

II JORNADAS DE MEDICINA DEPORTIVA

El C.B. Alucal-Miguelturna, dentro de sus múltiples actividades, ha organizado las II JORNADAS de MEDICINA DEPORTIVA, que este año se han desarrollado en la Casa de la Cultura de nuestra localidad durante los días 10, 11, 17 y 18 de mayo.

El curso se ha dirigido principalmente a la prevención de lesiones dentro de la práctica deportiva, contando como gran novedad la realización de talleres prácticos, durante la totalidad del último día de la jornada.

La inauguración de las mismas estuvo a cargo del director de las Jornadas, Eduardo Zurita, acompañado del concejal de Deportes, Agapito Arévalo Céspedes, y el concejal Joaquín González León, en representación del Alcalde.

Las ponencias que se han impartido han sido las siguientes: *Educación para la Salud en Educación Primaria y Secundaria, propuesta concreta de actuación*, a cargo de don Javier Coterón López, licenciado del INEF y profesor de ESO, en Vallecas, y don Francisco Javier López de las Heras, diplomado en Educación Física y entrenador de baloncesto.

Lesiones cervicales: su prevención y rehabilitación; a cargo de don Alfonso del Corral, jefe de los servicios médicos del Real Madrid y ex-jugador del mismo club.

El deporte en la edad adulta, un deporte para todos; a cargo de don Anastasio Prieto Soto, profesor de la Escuela Universitaria de Fisioterapia de Alcalá de Henares y fisioterapeuta del Hospital «Príncipe de Asturias» de Alcalá de Henares.

Prevención de lesiones en la práctica del deporte; a cargo de don Tomás Gallego Izquierdo, subdirector de la Escuela Universitaria de Fisioterapia de Alcalá de Henares, y doña Paloma García Suárez, profesora de la Escuela Universitaria de Fisioterapia de Alcalá de Henares y Fisioterapeuta del Hospital «Príncipe de Asturias» de Alcalá de Henares.

Patología deportiva, técnicas terapéuticas y de rehabilitación, oferta de servicios, a cargo de doña Julia Gutiérrez

Delgado, profesora de la Escuela Universitaria de Fisioterapia de Alcalá de Henares y Fisioterapeuta del Hospital «Príncipe de Asturias» de Alcalá de Henares.

Lesiones musculares y lesiones tendinosas, su prevención y consecuencias; a cargo de doña Carmen León París, médico especialista en Medicina Deportiva y médico colaborador de la Federación Nacional de Atletismo.

Los talleres prácticos que se impartieron durante la jornada del día 18 fueron:

Taller de estiramientos; a cargo de don José Luis López López-Menchero, catedrático de Educación física y Preparador físico de los equipos nacionales de Esquí Alpino ADO'92.

Taller de vendajes funcionales; a cargo de don Carlos García Alcázar, fisioterapeuta del Hospital «Nuestra Señora de Alarcos» de Ciudad Real y titular de la Clínica FIREC.

Taller de masajes; a cargo de don Ignacio Olaya Marqués, rehabilitador y masajista del Real Madrid C.F.

Durante la jornada del día 17, tuvo lugar a las 19.30 horas un debate abierto a todos, titulado *La Medicina Deportiva: ayer, hoy y mañana*. La mesa del debate estuvo compuesta por don Javier Martín del Burgo, director general de Deportes de Castilla-La Mancha; don Enrique Madrid del Castillo, médico especialista en Medicina del Deporte; don Juan Aliaga Estelles, presidente Asociación de especialistas de Medicina del Deporte de la Comunidad Valenciana; doña Carmen Gómez Ayala, delegada de la Asociación de fisioterapeutas de Ciudad Real; don Claudio Gómez Navarro, jugador del Club de Balonmano Ciudad Real; don vicente Paniagua Logroño, presidente de la Federación de Baloncesto de Castilla-La Mancha; don Felipe Caballero, presidente del Club Balonmano Ciudad Real; y don José Luis Nuín Gilpérez, delegado provincial de la Consejería de Sanidad.

Las jornadas fueron clausuradas el día 18 a las 19.30 horas, por varias autoridades locales, provinciales y regionales.

Julián Díaz Rubio



El director general de Deportes participó en las Jornadas de Medicina Deportiva.

EL C. B. ALUCAL-MIGUELTURRA DE BALONCESTO CONSIGUE EL ASCENSO A 1.ª AUTONÓMICA

En tres emocionantes jornadas se cumplió el objetivo. Con un vibrante partido ante el C.B. Ciudad Real el domingo 5 de mayo, Alucal ha conseguido ascender de categoría ante su afición y en tres días inolvidables.

La fase de ascenso a 1.ª División Autonómica fue concedida a nuestra localidad el pasado día 22 de abril, y en ella participaron los equipos de Puertas Cuartos de Talavera de la Reina, El Provencio, Ciudad Real y Miguelturna. La competición se disputó por el sistema de liga.

En la primera jornada, C.B. Puertas Cuartos se deshizo fácilmente de Ciudad Real, 68-57, mientras que el equipo de Alucal, que comenzó con muchos nervios, se repuso rápidamente y dio buena cuenta de El Provencio por 75-45.

El segundo día, Ciudad Real pasó algunos problemas para vencer a El Provencio por 74-53, mientras que el partido entre Puertas Cuartos de Talavera y Ciudad Real fue de gran calidad, emoción e igualdad, pero debido a la superioridad del equipo de Talavera sobre el resto, a su poderío físico y una cierta permisividad arbitral permitieron que el equipo talaverano se llevara al final la victoria con un engañoso 78-60.

En la última jornada, que coincidió con el día del Cristo, Alucal y Ciudad Real se jugaban entre ellos una de las dos plazas de ascenso, pues la otra era para Puertas Cuartos de Talavera.

En el primer partido, C. B. Puertas Cuartos venció a El Provencio por 65-61 en un partido de trámite que ya no tenía ninguna influencia para la clasificación final.

A las 12 de la mañana comenzó el último partido de la fase. Encuentro de gran rivalidad contando un gran ambiente en las gradas, con aficionados de Ciudad Real y Miguelturna, y la presencia de autoridades locales y el presidente de la Federación Manchega de Baloncesto.

El partido se decantó pronto hacia el equipo de nuestra localidad, que fue adquiriendo poco a poco diferencias en el marcador gracias a su superioridad manifiesta, llegando al final con el resultado de C.B. Alucal-Miguelturna 75, C.B. Ciudad Real 62.

Desde estas líneas queremos agradecer el apoyo de la afición durante toda la temporada, especialmente a los chicos y chicas de las escuelas deportivas, que en todo momento apoyaron a su equipo. También a los padres de estos chicos que de forma habitual presenciaron los partidos. Agradecer también el apoyo prestado por el Ayuntamiento para traer la fase y el gran trabajo desarrollado por la Gerente del Patronato Municipal de Deportes.

Julián Díaz Rubio

CROSS ESCALADA SAN ISIDRO

Con motivo de la Festividad de San Isidro, el Patronato Municipal de Deportes organizó la clásica Cross-Escalada a la Sierra de San Isidro de carácter provincial. En la prueba de este año, participaron unos 45 atletas que tomaron la salida de la Plaza de España para dirigirse hacia los parajes de la Sierra, donde los mayores corrieron el circuito.

Por categorías los resultados fueron los siguientes:

Categoría Masculina Grupo «A»; 1.º Carlos Javier Malle Viñas, 2.º Jesús Olmedo Navarro y Miguel Ángel Clemente Nieto. El primer local en esta categoría fue Ramón Muñoz, seguido de Diego José Méndez y Sacramento Cruz.

También en categoría masculina y dentro del Grupo «B» con un recorrido aproximado de 7 kms., resultó ganador Francisco Gómez Carretero, seguido de Daniel Pizarro. El primer local fue Anastasio Soriano.

En categoría Femenina, grupo «B» la ganadora fue Manuela Medina Bravo, de Puertollano, seguida de Angela Paz Mozos. La primera y segunda local fueron Rocío Casas Heredia y Josefina Nieto Sánchez. En el grupo «A» de esta categoría, la primera fue Almudena Alcázar.

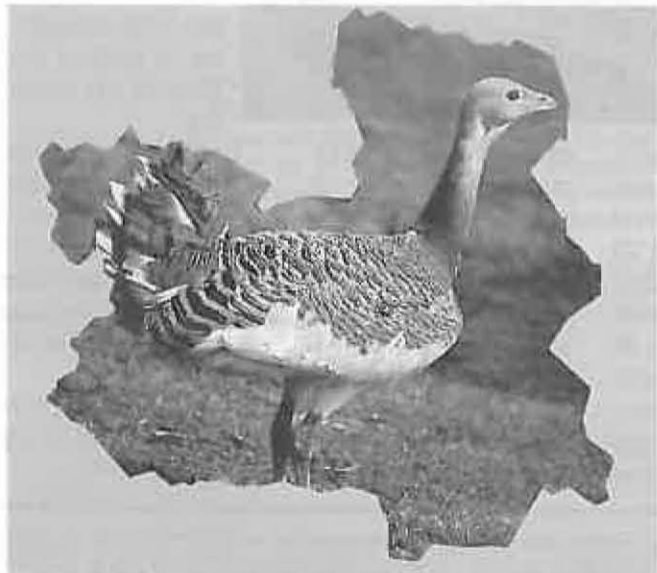
sus áreas de cría. En la Península Ibérica hay una población nidificante en las dos mesetas castellanas, depresiones del Ebro y del Guadalquivir, y sobre todo en Extremadura; también en el Alentejo. En Miguelturna: Este ave nidifica en el suroeste del término municipal. *Situación legal*: Protegido por la Ley. *Subvenciones para su conservación*: Actualmente hay abierta una línea de subvenciones en cumplimiento del Plan de Conservación del Medio Natural de Castilla-La Mancha. El objeto de este programa es la recuperación y conservación de las avutardas, compatibilizándolo con la explotación agrícola de las llanuras cerealísticas de secano en Castilla-La Mancha. Para ello, se adoptaron una serie de medidas dirigidas a la recuperación del hábitat agrícola tradicional en las llanuras de secano. Se actuará en 256.000 Has. de llanuras de secano cerealísticas de la Comunidad Autónoma.

* Más información: Aula-Taller de Ecología.

FAUNA Y FLORA DE MIGUELTURRA

FICHA Nº 1

Nombre común: Encina. *Nombre científico*: Quercus rotundifolia. Lam. *Etimología*: Rotundifolia: del lat. rotundus, redondo y folium, hoja. Aludiendo a la forma de su hoja. Pertenece a la familia de las Fagáceas. Árbol de hasta 25 mts. de altura, con ramas gris tomentosas. Hojas gruesas, de 3 a 7 cms. perennes, enteras dentadas o espinoso-aserradas, anchamente ovaladas o casi redondeadas, con el haz glauca o grisácea. Florece en abril o mayo; sus flores son verdosas o amarillentas, agrupadas en amentos. Sus frutos son las



bellotas dulces, que maduran de octubre a noviembre, y a veces en diciembre. Especie característica del bosque mediterráneo. Encinar. *Distribución General*: Sur-oeste de Europa. *Distribución Ibérica*: Sur y centro de la Península. *Distribución en Miguelturna*: Encuentra su máximo exponente en el paraje conocido como Las Cañadas. *Utilidad*: Madera utilizada en carpintería. Produce buen carbón y es

un buen combustible. Corteza muy rica en taninos utilizados para curtir pieles y para colorantes. La bellota es muy utilizada como alimento de cerdos. Es un árbol muy útil para la vida salvaje, de gran interés ecológico.

GLOSARIO.

Tomentoso: Dícese de la planta o del órgano que están cubiertos de pelos generalmente ramificados, cortos y dispuestos muy densamente, por lo que semejan ser borra. **Glauca**: De color verde claro, con matiz ligeramente azulado, como el de las hojas de pita, de col común, de clavel, etc. **Amentos**: Racimo con aspecto de espiga, densamente poblado de florecitas en forma de péndulo. **Taninos**: Sustancia vegetal que se encuentra en la corteza de diversos árboles, principalmente del género Quercus.

Nombre común: Avutarda. *Nombre Científico*: Otis tarda. *Cómo identificarla*: Distínguese fácilmente por su gran tamaño, cuerpo robusto, cuello y patas largas y gruesas. Cabeza y cuello gris pálido, el macho tiene largos bigotes de cerdas blanduzcas, partes superiores de color ocráceo intenso, ondeadas de negro, partes inferiores blancas con pecho de vivo color castaño, la hembra, menos robusta, y sin faja pectoral. En vuelo llevan las alas muy abiertas. Cuello y patas estirados: batir de alas lento, regular pero poderoso. Anda sosegadamente con cuello erguido. Excepcionalmente receloso. Generalmente en bandas donde predominan las hembras; en época de cría los machos permanecen en bandadas. *Habitat*: En Miguelturna, frecuente y cría en llanuras abiertas sin arbolado, pastizales, amplios trigales, etc. *Distribución*: Paleártica. Cría en el noroeste de África, Península Ibérica, Europa Central y áreas asiáticas rodeando los mares Negro y Caspio y los lagos Aral y Balkhash, así como al sur del lago Baukal y al este de China (lago Kankal). Migrador parcial, las poblaciones septentrionales invernan al sur de