

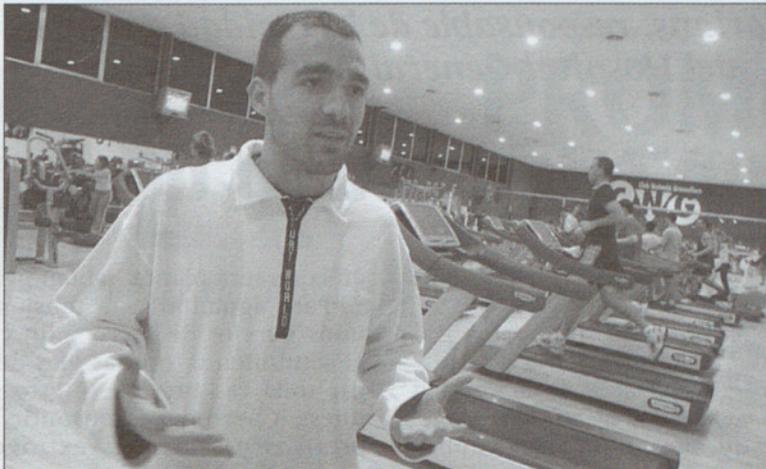
actividad de agua que no es competición, desde cursillos escolares o particulares hasta cursillos de socorrismo, pasando por el aquaeróbic o los campus", explica. Precisamente, el próximo 23 de diciembre empieza el campus de invierno: "Los hacemos en épocas en que los niños tienen vacaciones: navidad, semana santa y verano".

De hecho, el cuidado hacia la natación infantil es uno de los puntos que el club intenta cuidar más: como dice el director general, "Intentamos trabajar todas las vertientes del deporte: el competitivo, el de ocio, y también el escolar, para educar a los niños en los valores deportivos". Así, más de 20 escuelas de Granollers y comarca llevan a sus alumnos a las piscinas de Granollers, sin contar los cursos particulares tanto para niños como para gente mayor. Por otro lado, está la formación relativa al socorrismo: tanto el propio Ayuntamiento como la Cruz Roja llevan a los alumnos de esos cursillos a hacer las prácticas a las piscinas, donde hay cuatro socorristas en verano y dos el resto del año. Además, se realizan cursos de monitor y seminarios especializados.

Muñoz es también el encargado de la zona de aguas, un servicio dividido en zona caliente y zona fría, cada una de las cuales consta de sauna seca, sauna húmeda, duchas y jacuzzi.

AMPLIA OFERTA

La otra vertiente de servicios que ofrece el club es la relacionada con el fitness y la gimnasia: una zona de 1.300 m² dividida en cuatro salas en las que se realiza un diverso número de actividades, todas ellas coordinadas por **Alfonso Sánchez**, jefe de fitness, quien apunta tres grandes bloques de actividad: "El *wealthness* (de *wealth*: salud), que se basa en eso: ejercicios saludables, de mantenimien-



Alfonso Sánchez, coordinador de la zona de fitness, en el gimnasio.

to, de tonificación cardiovascular, donde se va por libre. Luego está la gimnasia de mantenimiento y tercera edad; y por último las clases dirigidas, donde hay más implicación del usuario, con un amplio abanico de actividades para cubrir todas las edades". Un abanico que incluye una quincena de actividades, que van "desde las más cañeras", como serían el hip-hop, el aero-box o el spinning, hasta "otras de más relajadas", como el tai-chí, la gimnasia para gente mayor o el yoga.

Además, cada usuario, por el simple hecho de ser socio (hecho que da acceso a todos los servicios tanto de la zona fitness como de la zona acuática), tiene el asesoramiento del monitor de sala, que le hace una hoja de ejercicios físicos personalizada. Si se quiere una atención más especializada, "por ejemplo, porque se acaba de salir de una lesión", apunta Sánchez, también se puede pedir la atención de un preparador personal. Asimismo en la zona de fitness se incluyen otros servicios complementarios, como son el de dietética (que programa dietas equilibradas para complementar la eliminación de calorías hecha durante los ejercicios), el de estética (que se complementa con

dos cabinas de rayos UVA) y el de fisioterapia y masaje.

EN LA ÉLITE

Pero el CNG no sólo diversifica su oferta ampliando sus servicios a los socios, sino que sigue manteniendo una sección deportiva de alta competitividad. Unos 500 deportistas se reparten entre sus cinco secciones: natación, natación sincronizada, waterpolo y gimnasia artística masculina y femenina. La natación, claro, es la principal sección del club, con unos 110 nadadores que se reparten en siete grupos entrenados por 6 preparadores. La jefe de la sección, **Maite Salvà**, explica que esta división "se hace por franjas de edad. Tenemos desde los más pequeños de la escuela de natación, nacidos en el 98, hasta los de alta competición, como Dani Morales, que es del 77". Y en consonancia con la edad, también varían los tiempos de entrenamiento: de las 2 ó 3 veces por semana que van los más pequeños, hasta los 11 entrenamientos semanales de hora y media que realiza el citado **Dani Morales**, que actualmente es, por decirlo así, el buque insignia del club.

Josep Garcia

Morales fue olímpico en Sidney y es podio en los 100 metros mariposa del campeonato absoluto de España. Un podio que intentará revalidar este fin de semana en el campeonato que se celebra en Valencia. Aunque no es el único: Salvà señala que "ahora hay como una veintena de niños destacados". Entre ellos, los que más sobresalen son **Fernando Morillas**, de 14 años, que hace un par de semanas hizo la mejor marca española en 200 brazas, y la mejor marca catalana en 50 brazas y 100 estilos; y **Rocío Llobet**, que a sus 13 años ya ha sido preseleccionada por la selección española.

Para Salvà, que lleva 23 años en el club, la principal finalidad de la sección es "hacer una pirámide y que vayan subiendo el máximo posible de niños", aunque muchas otras promesas no pueden entrenar todo lo que quisieran o deberían debido a la necesaria compaginación con los estudios, un hecho que afecta a la gran mayoría de ellos. Además, el CNG cuenta en su historial con dos nadadores protagonistas de dos hechos curiosos: el de **Marta Fernández**, que consiguió en un programa de televisión el récord Guinness de dar vueltas sobre sí misma debajo del agua y el de un niño de las categorías inferiores que es el único de España en practicar natación sincronizada.

Todo un elenco de posibles futuras promesas y más de una realidad que hace que el CNG se gaste 80 millones anuales de las extintas pesetas sólo en mantener sus secciones deportivas. Por ello, a modo de conclusión, Joan Rascón recuerda que "es un club con un peso social suficientemente importante para que la administración se implique. No es un beneficio sólo para las instalaciones del club, sino que es un beneficio para la ciudad".



FARMÀCIA
BELLAVISTA

NOU HORARI:

NO TANQUEM AL MIGDIA

DE DILLUNS A DIVENDRES (DISSABTE DE 9 A 13.30H)

Av. Francesc Macià, 56 · 08400 Granollers - Davant Museu de la Tela
Telefons: 93 870 15 35 · 93 861 11 05 e-mail:fbellavista1269@hotmail.com

Bon Nadal



Feliç Any

2005

