

LA NATACIÓN EN ALCÁZAR DE SAN JUAN: APUNTES HISTÓRICOS

REBECA CAMACHO CARPIO
MARÍA PILAR VALVERDE JIMENEZ

NORMAS DE PUBLICACIÓN

La revista TESELA es una producción del Patronato Municipal de Cultura de Alcázar de San Juan cuyo objetivo es recoger trabajos referidos a los aspectos de estudio, investigación y creación que se puedan presentar con el denominador común de Alcázar de San Juan y de acuerdo a las siguientes normas:

- 1.** En sus páginas se publicarán los trabajos presentados a tal efecto que estudie su Consejo de Redacción.
- 2.** Los trabajos serán generalmente inéditos. También se podrán presentar trabajos no inéditos que se hayan difundido en canales ajenos a la ciudad.
- 3.** En el caso de trabajos de estudios o investigación, tendrán un enfoque científico (presentación de la hipótesis, examen crítico, estado de la cuestión y apoyo bibliográfico y documental).
- 4.** La extensión máxima de los trabajos será de 20 folios, se presentarán escritos a doble espacio por una cara en Times New Roman a tamaño 12 y se acompañarán con un soporte informático donde estará almacenado en formato Word.
- 5.** En el caso de haber ilustraciones serán siempre en dibujo de línea, presentándolas cada una de ellas como archivos independientes a parte de tenerlas colocadas en su lugar correspondiente y con su pie dentro del documento Word citado en el punto 4.
- 7.** Los autores de los trabajos seleccionados para publicar en esta revista harán la primera corrección de las pruebas de composición.
- 8.** Los autores que presenten trabajos para su publicación aceptarán las condiciones de estas normas y entregarán sus trabajos de manera gratuita, percibiendo como derechos de autor 30 ejemplares.
- 9.** Cualquier otro tema relacionado con la publicación es materia de la Junta Rectora del Patronato Municipal de Cultura de Alcázar de San Juan, que se asesorará del Consejo de Redacción de la revista.

CONSEJO DE REDACCIÓN

Director: José Fernando Sánchez Ruiz

Jefe de Redacción: Edmundo Comino Atienza

Redacción: José Luis Mata Burgos

Justo Ponce Solera

María Teresa González Ramírez

Maquetación: M^a Estrella Cobo Andrés

LA NATACIÓN EN ALCÁZAR DE SAN JUAN: APUNTES HISTÓRICOS



2012

Edita:

Patronato Municipal de Cultura de Alcázar de San Juan

Calle Goya, 1

Teléfono (926) 55 10 08

I.S.B.N.: 978-84-15319-085

D.L.: CR-320-12

1. EL BAÑO CLÁSICO E HISTÓRICO



"El hombre se ha servido de la naturaleza desde el principio de los tiempos y en ese acto de servidumbre ha usado el agua para su uso personal, trátese de aseo, ingesta o baño entre otras utilidades, así, la historia del baño nace con la historia del hombre que por uno u otro motivo practicó la inmersión en tan agraciado elemento, cogiéndole tal gusto que a día de hoy se sigue deleitando con tan beneficiosa costumbre [...] Se trata de un hábito o una costumbre que ha ido ligada a la mitología, a la religión, a la medicina; practicada por ricos y plebeyos, por hombres y mujeres, en público o en privado, de forma socialmente ordenada según condición y sexo[.....]El uso del agua

cómo agente terapéutico proviene desde antiguo, ya en las cavernas, las antiguas tribus que sin ningún tipo de conocimiento, sabían de las propiedades curativas del agua; observaban como los animales enfermos o heridos llegaban hasta los manantiales y tras su inmersión mejoraban; ellos desconocían su poder terapéutico por lo que atribuían esta consecuencia a consideraciones mágicas o sagradas. [...] El baño a lo largo de la historia ha conocido épocas de auge y apogeo, períodos de decadencia y abandono siempre ligados a los momentos de prosperidad o declive económico.[.....] En la actualidad, son las condiciones de trabajo por objetivos, bajo presión y las responsabilidades adquiridas dentro de una sociedad cada vez más compleja, las que llevan al padecimiento de nuevas enfermedades sociales como es el caso del estrés, enfermedades que encuentran terapias curativas específicas dentro del campo de la hidrología"¹.

¹ Llopis Orrego M^a del M. (2010). "Bajo la Mirada de Heracles: Los usos sociales del agua como fuente de salud y placer". Ed. Universidad de Salamanca (Colección Vítor nº 272). Salamanca. Págs.56,57 y 73.

Por lo que respecta a Alcázar de San Juan, al igual que otros lugares del Priorato de San Juan, hizo de sus aguas un permanente conflicto. Los caballeros de la Orden de San Juan, al asentarse en estos territorios en el siglo XIII dominaban la red hidrográfica fundamental de La Mancha actual (alta y baja) y parte del Campo de Montiel. Por tanto, controlaron bajo sus dominios la red hidráulica de los ríos Záncara- Gigüela y sus afluentes desde los cursos medios; el Guadiana Alto desde la mitad de la laguna del Rey (Ruidera), y el Río Viejo del Guadiana hasta su confluencia con la red Záncara- Gigüela, a esto tenemos que añadirle que el término municipal de Alcázar a lo largo de su historia ha tenido numerosas acequias, balsas, lagunas, fuentes, lugares idóneos para que sus gentes pudieran disfrutar de esta tradición tan antigua como es el baño, sobretodo en época veraniega, cuando mas se invitaba a sus habitantes a que se dieran un chapuzón para refrescarse del intenso calor que se produce durante los meses de Julio y Agosto en toda esta zona de La Mancha.

En la actualidad, no existen restos arqueológicos que relacionen a la localidad de Alcázar de San Juan con el baño de otras épocas históricas, por lo que sólo podemos hablar del baño de los siglos XIX y XX, entendido como baño, el meter en el agua alguna parte del cuerpo, ya que los baños en estas épocas no eran como los conocemos hoy en día, ya que dicho baño no era tal, los temores de las gentes al agua y el desconocimiento de ella, hacía que tan solo las gentes se mojaran los pies o las manos y era casi impensable el mojarse la cabeza, no fuera a ser que se ahogaran. Había personas, que tal era su miedo que ataban una correa a un palo que estaba anclado en el exterior del cauce del río y se colocaban la correa sobre su cuerpo, una vez hecho dicho proceso, se remojaban en el río atados fuertemente para que la corriente del mismo no les llevara consigo.



Hasta prácticamente los años 50, que se inaugura la piscina Marcris en la localidad, los sitios de baños eran los humedales de la zona, adquiriendo mayor importancia las cercanas lagunas y baños calientes de la vecina localidad de Villafranca de los Caballeros, donde además de refrescarse las personas, también tenían la ocasión los animales, a los que se les reservaba las zonas donde

el carrizo era mas abundante haciendo estos la inmersión en el preciado líquido de la laguna.

El solo hecho de ir a las lagunas de Villafranca, conllevaba una serie de preparativos que se realizan con anterioridad al viaje, primero las gentes del lugar se preparaban el carro con las mulas. El carro se conformaba

con una pieza denominada "entalamo" esta tenía forma de arco, aunque a veces también era cuadrada, estaba realizado con cañizo o esparto, aparte de cumplimentar el vehículo, dicho utensilio hacía de caseta y de vestuario una vez que la familia se instalaba en dichas lagunas. Otro utensilio que las familias de Alcázar llevaban consigo era la lámpara de "carburo"¹ cuya potencia lumínica hacía las delicias de los asistentes. Si no se tenían estas piezas en propiedad, normalmente se le pedía a un conocido que se las prestara para los días que iban a estar en las lagunas.



En cuanto a baño, se solía hacer con las personas uniformadas con sacos de arpillera o de lona o algunos subidos en una barca que iba de una orilla a otra de la laguna en la que aprovechaban y deleitaban al personal con su música, el uso de estos artilugios de navegación eran vigilados por varias personas que cobraban por su utilización y también por el acceso a la laguna, siendo el coste a dichas aguas entorno a unos cincuenta céntimos de las antiguas pesetas. Los más atrevidos y que ya tenían algún conocimiento de natación, se cruzaban la laguna de *punta a punta* y en algunas ocasiones se apostaban a ver quién era el primero en cruzársela.

1 Las lámparas de carburo se inventaron poco antes de 1900 y se utilizaron intensamente durante muchos años, substituyendo a las tradicionales velas y lámparas de aceite que además tenían que ser llevadas en la mano. El bajo coste del carburo y la extraordinaria potencia lumínica del acetileno serían rápidamente aceptados, por lo que su actividad fue intensa.

Era un baño totalmente familiar y de ocio, donde las gentes cocinaban lo que iban a comer ese día, mediante fuegos cercanos a la orilla de las lagunas, e incluso había personas que se dedicaban a vender conejos y pollos vivos aunque la mayoría ya los traían de casa, estos eran matados y arreglados en el mismo lugar, para que luego fueran degustados en cualquier ágape que se hiciera en familia o entre amigos.

Conforme fueron pasando los años, se fueron desarrollando los baños, aparecieron los baños medicinales, donde el yodo del fondo de la laguna y los baños calientes aledaños hacían las delicias de los alcazareños y de todos los visitantes de las lagunas. En 1950 con la instalación dentro del casco urbano de la piscina Marcris en Alcázar, las visitas a las lagunas de Villafranca fueron decayendo y las gentes empezaron hacer uso de esta nueva instalación pionera en esta zona. Siendo la primera que se construyó a nivel provincial.

Francisco José Atienza Santiago

2. LA PISCINA MARCRIS (1950-1985)



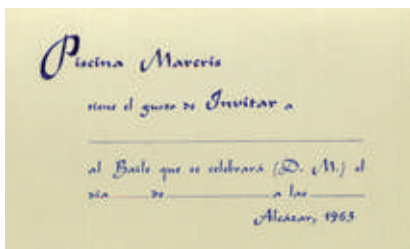
Fue inaugurada entorno a 1950, aunque su construcción se realizó con anterioridad. Los trámites burocráticos necesarios para abrir sus puertas, retrasaron durante algún tiempo su apertura que se produjo concretamente este año y justamente después de que se abriera la piscina provincial de Ciudad Real.



Esta piscina Marcris fue la primera que existió en Alcázar de San Juan, y se creó gracias a la iniciativa privada de don Leoncio Saiz Paniagua², en vistas de que su pueblo tuviera esta mejora, durante prácticamente catorce años estuvo el al frente de la misma, al fallecer este, la gestión de la piscina pasó a su mujer Leoncia Grande Jareño y a sus hijas, durante un periodo de dos años fue arrendada a Don Teodoro Belmonte y a Don Eduardo Peño, hasta que en

² Empresario dedicado gran parte de su vida a la fabricación de harina, en la antigua calle del Verbo, actual Policarpo Lizcano.

el año 1963 se hace cargo una de las hijas Loli Saiz junto a su marido Enrique Escobar, siendo los principales gestores del complejo durante casi toda la vida de la misma. Con este cometido se le da a la piscina un giro de modernidad, se crea un equipo de natación, se imparten cursos, ... de los que salieron buenos nadadores.



Una vez terminada la hora del baño, por la noche comenzaron a celebrarse ya en esta época bailes espectáculos con orquestas foráneas y donde se daban a conocer los conjuntos locales que empezaban en aquellos tiempos, también se celebraron bodas y diversas celebraciones convirtiendo la instalación además del baño para otros usos.



Como dato característico, contaba su propietario que en la construcción de vestuarios, cabinas, bar de la piscina, *ni entro ni salió ninguna tierra de ella*³, ya que los materiales que se extraían de la antigua bodega de los "Tres Peces", se reutilizaban fabricando los adobes del perímetro y el edificio de la misma, tierra que se obtenía de la excavación de la pileta, la cual tenía una longitud de unos 33m. Con estos adobes se realizaron las paredes de los vestuarios y todas las zonas comunes, para la fabricación

3 Fuente oral Loli Saiz.

de los mismos vinieron tres obreros de la vecina localidad de Villafranca de los Caballeros. La pileta se construyó de cemento y la dirigió el constructor madrileño (h. Bendito) especialista en este tipo de construcciones. Para su realización, formaron como una jaula de hierros en todo lo ancho y largo de la pileta y después esta fue recubierta de cemento. Las medidas exactas eran 33,33 metros de largo (medida reglamentaria para competiciones, ya que los tres largos constituían los 100 metros) y 11 metros de ancho y la profundidad variaba desde 70 cm la zona más baja hasta los 4 metros la más profunda en donde se situaba la zona de los trampolines.

La distribución de la instalación constaba de un hall de entrada donde en el lado izquierdo se situaba la taquilla con su portero, esta parte servía de acceso al recinto. A continuación pasando ya a la piscina encontramos una zona de ocio donde estaban columpios, pista de baile (que por el día se usaba como pista de patinaje), una terraza para las mesas del bar donde se servían comidas y se utilizaban como merenderos, después a derecha e izquierda salían dos tramos de siete escalones que daban acceso a la zona de baño propiamente dicha donde se encontraban vestuarios, servicios, duchas y cabinas individuales, que se alquilaban a los usuarios, había alrededor de treinta y una. Algunas de ellas, estaban reservadas por familias asiduas al complejo como por ejemplo la familia Blanco, que eran usuarios de la instalación durante toda la temporada de verano. Estas cabinas también estaban en la pared de enfrente pero solo pintadas como decoración.



Como accesorio al edificio se encontraba también el bar, una zona donde se podía poner música, un tobogán, una zona con árboles y césped, una especie de merendero, aunque primeramente esta zona estaba formada de arena y un trampolín con dos plataformas, una de 1,5m. y otra de 3m. Estas dos plataformas procedentes de Madrid de la fábrica de

Adrian Piera, eran de una madera especial para que no se rompieran con el peso del bañista pero que cediera.

El nombre de Marcris viene dado por las abuelas del propietario tanto por parte paterna como materna, cuyos nombres eran María y Cristina. También barajaron la posibilidad de poner otras denominaciones, como la de los Tres Peces, haciendo referencia a la antigua bodega que estaba situada en estos terrenos, aunque finalmente se optó por la primera pareciéndole a los dueños la más apropiada.

Desde su construcción estuvo como encargado del recinto Emerelio Correas (empleado de la fábrica de harina) persona de toda confianza del dueño, estaba al cuidado de todas las dependencias. Además había un portero, un encargado de la cabinas individuales, dos personas en el vestuario general, dos chicas del vestuario de señoras, dos taquilleras y dos limpiadoras que solían ir a las seis de la mañana y tres personas expresamente para recoger los papeles o colillas de cigarro, hojas, que caían al suelo, también eran los encargados de regar. Al cargo del mantenimiento también estuvo durante un tiempo Manuel Montes que aprendió el oficio desde pequeño y luego lo desempeñó con gran habilidad. También estuvo de encargado Francisco, que tenía las llaves de todo y en pleno invierno venía todos los días a revisar si algo se había roto y si estaba todo en orden.

Como no existía depuradora, durante los primeros años, el agua se cambiaba cada semana. Se realizaba el domingo por la tarde y durante toda la noche tres operarios (Castellanos, Antonio y Manolo) limpiaban el vaso, lo desinfectaban y lo pintaban de cal, por la mañana del lunes se soleaba y se volvía a llenar de nuevo, el agua sobrante se reaprovechaba por un hortelano de la zona para regar su huerta. La piscina estuvo en esta situación hasta que en el año 1966 fuera instalada una depuradora.

PISCINA MARCRIS
Paseo del Parque - ALCAZAR - Teléfono 414

PISCINA COMUN

Duchas individuales - Lavabos
Cabinas individuales y colectivas
Servicio de Bar
Concursos de Natación
Partidos de Water-Polo

Solario y Vestuario, independiente, para señoras y señoritas

HORARIO:
TODOS LOS DIAS
De 8 a 11 de la mañana
Para señoras y señoritas, por permitación la
comunidad a las señoras.
De 11 a 12, público en general.

NOTA: No se permite la entrada a personas de 14 años de edad sin autorización de una
persona mayor que acredite su edad.

Recomendamos al servicio de admission

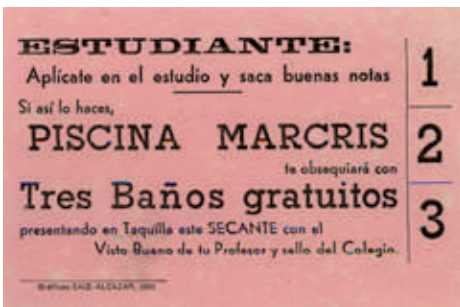
La temporada de baño comenzaba a mediados de junio y concluía después de feria, aunque esto fue cambiando con los años y al final se clausuraba la temporada a finales de agosto. Desde su inauguración el horario de baño se dividía en dos turnos, el primero de 8h. a 11h. de la mañana y era sólo para mujeres, y el segundo para hombres el cual era de 11h a 20h. A partir de 1963 al hacerse cargo de la piscina Enrique Escobar, el horario se unificó, siendo esta iniciativa un éxito rotundo. También acudían a esta instalación los seminaristas Trinitarios en horario de 7h. a 8h. de la mañana. Estos alquilaban los bañadores, pero como no había para todos tenían que hacer varios grupos para poder disfrutar todos del baño. Por ser un grupo grande, se les hacía un descuento especial,

al igual que a empresas de la localidad como el grupo de RENFE, a los trabajadores de los DEVIS, CAMPSA, etc.



A los menores de 14 años no se les permitía la entrada si no iban acompañados de una persona mayor de edad que se hiciera responsable de ellos, como todos los mayores no podían ir, se hacía un carnet en el que se reflejaba el nombre del niño, del padre y la familia de este, así podían estarr allí todo el tiempo que quisieran, como dato curioso venían sus madres a traerles la comida, el bocadillo, la toalla, etc.

También se hacían abonos de temporada o de 10 baños. Los de temporada eran individuales o familiares, y si estos eran familia numerosa también se le hacía descuento. A los estudiantes se les regalaba tres baños si sacaban buenas notas.



Existía la entrada de "visita" (había mucha gente que iba a ver la piscina sin bañarse) costaba una peseta. Y para el público que no quería hacer el deporte de la natación, y que solo iba por higiene, las duchas individuales valían 5 pesetas, existía un depósito de agua para estas dependencias, el agua estaba so-leada y calentita por lo que era el lugar idóneo para lavarse.



En cuanto a la vestimenta del baño en los años 60, era característica y ha ido cambiando a lo largo de los años. En esta época existían una serie de problemas tales, que incluso para poder dejar que una bañista foránea accediera a la instalación con un bañador de dos piezas, se tenía que solicitar un permiso a la comisaría de policía (año 64). Los trajes de baño eran muy característicos, las mujeres iban con faldilla y los caballeros con los tirantes puestos.

Desde los comienzos de la piscina, en los años 1952 y 1953 se formaron equipos de waterpolo, denominados uno "Marcris" otro "Almacenes Salmón", pero como en esta época no había muchos equipos de este ámbito por la comarca, competían entre ellos. Para que se pudiera realizar esta competición, la piscina se adaptó a la modalidad e incluso se pusieron porterías para el desarrollo de este deporte pionero en la provincia.



En cuanto a los primeros cursillos de natación que se desarrollaron en este recinto, fueron impartidos por Adolfo Moraleda, su técnica de enseñanza era un poco peculiar y tenía una forma particular de enseñar, porque para

ello, ataba una cuerda a la cintura del alumno, lo introducía en la piscina e iba soltando cuerda dependiendo de la confianza que iba tomando con el medio acuático, hasta que finalmente se la quitaba porque había obtenido la confianza necesaria para acceder al medio sin ningún tipo de ayuda.



Los socorristas que velaban por la seguridad de los bañistas en la Marcris fueron Aurelio Escribano y Tomás Ramos, a estos les siguieron Rafael Torres (de Madrid), Joaquín Guerrero, Fernando Campillo, Manolo Blanco y Nando Sánchez-Mateos. Como hecho singular, los propietarios subvencionaron la obtención del título de socorrista. Y estos últimos impartieron, durante el tiempo que estuvieron, cursos de natación para niños y adultos.

Unos años mas tarde se formó un equipo de natación, inicialmente constaba de unos pocos componentes y sus entrenadores fueron Manuel Blanco y Adolfo Moraleda, aunque después fue creciendo y pasando de generación en generación hasta que se unificó. En los años 80 se formaría en la piscina Municipal.

Nadadores del Equipo de la Marcris

- Enrique Escobar Saiz
- Manuel Molina
- Alfonso Abengozar
- Elicio Marchante
- Diego Prieto
- Herminio García Baquero

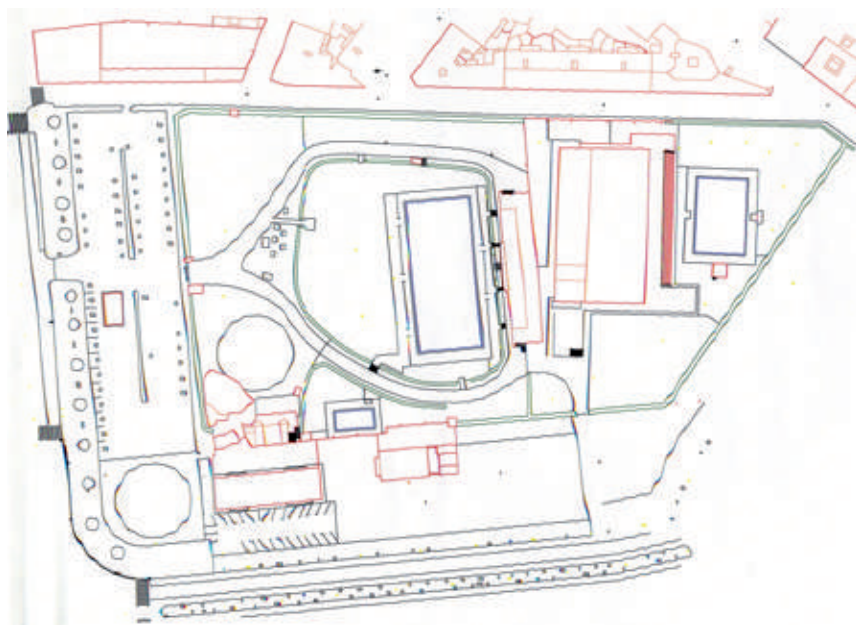
- Jaime Mazuecos
- Antonio Quiros
- Rafa Quiros
- Francisco Quiros
- Hermanos Huertas
- Miguel Bravo
- Toñi Bravo
- Conchi Atienza
- Celia Escobar Saiz
- Hermanos Montalvo
- José Manuel Crespo
- José Luis Durango
- Mari Carmen Durango
- Javier Abadía Mazuecos
- José Luis Mazuecos
- Gustavo Revilla
- Carlos Revilla
- Montse Revilla
- Javier Molina Tejedor

Todos ellos ganadores de muchísimas medallas



En los últimos años de existencia de la piscina, los propietarios alquilaron la instalación, primero a la Asociación Deportiva Municipal y más tarde y por un periodo de 5 años al Patronato Municipal de Deportes, por lo que pasó de ser una piscina privada a pública, aunque el alquiler de esta instalación sólo tuvo una duración de dos años debido a que se tenían que realizar numerosas reformas y viendo sus propietarios que la inversión era cuantiosa y no les iba a ser rentable, pues solo era para la temporada de verano decidieron cerrarla definitivamente.

3. COMPLEJO DE PISCINAS MUNICIPALES

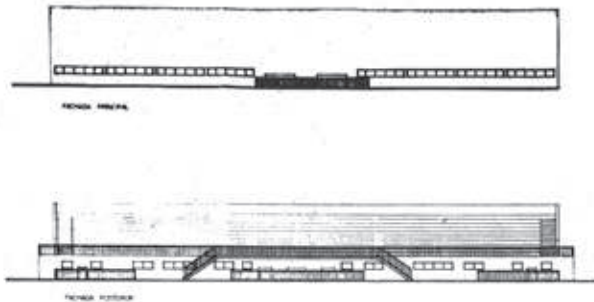


Al hablar de complejo de piscinas municipales nos referimos a todos los emplazamientos que existen en la actualidad dentro de lo que hoy en día se conoce como Piscina Municipal. Este complejo se ha formado poco a poco a lo largo de todos estos años, comenzando con la construcción de los dos vasos de la piscina de verano a finales de 1978, e inaugurados en julio de 1981.

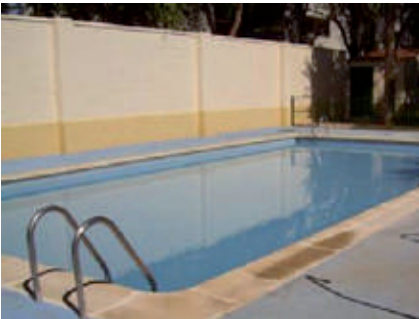
Los otros vasos se completaron con posterioridad. La piscina cubierta en 1991 y la otra pileta de 25 metros que se encuentra ubicada a las espaldas de dicha piscina que se inauguró en 1999. Quedando configurado el actual complejo conocido como Piscina Municipal con cinco piletas.

Piscinas de Verano

LA PISCINA MUNICIPAL



Dejando a un lado las reformas y modificaciones que se han hecho a lo largo de todos estos años en el complejo municipal, el primer proyecto anteriormente descrito de piscinas municipales para el verano, se ubicó en el antiguo paraje de la serna, junto a las casas Hermanos Laguna, en la zona conocida popularmente como la *balsa del andaluz*.



Para su construcción se diseñaron dos vasos de diferentes dimensiones, uno dedicado para el público en general y otro para las niñas y niños más pequeños. Las del primer vaso, el más grande, se diseñó con unas medidas de 50 x 21 metros, con una profundidad variable, que iba desde 1,55 metros en la parte mas baja a 3,95 metros en la parte mas profunda. La otra pileta mas pequeñita se conformó con unas dimensiones de 8 x 4 metros, siendo estas dimensiones las actuales de ambas piscinas, aunque la profundidad de la mas grande, se sustituyó hace algunos años al quitarle el trampolín de 3 metros de altura que sobre el nivel del agua se construyó

en un principio en el lado menor (ancho) de la zona de mas profundidad. El complejo se completaba con una serie de recursos que acompañan y dan servicio a todas las piletas, en la mas grande se pretendió instalar como doce escaleras de socorro⁴ distribuidas a lo largo de los dos largos de la pileta, aunque al final tan solo se realizaron dos.

También se tuvo en cuenta la finalidad deportiva de la misma y se proyectaron ocho calles señalizadas convenientemente con sus correspondientes plataformas de salida.



La zona de anexos se dividió en tres núcleos: los aseos (masculino y femenino), vestuarios y guardarrropas a ambos lados de los aseos. Igualmente en el proyecto de construcción de la piscina se tuvo en cuenta la creación de almacenes y un botiquín. En la parte superior de los vestuarios se situó el graderío de espectadores, al que se accede hoy en día mediante las correspondientes escaleras. En el centro del conjunto

se proyectó una Tribuna de Honor, con accesos independientes que al final no se llegó a construir. La ejecución de la obra fue adjudicada a D. Nicómedes Molina Fernández por la cantidad de 16.998.000 pesetas de las de antes y comenzó a realizarse a finales de 1978. En la actualidad se complementa con una zona ajardinada para que los bañistas puedan extender sus toallas, una zona de ocio infantil, y otros servicios alternativos como el bar, puesto de socorro, vestuarios, duchas, etc que se han ido remodelando a lo largo de estos años.



⁴ Revista Guía. Septiembre de 1978. Ayuntamiento de Alcázar de San Juan. Centro de Estudios Alcazareños.

Piscina Cubierta



En el año 1991 se inauguró esta instalación, esta piscina consta en la actualidad de una pileta de 25 x 12,5 metros, y ya en su construcción hace veinte años, se pensó en crear otro vaso adaptado para discapacitados y para realizar otras actividades relacionadas con la enseñanza. En la actualidad esta piscina tiene unas medidas comprendidas entre 12,5 x 8 metros.

A ambos vasos, le acompaña un hall de entrada, vestuarios, gimnasio, botiquín, aseos y oficinas administrativas, donde tanto trabajadores como usuarios de la instalación pueden desarrollar sus actividades acuáticas durante la temporada de invierno.

En sus comienzos la instalación permaneció abierta durante todos los días en un horario que comprendía su apertura a las 10h. de la mañana y su cierre a las 23h., excepto los domingos que tan solo se abría de 10 a 14 horas del mediodía. Esta distribución se realizaba de la forma siguiente:

En horarios de 10 a 11 horas los lunes, miércoles y viernes los usuarios podían realizar baño libre y también se realizaban cursos para personas adultas; en el mismo horario anterior, los martes y los jueves se realizaba baño libre y en este caso natación escolar. A la hora siguiente, diariamente en horario de 11 a 12 horas se impartía natación escolar, y de 12 a 14 horas había baño libre en toda la piscina, permaneciendo cerrada de 14 a 16:30 horas. A la tarde de 16:30 a 17:30 horas se impartía clases de 3ª edad y se dejaban algunas calles para el baño libre, de 17:30 a 19 horas se realizaban otra vez cursos escolares, de 19 a 20 horas se llevaban a cabo curso de adultos y baño libre, y de 20 a 21 horas los equipos de natación entrenaban y también se realizaban cursos de adultos, para finalizar la jornada de 21 a 23 horas con baño libre y se ponía la instalación a disposición de equipos de natación de la comarca. Evidentemente esto se ha ido modificando con el paso de los años según la demanda de los usuarios hasta llegar a la actualidad a unos horarios mas flexibles siendo;

de martes a viernes de 8 a 23 horas, lunes de 16 a 23 horas, sábados 10 a 14 horas en la jornada matinal y de 16 a 20 horas en la jornada vespertina y domingos de 9 a 14 horas. Este horario es repartido según demanda para baño libre, la realización de cursos de actividades acuáticas en diferentes modalidades, las cuales son cursos de adultos en tres niveles (iniciación, medio y perfeccionamiento) habiendo también para este colectivo una actividad diferente como es el aquafitness pudiendo acceder a ellos a partir de los catorce años; curso infantiles que se dividen en cinco niveles de aprendizaje comprendidos entre los cuatro y los catorce años, también se imparten cursos para bebés separados por edades de cinco a veintitrés meses y de dos a cuatro años, esta oferta se completa con cursos para personas con discapacidad tanto física como psíquica y cursos para mayores los cuales se imparten solamente en horario matinal. La demanda de la instalación se complementa con el entrenamiento de equipos de natación de la comarca.

Los mismo ocurre con el precio de acceso a la instalación el cual en sus comienzos se dividía en entradas para menores de 18 años que ascendía a 200 pesetas y a 300 pesetas para los que superaban esta edad; también existían abonos de 30 baños cuyo importe ascendía a 3.000 ó 4.000 pesetas dependiendo respetivamente si eran menores o mayores de 18 años. También se barajó la posibilidad de crear un abono familiar, aunque esta iniciativa no tuvo el impulso suficiente para hacerlo.

Por otro lado existía una tarifa para el precio de los cursos que era el siguiente; iniciación 3000 pesetas al mes, perfeccionamiento 2.500 pesetas, natación escolar con una duración de 20 días y cuyo precio ascendía a 200 pesetas; para terminar la tercera edad tenía una cuota mensual de 1.250 pesetas. Por otro lado estaban las cuotas de la Escuela de Natación las cuales eran de 2.000 pesetas de matrícula y 500 pesetas cada mes.

Todas estas tasas se han ido modificando a lo largo de los años según ha ido subiendo conforme el IPC (impuesto sobre los precios del consumo).

Piscina de verano de 25 metros



Con motivo del cierre de la Piscina Marcris en los años 80 y debido a que la demanda de los usuarios iba en aumento, la corporación se vio en la necesidad de llevar a cabo la construcción de una nueva piscina de verano con dimensiones más pequeñas a la ya existente, creada a finales de 1978 e inaugurada entorno a 1981. Este vaso completaría lo

que hoy es conocido como el complejo de la Piscina Municipal, la ubicación de esta última piscina en construcción, sería en los terrenos situados en la parte de detrás de la actual piscina cubierta, junto al colegio público Juan de Austria.

CANFALI/Alcázar

Con la presencia del director general de Deportes, Francisco Javier Martín del Burgo

Inaugurada la nueva piscina municipal

-Está situada en el mismo recinto que las otras piscinas municipales de Alcázar



Representantes de la Junta de Comunidades y del Ayuntamiento en el momento de la inauguración de la nueva piscina



El nuevo vaso está instalado junto al resto de piscinas municipales, la de 50 metros y la de niños además de la cubierta. La inversión ha ascendido a 25 millones de ptas. de los que 10 ha puesto el Ayuntamiento y 15 la Junta de Comunidades

La obra duró algunos años y una vez finalizada se inauguró en mayo de 1999 por el Director General de Deportes de la Junta de Comunidades de Castilla la Mancha don Javier Martín del Burgo, que fue en su día acompañado por el alcalde de la localidad, José Eugenio Castellanos Perea y también por miembros de las asociaciones de vecinos, que completaban la comitiva. La inversión en la misma ascendió a 25 millones de las antiguas pesetas de los cuales 10 los puso el ayuntamiento de Alcázar y 15 la Junta de Comunidades de Castilla La Mancha.

MANTENIMIENTO DEL COMPLEJO DE PISCINAS MUNICIPALES

El primer oficial de mantenimiento en las originales piscinas de verano en los años 80 fue Manolo Montes, que tenía experiencia en este trabajo ya que durante algún tiempo también se había ocupado de este oficio en la antigua Piscina Marcris. A este le sucedió en el puesto Julián Martínez Flores que desde 1990 hasta la actualidad sigue desempeñando las funciones de mantener en el mejor estado posible toda la instalación.

Cuenta este último⁵, que cuando comenzó a trabajar en los años 90, tuvo un reto muy complicado ya que la piscina tenía muchas fugas y casi todos los veranos tenía problemas en su mantenimiento. El alcalde de Alcázar en aquella época, Anastasio López le propuso, junto a Javier Romero Gálvez, Jefe de servicio del Instituto Municipal de Deportes el reto de conseguir que el agua de la piscina se mantuviera durante todo el verano, y que todos estos problemas que arrastraba fueran solucionados de inmediato o en caso contrario se le rescindiría el contrato. Esto se convirtió en una preocupación para él ya que si no lo conseguía peligraba su puesto de trabajo. Tarea complicada la planteada, debido a que en aquella época el volumen de agua del vaso mas grande era de 4.200.000 mil litros. Dicho reto pasó a ser una obsesión, hasta tal punto que muchas noches, por la cercanía entre la piscina y su casa, se salía al balcón de su terraza desvelado, pensando y comprobando que el estado del agua fuera el adecuado. Finalmente consiguió superar el desafío gracias a su tenacidad y a la empresa encargada de suministrar los productos de mantenimiento, en aquella época llamada Quifesa con sede en Guadalajara, la cual le facilitó mucho las cosas ya que su ingeniero técnico estaba disponible para cualquier problema que surgiera y se desplazaba siempre que fuera necesario.

El personal de mantenimiento no solo se ocupa de lo que era el agua, sino también de mantener toda la instalación realizando para ello trabajos de albañilería, fontanería, jardinería, etc.

A lo largo de estos mas de veinte años, el mantenimiento de la instalación ha ido evolucionando, al igual que ha ido creciendo el complejo acuático de Alcázar, ya que con la creación de la piscina cubierta, hace que las diferencias hoy en día en este sector sean mayores. En la actualidad hay que tener en cuenta las infecciones que pueden derivar del agua, el mantener las temperaturas adecuadas tanto del agua como del ambiente, ya que tienen que predecir un poco la climatología de la noche para que aun haciendo mucho frío la temperatura ambiente al día siguiente sea la adecuada y los usuarios no noten un descenso de las temperaturas brusco.

5 Fuente oral Julián Martínez Flores. Entrevista realizada en octubre de 2011.

Según Julián, en los principios cuando se construyó la piscina cubierta en el año 90, el calentamiento y funcionamiento de la misma era todo con calderas de gas-oil, las cuales generaban muchos problemas. Aun así, en estos años era una instalación modélica, porque era de lo mejor que existía por la comarca, pero las calderas daban más problemas a la hora de mantener el calor en la instalación y del agua durante la noche porque a veces sufrían averías, que no se podían reparar hasta el día siguiente, provocando el transtorno pertinente para los usuarios. Con la evolución en el sector del mantenimiento, cierto es que se ha mejorado en todo, como en los limpia-fondos siendo estos en la actualidad de dimensiones más reducidas y la instalación de calderas de gas hacen que las temperaturas se mantengan mejor, también ha habido una evolución en los productos químicos que se utilizan para el tratamiento del agua. Recientemente se ha realizado una instalación de placas solares, cuya energía se va a utilizar para el consumo de agua sanitaria favoreciendo la instalación y ahorrando en el consumo diario.

Martínez nos resalta para terminar, que una de sus anécdotas curiosa ocurrida en la piscina cubierta, se produjo al inicio cuando se abrió la instalación. Cuenta que las personas mayores que iban al complejo pensaban que al ser una piscina de agua caliente, se trataban de los clásicos baños termales, que tantas veces habían ido a Villafranca, al ver que no era eso todos salían desilusionados de la instalación. Hoy en día esta controversia esta totalmente solucionada y las actividades deportivas que genera esta instalación son bastante importantes con respecto a otros pueblos de la zona.

4. OTRAS PISCINAS LOCALES

Piscina de Cinco Casas



Junto a la vía férrea entre la plaza de toros y el campo de fútbol inaugurado en 1968 quedó un terreno de 20.000 metros cuadrados para un parque polideportivo, en la parte norte, se construyó la piscina municipal de una dimensiones reglamentarias, de 21 metros de largo, 11 metros de ancho y 2,25 metros de profundidad máxima, con los correspondientes desniveles en altura, a este primer vaso con los años se le añadió otro de menores dimensiones y las instalaciones pertinentes para el uso del baño como vestuarios, duchas y una zona de ocio con bar y barbacoa. El servicio forestal del Instituto Nacional de Colonización plantó infinidad de árboles por sus alrededores, como pinos carrascosos o piñoneros, almendros, arbustos, cipreses, etc.⁶

Piscina de Alameda de Cervera

Se proyectó en una superficie de 312 metros cuadrados durante la corporación de 1995 a 1999, aunque su puesta en marcha fue en el año 2000, se hizo en un espacio abierto al aire libre con utilidad para el verano,

⁶ Primitivo Cabezas Sánchez, *Cinco Casas y su entorno (1732- 1991)*. 1992. p. 109-110.



su profundidad máxima es de 2 metros y la mínima de 1,2 metros para competición, está dividida en 6 calles y el tipo de rebosadero del vaso es desbordante, su anchura es de 12 metros y medio con una longitud de 25 metros, el pavimento de la playa del recinto de los vasos es de hormigón con tratamiento superficial.

Instalaciones del Club de Tenis



El Club de Tenis fue creado en 1972 por un grupo de amigos de Alcázar de San Juan con iniciativa y afición por dicho deporte. En los inicios, las instalaciones estaban ubicadas en unos terrenos al lado de la carretera de Tomelloso los cuales fueron cedidos por el Ayuntamiento de Alcázar de San Juan por un periodo de 50 años, comenzando con dos pistas de tenis y un local que estaba destinado a los vestuarios. Su primer presidente fue Antonio Cabanas Rey.

Con el paso del tiempo, el auge por jugar al tenis fue cada vez mayor, el número de socios iba aumentando, por lo que en 1979 se construyó una nueva pista y además uno de sus fondos tenía frontón. Ya en 1983 con casi 100 socios se añadió una nueva pista siendo la cuarta y un año mas tarde se llevo a cabo la quinta.

Aunque ya por alguna Junta Directiva durante estos años se había intentado aumentar la magnitud del club, como se confirma en sus Libros de Actas, para ofertar otro tipo de actividades deportivas y sociales que no fuera sólo el tenis, no es hasta la Asamblea General del 23 de septiembre de 1987, en la que se nombra como presidente a Manuel Castellanos Manzanares, y en asambleas posteriores como la de 24 de septiembre de 1988, cuando se presenta realmente en proyecto las instalaciones del nuevo Club de tenis de Alcázar de San Juan. Esta iniciativa se hace realidad con el esfuerzo del citado Presidente y la labor de los miembros de la Junta Directiva de la época, que después de largas negociaciones con el propietario de los

nuevos terrenos Antonio Martínez, accedió a la venta de los mismos por una cantidad simbólica. Además de la compra del terreno, paralelamente se realizaron unas gestiones con el Ayuntamiento, en las que a cambio de una cantidad de dinero, el club le cedía las antiguas instalaciones al consistorio para que desarrollase allí las actividades de tenis y frontón del Instituto Municipal de Deportes. Una vez terminados todos los trámites necesarios para la construcción del nuevo recinto, a principios de 1989 se comenzaron las obras de las nuevas instalaciones del Club de Tenis.



Con la realización de este gran proyecto, el Club pasó de tener 111 socios a contar con 420 socios, por lo que se cuadruplicó su número, a esta buena noticia se le unió que las obras fueron muy rápidas por lo que los días 29 y 30 de junio de 1990, se inauguraron las nuevas instalaciones. En dicho acto se llevaron a cabo diferentes festejos, asistiendo a ellos los socios y las autoridades municipales

y provinciales del momento. El nuevo Club contaba con 7 pistas de tenis, 1 pista polideportiva, dos piscinas, un mini-golf, pista de patinaje, edificio de vestuarios con duchas y sauna. Con el paso del tiempo han ido aumentando el número de pistas de tenis, también hay pistas de pádel, etc.

Aunque como su nombre indica casi toda la actividad realizada en estas instalaciones es la práctica de tenis, pádel, squash, etc., en verano las instalaciones estrella del recinto son las piscinas, casi toda su utilización es de ocio, pero también se imparten cursos de natación para aquellos socios que quieran optar a ellos.

Tiene dos piscinas, una pequeña para niños con una profundidad máxima de 40 centímetros y unas dimensiones de 3 x 8 metros y una grande para adultos cuya profundidad varía desde 80 cm hasta 2,5 metros, sus dimensiones son de 17 x 33 metros. Los alrededores de las piscinas son de césped para el descanso y disfrute de los socios.

5. LA NATACIÓN DEPORTIVA

Según la Real Academia Española, la **natación** es *la acción y efecto de nadar* y **nadar** es *el hecho de trasladarse en el agua, ayudándose de los movimientos necesarios y sin tocar el suelo ni otro apoyo*. Sin embargo, algunos autores como Iguaran, Arellano o Counsilman, la definen como *la habilidad que permite al ser humano desplazarse en el agua, gracias a la acción propulsora realizada por los movimientos rítmicos, repetitivos y coordinados de los miembros superiores, inferiores y el cuerpo, y que le permitirá mantenerse en la superficie y vencer la resistencia que ofrece el agua para desplazarse en ella*.

Para hacer mas completa esta definición debemos tener en cuenta los diferentes objetivos que se consiguen con esta práctica. Estos pueden variar desde un planteamiento utilitario que cubra las necesidades básicas del ser humano, como puede ser el conservar la vida, hasta un planteamiento educativo, que permite además el aprendizaje de la natación, contribuyendo a la forma integral de la persona desde el punto de vista motor, cognitivo y afectivo. Otro objetivo puede ser el planteamiento higiénico-sanitario como mejora de la condición física. También podemos resaltar los planteamientos de la natación como la que se realiza de forma recreativa y competitiva.

Pero la natación no sólo se limita a estos planteamientos sino que atiende a otras necesidades especiales, como por ejemplo, para personas asmáticas, embarazadas, epilépticos o aquellas con cualquier tipo de disminución física o psíquica o sensorial.

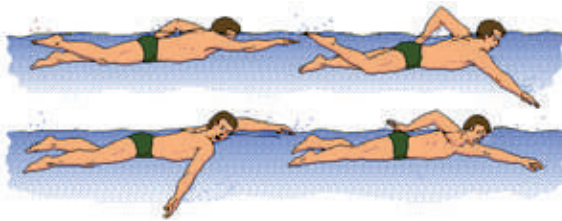
De todos son conocidas las ventajas del deporte y de los múltiples beneficios de la natación. La natación es un deporte excepcional ya que permite su práctica con distintos planteamientos durante toda la vida. Los bebés puede iniciar su andadura en la piscina desde los pocos meses de edad, con resultados extraordinarios no solo para ellos, sino como experiencia para sus padres. Por otro lado, es fácil ver personas con 70 u 80 años que siguen nadando y que lo han realizado prácticamente toda su vida.

La práctica de la natación esta basada principalmente en la técnica y de forma secundaria en el entrenamiento de la velocidad y la resistencia. Esta circunstancia se debe a que, al contrario que en otros deportes, el cuerpo humano no fue diseñado para nadar, ya que esta acción implica movimientos no naturales y poco instintivos. Por lo tanto por mucha

distancia que se nada o mucha intensidad que se aplique no se conseguirá un mejor nadador. Según el prestigioso entrenador de natación Emmett Hines, la natación es *el conjunto de movimientos rítmicos y repetitivos mas complejo que existe con respecto a cualquier otro deporte e involucra el trabajo de un mayor número de grupos musculares, en perfecta coordinación con mayores amplitudes de movimientos que ninguna otra actividad.*

Por último decir que la natación de competición se centra sobre todo en la velocidad, es por eso que en las últimas décadas, los nadadores se han concentrado en el único propósito de batir récord que se van superando cada año. En la actualidad en la natación existen 4 estilos: crol, braza, espalda y mariposa.

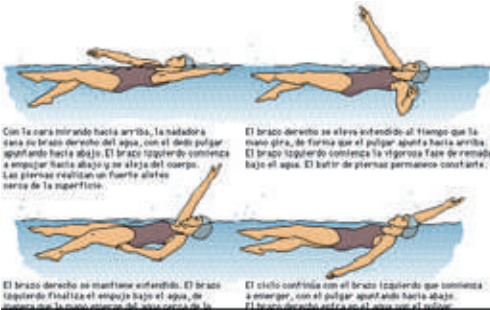
Desde el punto de vista de la propulsión y examinando la eficacia que las extremidades superiores e inferiores poseen en cada uno de los estilos anteriormente descritos, podemos decir, que el único que proporciona una efectividad por igual entre miembros superiores e inferiores es la braza. En el resto de estilos, la eficacia de la acción de piernas tiene menos importancia que la acción de brazos.



Haciendo una pequeña descripción de cada estilo, el **Crol** es el más popular en las escuelas de aprendizaje, porque es el primero en enseñarse. Tiene su origen en la palabra "crawl" del inglés, que

significa reptar o arrastrarse, recibe también el nombre de estilo libre, porque en las pruebas así denominadas, el nadador puede nadar cualquier estilo "crol, braza, espalda, mariposa, perrito, de lado, etc", excepto en las pruebas de estilo individual o relevos combinado, en las cuales estilo libre significa cualquier estilo distinto al de espalda, braza o mariposa. Este estilo surgió en Australia y sus característicos movimientos se le atribuyen al inglés Jonh Arthur Turdgen en el año 1870 que imitaba la técnica de los nativos australianos. En este estilo el nadador se encuentra en posición ventral y consiste en una acción completa de ambos brazos de forma alternativa, en un movimiento similar al de las aspas de un molino y un número variable de batidos de piernas dependiendo del nadador y de la distancia de la prueba a nadar. De momento se trata del estilo más rápido seguido por la mariposa, la espalda y por último la braza. Sin embargo los últimos avances en cuanto a técnica se refiere, indican que los tiempos registrados en la mariposa se van acercando cada vez más a la velocidad del crol. En cuanto al reglamento para el estilo libre destacamos entre otras muchas normas las siguientes: cualquier parte del

cuerpo del nadador deberá tocar la pared al completar cada largo de la prueba incluyendo la llegada, alguna parte del nadador deberá romper la superficie del agua durante el desarrollo de la prueba a excepción de las salidas y los virajes, en los cuales el nadador podrá estar sumergido una distancia no mayor a 15 metros.



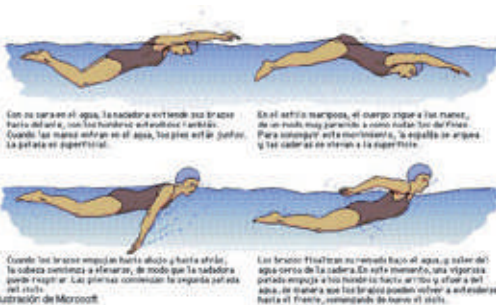
El **estilo espalda** es en el cual el nadador va en posición dorsal, consiste en una acción completa y alternativa de ambos brazos y un número variable de batidos de piernas. Sobre el 1912 este estilo se nadaba sobre el dorso del cuerpo con movimientos de los brazos simultáneos y con patada de bicicleta. Con el tiempo ha ido evolucionado hasta nuestros días gracias a

las modificaciones en la técnica realizadas por los nadadores como Kierfer en 1993, Vallerey en 1948, Tom Stock en 1960 y con aportaciones de prestigiosos entrenadores como James Counsilman. En cuanto a la normativa para este estilo destacaremos lo siguiente: en la posición de salida, los nadadores deberán estar agarrados en los asideros de las plataformas de salida, los pies, incluyendo los dedos estarán por debajo de la superficie del agua. Alguna parte del nadador deberá romper la superficie del agua durante el desarrollo de la prueba. Sin embargo, si estará permitido aunque no más de 15 metros, avanzar totalmente sumergido después de la salida y en los volteos. Durante el volteo el nadador podrá girar sobre su vertical hacia el pecho y seguidamente realizar una braza sencilla para iniciar el volteo, tocando la pared con cualquier parte de su cuerpo. El nadador deberá volver a la posición de espalda inmediatamente después de abandonar la pared, pudiendo recorrer una distancia no superior a los quince metros por debajo del agua y con movimientos ondulatorios del cuerpo. En la llegada deberá tocar la pared en la posición de espalda, pudiendo estar totalmente sumergido en este momento.



El **estilo braza**, es el más antiguo de todos, ya que sus movimientos y postura son más naturales. A pesar de que su técnica ha evolucionado más rápido que el resto de los estilos, se trata del más lento de los cuatro. En este estilo el nadador se encuentra en posición ventral y realiza

movimientos de brazos y piernas simultáneos y simétricos. Los hombros y las caderas realizan un movimiento ascendente y descendente que coordinado con el movimiento de brazos, permite realizar la inspiración. Hasta 1986 se podían diferenciar dos tipos de braza, la formal y la natural. La primera se caracteriza por una posición horizontal del cuerpo y por realizar la inspiración gracias a un movimiento de flexo-extensión del cuello. La braza natural se caracteriza por una posición menos horizontal, con las caderas más bajas y un movimiento ascendente y descendente de los hombros y las caderas. En el año 1986 el reglamento se modifica suprimiendo la prohibición de hundir la cabeza durante el nado. Con esta modificación surge lo que se denomina "braza ola" que se caracteriza por realizar un movimiento ondulatorio del cuerpo, semejante al que se realiza en la mariposa con la intención de colocar al nadador "encima" de la ola que el mismo produce, así como por un recobro aéreo. Otra de las características de la braza que les diferencia del resto de estilos es que, en la propulsión, la brazada y la patada comparten una importancia del 50%, es decir aportan el mismo grado de propulsión. En cuanto a la normativa para este estilo destacamos: no está permitido girar hacia la espalda en ningún momento, los movimientos de los brazos y las piernas serán simultáneos y en el mismo plano horizontal, las manos deberán impulsarse juntas hacia delante, frente al pecho, hacia abajo o sobre el agua. Los codos deberán mantenerse por debajo del agua, excepto en el momento de efectuar el viraje y la llegada. En la acción de brazos, las manos no podrán ir más allá de la línea de la cadera excepto en la primera brazada después de la salida y cada viraje. En la patada, no están permitidos movimientos en forma de tijera o delfín. En los volteos y en llegada se deberá tocar la pared con ambas manos simultáneamente, ya sea sobre o bajo el nivel del agua. Durante cada ciclo completo de brazada y patada alguna parte de la cabeza romperá la superficie del agua, excepto después de la salida y el los volteos en los que se podrá dar una brazada completa hacia atrás mientras se está sumergido.



El **estilo mariposa** es el más moderno de todos, su aparición data de la década de los 50 y nace como una variante de la braza. Es uno de los más difíciles de aprender ya que exige altos nivel de fuerza y coordinación. En este estilo el nadador se encuentra en posición ventral. Tanto los movimientos de las piernas como de brazos son de forma simultanea. Requiere una perfecta coordinación entre los brazos y las piernas, estas últimas realizan un movimiento similar al aleteo de los

delfines, por lo que también se denomina "Estilo Delfín". Otra característica, es un movimiento continuo ondulatorio del todo el cuerpo, también coordinado con piernas y brazos para una mejor propulsión en el agua y permitir realizar la inspiración. En cuanto a la normativa destacaremos: el movimiento de brazos será simultáneo y el recobro de estos se realizara por fuera del agua. El movimiento de piernas será simultáneo. En los volteos y la llegada se deberá tocar la pared con ambas manos al mismo tiempo igual que en el estilo braza. En el volteo y la llegada se podrá dar una o más patadas, pero solo una brazada subacuática que lleve a la superficie al nadador. En la salida y en los virajes se permite hacer una distancia submarina de 15 metros.

Una vez que hemos descrito en que consiste la natación deportiva, vamos a describir como se llevó a cabo en Alcázar de San Juan desde los años 50 hasta la actualidad.

Primeramente en la Piscina Marcris se fundó un equipo de waterpolo que es una rama de la natación deportiva durando unos cuantos años, ya que no existía demasiada afición por los alrededores, siendo el árbitro de los partidos Hemerelio Correas, que era el socorrista de la instalación. Después de esto se formó un equipo de natación el cual lo componían Luis Alberto Cabanas Martín de Jorge, Rafael Blanco que era considerado como la figura del momento y nadaba 1500 metros moviendo los brazos de crol y pies de braza; Adolfo Moraleda, Alfredo Rodríguez, etc. Competían primeramente entre ellos, hasta que fue un poco mas organizado e iban a nadar a Ciudad Real con la OJE. Después también se fueron sumando a las filas de este equipo nadadores como Javier Molina, Quiros, Díaz-Miguel y Tomas Díaz. El entrenador en estos tiempos era Adolfo Moraleda y su sucesor fue Manuel Blanco. Estos nadadores en sus inicios competían entre ellos, hasta que en los pueblos de alrededor, se empezaron a formar equipos, por lo que se formó el primer equipo local de la Marcris.

Por lo que cuando se abrió la piscina municipal en Julio de 1981 se formó otro grupo de nadadores que era conocido como "el Municipal". Hubo un tiempo que se solaparon el equipo de natación de la Marcris y el equipo de natación de la municipal, hasta que por los años 80 se unificaron y los nadadores de la Marcris se fueron al equipo de la municipal creándose solamente uno, siendo sus principales figuras Luis Alberto Cabanas y Fernando Campillo.

Posteriormente, uno de los padres que su hijo comenzaba a nadar, exactamente el de Lorenzo Requena, comentó a Luis Cabanas la idea de formar un Club de Natación en Alcázar con estatutos y demás reglamentación, la idea empezó a tomar cuerpo y se fundó el Club de Natación en Alcázar de San Juan en 1983.

Reto de discapacidad 2008

La Junta de Comunidades de Castilla La Mancha, a través de la Asociación Cultura y Deporte de Castilla la Mancha (ADECAM), propone cada año un reto con personas con discapacidad, en este caso del año 2008, la hazaña consistía en cruzar a nado el Estrecho de Gibraltar, desde la Punta de Oliveros (España) hasta Punta Cires (Marruecos), siendo una distancia total de 7,8 millas (14,4 km aproximadamente).

La prueba estaba diseñada mediante la modalidad de relevos y se seleccionó a 7 nadadores (4 titulares y 3 suplentes) todos de Castilla la Mancha y todos con diferente tipo y grado de discapacidad. Entre los nadadores seleccionados se encontraba Miguel Ángel Simarro, que representaba a la provincia de Ciudad Real y oriundo de Alcázar de San Juan, a este le acompañaban Juan Beltrán que representaba a Toledo, Álvaro Rodríguez y Silvia Lara a Guadalajara y Cuenca respectivamente y para completar el equipo estaban en la prueba Juan Diego González y Miguel Ángel Galán de la ciudad de Tobarra (Albacete) y Gálvez (Toledo) respectivamente, para completar el plantel de siete nadadores se encontraba Sandra Domínguez de Talavera de la Reina (Toledo).



Cabe reseñar, que uno de los nadadores convocados fue Miguel Ángel Simarro vecino alcazareño, que aunque no era nadador de ninguna asociación ni club alcazareño en ese momento, fue seleccionado en representación de la provincia de Ciudad Real, siendo el único representante de esta provincia, este logro lo consiguió Miguel Ángel porque en el momento de la selección, éste había obtenido buenos tiempos en los campeonatos en los que había participado, por ejemplo, en el año 2006 había participado en el

Campeonato de España de Sevilla organizado por FEDDI. En el año 2007 participó en el Campeonato Regional de Invierno celebrado en Alcázar de San Juan y también participó antes de la convocatoria en el año 2008 en el Campeonato Regional celebrado también en la misma localidad.



Una vez seleccionados, estos nadadores tuvieron que realizar una preparación exhaustiva para poder enfrentarse a este reto, la cual se llevo a cabo, mediante una planificación realizada por el equipo técnico compuesto por Francisco Tamaral López y María Luisa Cabañeros Sánchez de León, nadadores de larga distancia y técnicos titulados ambos, que establecieron unas pautas a seguir bastante duras para que esta personas pudieran conseguir su reto. La primera convocatoria de la planificación, se realizó en Marzo en la piscina del INEF de Toledo, en la Universidad de Castilla la Mancha donde los nadadores conocieron cuales de ellos habían sido convocados y a continuación se les hizo un test de 30 minutos de duración, para ver sus cualidades, donde el equipo técnico observó en que condición física se encontraban cada nadador convocado y seleccionado.



La primera salida dentro del plan establecido, se realizó en Abril a las cercanas Lagunas de Ruidera, esta salida, tenía como objetivo, preparar a los nadadores mediante la variación de las condiciones habituales de entrenamiento, es decir, sacarlos de la habitual piscina y adaptar a los participantes a la modalidad de aguas abiertas y larga distancia. El entrenamiento se desarrolló concretamente

en la Laguna "La Colgada", donde los técnicos explicaban a los nadadores, como se debían desenvolver en aguas abiertas y los aspectos que debían tener en cuenta por su seguridad, etc. Se llevaron a cabo inmersiones por parejas, realizando un tiempo de nado de 15 minutos por nadador. Y para finalizar la jornada se realizó de forma individual el nado de una distancia determinada, la temperatura del agua aquel día de entrenamiento fue de 18°C, para que los participantes no pasaran demasiado frío, se utilizó un ungüento de vaselina y lanolina como aislante térmico y siempre se mantuvo la seguridad de los participantes, acompañándoles en todo momento dos embarcaciones donde fueron los servicios médicos y los socorristas. También estuvieron acompañándonos por sus padres y familiares.

La segunda salida se realizó en Mayo en Fuengirola (Málaga) con el objetivo adaptar a los nadadores a las condiciones de la prueba mediante el contacto con el mar a bajas temperaturas y a las corrientes oscilantes. La actividad se desarrolló esta vez, en la Playa del Castillo, en un solo día realizaron un entrenamiento de nado continuo durante una hora en dos grupos guiados por el equipo técnico. Este entrenamiento se realizó en sesión de mañana y de tarde. Aquel día la temperatura del agua era de 16°C, también se utilizó el mismo ungüento anteriormente citado como aislante térmico. Contaron con los servicios técnicos de salud de la Junta de Andalucía y con la presencia de un socorrista terrestre para velar por la seguridad de los nadadores.

La tercera salida se lleva a cabo un mes después en junio, también en Fuengirola (Málaga) con el objetivo de continuar con la adaptación y la climatización por el tipo de competición en cuanto a las condiciones del agua, temperatura, corrientes, etc. La actividad también se desarrolla en la misma Playa del Castillo, con el mismo entrenamiento que se realizó en la salida anterior, pero esta vez también se desarrolló una sesión el domingo por la mañana en tres grupos y de una hora de duración. En esta salida el agua se encontraba a 18°C, por lo que se volvió a utilizar el ungüento conocido. Esta vez, los participantes fueron acompañados por un entrenador y también contaron con los servicios de salud de Andalucía, además la actividad estuvo cubierta por dos periodistas de Radio Televisión Española.

La cuarta salida se realizó unos días después, coincidiendo también con un fin de semana del mismo mes de Junio en la misma ciudad de Fuengirola, con el objetivo de incrementar la preparación deportiva de los nadadores mediante pruebas de larga distancia en mar abierto, las actividades se desarrollaron en primera sesión un sábado por la mañana, donde los nadadores realizaron una prueba entre Puerto Banús y la Playa de Poniente (Puerto deportivo), esta prueba llamada "Nadando hacia la Vida" consistió en realizar una distancia de 5.900m en un tiempo de 2h 15minutos, los nadadores del reto completaron al menos 5000m y estuvieron 2 horas

de duración en el agua. Después el mismo sábado por la tarde se realizó un entrenamiento en Fuengirola, el cual estaba compuesto de 4 series de 400m con ritmo de nado máximo y submáximos. Para concluir el fin de semana, el domingo por la mañana se realizaron 5 series de 400m a un ritmo máximo. En esta salida la temperatura del agua era de 21°C el sábado y de 18°C el domingo, este descenso de las temperaturas se debió a la entrada de corrientes de poniente, por lo que los nadadores tuvieron que sufrir esta inclemencia en pleno entrenamiento.

Luego, se realizaron tres salidas más, las cuales se desarrollan en los meses de julio y principios de agosto, también en Fuengirola (Málaga) con el objetivo de seguir con la preparación deportiva de los nadadores en estas aguas abiertas.

Desde la Fundación Cultura y Deporte y la organización del reto y de las actividades en las que participaron los nadadores, se tuvieron en cuenta todas las medidas de seguridad posible para la realización de la prueba y se establecieron las siguientes condiciones técnicas: embarcaciones de acompañamiento necesarias para la seguridad de cada nadador, los entrenadores acompañaban a los deportistas durante la preparación y desarrollo de la prueba, también establecieron la posibilidad de ir acompañados por nadadores de compañía en paralelo durante la prueba. Tanto los nadadores como los entrenadores disponían de un seguro de accidente durante todo el periodo. La organización mantuvo contacto permanente con las autoridades marítimas en cada lugar, los servicios marítimos de la Cruz Roja y el Centro Zonal de Salvamento Marítimo de Tarifa. Tanto es así que los nadadores pasaron un reconocimiento médico previo, el cual garantizaba que el estado de salud de los participantes era el adecuado para desarrollar dicho reto.



Después de muchos entrenamientos, por fin llega el gran día 31 de agosto de 2008, tras pasar una noche de muchos nervios llegó la mañana de dicho día. Los participantes, acompañantes y entrenadores se encontraban en Tarifa (Cádiz) donde estaba la salida de la prueba: la Punta de Tarifa o Marroquí, la cual está bañada por aguas del Mar Mediterráneo y del Océano Atlántico lugar donde comenzó la prueba para los participantes, los cuales iban a nadar mediante relevos; tenemos que resaltar que el nadador alcazareño Miguel Ángel Simarro realiza la prueba en segundo lugar acompañado por Sandra Domínguez otra de las nadadoras y por el entrenador Fernando Muñoz. Todos los nadadores realizaron la prueba con un bañador, es decir sin neopreno y untados con el ungüento con el que mantienen la temperatura corporal, el nadador alcazareño realizó la prueba con un bañador de licra de pata larga y tirantes y las ayudas como las de sus compañeros fueron las mínimas.

Así, cada uno de los participantes, fue desarrollando el tiempo y la distancia estimada para ir recorriendo el trayecto propuesto, quedando 500m para llegar al final del reto, situado en la Punta Cires, región de Tánger (norte de Marruecos), todos los participantes se tiraron al agua para llegar juntos al final de la prueba y sentir entre todos la gran satisfacción de haber conseguido el reto propuesto. Esto aumentó la autoestima de los participantes como nos contó en su día el propio Miguel Ángel Simarro⁷.

La travesía comenzó a las 09:30 horas con un tiempo estimado de 6 horas para la realización, al principio las condiciones para la prueba eran las adecuadas recorrieron 7,8 millas, aunque en el ultimo tramo llegaron las temidas corrientes marinas, pero para los participantes esto no fue un obstáculo, porque gracias al entrenamiento que habían tenido anteriormente, a la constancia de ellos mismo y al apoyo de sus compañeros, acompañantes y familiares consiguieron llegar a la costa una hora antes de lo previsto, por lo que la prueba finalizó a las 14:20 horas.



Una vez comentada dicha hazaña, por nuestro paisano Simarro merece la pena recordar, un poco de su experiencia en el mundo de la natación, que viene unida a este estudio sobre la natación en Alcázar, a modo de resumen, Miguel Ángel a lo largo de su joven vida a practicado otras series de deportes. En sus inicios comenzó con el fútbol sala y el atletismo, pero un buen día en los años 90, decidió que a él lo que le

gustaba más era la natación, primero comenzó a nadar con una asociación para personas con discapacidad situada en su localidad Alcázar de San

7 Fuente oral, Miguel Ángel Simarro. Octubre 2011

Juan, donde le enseñaron a nadar Raquel Laguna y Eva Molina, viendo que su evolución era rápida y buena ambas monitoras le propusieron competir y él aceptó, siendo su primera prueba en el año 1991 en Toledo, después siguió entrenando y compitiendo hasta llegar a los Campeonatos de España organizados por FEDDI. Podemos destacar algunas marcas conseguidas en diferentes campeonatos en que él fue participante.

Campeonato de España FEDDI celebrado el 17 y 18 de marzo de 2006 en Dos Hermanas (Sevilla)

Prueba	Tiempo	Puesto
100 m libres	01'33"54	14
50 m libres	00'39"49	14

Campeonato Regional de Invierno 2007 celebrado en Alcázar de San Juan (Ciudad Real)

Prueba	Tiempo
100 m libres	01'32"91
50 m libres	00'42"97 (eliminatória) 00'39"06 (final)

Campeonato Regional de Invierno celebrado en Alcázar de San Juan (Ciudad Real) el 16 de febrero de 2008

Prueba	Tiempo
100 m libres	01'34"88
50 m libres	00'38"21 (eliminatória) 00'39"30 (final)

Campeonato Regional de Verano celebrado el 21 de junio de 2008 en Villarrobledo (Albacete)

Prueba	Tiempo
100 m libres	01'28"38
50 m libres	00'39"00 (eliminatória) 00'37"77 (final)

Campeonato Regional de Invierno celebrado el 7 de marzo de 2009 en Cuenca)

Prueba	Tiempo
100 m libres	01'30"41

Campeonato Regional de Verano celebrado el 27 de junio de 2009 en Valdepeñas (Ciudad Real)

Prueba	Tiempo
100 m libres	01'35"49
50 m libres	00'38"77 (2º puesto)

En la actualidad Miguel Ángel ya no compete, pero no se ha desvinculado de este mundo tan apasionante como es la natación, ahora el ejerce como monitor de natación en la asociación Los Delfines (Tomelloso) donde nadaba estos últimos años. También nos comenta, que sigue entrenando pero con más calma, simplemente para realizar este deporte que le apasiona, y dejando paso a las nuevas generaciones en esta disciplina.

6. NATACIÓN TERAPÉUTICA UTILITARIA

Hoy en día el término Natación Terapéutica se utiliza para designar aquellos programas de salud que se realizan en el medio acuático y cuya finalidad principal es la prevención, higiene y rehabilitación de las desviaciones de la columna vertebral y por otro lado a la compensación de enfermedades y lesiones que pueden aparecer en la etapa adulta, mediante la realización de ejercicios acuáticos característicos de la natación utilitaria y educativa.

Por lo tanto la natación terapéutica se divide en dos programas uno que trata la compensación de las desviaciones de columna vertebral, denominada Natación Terapéutica propiamente dicha, la cual se dirige exclusivamente a la población comprendida entre los 6 y los 16 - 18 años de edad, es decir en niños y adolescentes con alteraciones de columna como escoliosis, cifosis, hiperlordosis, etc. y el otro trata la compensación de enfermedades y lesiones del adulto, por lo que se llama Natación y Salud, tiene un objetivo prioritario el cual es la lucha contra la degeneración propia de las diferentes enfermedades y alteraciones producidas a lo largo de la vida en la etapa adulta.

Sabemos que desde hace más de 20 años el medio acuático y mas concretamente la natación se utiliza como complemento de las terapias en las desviaciones de columna vertebral. Se desarrolla así porque los traumatólogos, reumatólogos y rehabilitadores así lo pautan debido a los innumerables beneficios que posee este medio.

Dichos beneficios y ventajas que caracterizan y diferencian el trabajo acuático del terrestre según Konlian, C (1999) y Ariyoshi, M (1999), y que justifican plenamente los motivos de elección de un programa acuático como medio de trabajo, provocan y permiten trabajar con menor presión intervertebral, estrés a nivel y exceso de peso en músculos y ligamentos de la Columna vertebral. También se adquiere mayor movilidad articular, facilidad y libertad de movimientos con menos esfuerzo y por lo tanto con menor dolor en el momento de la ejecución. La flotabilidad horizontal que se adquiere permite liberar la columna vertebral de presiones intervertebrales, se produce un efecto relajante que provoca que la actividad realizada en el agua a cierta temperatura, facilite la circulación sanguínea a nivel de la periférica. Tampoco existe peligro de lesión a nivel de las articulaciones ni impacto en toda la columna vertebral, esto provoca una mayor motivación y la resistencia que ofrece el agua al mínimo movimiento permite que

se trabaje toda la musculatura del cuerpo en general. Otro beneficio, es que permite una rehabilitación física, tras un periodo de reposo total o intervención quirúrgica, más rápida en el tiempo. A nivel psicológico, tiene grandes beneficios y/o repercusiones ya que les permite ganar mayor autoconfianza a medida que van progresando.

No por ser llamado natación terapéutica, hemos de pensar en la natación propiamente dicha con sus 4 estilos de competición, ni en una terapia, diagnóstico... Sino que hemos de descubrir la infinidad de actividades acuáticas q surgen de la combinación de estos dos términos y ámbitos, ya sean de tipo higiénico, preventivo, utilitario, educativo-terapéutico, rehabilitador...

Dicha natación terapéutica, como hemos dicho anteriormente, utiliza como lugar de actuación el medio acuático a diferencia de las distintas terapias/programas existentes hasta ahora, aunque no son excluyentes entre ellos sino que se complementan.

Por lo que la natación utilitaria/educativa se basa en los siguientes principios básicos de: control postural, familiarización, respiración bilateral, flotación (ventral, dorsal y agrupada), propulsión (dorsal, ventral, lateral, vertical y sentada), desplazamientos (dorsales, ventrales, laterales, verticales y sentados) y juegos.

Para poder desarrollar lo anteriormente citado, Lloret. M (1995) presenta un programa con una progresión de ejercicios para la obtención de la correcta ejecución de las técnicas de estilos. En ningún caso se plantea este programa como la solución a los problemas que aparecen en el tratamiento acuático de las actitudes posturales de niños y adolescentes.

Este programa se divide en cuatro grupos de trabajo donde se realizan actividades para desarrollar uno general que trabaja la capacidad cardio-respiratoria, la fuerza, la resistencia muscular, la flexibilidad y el esquema corporal. En los demás trabajamos mas analíticamente la musculatura de la zona lumbar, dorsal, cervical y de los miembros inferior, con el trabajo de éstos podemos paliar o disminuir las siguientes patologías artrosis generalizada, asma, osteoporosis, escoliosis en adultos, hipertensión arterial, lumbalgias, ciáticas, hernias de disco, dorsalgias, cervicalgias, varices...

7. LA NATACIÓN Y EL OCIO

El ocio inevitablemente siempre ha estado unido a la natación, de las primeras actividades que se desarrollaron en Alcázar en las lagunas de Villafranca de los Caballeros y en la piscina Marcris que ya hemos comentado con anterioridad, pasamos a hablar de la natación como ocio en las Piscinas Municipales en la actualidad; todos sabemos, que en dicha localidad disponemos de instalaciones para practicar la natación tanto en invierno como en verano, por ello tenemos que diferenciar como es el ocio en cada instalación ya que resulta muy diferente en cada una de ellas.

Si nos fijamos en como es el ocio en la instalación de verano, primero hay que resaltar que al ser un recinto al aire libre las condiciones cambian porque dependemos de la climatología que exista en ese momento, aun así a dicha instalación se accede para disfrutar de los amigos, la familia, además de aumentar las relaciones personales y amistades. Acuden personas de todas las edades para disfrutar del agua de manera ociosa, es decir, en forma de juego. Podemos encontrar desde padres que van con sus hijos para interactuar con ellos en un mundo diferente hasta niños de todas las edades que van a disfrutar del agua como medio recreativo donde llevarán a cabo salto de todas las maneras (aun estando algunos prohibidos por los socorristas), juegos dentro de la pileta desde un pilla-pilla, hasta a ver quien aguanta mas debajo del agua. Por lo tanto vemos como el ocio en esta piscina es mucho más lúdico.

En esta instalación poco se puede nadar, como tal, en las horas punta, que es cuando mas usuarios hay en la piscina, por eso para ello o bien acuden a los cursos que el Patronato Municipal de Deportes propone o bien buscan las horas del día donde menos afluencia de usuarios hay. También tenemos que resaltar que a dichas instalaciones van grupos como los asistentes al Tiempo Guay, al Campus de Fútbol, de Baloncesto, etc.

Sin embargo si nos ubicamos en la Piscina Cubierta, el ocio es normalmente un poco mas serio, excepto, los sábados por la tarde y domingo por la mañana que van niños. Aquí el ocio se enfoca más a la práctica de la natación libre, es decir sin monitor, más que a la forma lúdica de la piscina de verano. Normalmente a esta instalación las personas que acuden realizan la natación como un deporte, es decir, van a nadar, o bien por entrenarse para realizar algún triatlón, etc.

Además las normas de la piscina cubierta son más estrictas en cuanto a la utilización de la instalación, es decir, dentro de la pileta no se puede jugar como a veces si se puede hacer en la de verano.

8. EL CLUB DE NATACIÓN ALCÁZAR Y SUS NADADORES

Club Natación Alcázar



El Club Natación Alcázar nació de forma espontánea después de una competición celebrada en la Piscina Municipal en el año 81, en estos años la Concejalía de Deportes estaba compartida por dos personas Jorge Garrido y Vicente Paniagua.

Esta primera competición en la Piscina Municipal fue muy curiosa según Cabanas, ya que como estaba recién inaugurada aún no había corcheras, por lo que se pusieron unas cuerdas para

hacer la separación de las calles. Después de esta actividad, un padre de uno de los nadadores (Lorenzo Requena) propuso a Luis Alberto Cabanas la opción de crear un club de natación para poder ir un poco organizados a estas competiciones.

En estos años sólo había 7 u 8 nadadores inscritos en Alcázar; por lo que los miembros del Club comenzaron a buscar nadadores haciendo pruebas a todas las personas interesadas, se hicieron promociones escolares, y si nadaba un poco bien el niño o la niña *o por lo menos no se ahogaban*⁸, pasaban a ser miembros del club. Por esta fecha allá en el año 81, estaba también como miembro del Club Fernando Campillo compañero de Luis Alberto Cabanas en la piscina Marcris como nadador. Una vez formado el club, empezaron a asistir a competiciones que se realizaban por los pueblos limítrofes como Campo de Criptana, Herencia, etc., aunque todavía no estaban federados. Unos años mas tarde el equipo de la piscina Marcris se unificó con el equipo de la Piscina Municipal, en ese momento había nadadores excelentes en el equipo de la Marcris como Javier Molina Tejedor y Antonio Quiros. Se siguió con esta dinámica hasta que años más tarde, se realizaron los Estatutos que lo constituían como un Club Deportivo Básico de carácter privado sin ánimo de lucro, con personalidad jurídica y patrimonio, con plena capacidad para obrar, para la promoción

8 Fuente oral Luis Alberto Cabanas Martín de Jorge

y práctica de sus asociados en actividades o competiciones deportivas. A partir de aquí, se realizaron las escrituras que daban fe y legalidad al Club, llevándose a efecto en el año 1998. Se constituye la primera Junta Directiva, formada por varios padres de nadadores entre los cuales estaban; Luis Alberto Cabanas Martín de Jorge como Presidente, Julián Infantes Novillo como Primer Vicepresidente, María Carmen Pérez García como Segunda Vicepresidenta, Miguel Ángel Tejero Castillo como Secretario, María Pilar Valverde Jiménez como Tesorera y por último como vocales comparecían María Dolores Serrano Palomares, María Josefa Abengozar Pradillo, María Inmaculada Calatayud Barrilero, Enrique Fernando Álvarez Rubio, José Luis Serrano Casero, Teresa Cosin Alberca y Miguel Ángel Pascual Muñoz.

Este Club en sus inicios practicaría como modalidades deportivas principales la natación y el waterpolo. Afiliándose inmediatamente a la Federación de Natación de Castilla La Mancha. El domicilio social estaba establecido en la calle Juan Carlos I nº 1 2º B1, aunque las oficinas se encuentran hoy en día en las instalaciones de la Piscina Cubierta Municipal. Anteriormente pasaron por diferentes edificios de la ciudad como por ejemplo el Edificio de la actual Oficina de Turismo situado en los alrededores de las oficinas de Aguas de Alcázar, también en unas de las dependencias de la Piscina Municipal de Verano, etc.

Entre las cláusulas de los Estatutos del Club Natación Alcázar, se recogen varias disposiciones las más destacadas son que el número de socios es ilimitado, para ser admitido como socio será necesario solicitarlo por escrito a la Junta Directiva y abonar la cuota establecida, la condición de socio se pierde por voluntad propia, por falta de pago de la cuota durante tres meses consecutivos o por faltas cometidas, previa instrucción de expediente y con audiencia del interesado, los socios del club pueden ser de número (aquellos socios que siendo mayores de edad soliciten y obtengan la admisión abonando la cuota de entrada establecida); aspirantes (mayores de dieciséis años y menores de dieciocho en igualdad de condiciones que los anteriormente citados); por último estarían los socios honorarios (aquellas personas a quienes sea concedida tal distinción por la junta directiva). Esto da lugar a que se redacten una serie de derechos y deberes para los socios siendo estos los siguientes:

Los derechos detallados son participar en la consecución de los fines deportivos del club, conocer las actividades del club y examinar las actas de las sesiones de sus órganos, expresar libremente sus opiniones dentro del club, ser electores y elegibles para los órganos de representación y gobierno teniendo el derecho de sufragio activo los mayores de dieciséis años y de sufragio pasivo los mayores de dieciocho y por último separarse libremente del club.

Entre los deberes encontramos abonar las cuotas de sostenimiento del club aprobadas por la asamblea general, contribuir a la consecución de los fines

del club, adecuar su actuación como miembro del club a lo establecido en los estatutos, acatar las disposiciones dictadas por la presidencia o junta directiva, colaborar en la gestión y administración del club si fuera elegido.

La Asamblea General es el órgano supremo de gobierno la cual está integrada por todos los socios de pleno derecho. Dicha asamblea se reunirá como mínimo una vez al año con carácter ordinario. El presidente y los miembros de la Junta Directiva se establece que serán elegidos mediante sufragio libre. El régimen documental del club está compuesto por un libro de acta, un libro de contabilidad y un libro de registro de socios.

Sabemos que el club fue creciendo a lo largo de todos estos años, en sus comienzos fueron pocos los nadadores inscritos y estos fueron aumentando progresivamente hasta llegar a ser 150 nadadores. No obstante los últimos años ha estado en 90 nadadores, aunque hace unos 5 ó 6 años hubo un descenso notable, en este año de 2011 concretamente el número de nadadores ha disminuido bastante debido al elevado numero de actividades que hoy en día tienen los niños y niñas de la localidad. Siempre las bajas se han notado mas cuando los nadadores han tenido que cambiar de ciudad por motivos de estudios o laborales, etc.



En los comienzos del Club, el primer entrenador fue Luis Alberto Cabanas aunque años más tarde tomo las riendas su hermano Fernando Cabanas Martín de Jorge "Ferdí", éste estuvo al mando del Club hasta más o menos el año 95. A partir de aquí, siguió como entrenador Enrique Rubio Álvarez "Quique" el cual estuvo al frente hasta el año 2002 aproximadamente, junto a él como colaborador estuvo Agustín Pacheco Vargas que ocupó el puesto de entrenador durante los meses siguientes a la marcha de "Quique". Desde Marzo de 2003 hasta la actualidad se hace cargo de dicho entrenamiento Miguel Ángel Pascual Muñoz, con Julián Castellanos Barrilero, Nuria Fernández López y Dante Dominio Crespo como ayudantes, existiendo en la actualidad de nuevo escuela de natación, siendo su entrenadora Cristina Joven Pérez.

Persona destacada en la natación de Alcázar de San Juan

LUIS ALBERTO CABANAS MARTIN DE JORGE



Nació el 29 de Agosto de 1947 en Madrid, pasando su infancia y sus estudios de bachiller en Alcázar de San Juan, trasladándose posteriormente a Madrid a seguir con sus estudios superiores universitarios de Ingeniería de Minas sin llegar a terminarlos. Durante un tiempo trabajó en Madrid y posteriormente comenzó a trabajar en la fábrica de Uralita de Alcázar de San Juan.

Sus inicios en el mundo de la natación fueron en el equipo de la Piscina Marcris, equipo que dejó por su traslado a Madrid por motivos de estudios. Durante sus primeros años en la capital, estuvo nadando

en el equipo del Vallehermoso, dejando esta práctica acuática por incompatibilidad con su formación universitaria. Aunque su vida siempre ha estado ligada a este mundo no es hasta el año 1980, cuando forma en Alcázar un Club de natación por la insistencia del padre de un nadador local Lorenzo Requena, y la creación de la piscina municipal en Alcázar, dicha asociación en sus inicios dependía de Patronato de Deportes Municipal (P.D.M) de Alcázar de San Juan, como sección de natación, y el cual en su origen fue llamado como Club Natación Alcázar del P.D.M, al frente estaba él como entrenador ayudado por Fernando Campillo, después tomó las riendas él solo, hasta que llegó Ferdi (Fernando Cabanas Martin de Jorge). Sobre 1982 se llevó a cabo la federación de dicho Club, pasándose a denominar Club Natación Alcázar simplemente aunque todavía seguían dependiendo de la Sección de Natación del P.M.D, en 1998 llegó la independencia definitiva, se establecen los primeros estatutos, creándose la primera Junta Directiva siendo el Presidente Luis Alberto Cabanas Martin de Jorge hasta el año 2002 ya que lo tuvo que dejar porque fue nombrado Presidente de la Federación de Castilla la Mancha de Natación estando desempeñado el cargo hasta noviembre de 2011, el cual lo tuvo que dejar por motivos personales.

Fue delegado Provincial de Ciudad Real desde 1987 hasta 2002, en ese periodo también fue miembro de la Junta Directiva de la Federación Territorial de Natación de Castilla la Mancha, siendo primer vicepresidente en las dos legislaturas anteriores al nombramiento de presidente de la misma. Ha formado parte también de la Junta Directiva de la Real Federación Española de Natación (RFEN) desde el año 2004 hasta la fecha, desempeñando

diferentes cargos entre los que encontramos Presidente de la Sección de Máster de la RFEN, Delegado Nacional de Natación en varios Campeonatos Internacionales entre los cuales destacan los Juegos del Mediterráneo de 2005, miembro electo de la Comisión Delegada de RFEN durante las dos últimas legislaturas.

En este año 2012 ha obtenido la Medalla de Plata al Merito Deportivo 2011 concedida por la Junta de Comunidades de Castilla La Mancha en los Premios y Distinciones de la misma.

Nadadores del Club Natación Alcázar

JOSÉ JAVIER CABANAS ALBERCA⁹



El currículo deportivo de este nadador es hasta 2009, ya que en el 2010 dejó prácticamente de nadar. Siendo 2009 el último año de entrenamiento al 100%, fue fichado por el Club Natación Alcázar en esta última temporada.

A modo de biografía, José Javier nació en Alcázar de San Juan el 25 de febrero 1984, su primera ficha como nadador del club natación fue del año 1993, aunque realmente, él mismo no recuerda cuando aprendió a nadar, ya que era muy pequeño cuando comenzó en este deporte.

Recuerda que el presidente del Club en aquella época era su padre Don Luis Alberto Cabanas, por lo que lo tenía muy fácil iniciarse en las competiciones, ya que al igual que cualquier alcazareño, tuvo todo tipo de medios para aprender a nadar, ya que a su padre le encantaba

enseñar a nadar y en Alcázar en estos años según él, *teníamos todos los medios con la inauguración de la piscina cubierta.*

A finales de los años 90 ya empezó a destacar a nivel regional. En estos momentos el entrenador del equipo era Fernando Cabanas y Miguel Ángel Pascual, ya en el año 2000 logró su primera medalla en un campeonato nacional en 100 metros mariposa, logró un fabuloso 2º puesto a falta de 2 décimas para lograr el oro, en esta temporada el entrenador había

9 Autobiográfico

cambiado y era Enrique Álvarez "Kike", al año siguiente quedó tercero en el campeonato Junior de Castilla La Mancha.

El 11 de Septiembre del año 2001 marchó para Madrid al centro de alto rendimiento "Joaquín Blume", becado por el Consejo Superior de Deportes. El entrenador en esta época era Antonio Oca, actualmente, técnico de la Federación de Castilla La Mancha de Natación. Fueron momentos realmente duros de entrenamientos, estudio, etc.... No obstante todo esfuerzo tiene su recompensa y esa temporada fue una de las mejores, logrando 5 medallas de oro en pruebas individuales y consiguiendo dos mejores marcas nacionales (récord) de 18 años, en 50 metros espalda y 50 metros mariposa, estas marcas han durado 5 años, arrebatándoselas los mejores nadadores que hay en el momento en España, Rafael Muñoz 50 metros mariposa y 50 metros espalda Wildeboer. En esta temporada logró clasificarse para el Europeo Junior Celebrado en Austria. Debutó en 50 y 100 metros en estilo mariposa, llegando en 50 metros a las semifinales.

En las temporadas siguientes abandonó el Club Natación Alcázar para fichar por el Club madrileño Moscardó, aquí recibió su primer sueldo de nadador durante 2 temporadas, en las cuales logró varias medallas en categoría absoluta.

Al año siguiente fichó por el club catalán Sant Andreu, por una suculenta oferta económica que le hizo ponerse a disposición del club, durante una temporada, en la cual logró varias medallas individuales y en relevos.

En el año 2006 volvió al Club madrileño Alcorcón, en el cual estuvo 4 temporadas, logrando récord de España en todas las distancias; 4x50 metros estilos, 4x100 metros estilos excepto en 4x200 metros crol. En este club comenzó también su vida laboral como entrenador de la categoría infantil en el año 2008, año en el que terminó de estudiar un Ciclo Superior en Actividades Físicas y Animación Deportiva, al terminar empezó la carrera de Relaciones Laborales, pero la abandonó en el primer año de curso y comenzó sus estudios en Magisterio de Educación Física.

Actualmente se dedica a la enseñanza de la natación y a realizar actividades extraescolares en varios colegios, también en estos momentos está desarrollando un proyecto maravilloso sobre enseñanza de la natación, financiado por la Federación de Natación de Castilla la Mancha.

Temporadas en los diferentes clubes

2001/2008 Nadador profesional (Clubes a los que he pertenecido durante mi carrera deportiva, 1989/2001 Club Natación Alcázar, 2002/2004 Club Natación Moscardó, 2004/2005 Club Natación Sant Andreu, 2005/2008 Club Natación Alcorcón-Arena).

2001/2004. Becado por el *Consejo Superior de Deportes* para entrenar en el centro de alto rendimiento "Joaquín Blume" de Madrid.

2004-2008. Becado por el programa Olímpico Castilla-La Mancha.

Méritos deportivos. Año 2009

Verano

Prueba	Tiempo	Puesto
50 metros espalda	Eliminatoria: 00'26''67 Final: 00'26''66	8º
50 metros crol	Eliminatoria: 00'23''48 Final: 00'23''23	13º
100 metros crol	Eliminatoria: 00'51''44 Final: 00'51''55	15º
4 x 50 metros crol	00'22''24	En la tercera posta
4 x 100 metros estilos	00'56''58	Espalda
4 x 50 metros estilos	00'26''78	Espalda

Liga

Prueba	Tiempo	Puesto
100 metros espalda	00'56''60	10º
100 metros estilos	00'56''80	11º
50 metros espalda	00'25''55	8º
100 metros crol	00'48''79	5º
4 x 100 metros crol	00'47''65	Tercer relevista
4 x 50 metros crol	00'21''65	Tercer relevista

Open

Prueba	Tiempo	Puesto
50 metros crol	Eliminatoria: 00'23''16 Semifinal: 00'23''08 Final: 00'23''20	8º
50 metros espalda	Eliminatoria: 00'27''16 Semifinal: 00'27''12	14º
50 metros mariposa	Eliminatoria: 00'24''82 Semifinal: 00'24''90	15º

Año 2008

Diciembre

Prueba	Tiempo	Puesto
50 metros mariposa	00'24''45	9º
50 metros espalda	00'25''46	6º
4 x 50 metros crol	00'21''86 4ª posta	1º
4 x 100 metros crol	00'48''61 3ª posta	1º
100 metros espalda	00'56''36	19ª

Open

Prueba	Tiempo	Puesto
50 metros espalda	Semifinal: 00'27''11 Final: 00'26''89	4º
100 metros espalda	00'58''78	8º

Liga

Prueba	Tiempo	Puesto
50 metros espalda	00'25''62	4º
100 metros espalda	00'56''22	7º
200 metros espalda	02'06''20	7º
4 x 50 metros crol	00'21''88	Cuarto relevista
4 x 100 metros crol	00'49''77	

Campeonato de verano

Prueba	Tiempo	Puesto
50 metros crol	Semifinal: 00'23''94 Final: Baja	
50 metros mariposa	Semifinal: 00'25''35 Final 00'24''77	4º
50 metros espalda	Semifinal: 00'26''42 Final: 00'26''21	2º
4 x 50 metros crol	00'22''29	Segundo relevista
4 x 100 metros crol	00'50''90	Segundo relevista

4 x 50 metros Estilo Individual: Espalda	00'26''89	Primer relevista
4 x 100 metros Estilo Individual: Espalda	00'58'89	Primer relevista

2007

Prueba	Clasificación
4 x 50 metros Estilos, piscina de 25 metros	1 ^{er} Clasificado Cto España Absoluto
4 x 50 metros Estilo → Record de España	1 ^{er} Clasificado Cto España Absoluto de verano
4 x 50 metros Libres → Record de España	1 ^{er} Clasificado Cto España Absoluto de verano
50 metros espalda	2 ^o Clasificado Cto España Absoluto de verano
4 x 50 metros Libres, piscina de 25 metros	2 ^o Clasificado Cto de España Absoluto
50 metros espalda, piscina de 25 metros	5 ^o Clasificado Cto España Absoluto
100 metros espalda, piscina 25 metros	5 ^o Clasificado Cto España Absoluto
50 metros espalda	3 ^o Clasificado Cto España Absoluto Open
50 metros mariposa	5 ^o Clasificado Cto España Absoluto Open

2006

Prueba	Clasificación
4 x 50 metros Estilos, piscina de 25 metros	2 ^o Clasificado Cto España Absoluto
4 x 50 metros Libre	3 ^{er} Clasificado Cto España Absoluto
50 metros espalda	5 ^o Clasificado Cto España Absoluto Open
50 metros mariposa, piscina de 25 metros	7 ^o Clasificado Cto de España Absoluto

50 metros mariposa	12º Clasificado Cto España Absoluto Open
100 metros libre	13º Clasificado Cto España Absoluto Open
50 metros libre, piscina de 25 metros	17º Clasificado Cto España Absoluto
Ranking Nacional	3 ^{er} Clasificado

2005, 2004 y 2003 (resultados destacados)

50 metros espalda	2º Clasificado Cto España Absoluto Verano
50 metros mariposa	3 ^{er} Clasificado Cto España Absoluto Verano
Swim Cup, Ámsterdam (selección absoluta)	50 metros mariposa 100 metros mariposa 50 metros libres 100 metros libres
Copa Latina, Mar de Plata, Argentina (selección absoluta)	50 metros mariposa 100 metros mariposa 4 x 100 metros libres 4 x 100 metros estilos

Premios concedidos

2003. Mejor deportista de Ciudad Real. Concedido por la Diputación de Ciudad Real.

2004. Premio al mejor deportista de Ciudad real. Concedido por la asociación periodística de Ciudad Real.

2005. Medalla de plata al merito deportivo concedida por la junta de comunidades de Castilla-La Mancha.

ARANTXA MUELA BUITRAGO¹⁰



Nació en un lugar de la Mancha cuyo nombre siempre quedará en su memoria, donde su familia y su vida siempre estarán allí. Desde pequeña ya sentía mucha atracción por el agua (por la piscina). A los 3 añitos sus padres ya veían como podía disfrutar en un medio tan sublime para ella. Por ello la llevaron a la escuela de natación a los 4 añitos donde allí le enseñaron a nadar, en

la piscina municipal de Alcázar de San Juan. Y de allí ya no salí hasta los 15 años para emigrar a otra ciudad. Viendo los monitores que tenía una vocación total por la natación y unas cualidades innatas, a los 7 años entré en el Club Natación Alcázar para así poder practicar a un nivel superior mi deporte favorito. Disfrutaba como niña que era de algo que llevaba dentro; se esforzaba porque lo sentía, lo vivía interiormente. Hasta que se fue metiendo más y más en este mundo acuático. La gente, los padres, su entrenador, los demás clubes vieron a una chica que era feliz, que nadaba sin dificultad, era todo innato. Hasta que fue destacando un poquito más; poco a poco y dónde con el tiempo ya la conocían como "Arantxa Muela" futura promesa de la natación manchega. Pasaron los años, y a los 12 años cuando era alevín, ya podía competir en su primer campeonato de España celebrado en Valladolid donde se proclamó Campeona de España en 100 metros libres y 100 metros mariposa, el 1999 fue un año maravilloso que nunca olvidará. Y así fue compitiendo en Campeonatos Nacionales registrando mejores marcas nacionales y revalidando el título de Campeona de España.

A los 15 años, le concedieron una beca para el centro de Alto Rendimiento de Madrid (Blume) fue entonces cuando abandonó su ciudad natal (Alcázar de San Juan). Y allí siguió su carrera natatoria hasta conseguir llegar a unos Campeonatos de Europa celebrados en Glasgow en el año 2003 quedando como finalista en 200 mariposa.

Recogiendo sus palabras entorno a la natación, dice: *está claro que la natación yo la viví desde que nací, lo llevaba en mi sangre, y esto es algo*

10 Autobiográfico

que un deportista que se dedica a ello lo nota, lo sabe. Yo lo sabía, desde los 3 o 4 años ya en la escuela lo veía y el monitor me lo decía. Con ello quiero dar las gracias a mi primer monitor José Luis Blanco, mi entrenador a quien nunca olvidaré "FERDI" que en paz descanse. Por último, Quique.

Actualmente es licenciada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, vive en Barcelona, ya que por motivos de la natación, me fichó, además de otros, un club catalán (Sant Andreu), y a los 18 años (después de estar interna 3 en la Blume) se fue a esta ciudad a nadar y a estudiar. Recogiendo otra vez sus palabras, dice que *decidí estudiar más que nadar, ya que sabemos que de la natación no se puede vivir eternamente, y estudié INEFC en Montjuic, Barcelona además de un año de Biología y acabando la carrera de Inefc aquí en Barcelona empecé mi carrera profesional laboral hace ya 5 años, a los 20. Siendo entrenadora superiora de natación, entrenadora personal, y dedicada al mundo de deporte de actividades acuáticas, especialidad y dirigidas y sabiendo gestionar todo tipo de sectores deportivos.*

Temporada	Campeonato	Prueba	Clasificación
Año 1999	Campeonato de España de la Juventud. Valladolid	100 m libres 100 m mariposa 400 m libres	1ª 1ª 6ª Mejor marca nacional
99/00	Campeonato de España Infantil. Barcelona (Picornell)	100 m mariposa 200 m mariposa	1ª 1ª Mejor marca nacional
99/00	Copa Comen. Turquía	200 m mariposa 100m mariposa	3º
00/01	Campeonato de España Infantil. Terrasa	100 m mariposa 100 m libres 200 m libres	1ª 1ª 3ª
00/01	Jornadas Olímpicas de la Juventud. Murcia	100 m mariposa	Finalista
01/02	Campeonato de España Junior de invierno. Ibiza	100 m mariposa 200 m mariposa 50 m mariposa	1ª 1ª 2ª Mejor marca nacional

01/02	Campeonato 6 naciones. Glasgow		
01/02	Campeonato Europeo Junior. Linz (Austria)		
01/02	Campeonato de España Junior de verano. Salamanca	100 m mariposa 50 m mariposa 200 m mariposa	1ª 2ª 2ª
02/03	Campeonato 3 Naciones Junior. León	100 m mariposa 50 m mariposa	2ª Mejor marca nacional
02/03	Internacional. Canet (Francia)	100 m mariposa	2ª
02/03	Campeonato de España Junior. Barcelona	50 m mariposa 100 m mariposa 200 m mariposa	1ª Mejor marca nacional
02/03	Campeonato Europeo Junior. Glasgow	200 m mariposa	Finalista y 8º
02/03	Campeonato de España de verano. Palma de Mallorca	50 m mariposa 100 m mariposa 200 m mariposa	1ª Mejor marca nacional
03/04	Campeonato de España absoluto de invierno. Valladolid.	200 m mariposa 50 m mariposa	3ª Mejor marca nacional
03/04	Copa latina. Argentina	100 m mariposa 200m mariposa	3º
03/04	Campeonato Internacional. Luxemburgo		
03/04	Campeonato de España absoluto de verano. Barcelona	50 m mariposa	2º Mejor marca nacional 17 años
04/05	Campeonato de España absoluto de invierno. Valencia	200 m mariposa	3ª

04/05	Campeonato de España absoluto de verano. Calella (Barcelona)	100 m mariposa	3ª
05/06	Campeonato de España absoluto de invierno. Barcelona	100 m mariposa	6ª
05/06	Campeonato de España absoluto de verano. Almería	100 m mariposa	4ª

DAVID INFANTES SERRANO¹¹



Nació el 4 de enero de 1982 en Alcázar de San Juan, empezó en el mundo de la natación cuando tenía 4 años con los cursillos de verano. Al principio no le gustaba este mundo mucho y para que no llorase, sus padres le compraban un Calipo al salir de la piscina. Con el tiempo fue subiendo de nivel en dichos cursillos y a los 9 años entró en el Club de Natación Alcázar.

Al principio nadaba un poco de crol y espalda, pero al final su mejor estilo fue la mariposa. Enseguida mejoró sus tiempos y consiguió ganar en los Campeonatos Regionales de su categoría en los 100 metros y 200 metros mariposa. Esto fue durante bastantes años, hasta que dejó de nadar. Se le daban mejor las pruebas largas de mariposa, ya que en los 50 m se ha quedado segundo algunas veces, y aunque en menos ocasiones también en las pruebas de 100 metros.¹²

En 1996, fue a su primer Campeonato de España de la Juventud que se celebró en Málaga, en 1997 un año después, el mismo Campeonato se vuelve a celebrar en Cartagena, en estos dos campeonatos llegó a competir pero no logró meterse en las finales. En 1998 en Huesca, ya en categoría

11 Autobiográfico

12 Que él recuerde una vez en Talavera de la Reina, sería en categoría promesas mas o menos.

Infantil, compitió consiguiendo meterse en final B en 100 m y 200 m mariposa quedando 17º y 12º respectivamente. En Murcia 99, donde ya era categoría Junior, se metió otra vez en final B en 100 m mariposa y quedó aproximadamente en el puesto 12, y en 200 mariposa el 6º.

En Barcelona 2000, en 200 mariposa se clasificó con el mejor tiempo quedando 3º (medalla de bronce) de la final A. Quedándose 2º de su año con un tiempo de 02'08" en 200 m mariposa en piscina de 50 metros.

En septiembre de 2000 se fue a Ciudad Real a estudiar, donde estuvo unos tres años entrenando allí, pero federado con Alcázar. Luego se cambió en Ciudad Real con el Club Alarcos. En los años siguientes del comienzo de su carrera universitaria "Ingeniería Química", no hizo mínimas para campeonatos de España, aunque sí participaba en los Campeonatos de España de Comunidades.

Volvió a conseguir las marcas para los distintos campeonatos, en el de España de Comunidades, celebrado en Palma de Mallorca (2003). A partir de entonces conseguía las marcas para los Campeonatos de España de invierno y verano. En estas competiciones ya era absoluto y el mejor resultado fue en 200 mariposa, en Calella (Barcelona) donde ganó la final B quedando en 9ª posición, mejorando tiempos realizados en la final A. Casi siempre tenía final B en 200 m mariposa y alguna vez en 100 m mariposa. En Cádiz en el open quedó en 10ª posición. En 2006 fue al Campeonato de España Universitario quedando 1º en 100 m mariposa.

Ha participado en 9 Campeonatos de España por Comunidades Autónomas. Obteniendo el mejor resultado en el celebrado Madrid haciendo un tiempo de 02'03" en 200 mariposa por lo que obtuvo medalla de bronce, es decir quedando en el 3º puesto.



Ha asistido a la Gala del Deporte Regional en 2001 por la medalla obtenida en Barcelona 2000. También ha sido nombrado como mejor nadador masculino infantil y absoluto en las Galas Provinciales. Actualmente no está federado aunque le proponen nadar en máster. Nada habitualmente un par de veces por semana. En el plano personal, terminó la carrera de Ingeniería Química y ahora está terminando el

doctorado también en la misma modalidad, es profesor de secundaria de química.

NOEMÍ MARTÍNEZ MAROTO¹³



Sus inicios en una piscina se dieron cuando tenía 4 años, ella misma les dijo a mis padres que quería ir a natación como un vecino suyo. Sus padres no estaban del todo convencidos, porque era muy pequeña, pero al final la llevaron. El segundo día de cursillo, esperando para entrar al agua, se quiso ir a casa y mi madre se enfadó conmigo. Han pasado ya 20 años de todo eso y jamás he vuelto a decir que no quiero ir a natación.

Con 6 años me federé con el Club Natación Alcázar y empecé a competir. Durante todos estos años han sido numerosos los campeonatos y trofeos a los que he asistido, tanto provinciales, como regionales y nacionales, obteniendo como mejor resultado un 4º puesto en el Campeonato de España Infantil celebrado en Tarrasa en el año 2001.

Actualmente sigo unida a este mundo que tantas y tantas alegrías me ha aportado. No solo estoy involucrada a nivel deportivo, sino también como árbitro y monitora, con lo que disfruto enormemente.

Después de tantos años "oliendo el cloro" a diario, me parece que me falta algo para terminar el día cada vez que no voy a entrenar.

Aunque este año estaré un poco apartada a nivel deportivo, si que seguiré entrenando e informada de todos los resultados de mis compañeros, y por supuesto, ayudándoles en todo lo que pueda para afrontar las citas importantes de la temporada. Esto no significa un "adiós" para siempre, sino un "hasta luego" porque dudo mucho que sea capaz de poner punto y final a este deporte que tanto me gusta.

Marcas conseguidas por los nadadores del C. N. Alcázar.

Campeonato Regional por edades en Talavera de la Reina (Toledo)

Nadador	Prueba	Marca	Clasificación
Miguel Ángel Pascual Muñoz	50 m libres	00'28''45	2º (edad 16-17 años)
Antonio López Delgado	50 m libres 100 m libres 100 m mariposa	00'28''15 01'03'' 01'14''	1º (edad 16-17 años)

Fase Final de los Campeonatos de Natación de Alcázar (1992)

Nadador	Prueba	Marca
Lorenzo Requena	50 m libres	00'26''20

Campeonato de España en Puerto de Santa María (Cádiz)

Nadador	Prueba	Marca	Clasificación
José Luis Serrano Núñez	400 m libres	Acreditado: 04'32''51 Final: 04'29''68	16º
	100 m libres	Acreditado: 00'57''91 Final: 00'58''23	

Campeonato de España de Promesas "José Sagreras", Xirivella (1996)

Nadador	Prueba	Marca	Clasificación
Livia Diezma Pérez	400 m libres	05'44''01	4º Final A
Pablo Oropesa	100 m mariposa	01'16''87	7º Final A
	50 m libres		8º
	100m mariposa		8º
Arantxa Muela Buitrago	50 m libres 100 m libres	00'35''43 01'17''68	Campeona Campeona

Carlos Plaza	100 m braza	01'25''80	4º
Relevos masculinos	4 x 100 m libres		13º
Relevos femeninos	4 x 100 m estilos 4 x 100 m libres	05'52''22	15º 17º

Campeonato de España Huesca verano de 1998

Nadador	Prueba	Marca	Clasificación
David Infantes Serrano	200 m mariposa	02'17''67	6º
	100 m mariposa	01'02''45	11º

Campeonato de España Murcia verano de 1999

Nadador	Prueba	Marca	Clasificación
David Infantes Serrano	100 m mariposa	01'00''55	6º
	200m mariposa	Eliminatoria: 02'14''03 Final: 02'12''41	2º

II Liga Territorial 1999

Nadador	Prueba	Marca
Arantxa Muela Buitrago	200 m espalda 200 m estilo individual 800 m libres	02'39''47 02'42''66 10'08''29
Noemí Martínez Maroto	200 m espalda 800 m libres	02'48''30 11'21''25
José Javier Cabanas Alberca	200 m espalda 100 m braza 200 m estilo individual	02'25''79 01'16''12 02'22''76

Laura Alonso Leal	100 m mariposa 200 m espalda 100 m libres	01'27''47 02'47''13 01'10''89
Alba María Tejero Morales	100 m braza	01'29''78
Joan Lorente López	100 m mariposa 200 m espalda 100 m libres	01'10''15 02'30''20 01'03''59
Javier Leal Marchante	100 m mariposa 200 m espalda 100 m libres	01'13''29 02'44''01 01'02''88
Yolanda Luceron García	200 m espalda 100 m libres	02'57''95 01'13''48
Adrian Serrano Núñez	100 m libres	01'13''06





BIBLIOGRAFÍA

- CABEZAS SÁNCHEZ, Primitivo. *Cinco Casas y su entorno 1732-1991*. Cinco Casas.
- CAMIÑA FERNANDEZ, Francisco. *Natación 1 Generalidades*. 1993.
- CANCELA CARRAL, José María. *La Iniciación deportiva: la natación*. 2003.
- COUNSILMAN, James E., *La Natación. Hispano Europea*.
- DUBOIS, Claude. *Natación: "de la escuela... a las asociaciones deportivas"*. 1992.
- GOSÁLVEZ GARCÍA, Moisés y otros. *Natación y sus especialidades deportivas*.
- HINES, Emmett. *Natación. Hispano Europea*.
- MAZUECOS PASTOR, Rafael. *Hombres, Lugares y Cosas de La Mancha*. Alcázar de San Juan (1959- 1957). Fascículos 1- 58.
- NAVARRO, Fernando y otros. *Natación. COE*.
- LLOPIS ORREGO, M^a del Mar. *Bajo la mirada de Heracles: Los usos sociales del agua como fuente de salud y placer*. Colección Vítor. Ediciones Universidad de Salamanca. 2010.
- LLORET RIERA, Mario. *Natación Terapéutica*. 2007.
- PANIAGUA ROPERO, E. *Efemérides*. Sin publicar.
- Reglamento técnico Federación Internacional de Natación 2001/2005.

ARCHIVO HISTÓRICO MUNICIPAL. ALCÁZAR DE SAN JUAN

Hemeroteca

Canfali

Diario Lanza

El Semanal de La Mancha

Diario de Ibiza

La Tribuna

El Día de La Mancha

El Pasaje

FUENTES ORALES Y COLABORADORES

Luis Alberto Cabanas Martín de Jorge
Manuel de la Guía Angulo
Celia Escobar Saiz
Loli Saiz Grande
Julián Martínez Flores
José Fernando Sánchez-Mateos "Nando"
José Luis Blanco García-Pando
Javier Molina Tejedor
Miguel Ángel Simarro
José Javier Cabanas Alberca
Arantxa Muela Buitrago
David Infantes Serrano
Noemí Martínez Maroto
Lorenzo Requena
Aurelio Escribano
Manuel Montes

WEB

<http://fundacionculturaydeporte.com/?q=node/250>; consultar en área de deportes, reto de la capacidad y 2008 Cruce a nado del Estrecho de Gibraltar consulta realizada el 09/11/2011.

Este nº 47 de TESELA
se termino de imprimir el
8 de junio de 2012 en recuerdo
de que en el mes de junio de 1950,
se abrió en Alcazar de San Juan, la primera
piscina publica de la provincia, a iniciativa de
D. Leoncio Saiz Paniagua. La llamo "Macris", como acrónimo
de María Cristina, nombre de su hija mayor. No pudo ponerse
en marcha hasta septiembre por los trámites oficiales de la época.

NÚMEROS PUBLICADOS

1. Las estaciones de mi estación, José Luis Mata Burgos
2. Premio de Poesía de la Federación de Asociaciones de Vecinos, (Años 1991-1995)
3. Consideraciones sobre la villa romana de Alcázar de San Juan (Ciudad Real), Carmen García Bueno
4. Suite de la casa en el campo, Amador Palacios
5. La antigua ermita ya desaparecida de Santa Ana, de Alcázar de San Juan (Ciudad Real), Rafael Rodríguez-Moñino Soriano
6. El ferrocarril dentro del casco urbano. El modelo de adecuación de Alcázar de San Juan (1850-1936), José Angel Gallego Palomares
7. La Mancha de Cervantes: evolución en el tiempo, Julián Plaza Sánchez
8. La arquitectura modernista en los pueblos de la Ruta Central del Quijote (Apuntes para su estudio), Ricardo Muñoz Fajardo
9. El Motín//correo 021: Parada Accidental (Cuentos Históricos), Mariano Velasco Lizcano
10. Bosque de niebla y Ricino para el amanecer (poesía), Antonio Fernández Molina.
11. Premios de Poesía de la FAVA. Dibujos de Ángel Vaquero.
12. La ruta de Don Quijote... y Azorín, Mariano Velasco Lizcano. Dibujo de portada de Ángel Vaquero.
13. Las vías de la modernización. Ferrocarril, economía y sociedad en la Mancha, 1850-1936. José Ángel Gallego Palomares.
14. Alcázar de San Juan: Cooperativismo 1900-1950. (La Equidad, La Alcazareña, La Benéfica, La Confianza, La Esperanza, La Popular, La Unión). Francisco José Atienza Santiago y Barbara Sánchez Coca.
15. La historia evangélica de la comarca de Alcázar de San Juan (Siglos XVI-XXI). José Moreno Berrocal. Dibujo de portada de Ángel Vaquero.
16. Evolución demográfica de Alcázar de San Juan 1857-1998. Soraya Sánchez Valverde.
17. Hombres y documentos del pensamiento en Alcázar de San Juan (1857-1998). Santiago Arroyo Serrano.
18. Alcázar de San Juan. Trágicos años 30. Sombríos años 40. Teófilo Zarceño Domínguez.
19. Alcázar de San Juan en guerra, 1936. La ruptura revolucionaria del campo tranquilo. Jose Ángel Gallego Palomares.
20. República y guerra civil en la Mancha de Ciudad Real (I). Los años republicanos. Bienio progresista 1931-1933. Apuntes sobre Alcázar de San Juan. Mariano Velasco Lizcano.
21. Colectividades en Alcázar de San Juan. Francisco José Atienza Santiago.
22. La política educativa de la Segunda República en Alcázar de San Juan: El Instituto de "La Covadonga". M^a. Teresa González Ramírez, M^a. Nieves Molina Ajenjo y Jesús Simancas Cortés.
23. Dos modelos de conflictividad social en Alcázar de San Juan durante la II República: La huelga de la siega y la revolución de octubre de 1934. Carlos Fernández-Pacheco Sánchez Gil y Concepción Moya García.
24. Las actas municipales durante la alcaldía de Domingo Llorca Server. Alcázar de San Juan. (Abril 1936-febrero de 1938). Miguel Ángel Martínez Cortés.
25. Violencia y guerra civil en la comarca de Alcázar de San Juan (1936-1943). Damián A. González Madrid.
26. Cartas Republicanas. Felipe Molina Carrión.
27. Comportamientos de la mujer alcazareña (1900-1950). Perspectiva histórica. Irene Paniagua Barrilero.
28. La violencia como factor político: revolución y contrarrevolución. José Ángel Gallego Palomares.

29. Un punto estratégico en la defensa de Madrid. Alcázar de San Juan 1936-1939. Felipe Molina Carrión.
 30. La Biblia y el Quijote. José Moreno Berrocal.
 31. El Camarín de la Virgen del Rosario de Santa María la Mayor de Alcázar de San Juan: un estudio iconográfico y antropológico. Ana Belén Chavarrías Abengózar.
 32. Cruce de Caminos (2005-2007). Baudilio Vaquero Pozo.
 33. Certamen Literario de la FAVA (del XI al XV.).
 34. Patrimonio geológico y paleontológico de Alcázar de San Juan. Carriondo Sánchez, J.F., Sánchez Zarca, M.T. y Vaquero A.
 35. Apuntes para una historia del fútbol en Alcázar de San Juan I (Instalaciones deportivas). Enrique Fuentes, Sandra Octavio y Santiago Ramírez.
 36. Apuntes para una historia del fútbol en Alcázar de San Juan II (Personajes). Enrique Fuentes, Sandra Octavio y Santiago Ramírez.
 37. Caminos y Quinterías. Del Término Municipal de Alcázar de San Juan (La Mancha). Julián Bustamante Vela.
 38. Religiosidad Popular: Capillas domiciliarias. M^a José Manzanares y Rosario Vela.
 39. El Corral o Casa de Comedias de Alcázar de San Juan. Concepción Moya García y Carlos Fernández-Pacheco Sánchez-Gil.
 40. El consejo real en lucha contra la langosta: El caso de Alcázar de San Juan (1617-1620).
 41. En recuerdo de Rafael Mazuecos.
 42. Las Coplas de Fulgencia Monreal. Alba Sanchez-Mateos, Miriam Monreal Román y Sara Fermín Monreal.
 43. La Ermita de San Lorenzo de la Alameda de Cervera (notas históricas). Francisco José Atienza Santiago y María del Pilar Sánchez-Mateos Lizcano.
 44. Certamen Literario de la FAVA. Del XVI al XX (2007-2011).
 45. X Congreso de la Asociación de Escritores de Castilla La Mancha. Alcázar de San Juan, 30 de abril de 2011.
 46. Estudio de usuarios de la Biblioteca Pública Municipal de Alcázar de San Juan. Noelia Campo Fernández y José Fernándo Sánchez Ruiz.
-