

SALIDAS A LODOSA – ENTRENOS EN AGUA

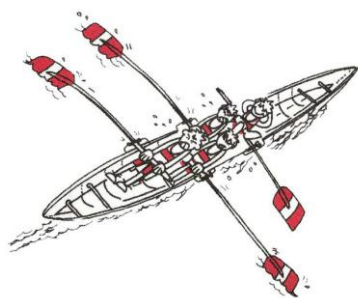
De cara a preparar las próximas regatas, y con el fin de que los nuevos vayan haciendo entrenos de técnica, acoplándose a los botes que se puedan completar para las regatas, se organizarán salidas los fines de semana a LODOSA.

En un principio el siguiente entreno en Lodosa que esperamos realizar será el domingo 28 de agosto por la mañana.



“SE CONFIRMARÁN EN EL GRUPO WHATSAPP.”

TEMPORADA DE YOLAS 2022



La semana pasada habilitamos un EMBARCADERO en la zona de Cuatrovientos, con el que tenemos un acceso cerca del club, para completar entrenos en la zona de San Jorge.

Deciros que quienes estéis dispuestos a entrenar en yola, y colaborar con el proyecto, comunicarlo, y entretod@s iremos dando forma al tema en función del compromiso de tod@s.

CALENDARIO DE REGATAS CLUB NÁUTICO NAVARRA 2022

A falta de confirmar alguna fecha nuestro calendario para esta temporada 2022 está así:



TEMPORADA - 2022 CLUB NÁUTICO DE NAVARRA

05/02/2022	LODOSA	PROMOCIÓN NAVARRO LARGA DIST.
13/02/2022	ORIO	CAMPEONATO EUSKADI LARGA DIST.
05/03/2022	LODOSA	CTO. NAVARRO LARGA DIST.
24/04/2022	IRUN	DESCENSO VETERANOS SANTIAGOTARRAK
12/06/2022	LODOSA	CTO. NAVARRO DE BANCO MÓVIL

25/09/2022	LODOSA	JORNADA YOLAS LODOSA - JUEGOS DEPORTIVOS NAVARRA
01/10/2022	BARCELONA	COPA MAREMAGNUM YOLAS BARCELONA
02/10/2022	ZARAGOZA	TROFEO YOLAS CIUDAD DE ZARAGOZA
15/10/2022	LODOSA	CTO. NAVARRO DE YOLAS
22,23/10/2022	MADRID	CAMPEONATO ESPAÑA YOLAS. CAD. JUV. SEN. VET.

	GETXO	GETXO BAY ROWING
29/10/2021	DONOSTI	DONOSTI BAY ROWING CTO. EUROPEO

19,20/11/2021		CAMPEONATO ESPAÑA REMO INDOOR
---------------	--	-------------------------------

	REGATAS FEDERACIÓN NAVARRA DE REMO
	REGATAS FEDERACIÓN GUIPUZCOANA DE REMO
	REGATAS FEDERACIÓN VASCA DE REMO
	REGATAS FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE REMO
	OTRAS REGATAS.

TEMPORADA 2022 - CONVENIO TRAINERAS – HIBAICA.

Hace dos temporadas acordamos con **HIBAICA** <https://www.hibaika.com/es/>, un convenio de colaboración, con intercambio de material, y embarcaciones (en el caso de que consigamos la reparación de la presa), para completar entrenos de su traineras, trainerillas, y bateles algún fin de semana de invierno, y de primavera (que no tengamos competición de banco móvil), para luego ir cedid@s en verano a completar la **TEMPORADA 2022 de TRAINERAS**.



En esta tercera temporada, son varios de nuestros remer@s confirmad@s, que después de completar el **CALENDARIO DE REMOERGÓMETRO**, y el **CALENDARIO DE MÓVIL**, representando a nuestro club, han ido cedidos, han completado los meses de junio, julio, y agosto la **TEMPORADA DE TRAINERAS**, para volver en forma en SEPTIEMBRE, y culminar el año con la **TEMPORADA YOLAS 2022**.

Incluyo enlace de la plantilla masculina de la trainera de HIBAICA para esta temporada 2022, donde ese año reman nuestros remeros **JAVI ERRO**, y **SANTI MAGARIÑOS**.

LIGA ARC2 - TEMPORADA 2022

25 Junio	DONIBANE LOHIZUNE ZIBURUKO XXX. IKURRIÑA
2 Julio	YURRITA GROUP VI BANDERA MUTRIKU
3 Julio	DONOSTIARRA
9 Julio	PORTUGALETEKO URI URENA XL. BANDERA
10 Julio	PORTUGALETEKO URI URENA XL. BANDERA
23 Julio	ILLUNBE
30 Julio	ASTILLERO
6 Agosto	8ª JORNADA LIGA ARC 2 ONDARROA
7 Agosto	ERRETERIAKO HIRIA IX. IKURRIÑA
13 Agosto	BANDERA CIUDAD DE CASTRO URDIALES
20 Agosto	LII Bandera Excmo. Ayto. Santoña.VII
27 Agosto	COLINDRES



GRUPO 2 CLASIFICACIÓN

1º	LAPURDI ANTON BILBAO	98
2º	DONOSTIARRA	76
3º	MUTRIKU	68
4º	HIBAIKA SUSPERREGI EDUKIONTZIAK	68
5º	PORTUGALETE	64
6º	ASTILLERO	47
7º	IRC SANTOÑA	34
8º	CASTRO MARINERA	29
9º	TRINTXERPE	11

Finalmente, y después de toda la temporada en puestos de playoff, en la última jornada dejaron fuera a nuestros dos remeros, y se perdió la plaza para la disputa del citado playoff de ascenso a la ARC1.

Por otra parte, y en relación a nuestro convenio de las dos temporadas pasadas, indicar que nuestra remera **UXUE URRRA** ha tenido que salir de este convenio ante la llamada de la Trainera femenina de **ORIO**.

CALENDARIO 2022 EGUTEGIA			
2022	31 2/7		32 5/7 32
	XII - IV Bilboko Bandera de Bilbao (Bilbao)		Bandera Adosti (Donostia)
	33-4 9-10/7 33-4		V - V Bandera Cidade da Coruña (A Coruña)
	35 16/7 35	36 17/7 36	37 23/7
	Orizko XXXI - XXXI Estropada - X. Oriz Harria (Oriz)	XXXI Bandera Ayuntamiento II Bandera Gine (Zaragoza)	XII Bandera Ayuntamiento de Sestao (Sestao)
	38 24/7	39 24/7	40 24/7
	Sanjurjo XIII Iruña (Sanjurjo)		
	310 27/7 310	311 28/7 311	312 28/7 312
	Getxo Estropaden XIV VV Iruña (Getxo)	XXXIII: El Carro Iruña X. Iruñen Bandera (Lekeitio)	XXXIII: El Carro Iruña X. Iruñen Bandera (Lekeitio)
	313 13/8 313	314 14/8 314	315-16 20-20/8 313-14
	XXXVIII - IV Ondarroako Bandera Cruaño SN (Ondarroa)	X-VI Bandera Castaño (Cruaño-Undiales)	XIV Zarauzko Estropada XIV Zarauzko Iruña (Zarauz)
	317 27/8	318 28/8	319 17/9 319
	XV Bandeira Concelho de Ares (Ares)	XXXI Bandeira Concelho de Bóro (Bóro)	Bernardo Herbil XI, Iruña - IV Bernau Tor World Cup (Bernau) (Bernau)
	320 10/9		LI GP - VI Bernau Tor World Cup - VI Bernau Tor World Cup - VI (Bernau)
PLAYOFF			

1	ORIO ORIALKI	54
2	DONOSTIA ARRAUN LAGUNAK	43
3	NORTINDAL DONOSTIARRA UR KIROLAK 100	23
4	TOLOSALDEA ARRAUN KLUBA	20



Zorionak a nuestra Uxue, y a su trainera que han conseguido el trinunfo en la liga EUSKOTREN 2022.

REMO INDOOR.



- MANTENIMIENTO DIARIO BÁSICO TRAS ENTRENO -

En beneficio de tod@s, solicitamos vuestra colaboración, para después del uso, se deje la empuñadura (sin tensión de cadena) en el hueco junto al ventilador, y agarrada por la funda, además de dejar limpio y seco el raíl donde se mueve el carro, extremando las medidas de higiene.

Para su correcto mantenimiento os pedimos que después del entreno, se coloque la **funda de ventilador**, para evitar se llene de polvo, y varíe el Drag Factor.

FOSO REMO INTERIOR

Después de la gran labor desarrollada entre Alberto, Ignacio y Jesús, han conseguido terminar con las filtraciones (colocando tela asfáltica) nuestro foso para remo interior, solicitamos desde aquí un uso responsable para su buen mantenimiento, dejando los remos colgados en su sitio, una vez se finalice el entreno, **evitando así que debido a la humedad se pudran las empuñaduras**



LIMPIEZA, y MANTENIMIENTO DEL GYM.

EN BENEFICIO DE TODOS

**deja pesas,
y discos
ordenados
en su lugar
al finalizar
su uso,**



**limpia, y seca las máquinas, después de su uso,
descargando de peso para el siguiente usuario.**

Pido un esfuerzo para entre todos mantenerlo en condiciones, limpiando, y secando las máquinas después de su uso, además de **descargar de peso las máquinas, y barras**, para el siguiente uso, pues hay gente que no puede manejar esas cargas.

Los menores de 14 años tienen terminantemente prohibido tocar máquinas y pesas.

RENOVACIÓN FICHAS FEDERATIVAS 2022 NUEVO SEGURO ALLIANZ.

Conforme avanzan los tiempos, son mayores las exigencias, y tramites que desde las instituciones nos exigen, este año nos imponen remitir un documento firmado, para la renovación de la Licencia, por lo que desde aquí os adjunto nuestra **ficha de datos en excel** (para que actualicéis el contenido), y el **documento personal en pdf**, para solicitar la licencia, no obstante, si nos hacéis llegar la ficha de datos, una **fotografía actual**, y una **imagen de vuestra firma** con fondo blanco, nosotros ya iremos renovando vuestras fichas.

Se ha procedido a la renovación de las fichas, y seguros federativos para esta nueva temporada, a la gente que se ha pasado, y se pase a **SOCIO AMIGO**, no se le ha renovado la ficha, por lo que no contarán con seguro federativo, ni podrán competir en ninguna regata oficial, pero sí que podrán participar de algunas actividades que el Club organice, y puntualmente algún día podrán (aunque sin seguro), hacer uso de nuestras instalaciones.

¡No nos abandonen en estos momentos tan delicados, y sigue formando parte de éste, tu CLUB NÁUTICO de NAVARRA!

ACTUALIZACIÓN DE DATOS.

Se ha procedido a la renovación de las fichas, conforme avanzan los tiempos, son mayores las exigencias, y tramites que desde las instituciones nos exigen, este año nos imponen remitir un documento firmado, para la renovación de la Licencia, por lo que aquí os envío un enlace de descarga de nuestra nueva **ficha de datos en excel** (para que obligatoriamente la actualicéis el contenido), nosotros ya completaremos la solicitud de licencia, y renovaremos vuestras fichas.

- la **ficha de datos excel cumplimentada**.
<http://www.nauticonavarra.com/notes/FICHAINSCRIPCION.xls>
- una **fotografía actual**. (en caso de que no se haya insertado en la ficha).
- una **imagen de vuestra firma** con fondo blanco. (en caso de que no se haya insertado en la ficha).

También es conveniente que la descarguen, y cumplieren la gente que se ha pasado, y se pase a **SOCIO AMIGO**, que aunque no se le renueve la ficha, por lo que no contarán con seguro federativo, no podrán competir en ninguna regata oficial, pero sí que podrán participar de algunas actividades que el Club organice, y puntualmente algún día podrán (aunque sin seguro), hacer uso de nuestras instalaciones.

CLUB NÁUTICO DE NAVARRA	SOLICITUD LICENCIA FEDERATIVA	AUTORIZACIÓN
 CLUB NÁUTICO DE NAVARRA www.nauticonavarra.com C/Alfonso de Euzkadi, 100 48940 PAMPLONA Navarra	1- FICHA CUMPLIMENTADA Y FIRMADA. 2- UNA FOTOGRAFÍA RECIENTE. 3- RECIBO INGRESO cuenta en CAJA RURAL. ES10 3008 0072 7141 2574 4625 Pegar aquí la fotografía	D. mayor de edad, (Indicar la que precise) ☐ En nombre propio, (mayores de 18 Años), voluntariamente he decidido practicar Remo, certifico que sé nadar, y ... ☐ Como Padre/Madre/Tutor de le autorizo para la práctica de Remo, certifico que sé nadar, y ... En caso de accidente en vía acuática relacionada con la práctica del Remo, seamos al Club Náutico de Navarra, y al personal relacionado con este, de toda responsabilidad efectiva que no esté excluida en el seguro obligatorio del medio de transporte y en el seguro correspondiente a la Licencia Federativa. Así mismo, autorizo al Club Náutico de Navarra y/o a la Federación Navarra de Remo al envío de información sobre sus actividades. Autorizo la publicación de fotografías pertenecientes a las actividades en la página web del Club Náutico de Navarra y/o la Federación Navarra de Remo, así como en otros boletines que estos organismos puedan editar. Podrá optarse en cualquier momento a estos boletines, así como ejercer los derechos de acceso, rectificación o cancelación dirigidos al Club Náutico de Navarra, en nuestra sede de Pza. Euzkadi, 100, 48940, Pamplona, o en administracion@nauticonavarra.com . En cumplimiento de lo establecido en el artículo 5 de la Ley Orgánica 15/99 de 13 de Diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, se le informa que los datos personales, incluidos en el presente formulario y aquellos otros que nos pueda proporcionar, o de los que sepa o conozca como consecuencia de la relación iniciada con el Club Náutico de Navarra, serán incorporados a un fichero automatizado propiedad del Club Náutico de Navarra. Usted autoriza la gestión de sus datos y la de los menores a su cargo. A cualquier organismo que intervenga en la expedición del correspondiente certificado de afiliación, o que sea necesario hacerlo para la obtención de la correspondiente licencia federativa, o sean organismos de competiciones de remo oficiales u organismos análogos. En Pamplona, a ... de de 202... Titular (mayores de 18) Tutor (menores de 18 años) (Firma) (Firma)
Rellene minuciosamente y completamente esta solicitud, con LETRAS MAYÚSCULAS, (por favor no utilice lápiz), y envíe adjuntando toda documentación, al responsable de la tramitación de las Licencias, antes de realizar cualquier actividad en el Club, para de este modo estar cubierto por el seguro de la Licencia.		

TEMA REPARACIÓN PRESA SANTA ENGRACIA:



Positiva fue nuestra reunión con el Ayuntamiento de Pamplona, donde nos informaron del nuevo proyecto que están preparando basado en la RESTAURACIÓN de la presa por su valor histórico, y patrimonial. En el Diario de Noticias vino un artículo al respecto que adjuntamos al Boletín.

Tenemos que seguir apoyando la reparación de la presa, donde será bienvenida toda la ayuda que podamos contar, por parte de gente de LODOSA, extremer@s, socios amigos, y simpatizantes.

Son varias las semanas que llevamos publicando mensajes en redes sociales, y rebotando el contenido en nuestras cuentas personales, para que así llegue el mensaje a más gente.

Por otra parte, con los nuevos mensajes ya publicados en

www.nauticonavarra.com

se está montando una

EXPOSICIÓN REIVINDICATIVA EN LA FACHADA DEL CLUB

y que esperamos cuente con una gran acogida por parte de los ciudadanos que hacen uso del Paseo Fluvial del Arga en Pamplona.

¡Presa Santa Engracia!

*Que no te engañen con
cuentos*



*Con presa aumenta la
FAUNA
en este tramo de río*

**Antes había pescadores...
¿Los ves ahora?**

Todo el que desee colaborar en esta campaña, nos haga llegar al Club un texto, con formato que admita twitter de hasta 160 caracteres, e incluya si se quiere, alguna imagen que refuerce el mensaje.

PARTICIPA

**¡Es el momento de colaborar,
devolviendo algo al club algo, de
todo lo que éste nos ha dado en sus
51 años de actividad!**

PLANNING VETERANOS 2022

Para esta próxima temporada y con el objetivo de seguir con la práctica de remo, y si cabe, poder participar principalmente con el 8+, tanto en Descensos como en Regatas de carácter autonómicas o nacionales, se va a formar un equipo con deportistas federados mayores de 30 años, creando un grupo de whatsapp como medio de comunicación, donde se informará tanto de los ENTRENOS COLECTIVOS (normalmente en Lodosa, un día del fin de semana), como de las competiciones donde se tiene previsto participar.



Para poder llevar a cabo este proyecto, que se desarrollará principalmente con trabajo en el 8+ se harán dos grupos de trabajo, con dos objetivos diferenciados:

- 1.- Grupo de iniciación y perfeccionamiento, con el lema genérico de remo-ocio, y como objetivo desarrollar una plantilla de deportistas, este grupo mejorará su técnica, podrá tomar parte de los entrenamientos colectivos que se fijen, participará también en las actividades lúdicas del grupo de veteranos. Actividades que podrán verse enriquecidas con la participación de otros clubes de remo.
- 2.- Grupo de competición, con el objetivo de participar en regatas regionales y nacionales, donde cada participante se comprometerá a entrenar individualmente entre semana, para mantener una adecuada forma física, participando en la medida de lo posible en los entrenos colectivos.

REGATAS TEMPORADA 2022

- Cuatro Confrontaciones en línea liga Vasca Remo (marzo, abril, mayo).
- Dos regatas en línea Liga Guipuzcoana (marzo, abril).
- Descenso Bidasoa Veteranos. (24 de marzo).
- Descenso Antxon Beitia (abril).
- Campeonato Euskadi de línea (mayo).
- Campeonato España de línea (junio).
- Masters Regatta World Rowing 2022 Libourne (septiembre).
- Regata Autonómica de Yolas en Zaragoza (octubre).
- Campeonato de España de Yolas (octubre, posiblemente en Madrid).



Los grupos no serán estancos y se pueden producir trasvases entre los mismos, los criterios serán en cualquier caso deportivos, fijándose como base los test mencionados. Se facilitarán planes de entrenamiento en tierra y en el agua para cada que cada remero o equipo pueda entrenar por su cuenta fuera de los días de entreno colectivo indicados.

¡ ANÍMATE, y PARTICIPA !