se lleva la liga de balonmano

A. MORENO. Guadalajara

El Gestesa Alcarreño se proclamó vencedor de la segunda edición de la Liga Municipal de balonmano al derrotar en la final al Central Optica por 24-21.

El cuadro de ganadores se completa con Alcasum, mientras que cuarto fue el equipo Los Mineros.

En categoría femenina el primer puesto fue para Las Amigas de la Patri, seguido por Buero Vallejo, Deportes Vimar y El Doncel.

Esta es la segunda edición de la Liga Municipal de Balonmano que orga-



Gestesa Alcarreño, equipo vencedor.

niza el P.D.M. y que se ha desarrollado durante tres meses. Ha contado con once

equipos en categoría masculina y cuatro conjuntos en femenina.



El calzado deportivo en carreras de velocidad y tenis

JESÚS PEINADO CROS

LAS zapatillas deportivas en la especialidad de 100, 200 y 400 m. van a estar condicionadas a una técnica de carrera específica, propia del corredor de velocidad, que hace que cuanto mejor sea su técnica mayor rendimiento sacará de su zapatilla. En este tipo de calzado la sollicitación del pie es muy distinta, ya que se sollicita el antepié en una acción de «zarpazo» que va unida a toda la cadena cinética de los miembros inferiores y tronco.

A una velocidad de 36 km/h el antepié puede sufrir cargas superiores a 100 kilos en una zona muy pequeña, si a esta carrera encadenamos un salto o un triple salto las cargas que puede sufrir el pie pueden superar los 300 kilos; por ello es imprescindible que el calzado para este deporte presente una buena amortiguación metatarsal del antepié realizada por medio de una zona rígida plástica y la distribución de clavos de 6 a 12 mm., que son los que se utilizan en pistas sintéticas. Por el contrario el retropié debe ser ancho, blando y de mínimo peso, ya que no debe soportar sollicitaciones y aligera la zapatilla.

El calzado de tenis dependerá de forma especial de la superficie de juego, ya que en el momento de golpear existirá en un pie un frenado que hará que aquél se desplace hacia delante soportando toda la carga del individuo. Este frenado será más intenso cuanto mayor sea el coeficiente de rozamiento.

En este momento el pie sufrirá un aplanamiento del arco plantar interno y un choque de la punta del pie con el reborde del calzado. Como consecuencia no son infrecuentes las alteraciones ungueales del primer dedo y las del complejo capsuloligamentoso plantar de la metatarsal falángica del primer dedo, Turf-toe.

Por lo tanto, el calzado de tenis deberá presentar un talón excavado 15-20 mm. para evitar el desplazamiento del pie; un soporte de la bóveda interna, para evitar su hundimiento, y una estabilización del antepié y el retropié.

La razón de la estabilización del retropié es la frecuencia de las lesiones capsuloligamentosas del tobillo, y por esta misma razón el soporte de la bóveda plantar, que debe ser elevado, ha de procurar que no sea un elemento de inestabilidad del tobillo. Lo mismo sucede con el talón excavado que puede favorecer el Tennis leg.

Jesús Peinado Cros es fisioterapeuta colaborador del equipo profesional Kelme de ciclismo, ex-fisioterapeuta de la Selección Española de Atletismo y Voleibol y Director Técnico del Club de Atletismo Piscinas Polifibra Marchamalo

¡Novios! SI VUESTRA BODA ES EL PRÓXIMO AÑO

¡ESTÁIS DE ENHORABUENA!

Celebramos nuestro 25 Aniversario

Tenemos los nuevos menús para el año 1998, y un sin fin de obsequios y novedades. ¡Infórmate!

Ponemos a vuestra disposición salones con capacidad para más de 2.000 comensales.

Autovía Madrid-Barcelona, Km. 60,600 - TARACENA (Guadalajara) - Tlfno.: 22 75 67 - 22 75 26