

CLUB NÁUTICO DE NAVARRA  
[www.nauticonavarra.com](http://www.nauticonavarra.com)  
Plaza Errotazar s/n  
31014 - PAMPLONA



# BOLETÍN de NOTICIAS 17/ 2023

Actualidad de CLUB NÁUTICO de NAVARRA



# CALENDARIO DE REGATAS CLUB NÁUTICO NAVARRA 2023

A falta de confirmar alguna fecha nuestro calendario para esta temporada 2023 está así:



## TEMPORADA - 2023 CLUB NÁUTICO DE NAVARRA

12/02/2023	DOM	LODOSA	1º REGATA PROMOCION LARGA DISTANCIA
19/02/2023	DOM	LODOSA	2º REGATA PROMOCION LARGA DISTANCIA
28/05/2023	DOM	LODOSA	1º JORNADA JUEGOS DEPORTIVOS REMO OLIMPICO
03/06/2023	SAB	LODOSA	REGATA PROMOCION REMO OLIMPICO
04/06/2023	DOM	LODOSA	CAMPEONATO NAVARRO DE SPRINT
10,11/06/2023	S.D.	PAMPLONA	PROMOCION REMO TOUR UNIVERSO MUJER
02/07/2023	DOM	LODOSA	CTO.NAVARRO REMO OLIMPICO 2023

08/10/2023	DOM	LODOSA	JUEGOS DEPORTIVOS VILLA DE LODOSA YOLAS
22/10/2023	DOM	ZARAGOZA	TROFEO CIUDAD ZARAGOZA YOLAS
18,19/11/2023	S.D.	BARCELONA	CAMPEONATO ESPAÑA YOLAS. CAD.JUV.SEN.VET.

26/02/2023	DOM	DONOSTIA	CTO.EUSKADI REMO INDOOR
4,5/03/2023	S.D.	ORIO	CAMPEONATO ESPAÑA REMO INDOOR
23/09/2023	SAB	ONLINE	III CIRCUITO OPEN REMO INDOOR -1
28/10/2023	SAB	ONLINE	III CIRCUITO OPEN REMO INDOOR -2
02/12/2023	SAB	ONLINE	III CIRCUITO OPEN REMO INDOOR -3

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

## SALIDAS A LODOSA – ENTRENO EN AGUA

De cara a preparar la **TEMPORADA DE YOLAS 2023**, y con el fin de que los nuevos fueran haciendo entrenos de técnica, acoplándose a los botes que se puedan completar para las regatas, se han organizado salidas los fines de semana a LODOSA.



Imagen de la finalización del último entreno de la temporada de Yolas en Lodosa.

## III CIRCUITO OPEN DE REMO INDOOR

**III CIRCUITO OPEN DE REMO INDOOR**

**23 DE SEPTIEMBRE DE 2023**

- 20' a 20 paladas por minuto
- 1' al máximo

**28 DE OCTUBRE DE 2023**

- 6.000 metros
- 250/500 metros

**2 DE DICIEMBRE DE 2023**

- 1.000/2.000 metros
- 250 metros



El próximo 2 de diciembre es la tercera cita de este III Circuito Open de Remo Indoor.

Podrán participar todos los deportistas interesados, estén federados o no.

El Titán de Alberto lleva a nuestro club en 6º lugar el sólo.

Si se anima alguien más a remar con el, nos lo haga saber, para que así tramitemos, y paguemos su inscripción, pudiendo conseguir una mejor posición para nuestro Club.

**¡Anímate, y participa!**

# CAMPEONATO ESPAÑA DE YOLAS 2023



Ya está confirmada nuestra participación en el **Campeonato de España de Yolas 2023**, que se disputará en Barcelona, y donde intentaremos revalidar el título conseguido el año pasado.

Iremos comunicando las noticias, e información de donde poder seguir el Campeonato en el whatsapp del club.



## LXXV CAMPEONATO DE ESPAÑA DE YOLAS

18/11/2023 Reial Club Marítim de Barcelona, Passeig d'Iltaca, 3  
Lista General de Participantes

Federación Española de Remo  
Calle de Ferraz, 16. 4a Izquierda  
91 431 47 09 info@federeremo.org

Sexo/Cat./Mod./Os	Tributación	E.M.	Foto
1 Masc VET YOL 1000	1-CALVENTE VELLOSO Ignacio 2-URRA LAMANA Joxemiel 3-GARCIA DE PABLO Javier 4-FERNANDEZ DIEZ Alberto 5-GARAICOECHEA SANCHEZ Alberto [TI] CLUB NAUTICO DE NAVARRA	46	
2 RESERVA - Masc VET40-44	MAGARIÑOS TORRES SANTIAGO CLUB NAUTICO DE NAVARRA	1	
3 DELEGADO	GARAICOECHEA SANCHEZ ALBERTO CLUB NAUTICO DE NAVARRA	1	



## CUADRO DE PARTICIPACION CAMPEONATO DE ESPAÑA DE YOLAS 18 y 19 de noviembre 2023 Barcelona



Club	AUT	CF	CM	JF	JM	ABF	ABM	VF	VM	VMix
<b>TOTALES</b>		<b>9</b>	<b>7</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>4</b>
CLUB DE REMO GUADALQUIVIR 86	AND	1	1			1	1			
REAL CÍRCULO DE LABRADORES DE SEVILLA	AND	1	1			1	1			
REAL CLUB EL CANDADO	AND							1	1	1
REAL CLUB MEDITERRÁNEO DE MÁLAGA	AND	1	1	1	1					1
CENTRO NATACIÓN HELIOS	ARA		1				1			
OS NABATERS DO FLUMEN	ARA	1								
C.D.B. GRUPO CORVERA DE REMO	AST							1	1	
C.D.B. NÁUTICO DE LUANCO	AST								1	
C.D.B. REMEROS DEL EO VEGADEO	AST	1								
BARCELONA CLUB DE REM	CAT					1				
REIAL CLUB MARITIM DE BARCELONA	CAT	1	1	1		1	1	2	2	1
REAL CLUB NÁUTICO GANDÍA	CV	1					1	1		
REAL CLUB REGATAS DE ALICANTE	CV	1	1	1	1	1	1	1	1	
SECCIO ESPORTIVA UNIVERSITAT DALACANT	CV								1	
CLUB REMO SAN FELIPE	GAL	1		1		1	1			
CLUB DE REMO RETIRO 66	MAD					1	1			
CLUB DE REMO VERSALLES	MAD									1
CLUB NAUTICO DE NAVARRA	NAV								1	
C.R.O. ORIO ARRAUNKETA ELKARTEA	PV		1							
<b>TOTALES</b>		<b>9</b>	<b>7</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>4</b>
<b>Club</b>	<b>AUT</b>	<b>CF</b>	<b>CM</b>	<b>JF</b>	<b>JM</b>	<b>ABF</b>	<b>ABM</b>	<b>VF</b>	<b>VM</b>	<b>VMix</b>



Port de Barcelona



SHOPPING CENTER

## PLATANITOS - CLUB NAUTICO DE NAVARRA

Con motivo del próximo campeonato estatal de yolas, se han encargado un pedido de platanitos, y otro de sudaderas con capucha.

Aunque los pedidos ya están tramitados, en caso de que haya interesad@s, se puede volver a realizar algún nuevo pedido de ropa Club Náutico de Navarra.

El precio del platanito sale a unos 45 euros de los que el club paga 15 euros para remer@s, soci@s amig@s, **por lo que se queda a pagar un importe 30 euros.**

El tejido es de buena calidad, y muy transpirable.

Hemos pedido de varias tallas, por lo que es posible verlos, y probarlos.

Una vez han adquirido su platanito los integrantes del equipo de Yola veterana, **han quedado disponibles un platanito talla L, y otro talla M por si hay algún interesado.**

CLUB NÁUTICO DE NAVARRA



V.1 02/10/2023

CLUB NÁUTICO DE NAVARRA

## CHAQUETAS CON CAPUCHA - CLUB NAUTICO DE NAVARRA

Por otra parte, y también con motivo del próximo campeonato estatal de yolas, se han encargado un pedido de sudaderas con capucha.

Aunque ya hemos recibido el primer pedido, en caso de que haya interesad@s, se pueden realizar nuevos pedidos.

Este modelo de chaqueta es de la marca Joma, y figurará en catálogo este año, y el próximo, por lo que se puede volver a realizar nuevos pedidos.

**El precio de la chaqueta serigrafiada sale por 35 euros** para remer@s, soci@s amig@s, y creo que se podrá mantener este precio también el año que viene.

En este primer pedido hemos pedido varias tallas, y una vez han adquirido su sudadera los integrantes del equipo de Yola veterana, y algún otro interesado, **han quedado una talla XL, y otra talla L por si hay algún interesado.**



**¡ Aprovecha la ocasión, y no te quedes sin un regalo exclusivo en estas Navidades ¡**

## PLANNING VETERANOS 2024

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

En un principio se va a intentar completar tripulaciones para los descensos, donde los requerimientos de técnica de remo individual no es tan importante, como en una regata en línea, donde se compite a una cadencia más alta de paladas por minuto, y requiere mayor número de entrenos en agua.



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

1.- Grupo de iniciación y perfeccionamiento, con el lema genérico de remo-ocio, y como objetivo desarrollar una plantilla de deportistas, este grupo mejorará su técnica, podrá tomar parte de los entrenamientos colectivos que se fijen, participará también en las actividades lúdicas del grupo de veteranos. Actividades que podrán verse enriquecidas con la participación de otros clubes de remo.

2.- Grupo de competición, con el objetivo de participar en regatas regionales y nacionales, donde cada participante se comprometerá a entrenar individualmente entre semana, para mantener una adecuada forma física, participando en la medida de lo posible en los entrenos colectivos.

### DESCENSOS TEMPORADA 2024

- 23/12/2023 I Descenso Bidasoa Liga Guipuzcoana.(Santiagotarrak).
- 07/01/2024 II Descenso Bidasoa Liga Guipuzcoana.(Santiagotarrak).
- Sábado a principios de febrero, Descenso Centenario KAIKU (Sestao)
- Descenso Bidasoa Veteranos. (marzo).
- Descenso Antxon Beitia (abril).



Los grupos no serán estancos y se pueden producir trasvases entre los mismos, los criterios serán en cualquier caso deportivos, fijándose como base los test mencionados.

Se facilitarán planes de entrenamiento en tierra y en el agua para cada que cada remero o equipo pueda entrenar por su cuenta fuera de los días de entreno colectivo indicados.

**¡ ANÍMATE, y PARTICIPA !**

## FOSO REMO INTERIOR

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



## REMO INDOOR.



### - MANTENIMIENTO DIARIO BÁSICO TRAS ENTRENO -

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

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

## LIMPIEZA, y MANTENIMIENTO DEL GYM.

### EN BENEFICIO DE TODOS

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



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

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

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

# RENOVACIÓN FICHAS FEDERATIVAS 2023 NUEVO SEGURO ALLIANZ.

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

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

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

## ACTUALIZACIÓN DE DATOS.

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

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

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

**CLUB NÁUTICO DE NAVARRA**  
www.nauticonavarra.com  
Paseo Encarnación s/n  
31014 PAMPLONA

**SOLICITUD LICENCIA FEDERATIVA**

1- FICHA CUMPLIMENTADA Y FIRMADA.  
2- UNA FOTOGRAFÍA RECIENTE.  
3- RECIBO INGRESO cuenta en CAJA RURAL.  
ES10 3008 0072 7141 2574 4625

ESCUELA (10-14 Años)  60 Euros/Cursillo de tres meses.  
PRECOMPETICIÓN (15-18 Años)  60 Euros/Cursillo de tres meses.  
COMPETICIÓN (Mayores 18 Años)  70 Euros/Cursillo de tres meses.  
MENORES DE 18 Años  45 Euros/Semestre.  
ADULTO (Mayores 18 Años)  60 Euros/Semestre.  
SOCIO AMIGO  15 Euros/Semestre.

**Nombre:** \_\_\_\_\_  
**Apellidos:** \_\_\_\_\_  
**DNI o Pasaporte:** \_\_\_\_\_  
**Fecha Nacimiento:** / /  
**Lugar Nacimiento:** \_\_\_\_\_  
**Sexo:**  Varón  Mujer

**DOMICILIO:**  
Codigo Postal: \_\_\_\_\_  
Localidad: \_\_\_\_\_  
Provincia: \_\_\_\_\_  
**TELEFONO FIJO:** \_\_\_\_\_  
**TELEFONO MOVIL:** \_\_\_\_\_  
**Correo Electrónico:** \_\_\_\_\_

**Número Cuentas BANCO con IBAN (24 Dígitos)**  
IBAN BANCO OFICINA D.C. CUENTA

Autorizo a la entidad arriba citada, para liquidar los recibos de cuotas que el Club Náutico de Navarra me RECIPO DOMICILIADOS a mi nombre.  
(Una vez recibidos pago de cuotas correspondientes una vez finalizado el Cursillo de tres meses).

**AUTORIZACIÓN**

D. .... mayor de edad,  
con DNI: .....,  
(págueme lo que proceda)

En nombre propio, (mayores de 18 Años), voluntariamente he decidido practicar Remo, certifico que sé nadar, y ...

Como Padre/Madre/Tutor de ..... le autorizo para la práctica de Remo, certifico que sabe nadar, y ...

En caso de accidente en una actividad relacionada con la práctica del Remo, dentro al Club Náutico de Navarra, y al personal relacionado con este, de toda responsabilidad afectiva que se podrá reclamar en el lugar de destino del equipo de transporte y en el lugar correspondiente a la Licencia Federativa.

As mismo autorizo al Club Náutico de Navarra y/o a la Federación Navarra de Remo al estado de información sobre sus actividades. Autorizo la publicación de fotografías participando en las actividades en la página web del Club Náutico de Navarra y/o la publicación de noticias de Remo, así como en otros portales que estos organismos puedan utilizar. Podrá oponerse en cualquier momento a estos tratamientos, así como ejercitar los derechos de acceso, modificación o cancelación dirigándose al Club Náutico de Navarra, en su sede de Pta. Encarnación s/n, 31014 Pamplona, o en [nautilus@nauticonavarra.com](mailto:nautilus@nauticonavarra.com).

En cumplimiento de lo establecido en el artículo 9 de la Ley Orgánica 15/99 de 13 de Diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, se le informa que los datos personales recogidos en el presente formulario y aquellos otros que nos pueda proporcionar o de los que se llegara conociendo como consecuencia de la relación iniciada con el Club Náutico de Navarra, serán incorporados a un fichero automatizado de titularidad del Club Náutico de Navarra. Usted autoriza la cesión de sus datos y le da su consentimiento a su cargo, a efectos de gestión de su inscripción en la competición del correspondiente certificado de aptitud, o que sea necesario hacerlo para la obtención de los correspondientes licencias federativas, o para organizarlo de competiciones de remo oficiales u organizadas análogas.

En Pamplona, a ... de ..... de 2.02...  
Titular (mayores de 18) Tutor (menores de 18 años)  
(Firma) (Firma)

Rellene minuciosamente y completamente esta solicitud, con LETRAS MAYUSCULAS (por favor no utilice lápiz), y envíe el documento firmado y toda documentación, al responsable de la tramitación de las Licencias, antes de realizar cualquier actividad en el Club, para de este modo estar cubierto por el seguro de la Licencia.

## TEMA REPARACIÓN PRESA SANTA ENGRACIA:



Estamos a la espera de la resolución del nuevo proyecto presentado en la Confederación Hidrográfica del Ebro por parte del Ayuntamiento de Pamplona, basado en la RESTAURACIÓN de la presa por su valor histórico, y patrimonial.

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

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

Por otra parte, con los nuevos mensajes ya publicados en redes, y que adjunto a este correo, ya están publicados en nuestra web

[www.nauticonavarra.com](http://www.nauticonavarra.com)

se está montando una

### EXPOSICIÓN REIVINDICATIVA EN LA FACHADA DEL CLUB

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

El Club Náutico Navarra es una institución con una trayectoria de más de 50 años en el fomento de la práctica deportiva en la ciudad de Pamplona, y en Navarra. Sin embargo, debido a la rotura de la presa de Santa Engracia hace unos años, el club se encuentra en una situación delicada ya que actualmente no puede llevar a cabo sus actividades deportivas y lúdicas en el río Arga.



Es fundamental que se repare la presa de Santa Engracia para que el Club Náutico Navarra pueda seguir desarrollando su importante labor social y deportiva en la comunidad. La reparación de la presa no solo beneficiará al club, sino también a la ciudadanía en general, ya que el río Arga es un recurso natural y cultural de gran importancia para la zona.

La reparación de la presa de Santa Engracia es una oportunidad para reforzar el compromiso de la sociedad con la práctica deportiva, el medio ambiente, y la preservación del patrimonio cultural. Por lo tanto, es vital que las autoridades correspondientes actúen con buen criterio para poder restaurar la presa, y así evitar la desaparición de un Deporte Olímpico de Navarra.

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

# PARTICIPA

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

## ¡Presa reparación!

## **VIDEO ESTADO LAMENTABLE ACTUAL DEL TRAMO DEL ARGA**

Nuestro “presi” ha tenido la brillante idea de elaborar un video donde describir el lamentable estado real de nuestro tramo de río, seis años después de la rotura, y sin rastro de los supuestos beneficios que la rotura iba a producir.

Este video lo enviaremos en modo de reivindicación tanto a medios de comunicación, instituciones, y redes sociales.

Para elaborar este video, os solicitamos vuestra colaboración para entre tod@s elaborar el texto, que posteriormente narre Alberto en la grabación del video.

**L@s que estéis dispuest@s a colaborar** con el proyecto, comunicarlo vía WhatsApp , y entretod@s iremos dando forma al tema.

## **ACTUALIZACIÓN TEXTOS CAMPAÑA MEGAFONIA REIVINDICATIVA**

Después de seis años, es hora de actualizar los textos leyenda de la grabación reivindicativa del arreglo de la presa, por lo que pedimos nos enviéis textos cortos para actualizar esta grabación, que acompaña a nuestra exposición en fachada.



*Gracias de antemano por vuestra colaboración.*