



JUNIO - JULIO 2019
SENIOR N 65

REVISTA DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE SENIORS DE GOLF

AESGOLF



V GRAN PREMIO INTERNACIONAL AESGOLF DAMAS DOBLES MONTECASTILLO

**ESPAÑA, SEGUNDA
HÁNDICAP
Y TERCERA
SCRATCH EN EL
EUROPEO MÁSTER
SÉNIOR DE LAS
ASOCIACIONES**



AESGOLF REGLAS
EL NUEVO DROPAJE

AESGOLF MEDICINA DEPORTIVA
ALIMENTACIÓN EN EL GOLF

AESGOLF FITNESS
CUIDAR LA ESPALDA

VIAJE CON TORNEO A TÁNGER
6 - 11 DE NOVIEMBRE



EL MEJOR DE SU CLASE

Más tolerante que cualquier hierro de su tamaño. Una cara más pequeña con un 10% menos de offset crean una línea más atractiva y refinada con un 8% más de MOI.



EL FUTURO EN PERDÓN

¿Qué hace al G410 diferenciarse del resto de hierros de su clase? Empezando por su aspecto fino y elegante con la apariencia de un blade. Siguiendo por su tecnología COR-Eye™ que transfiere más potencia y velocidad de bola para mayores distancias y vuelos de bola con control. Todo al tiempo que, a través de su sistema de peso punta-talón, incrementa el MOI para un mayor perdón. Sus golpes serán más buenos, con más distancia y más rectos.

HÁGASE UN FITTING HOY

© 2019 PING

G410



FLEXIBILIDAD DE CARA MÁS RÁPIDA

Una cara independiente con una mayor área de flexibilidad incrementa la velocidad de la bola para una mayor distancia y trayectorias óptimas.

PING
PLAY YOUR BEST®

AESGOLFSENIOR

SUMARIO

CARTA DEL PRESIDENTE	PÁG. 4	TORNEOS	
PATROCINADORES	PÁG. 6	CIRCUITOS Y GRANDES TORNEOS	PÁG. 20 A 30
MEDICINA DEPORTIVA	PÁG.8	AGENDA DE TORNEOS	PÁG. 31 A 50
PANAMÁ	PÁGS. 10 Y 11	PREPARACIÓN FÍSICA	PÁG. 47
LANZAROTE	PÁGS. 14 Y 15	REGLAS DE GOLF	PÁG. 49
GRAN VIAJE CON TORNEO PARALELO DEL MARRUECOS TÁNGER GOLF		PREPARACIÓN FÍSICA	PÁG. 51
TOUR AESGOLF	PÁG. 17	REGLAS DE GOLF	PÁG. 52
PSICOLOGÍA Y GOLF	PÁG. 18	OFERTAS DE CLUBES	PÁG. 53



ASOCIACIÓN
ESPAÑOLA DE
SENIORS DE GOLF
DE DAMAS

PRESIDENTA
ANA M^A ZUBIRÍA



ASOCIACIÓN
ESPAÑOLA
DE SENIORS
DE GOLF

PRESIDENTE
IGNACIO
GIL - CASARES

DIRECTOR
COMERCIAL
JAVIER ROURA
directorcomercial
@aesgolf.com

TARJETAS DE ASOCIADOS DE AESGOLF

Por favor, comprueben que su número de licencia está correcto en la tarjeta AESGOLF. En caso contrario, avisen a AESGOLF para poder subsanarlo.

El matrimonio de asociados que desee recibir solo una Revista puede comunicarlo en el teléfono

91 316 84 42



NECESITAMOS SU EMAIL ACTUALIZADO

En AESGOLF necesitamos los mails de nuestros socios para comunicarnos con ellos de una forma más rápida y eficaz. No olvide enviarnos el suyo actualizado a: info@aesgolf.com



TODAS LAS REVISTAS DE AESGOLF A SU DISPOSICIÓN

www.aesgolf.com/revistas/

Artesa de
Segre, 9 A,
local 40.
28035 Madrid

Tel. 91 316 84 42
Fax. 91 373 70 84
www.aesgolf.com

oficina@aesgolf.com
socios@aesgolf.com

REDACCIÓN
INÉS MOLINA

IMPRIME
NATURPRINT

DEPÓSITO LEGAL
M 10612 2010

FÉ DE ERRATAS

En la revista N° 64 de Aesgolf correspondiente a Mayo, y más concretamente en la página 27,

en la reseña del Trofeo Aesgolf Caballeros G. de Aranjuez, hay un error en el nombre de

uno de los ganadores. dónde pone Vallecillo, debería poner Varon.

Querido asociado:

Te dirijo estas líneas con el propósito de darme a conocer como nuevo presidente de AESGOLF en los próximos años. Como sabes el pasado 18 de junio tuvo lugar la elección en la que resulté elegido.

En cualquier proceso electoral pueden producirse heridas entre las candidaturas que se presentan. Mi intención es restañar esas heridas lo antes posible para seguir aunando esfuerzos en beneficio de AESGOLF. Quiero dejar constancia en estas líneas del ejemplar comportamiento de mi rival en estas elecciones, Rafael Rubio, que en todo momento dio muestras de su señorío y buen hacer a lo largo del proceso electoral. Ni que decir tengo que le deseo lo mejor, y espero poder contar con sus consejos en los años venideros.

He tenido el honor de pertenecer a la junta de AESGOLF en los últimos dos años. En este periodo de tiempo he podido comprobar el esfuerzo, el interés, la dedicación y las ganas de hacer las cosas bien por parte de todos y cada uno de los miembros de la actual junta.

Es indudable que nunca llueve a gusto de todos y por consiguiente siempre habrá gente a la que le gustaría que las cosas se hubieran hecho de otra forma. Están obviamente en su derecho a pensar de manera distinta y debemos respetar sus puntos de vista y tratar de construir sobre los mismos siempre que no nos desvíen de la línea que hemos considerado que es la adecuada. Desde que mis compañeros de junta consideraron que yo podría ser la persona adecuada para dar continuidad a un proyecto que ha resultado ser exitoso, he tenido conversaciones con todos los delegados AESGOLF para tratar de saber las cosas que en su opinión debíamos cambiar y aquello que debíamos reforzar. Tras haberles escuchado pretendo dar continuidad a los proyectos y en este sentido mi intención es hacer lo siguiente:

- 1.- Reforzar el poder del Director Comercial, don Javier Roura que en nuestra opinión está haciendo un trabajo estupendo.
- 2.- Tras haber comprobado los problemas que nuestro sistema informático está causando a nuestros asociados, fundamentalmente en las inscripciones a los diferentes torneos nacionales, pretendo solucionar de una vez por todas dichos problemas invirtiendo los medios técnicos y humanos necesarios para que no se puedan volver a presentar.
- 3.- Mantener reuniones periódicas con los delegados de AESGOLF para escuchar de ellos mismos cuáles deberían ser nuestras prioridades y poder ajustar nuestro programa de actuación de una manera mejor.
- 4.- Seguir manteniendo los actuales torneos internacionales, incluyendo los bilaterales con Marruecos y Portugal, e implantar torneos de pares 3 y un torneo internacional para mayores de 75 años.
- 5.- Seguir manteniendo el actual sistema de participación

de los miembros de AESGOLF en los torneos internacionales. Soy muy partidario de que en la medida de lo posible jueguen los mejores en representación de la asociación, pero esto no quiere decir que en todos los torneos tengamos que presentar a un equipo formado exclusivamente por la gente que lleva participando de esa selección durante los últimos años de manera continuada. Así pues, pretendo seguir manteniendo el procedimiento que ha establecido la junta actual de la que yo he formado parte. Con este procedimiento me siento absolutamente identificado. Tras haber hablado con los delegados, de manera unánime me han confirmado que les parece estupendo el sistema para que puedan participar más miembros de AESGOLF y conseguir así una mayor satisfacción en nuestros asociados. En cualquier caso, es mi intención hacer encuestas con cierta periodicidad a todos los asociados, preguntándoles sobre aquéllo que debemos mejorar, aquéllo que debemos cambiar y aquello que en su opinión debiéramos instaurar. Dios mediante pretendemos hacer la primera encuesta a los asociados en otoño del presente año 2.019.

En lo que se refiere a la composición de la junta como veréis en la misma participan la mayoría de los miembros salvo el anterior presidente que por razón de los estatutos debe dejar su puesto. Pretendo seguir contando con su asesoramiento de manera continuada y es mi intención incorporar a dos o tres nuevos miembros para garantizar que existe el talento necesario en la junta para poder seguir llevando a cabo los proyectos que iniciamos hoy.

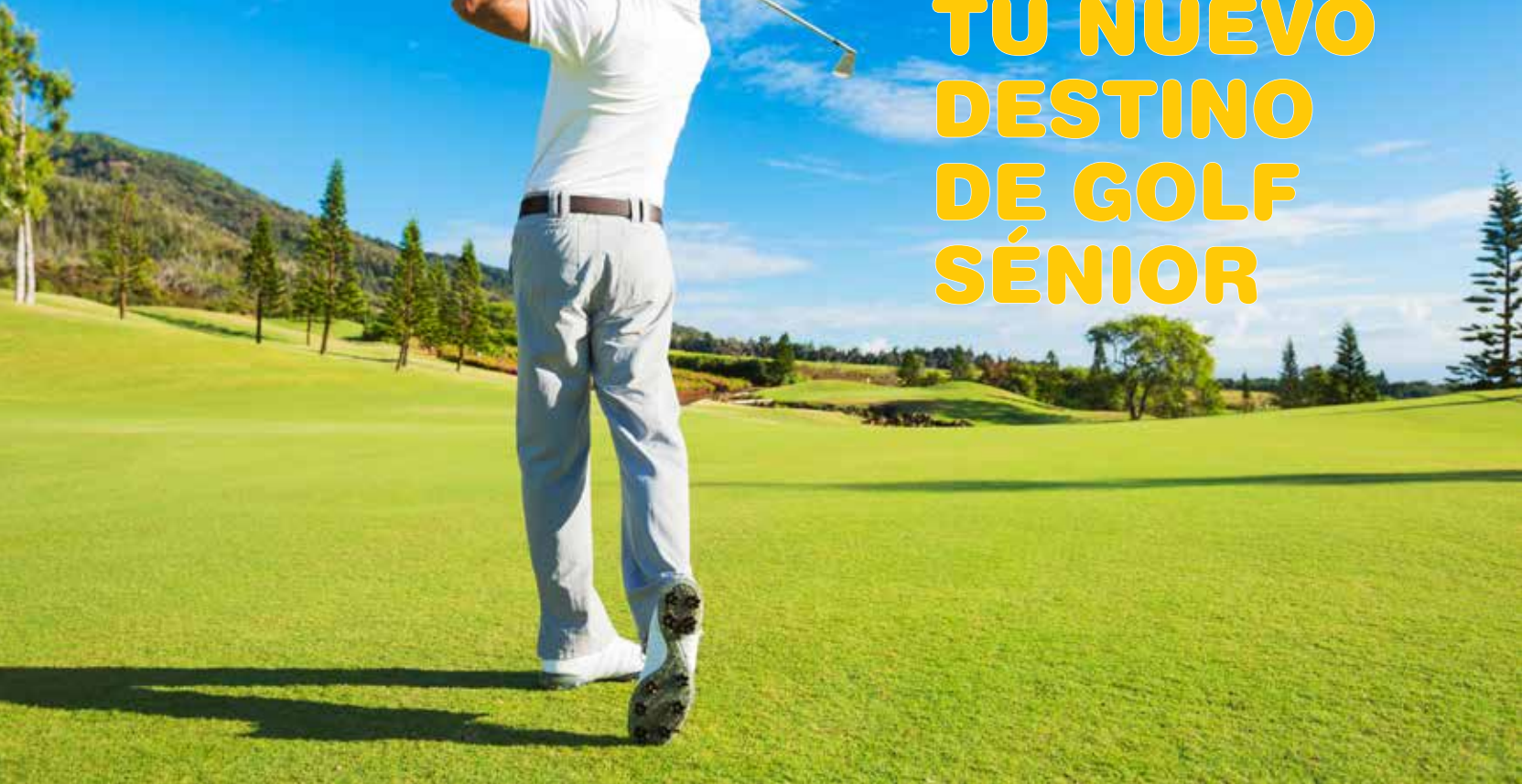
Finalmente, de acuerdo con el espíritu constructivo que nos inspira, concluidas ya las elecciones, quiero expresar, en mi nombre y en el de todos los componentes de la Junta Directiva, que disculpamos de buen grado aquellas informaciones y actitudes en relación con nuestra candidatura que pudieron ir más allá de los límites de una oposición crítica y esperamos en justa correspondencia que también sean disculpadas las surgidas de nuestro entorno que hayan podido incurrir en igual incorrección.

Con mil gracias por el tiempo que ya me has dedicado y esperando que mis intenciones y las de la junta que tengo el honor de presidir sean de tu interés, te envía un saludo muy cordial.



**Ignacio Gil-Casares
Satrústegui**

COSTA DAURADA: TU NUEVO DESTINO DE GOLF SÉNIOR



1. La Costa Daurada tiene a su alcance todas las condiciones para poder convertirse en un destino especial para el Golf Sénior. En los últimos años esta zona se ha convertido en una de las más atractivas para la práctica del golf. Esto se ha propiciado gracias a la construcción de nuevos campos y servicios

que ofrecen novedades punteras dentro del mundo del golf. Otro factor a destacar es su magnífica red de comunicaciones, pudiéndose acceder por tierra (con excelentes autopistas y AVE), mar (con el Puerto de Tarragona y diversos puertos náuticos) y aire (a través del aeropuerto de Reus). Otro de los

principales atractivos de las Costa Daurada es su clima: Temperaturas benévolas durante todo el año tan deseadas por los jugadores que vienen del norte de Europa. Y todo ello sin olvidar sus magníficos hoteles y playas, que están convirtiendo a la Costa Daurada en el destino soñado por jugadores de golf de toda Europa.





Bodegas Montecillo

Es la primera bodega de Fuenmayor y la tercera más antigua de La Rioja. Más de 145 años después de su fundación, mantiene intacta su filosofía: vinos contemporáneos que no renuncian a su clasicismo, cuidadosa selección de las mejores variedades, proceso artesanal de envejecimiento y un posterior afinado para ofrecer coherencia añada tras añada.

www.bodegasmontecillo.es



Air Arabia

Air Arabia Maroc es miembro del grupo Air Arabia. Establecida en abril del 2009, la compañía es la primera compañía de bajo costo (LCC) de Marruecos y una de las compañías de más rápido crecimiento en el norte de África. La compañía opera en 6 ciudades diferentes de Marruecos: Casablanca, Tánger, Nador, Fez, Marrakech y Agadir.



Motocaddy

Carros eléctricos líderes en el mercado, de muy fácil manejo y máxima fiabilidad. Calidad y servicio garantizados. Precio especial para todos los asociados de AESGOLF en el carro S1 con batería de litio y cargador.

Información: 943 639 859 / admon@hgsgolf.com

www.motocaddy.es



Disfruta Costa Daurada

El nuevo destino del sénior. Un paraíso del golf, con todas las comodidades: hoteles 10, enología, naturaleza en estado puro, gastronomía, cultura... Ven y compártelo...

www.cdgolf.es

UN LEGADO
CENTENARIO
UN NOMBRE
ETERNO

*Vuelta al origen.
A los valores de siempre.
A la autenticidad de Rioja.
A nuestra vocación de trascender.*



MONTECILLO
CASA FUNDADA EN FUENMAYOR

bodegasmontecillo.com



THINK SMALL



11%
SMALLER
FOOTPRINT

Compact folding. Simplified.

Introducing the NEW M-Series compact trolley range. Developed to offer an 11% smaller folded footprint than its nearest competitor. The simple folding system and revolutionary inverting wheels provides the ultimate 'car boot friendly' trolley, perfect for easy transportation and storage. Think Small, Think M-Series.

motocaddy.es



M-SERIES

+34 943 639 859 / +34 608 677 687
oscar.hekneby@hgsgolf.com

BUILT TO ENHANCE

LA ALIMENTACIÓN EN EL GOLF (1)



Antes de nada, aclaremos que puede que utilicemos los conceptos de alimentación y nutrición como sinónimos, pero se trata de elementos distintos necesarios para mantener la homeostasis de los seres vivos. Entendemos como alimentación el hábito voluntario de comer o beber algo que llamamos alimentos y que está sometido a muchas variables: sociales, culturales, lúdicas, etc. La nutrición, por contra, se refiere a los nutrientes que se encuentran en los alimentos que, una vez dentro de nuestro cuerpo, son sometidos a los procesos metabólicos necesarios para su aprovechamiento y la eliminación de los productos de desecho. En un resumen límite podríamos decir que nuestro cuerpo actúa como un gran procesador de energías: tomamos energía química de los

alimentos y, mediante el metabolismo, producimos energía mecánica para el crecimiento y regeneración y para el movimiento. En el camino se producen sustancias de desecho, eliminadas por heces y orina, agua y calor.

Estos procesos nos permiten seguir vivos, pero nuestra realidad ha cambiado mucho desde nuestros ancestros de hace millones de años. Ahora no nos alimentamos para vivir, ahora la calidad de vida nos lleva a una alimentación finalista. En estos días de gran popularidad del deporte la alimentación la asociamos con frecuencia, además de a la salud, al rendimiento en nuestras aficiones o profesiones deportivas.

Podríamos decir que hay una alimentación

general para la salud, pero al hablar de rendimiento esta horquilla se abre a un sinfín de posibilidades, en función de las características de cada deporte. El golf, por sus características, no requiere grandes claves diferentes a una alimentación normal de la gente de a pie, sin embargo, si queremos optimizar el rendimiento, sí podríamos tener en cuenta determinados detalles.

El primero de ellos es el gran rango de edad de sus practicantes, la distinta frecuencia de dedicación y el gran número de practicantes aficionados existentes sobre los profesionales que sí persiguen un resultado determinado. A partir de ahora hablaremos de los jugadores adultos y sobre todo de aquellos con edades por encima de los 50 años, que tienen que poner énfasis en los pequeños detalles que pueden influir,

y mucho, en los resultados, aunque a la mayoría no le vaya la vida en ello.

El primer aspecto a tener en cuenta es una correcta distribución entre la alimentación, el entrenamiento y el descanso. De nada vale comer “como los ángeles”, y descuidar los otros aspectos, si queremos obtener los mejores resultados. En este sentido, deberemos comer en función de nuestra actividad deportiva y mantener un descanso inteligente y suficientemente activo. La alimentación en el golf no precisa de grandes cantidades de calorías, pero en los practicantes de edad sí precisa de detalles cualitativos que hay que tener en cuenta. Antes de que se nos olvide, las consideraciones expresadas incumben tanto a señoras como a caballeros.

Cuántas calorías tendremos que comer es una pregunta frecuente del deportista aficionado; al profesional ya se lo dicen sus médicos. Nuestro gasto energético incluye el metabolismo basal (MB), que es el gasto que tenemos por vivir, sin tener en cuenta otros factores, y que habitualmente podríamos cuantificar entre 1300 y 1800 kcal/día. Esta cantidad se corrige al alza en función de nuestra actividad diaria y de nuestra práctica deportiva. Así, una persona sedentaria gastaría su MB multiplicado por 1,2, más o menos. Por el contrario, una persona muy activa y que entrene con cierta intensidad todos los días podría multiplicar aproximadamente por 2 su gasto energético. En las consultas de fisiología del esfuerzo, esta es una tarea diaria a la hora de prescribir las necesidades alimentarias para mantener el peso o lograr un mejor rendimiento deportivo. La horquilla definitiva iría desde un bajo metabolismo y una mínima actividad, con 1.500 Kcal, más o menos, a 3.500 Kcal en aquellos casos con mayor MB y una actividad más frecuente o intensa.

Dr. Juan Antonio Corbalán

director de la Unidad de Salud Deportiva de Vithas Internacional de Madrid





Villanueva Golf

el campo de la Bahía de Cádiz

*15% de descuento en tu abono anual



AVDA. VÍA AUGUSTA 1. 11518 - PUERTO REAL (CÁDIZ)

 956 474 123

 info@villanuevagolf.com

 www.villanuevagolf.com

* Oferta exclusiva a socios de Aesgolf que se den de alta en Villanueva Golf desde del 01 de Mayo de 2019 hasta el 31 de Diciembre 2019.

I Circuito Internacional Panamá Golf Tour AESGOLF - 2019



Noviembre 24 al 1 de Diciembre de 2019

El plan incluye:

- * 7 noches en el hotel de Lujo LAS AMÉRICAS GOLDEN TOWER ubicado en Ciudad de Panamá
- * Desayuno diario tipo buffet en el hotel
- * 1 Green Fee de entrenamiento, 2 Green Fee de competición en el campo de golf TUCAN COUNTRY
- * Buggy compartido, bolas para práctica, tees, botellas de agua
- * Copa de bienvenida
- * Almuerzo de entrega de premios
- * Día de excursión a las Islas de San Blas
- * Traslados hotel - campo de golf - hotel
- * Traslados aeropuerto - hotel - aeropuerto
- * Tarjeta de asistencia médica

No incluye: Billetes aéreos, propinas, gastos y/o consumos no especificados



Hab. Doble € 1295

Hab. Sencilla € 1725

No jugador € 982

Tarifas por persona. Válida para reservas con pago total hasta el 30/07/2019. sujetas a disponibilidad y a cambio sin previo aviso.
Tarifa de no jugador aplica en habitación doble.



www.panamagolftour.com

Colombia: +574 4489007 +57 3157797596 gerencia@viajesdestinoantioquia.com

OPERADORA DE VIAJES Y TURISMO DESTINO ANTIOQUIA S.A.S se acoge a la ley 679 de 2001.
"La explotación y abuso sexual de menores de edad es sancionada con pena privativa de la libertad"
Registro Nacional de Turismo 10571

Vive una final brillante del PANAMÁ GOLF TOUR AESGOLF 2019 hospedándote en el hotel oficial y patrocinador del Tour



DISFRUTA DE: Ubicación estratégica a solo 20 minutos del aeropuerto, cerca a centros comerciales, restaurantes, la Cinta Costera y el Casco Antiguo • Diseño y servicios de lujo • Exquisitas opciones gastronómicas
Habitaciones y suites con tecnología anti ruido y vista preferencial de la ciudad para el descanso perfecto • Piscina cubierta climatizada
Gimnasio • Spa con Circuito Hídrico y piscina lúdica, únicos en la ciudad
Único hotel con certificación LEED por ser un edificio sostenible



LAS AMÉRICAS
HOTELS GROUP

LOS ASISTENTES AL EVENTO CUENTAN CON TARIFAS ESPECIALES DE NOVIEMBRE 24 A DICIEMBRE 1, 2019

RESERVA HOY: 507 370 4600 • 507 370 4653

reservaciones@lasamericasgoldentower.com

LasAmericasGoldenTower.com

Av. Balboa y Cll. 53 Esquina, Ciudad de Panamá



HOTEL LAS AMÉRICAS
GOLDEN TOWER
PANAMÁ

#ExperiencetheIcon

410

UNA NUEVA DIMENSIÓN EN FITTING.

DISTANCIA CON FACILIDAD.

El CG está posicionado más cerca de la cara y de la suela transfiriendo más energía para una mayor velocidad de bola al tiempo que máximo perdón.



MADERAS
DE CALLE



Disponible en
maderas 3, 5, 7 y 9



SFT

Disponible en
maderas 3, 5 y 7

PING®

DESIGNED
ENGINEERED
FOR YOU

CUSTOM
FIT
FOR YOU

CUSTOM
BUILT
FOR YOU

G410™

PRESENTAMOS LA NUEVA SERIE G410

Ha llegado el momento de que usted haga el swing en el tee de salida sin temor a fallar la calle. Nuestra nueva tecnología de peso movable le permite dibujar sus golpes para coger calles con control y consistencia. Y viene con toda la distancia y tolerancia que usted necesita para jugar con potencia.

PESO MOVIBLE
Posiciona el centro de gravedad para controlar su vuelo de bola poniendo en sus manos ajustes de nivel tour.

HÁGASE UN FITTING HOY

©2019 PING

SFT
VUELO RECTO

PLUS





Lanzarote tiene algo diferente que va más allá de lo que se pueda encontrar en cualquier destino de sol y playa

Una isla en la que la naturaleza y el arte van de la mano, un lugar en el que sus gentes sienten y viven el compromiso y orgullo de pertenecer a ella, en donde la comida sabe a mar y a campo, una isla cuya esencia deja huella. Bienvenidos al Efecto Lanzarote.

El paisaje de Lanzarote se dibuja en armonía con la naturaleza y desde cada rincón de la isla podrás disfrutar de sus vistas infinitas. Cuando te hayas ido querrás volver...Tú también formas parte del Efecto Lanzarote. ...cuentan que si te quedas mirando el sol el tiempo suficiente hasta que desaparezca tú también lo harás...

¡Tú también puedes disfrutar del Efecto Lanzarote!

Más información:

www.turismolanzarote.com





LANZAROTE GOLF TOUR AESGOLF 2019 TROFEO GRAND TEGUISE PLAYA

Calendario

- | | |
|---|--------------------------|
| 1. Real Golf de Pedreña, Santander | Jueves 9 de mayo |
| 2. Club de Golf Zaudín, Sevilla | Jueves 23 de mayo |
| 3. Golf de Valdeluz, Guadalajara | Jueves 13 de junio |
| 4. Golf Las Caldas, Oviedo | Jueves 20 de junio |
| 5. Real Sociedad Golf de Neguri, Bilbao | Martes 27 de agosto |
| 6. Club de Golf El Fresno, Ávila | Viernes 13 de septiembre |
| 7. Club de Golf El Bosque, Valencia | Martes 17 de septiembre |
| 8. Club de Golf Retamares, Madrid | Martes 24 de septiembre |
| 9. Club de Golf Costa Brava, Cataluña | Jueves 21 de noviembre |

Gran Final Nacional

Lanzarote Golf y Costa Teguisse Golf
Viernes 13 y sábado, 14 de diciembre
(Viaje- jueves 12 al domingo 15)

PATROCINADORES



Oferta exclusiva verano 2019 solo para socios de



<p>Hotel Grand Teguisse Playa</p> <p>****</p>	<p>7 días / 6 noches en habitación doble /MP + 4 Green fees 18 hoyos 2 GF Costa Teguisse Golf 2 GF Lanzarote Golf</p>	<p>Desde</p> <p>510€</p> <p>por persona reservas@teguisseplaya.com</p>
--	--	---

Oferta válida desde el 1/5/2019 hasta 30/09 /2019 y sujeta a disponibilidad. Más información:

HOTEL GRAND TEGUISE PLAYA: 928 59 06 54 www.grandteguisseplayahotel.com
 COSTA TEGUISE GOLF: 928 59 05 12 www.lanzarote-golf.com
 LANZAROTE GOLF: 928 51 40 50 www.lanzarotegolfresort.com

reservas@teguisseplaya.com
comercial@costateguissegolf.com
comercial@lanzarotegolfresort.com

AirArabia

Prepárese para un inolvidable
descanso de golf en

Marruecos



Y vuele con nosotros desde Barcelona, Madrid, Málaga y Palma de Mallorca.

Reserve en airarabia.com | Llámenos al 807 299 517 | O a las agencias autorizadas

@airarabiagroup     | **Offre soumise à conditions.**

Air  Rewards Regístrese con Air Rewards y empiece a ganar puntos hoy.

GRAN VIAJE CON TORNEO PARALELO DEL MARRUECOS TÁNGER GOLF TOUR AESGOLF

6-11 DE NOVIEMBRE



Paquete terrestre:

HOTEL HILTON TANGIER AL HOURA RESORT & SPA 5*

- Habitación Doble DELUXE con VISTAS AL MAR en régimen de alojamiento y desayuno
- Precio por habitación / noche **189€** (tasas hoteleras no incluidas de 39,60 Dirhams (3,6€) por persona y noche.

HOTEL HILTON TANGIER AL HOURA RESORT & SPA 5*

- Habitación Doble DELUXE con VISTAS AL JARDÍN en régimen de alojamiento y desayuno
- Precio por habitación / noche **166€** (tasas hoteleras no incluidas de 39,60 Dirhams (3,6€) por persona y noche.

Precios por confirmar según volumen del grupo

- Transfers Aeropuerto-hotel-aeropuerto.
- Transfers hotel-Royal Country Club de Tánger-hotel
- Green fees

Contacto reservas paquete terrestre: Youssef El Fakir. **Email:** youssef.elfakir@hilton.com T. directo: (00212) 539409400 Centralita: (00212) 661281275
Se solicitará una tarjeta de crédito a cada cliente como garantía para poder garantizar la reserva

Vuelos:

La línea aérea oficial del evento es AIR ARABIA y AESGOLF ha llegado al siguiente acuerdo:

Salidas desde Madrid:

- Salida miércoles 6 de noviembre a las 22:25 con llegada a Tánger a las 22,50 (hora local)
- Regreso lunes 11 de noviembre a las 12:45 con llegada a Madrid a las 15:05
- Se incluye 1 pieza de equipaje facturado que pueden ser los palos de golf (máximo 15 kg) + 1 maleta de mano de un máximo de 10 kg.

Precio del viaje ida y vuelta: **77€** (hay que adquirirlo directamente en la web de AIR ARABIA: www.airarabia.com)

Salidas desde Barcelona:

Opción 1:

- Salida miércoles 6 de noviembre a las 09:40 con llegada a Tánger a las 10,30 (hora local)
- Regreso lunes 11 de noviembre a las 17:05 con llegada a Barcelona a las 19:50
- Se incluye 1 pieza de equipaje facturado que pueden ser los palos de golf (máximo 15 kg) + 1 maleta de mano (máximo de 10 kg).

Precio del viaje ida y vuelta: **76€** (hay que adquirirlo directamente en la web de AIR ARABIA: www.airarabia.com)

Opción 2:

- Salida miércoles 6 de noviembre a las 09:40 con llegada a Tánger a las 10,30 (hora local)
- Regreso domingo 10 de noviembre a las 07:45 con llegada a Barcelona a las 10:30
- Se incluye 1 pieza de equipaje facturado que pueden ser los palos de golf (máximo 15 kg) + 1 maleta de mano de un máximo de 10 kg.

Precio del viaje ida y vuelta: **76€** (hay que adquirirlo directamente en la web de AIR ARABIA: www.airarabia.com)

LOS 3 PRINCIPIOS DE LA ACTITUD POSITIVA

Por **Oscar del Río** Psicólogo Mental Golf Coach. odelrio@psicogolf.com - @oscardellrio

“En el campo siempre hay que tener un actitud positiva”. Esta es una frase que hemos oído muy a menudo, pero qué significa tener una actitud positiva, y lo que es más importante cómo podemos tener esa actitud positiva.

Primer principio: Céntrate en dónde quieres enviar la bola en vez de en dónde no quieres enviar la bola.

Imagínese que está en una salida con un obstáculo de agua a la derecha, es normal que en el primer momento de llegar al tee sea el obstáculo de agua lo que más le llame la atención y aparezca el pensamiento “no la tires al agua”. Es un pensamiento lógico y además útil, nos está advirtiendo del peligro. Los problemas empiezan cuando nos quedamos clavados mentalmente en el pensamiento “no la tires al agua” y no somos capaces de dejar de pensar en el agua. En ese momento nuestra mente se llena de agua y la calle deja de existir para nosotros, lo único que tenemos en la cabeza es el peligro, el error y empezamos a sentir miedo a fallar el golpe y que la bola termine precisamente donde no queremos que vaya. Para que el pensamiento “no la tires al agua” sea realmente útil debemos de transformar la instrucción “no la tires al agua” por una instrucción en positiva, pasar de estar preocupado en “donde no queremos que termine la bola” a estar ocupado en “donde queremos enviar la bola”. A continuación nos preguntaremos ¿Dónde quiero enviar la bola, qué golpe quiero pegar en este momento? Y nos daremos la instrucción correspondiente: “la quiero



jugar a la parte izquierda de la calle y concretamente en línea al árbol de la parte izquierda de la calle”. Cuanto más pequeño sea el punto hacia donde quiera enviar la bola, más fácil le será a nuestra mente cerrar el foco atención y concentrarse en el golpe que se quiere dar echando de nuestra mente el obstáculo de agua de la derecha. Si consigue pensar de esta forma será capaz de analizar y de tener en cuenta todos los obstáculos a hora de planificar el golpe para tomar las decisiones correctas, y, sin embargo, ignorarlos a la hora de ejecutar el golpe.

Segundo principio: Diferenciar entre lo que quieres con-

seguir como por ejemplo ganar la competición, bajar hándicap, o embocar un putt, de lo que hemos de hacer para conseguirlo y centrarnos en lo que hemos de hacer para conseguir lo que queremos, es decir estar centrado en el proceso.

Para ejemplificar el segundo principio vamos a seguir con el mismo ejemplo. El jugador ya sabe que quiere enviar la bola en línea al árbol de la parte izquierda de la calle. El siguiente paso de cara a desarrollar una actitud positiva es: “¿Qué tengo que hacer para enviar la bola en línea al árbol? Hay nos centraremos en el proceso de ejecución del golpe, en la instrucción o sensación técnica que queremos tener para dar

el golpe que queremos dar, lo que se denomina el proceso de la rutina pre-golpe. Fíjese como el jugador ha pasado de estar pensando en el sitio dónde quiere enviar la bola a pensar en qué es lo que ha de hacer para enviar la bola allí. La mente ha pasado de estar concentrada en lo que quiere conseguir a lo que ha de hacer para conseguirlo, que es precisamente el segundo principio de la actitud positiva.

Tercer principio: Concéntrate en aquellos factores que están bajo tu control y deja a un lado aquellos que no estén bajo su control:

el resultado, si entra el putt o no, las corbatas, el tiempo, el estado del green, la mala suerte, etc. A la hora de embocar un putt intervienen factores que se escapan al control del jugador, como son el rodar de la bola por el green, corbatas o piques mal arreglados. Por tanto, lo óptimo es centrarse en hacer bien aquellos factores que sí que están al 100 x 100 bajo nuestro control como ver la caída, calcular la fuerza, hacer un buen swing y estar centrado y en calma. Estos factores no dependen ni del azar ni de factores ajenos al jugador. Para desarrollar una actitud positiva en el green es muy importante centrarse solamente en aquellos factores que estén bajo nuestro control, dejando de lado todos aquellos otros que no lo están. Estos factores que escapan a su control unas veces le beneficiarán y otras le perjudicarán, pero recuerde los grandes jugadores no creen en la suerte, creen en sí mismos. Siga estos 3 principios, cada vez que esté en el campo de prácticas o en el campo hasta que se conviertan en un hábito para que cuando esté bajo presión le resulte mucho más fácil tener actitud positiva de confianza y determinación.



GOLF **Naturávila**

A menos de una hora de Madrid
A 3 Km. de Ávila



CONSULTE NUESTROS **PACKS**



PACK
GOLF
+ COMIDA

de lunes
a viernes

Aesgolf

32€



PACK
GOLF
+ HOTEL



OFERTA
Para asociados
de Aesgolf,
durante el mes
de Agosto

De lunes
a viernes

20€

Fin de Semana
y Festivos

30€

TARIFAS DE ABONO 2019

Abono individual	680 €
Abono familiar	940 €
Abono familiar senior	780 €
Abono empresa	1100 €
Abono joven	450 €
Abono junior	250 €
Abono infantil	80 €

www.naturavila-elfresnillo.com
Ctra. Antigua de Cebreros, Km. 3
05004 Ávila
Tel. 920 35 32 76

DEL 4 AL 5 DE MAYO 3º PUNTUABLE SENIOR AESGOLF PING G. COSTA TEGUISE LANZAROTE



Ybarra, Sousa y Sánchez, ganadores del Tercer Puntuable Senior Aesgolf Ping en Costa Teguisse

La mayoría de los jugadores asistieron acompañados y se deleitaron de todos los atractivos que ofrece la maravillosa isla de Lanzarote (Parque Nacional de Timanfaya Reserva de La Biosfera, Cueva de los Verdes, Jardín de los Cactus, Laguna verde, Casa de César Manrique, Bodegas de vino Malvasía, etc....) así como de su variada gastronomía.

El hotel oficial fue el GRAND TEGUISE PLAYA 4* que es a su vez, patrocinador del LANZAROTE GOLF TOUR AESGOLF y que tuvo el gran deta-

lle a través de su director; Adolfo de La Rúa, de ofrecer un UPGRADING gratuito a todos los jugadores del campeonato para que así pudiesen disfrutar de las habitaciones superiores recién remodeladas con vistas al mar y terraza. COSTA TEGUISE GOLF se presentó en buenas condiciones pero causó estragos entre los jugadores al ser campo muy exigente. La emoción estuvo presente hasta el final y Borja Ybarra se impuso en un emocionante play-off a Manuel

Sousa. Borja realizó una gran remontada tras una 1ª vuelta de 86 golpes acabando en 75 (único jugador del campeonato que logró bajar de 80 golpes brutos). En categoría Hándicap, Manuel Sousa se impuso en 1ª categoría con dos excelentes vueltas de 70 y 69 golpes netos respectivamente (5 bajo par al total) y Francisco Sánchez Sánchez logró la victoria en 2ª categoría con una gran regularidad al anotarse 70 y 72 golpes netos respectivamente (2 bajo par al total).

RESULTADOS

SCRATCH

1. YBARRA C, BORJA	161
2. SOUSA MUROS, MANUEL	161

1ª CAT. HCP.

1. SOUSA MUROS, MANUEL	139
2. GONZALEZ R, FELIX	143

2ª CAT. HCP.

1. SANCHEZ, FRANCISCO	142
2. MONFORT DURAN, VICENTE	147

**CLEVELAND GOLF
FAMILIA WEDGE**

MÁXIMA
VERSATILIDAD

MÁXIMO
PERDON

PERDON
+ VERSATILIDAD



DEL 21 AL 23 DE MAYO **CTO. DE ESPAÑA MASTER SENIOR AESGOLF PING** C. G. PALOMAREJOS **CASTILLA LA MANCHA**

Ortín, Trenor y Saiz ganan el Campeonato de España Máster Senior Ping en Palomarejos

Palomarejos Golf una vez más se presentó en excelentes condiciones para el juego.

Los Master Senior aguantaron estoicamente 3 jornadas de competición a pesar de que es un campo plano con un diseño noble y acogedor que lo hace muy agradable de jugar. El clima nos respetó hasta la última jornada donde se intensificó el calor.

Juan Ortín se impuso en categoría scratch (225 golpes brutos al total en la suma de las tres jor-

nadas) con 2 golpes de ventaja sobre Eustaquio Delgado (227) que fue el subcampeón y 3 sobre Luis Javier Trenor (228), 3º clasificado. En categoría hándicap, Jose Ramón Álvarez se impuso brillantemente en 1ª categoría con 213 golpes netos a la suma de las tres jornadas (3 bajo par) y Juan Ignacio Saiz Martínez y viniendo desde atrás, logró vencer en 2ª categoría tras una excelente 3ª vuelta de 66 golpes netos para un total de 214 (2 bajo par).

RESULTADOS

SCRATCH

1. ORTIN FUNES, JUAN 225
2. DELGADO BARRIO, EUSTAQUO 227

1ª CAT. HCP.

1. ALVAREZ REDONDO, J RAMON 213
- TRENOR SUAREZ LEZO, LUIS 213

2ª CAT. HCP.

1. SAIZ MARTINEZ, JUAN I 214
2. ESPINAR LOPERA, MANUEL 215



CLEVELAND GOLF WEDGES LÍDERES DEL JUEGO CORTO DESDE 1979

Cleveland Golf, ha dominado la industria de los wedges durante casi cuatro décadas, creando constantemente nuevas innovaciones en juego corto. Con la confianza de los campeones del PGA Tour, Cleveland Golf puede ofrecer un modelo de wedge específico para cada jugador de golf. Más información en ClevelandGolf.eu



DEL 20 AL 24 DE MAYO X TROFEO AESGOLF PEREGRINACIÓN "A" DE PRIMAVERA C.G. BALNEARIO DE MONDARIZ GALICIA



X Torneo *Peregrinación "A"*





<p>1º Clasificado Scratch : Francisco J.Cabez Diaz > 45 Puntos</p> <p>1º Clasificado Hcap 1ª categoría : Nicolás Sáez Bajo > 64 Puntos</p> <p>1º Clasificado Hcap 2ª categoría : Fernando Delgado Benavides > 65 Ptos.</p> <p>2º Clasificado Hcap 1ª categoría : Valentín Albarrán Pérez > 62 Puntos</p> <p>2º Clasificado Hcap 2ª categoría: Francisco Hernández Giles > 64 Puntos</p> <p>1º Clasificado Master S.Caballero > Amador Martinez Lopez > 62 Puntos</p>	<p>1ª Clasificada Scratch : Salvadora Araez Martinez > 37 Puntos</p> <p>1ª Clasificada Hcap 1ª categoría : María Barreales Silva > 60 Puntos</p> <p>1ª Clasificada Hcap 2ª categoría : María Cerda Peña > 69 Puntos</p> <p>2ª Clasificada Hcap 1ª categoría: María del C. Carmona Chacón > 59 Ptos.</p> <p>2ª Clasificada Hcap 2ª categoría: Encarnación Navarro Albertos > 68 Ptos.</p> <p>1ª Clasificada M.Senior Damas > Gloria Gómez Val > 54 Puntos</p>
---	---






X Trofeo Peregrinacion de

Mas de 200 jugadores procedentes de todos los rincones de España se reunieron en el Balneario de Mondariz para participar en este torneo que desde

el año 2010 patrocina con gran éxito Turismo de Galicia. En esta ocasión, y con motivo de celebrarse la décima edición, se programaron dos torneos

DEL 27 AL 31 DE MAYO X TROFEO AESGOLF PEREGRINACIÓN "B" DE PRIMAVERA C.G. BALNEARIO DE MONDARIZ GALICIA



**X Torneo
Peregrinación "B"**





<p>1º Clasificado Scratch : José Cordero García > 52 Puntos</p> <p>1º Clasificado Hcap 1ª categoría : Manel Orti Martí > 71 Puntos</p> <p>1º Clasificado Hcap 2ª categoría : Julio Robles Medina > 69 Puntos</p> <p>2º Clasificado Hcap 1ª categoría : Adriano Prieto Ramos > 69 Puntos</p> <p>2º Clasificado Hcap 2ª categoría : Jose Luis Caro Franco > 66 Puntos</p> <p>1º Clasificado Master S.Caballero > Juan G. Lobo Sánchez > 68 Puntos</p>	<p>1º Clasificada Scratch : Corina Pancu Parvu > 40 Puntos</p> <p>1º Clasificada Hcap 1ª categoría : Maria L. Collado Gutierrez > 68 Puntos</p> <p>1º Clasificada Hcap 2ª categoría : M. Milagros Aznar Apez. > 71 Puntos</p> <p>2º Clasificada Hcap 1ª categoría : Purificación Vaquero Hdez. > 66 Puntos</p> <p>2º Clasificada Hcap 2ª categoría : M. Gloria López Fernández > 65 Puntos</p> <p>1º Clasificada M.Senior Damas > M. Begoña Piña Elorza > 63 Puntos</p>
--	--

Ganadores Parejas > Juan M. La Chica Damas – Rocío Hernández Gutierrez
2º Clasificados Parejas > Francisco Tío Redolar – Rogelia Barrera Redolar




galicia

Primavera en Golf Balneario de Mondariz

idénticos entre los que se intercaló la competición de parejas en la que pudieron participar jugadores de los dos torneos. Con un tiempo espléndido y campo en

magníficas condiciones transcurrieron los 11 días durante los cuales, aparte de las tres competiciones de golf, pudimos disfrutar de excursiones a Santiago con

visita a la catedral y la ciudad y al Pazo de Oca, el Versalles gallego, romerías típicas y almuerzos en los que el plato fuerte fue, como siempre, el marisco de la zona.

DEL 4 AL 6 DE JUNIO CTO. DE ESPAÑA SENIOR AESGOLF PING C.G. ULZAMA NAVARRA



Riesgo Cavestany, por partida doble, y Jurado Gómez se llevan el Campeonato de España Senior Ping 2019

Ulzama se presentó en unas magníficas condiciones para el juego. Este campo ubicado a unos 25 km de Pamplona está enclavado en un entorno espectacular, en plena naturaleza y rodeado de árboles centenarios. Un campo que no perdona donde se premia ante todo la precisión.

Temperaturas bastante agradables a pesar de que la 2ª jornada sufrió un retraso debido a las intensas lluvias caídas que obligó a salir a tiro por la tarde. Juan Luí Riesgo revalidó el título cosechado en Lerma de campeón de España Senior AESGOLF al imponerse en categoría scratch con 2 golpes de

ventaja sobre Julián García-Mayoral que fue el subcampeón y 4 sobre Borja Ybarra, 3º clasificado. En hándicap, Gustavo Larrazabal se impuso con autoridad en 1ª categoría con 219 golpes netos a la suma de las tres jornadas (3 sobre par) y Pedro Jurado logró llevarse el gato al agua en 2ª categoría también con 219 golpes netos.

RESULTADOS

SCRATCH

1. RIESGO CAVESTANY, JUAN LUIS	74
2. 2 GARCIA-MAYORAL, JULIAN	76

1ª CAT. HCP.

1. RIESGO CAVESTANY, JUAN LUIS	71
2. LARRAZABAL, GUSTAVO	72

2ª CAT. HCP.

1. JURADO GOMEZ, PEDRO	72
MONTES HERNANDEZ, TEOFILO	72

DEL 28 AL 29 DE MAYO **CTO. AESGOLF DAMAS SENIOR Y SÚPER SENIOR (65+)** R. S. G. DE NEGURI PAIS VASCO

Celebrado con éxito el Campeonato Aesgolf Senior y Súper Senior

Como es tradicional, este maravilloso campo, es el escenario del último puntuable Senior y Super Senior y por lo tanto gran final para elegir a los equipos que representarán a España en el Europeo absoluto Super Senior y el Marisa Sgaravatti que tendrán lugar en Polonia. A pesar de que existe un Reglamento previo en el que se detalla cuáles son las condiciones a tener en cuenta para la selección de los equipos, siempre hay sus comentarios en pro y contra;

es parte de la “salsa” de las competiciones importantes y siempre habrá jugadoras que se encuentren discriminadas. Es un privilegio jugar en este maravilloso campo a pesar de la lluvia, viento, sol y demás situaciones climatológicas que se pueden presentar. Pero también hay que disfrutar del “plato combinado número 2” con su fantástica merluza, pimientos rojos, arroz y huevo frito que hacen las delicias de la mayoría de jugadoras.

Ana Monfort

RESULTADOS

CAMPEONA SENIOR

M^A PIA ALLENDE EULATE 79+74=158

SUBCAMPEONA SENIOR

LOURDES CARO OLABARRI 84+79=163

GANADORA HCP. 1A CAT. SENIOR DE 0 A 12,4

BELEN ARSUAGA SENTIS 73+69=142

GANADORA HCP. 2A CAT. SENIOR DE 12,5 A 36

M^A VEGA BUESA PALACIO 78+72=150

CAMPEONA SUPER SENIOR

REGINA RODRIGUEZ DONOVAN 81+84=165

SUBCAMPEONA SUPER SENIOR

SALVADORA ARAEZ MARTINEZ 85+83=168

GANADORA HCP. 1A CAT. SÚPER SENIOR DE 0 A 18,4

MONICA SARACHO BELAUSTEGUIGOITIA 79+69=148

GANADORA HCP. 2A CAT. SÚPER SENIOR DE 18,5 A 36

OLGA IRUJO BERUETE 78+73=151

DEL 24 AL 27 DE JUNIO **V GRAN PREMIO INTL. DOBLES DE MONTECASTILLO** C.G. MONTECASTILLO **AND. OCCIDENTAL**

Montecastillo concede su primer hoyo en uno

Hemos tenido que esperar hasta la quinta edición del Gran Premio Internacional del Damas Dobles que se celebra en Montecastillo para disfrutar de la alegría que produce conseguir un Hoyo en Uno. La hazaña ha correspondido a la popular y querida jugadora del campo de Laukariz Chelo González Martínez, que con un certero golpe, y salvando unos tremendos bunkers que defienden la entrada al green, ha conseguido embocar la bola desde el tee del hoyo 2 del campo, un par 3 nada sencillo.

Después de cinco años, este campeonato va formando una gran familia de repetidoras aficionadas al suave clima de la zona, pescados y mariscos de primera calidad, y jornadas de golf en parejas, emocionantes y divertidas, a las que en esta ocasión se ha unido un nutrido grupo de jugadoras provenientes del vecino Portugal, de varias nacionalidades que han disfrutado de lo lindo de las magníficas instalaciones del Resort Barceló Montecastillo.

Es de reseñar la calidad y el buen nivel de golf de todas las jugadoras y en particular de las ganadoras, y muy concretamente de las hermanas María y Natalia Rubio, que han revalidado con contundencia su título de Ganadoras Absolutas Scratch, que ya obtuvieron el año pasado. Por otra parte, la pareja formada por la presidenta de la Asociación de seniors portuguesa Ana Paula Saude y su amiga española Beatriz Juanco, se han hecho con el título de Ganadoras Absolutas Handicap.

Flavia Miláns del Bosch

V GRAN PREMIO INTERNACIONAL AESGOLF DAMAS DOBLES MONTECASTILLO

CUADRO DE HONOR

FOURBALL MEJOR BOLA

1ª : COLLEN FISHER Y NANNA KASTRUP	44
2ª : CRISTINA VÁZQUEZ Y PILAR CARRANZA	46
3ª : AMPARO ROIG Y MARIA ANDREU	44

CANADA CUP

1ª : CARMEN ALLEDESALAZAR Y ÁFRICA DÍEZ	75
2ª : Mª LUISA AMUNARRIZ E ISABEL ARRIETA	73
3ª : Mª ANGELES EZPELETA Y ELENA URBIETA	75

GREENSOME

1ª : TERESA HERREROS DE TEJADA Y CANDELA CORT	44
2ª : Mª JOSÉ BERISTAIN Y MAGDALENA LEZAMA-LEGUIZAMÓN	44
3ª : ROSALÍA BARRETO Y MARIA DO CARMO ARNOSO	42

ACUMULADO HANDICAP

GANADORAS: ANA PAULA SAUDE Y BEATRIZ JUANCO	157
2ª CLAS.: MARGARITA ESCAVIAS CARVAJAL Y PILAR JALÓN	157

ACUMULADO SCRATCH

GANADORAS: NATALIA RUBIOY MARÍA RUBIO	113
2ª CLAS.: MARÍA FERNÁNDEZ DURÁN Y CRISTINA OSBORNE	105



COLABORADORES



LANCÔME
PARIS

L'ORÉAL
LUXE

NIVEA

Kiehl's
SINCE 1851

GIORGIO ARMANI

KÉRASTASE
PARIS

OSBORNE
DESDE 1772



Barceló Montecastillo
Golf & Sports Resort

YVES SAINT LAURENT

18, 19 Y 20 DE JUNIO DE 2019 CUADRANGULAR ESPAÑA 1 - SUIZA - FRANCIA - ESPAÑA 2 MELIA VILLAITANA GOLF CLUB

**RESULTADOS**

1. ESPAÑA 1	785 PUNTOS
2. SUIZA	743 PUNTOS
3. FRANCIA	755 PUNTOS

SCRATCH INDIVIDUAL

1. EKEBE. ITSUKO	31
2. RUBERTE, M ANGELES	30

SCRATCH FOURBALL

1. RUBERTE, M ANGELES	38
GARCIA-BELENQUER, M PILAR	
2. HOLLENWEGER, JEANNETTE	32
ASANO, HIROKO	

HCP. FOURBALL

1. RUBERTE, M ANGELES	44
GARCIA-BELENQUER, M PILAR	
2. BLASCO CORTS, MARIA T.	43
GIMENEZ SALVI, PILAR	

España se lleva por segundo año consecutivo el Cuadrangular celebrado en Meliá Villaitana Golf Club

Villaitana Golf, en Benidorm, ha sido el escenario escogido por AESGOLF para celebrar el Cuadrangular Internacional Femenino, en el que participan los equipos de Francia, Suiza, Italia y España. Durante los días 18, 19, y 20 de junio, 80 jugadoras aprovecharon el excelente estado del campo y la bondad del clima para disfrutar de un campeonato tradicional dentro del calendario entre países. Italia, a última hora, no presentó equipo por lo que hubo que formar un segundo equipo de España

que le sustituyese, al cual queremos agradecer desde estas líneas su participación, su disposición, ilusión y el gran resultado que obtuvieron todas sus componentes.

El Campeonato se desarrolló con buen nivel, tanto en la competición por parejas del primer día como en los individuales posteriores. El último día, La Copa de la Amistad, cerró la grata experiencia con equipos formados por una jugadora de cada país resultando una bonita ocasión para disfrutar con participantes de otros equipos.

España revalidó por segundo año consecutivo el título de campeonas, responsabilidad que les llevará a competir el próximo año intentando mantener su condición en Suiza, país anfitrión para 2020.

Finalmente, agradecer a todos los esponsorres, colaboradoras y participantes, la magnífica oportunidad de pasar unos días de competición y hermandad entre jugadoras en este bonito marco de la Costa Blanca.

Lola Soler: Vocal Junta Directiva AESGOLF Damas

PATROCINADORES

25 A 27 DE JUNIO DE 2019 **CTO. EUR. MASTER SENIOR DE LAS ASOCIACIONES** BÄSTAD G. C. SUECIA

EQUIPO HÁNDICAP (De arriba a abajo y de izquierda a derecha)
Pedro Ortega, José Antonio Lucha, José Ramón Álvarez, Francisco Pérez, Manel Ortí, Juan Ignacio Saiz



EQUIPO SCRATCH (De arriba a abajo y de izquierda a derecha)
Bjorn Ronning, Juan Ortín, Valentín Díaz, Juan María Illarramendi, Luis Javier Trenor, Eustaquio Delgado.

Gran actuación española en el Campeonato Europeo Máster Sénior de las Asociaciones

Se ha jugado en Suecia el Campeonato Europeo Máster Sénior de las Asociaciones para las categorías Scratch y Hándicap.

Los campos elegidos fueron: Bästad Golf Club Old Course

(hándicap) y Bästad Golf Club New Course (scratch).

Un total de 89 jugadores en categoría Scratch y 111 jugadores en categoría Hándicap representaron a un total de 20 países participantes. España tuvo una magnífica

representación que finalizó con dos excelentes resultados; segundos en Hándicap y terceros en Scratch.

Cabe destacar también el primer puesto obtenido en parejas Scratch por Trenor y Ronning

RESULTADOS

SCRATCH

1. REINO UNIDO	593
2. SUECIA	602
3. ESPAÑA	605
4. ALEMANIA	639
5. SUIZA	639

HCP.

1. FINALANDIA	296
2. ESPAÑA	291
3. DINAMARCA	290
4. PORTUGAL	289
5. NORUEGA	289

3 Y 4 DE JUNIO DE 2019 **CT.0 NACIONAL DOBLES AESGOLF** LA FAISANERA CASTILLA Y LEÓN**RESULTADOS****SCRATCH**

1. HERNANDO BLAZQUEZ, ANDRES	146
ORTIN FUNES, JUAN ANTONIO	
HERNANDO BLAZQUEZ, ANDRES	146
ORTIN FUNES, JUAN ANTONIO	

HCP.

2. DIAZ GALLEGO, VALENTIN	134
CANAS HERNANDEZ, ANASTASIO	
3. RIPOLL BORJA, JOSE FRANCISCO	135
PINTOR PUERTA, JUAN	

La pareja formada por Andrés Hernando y Juan Antonio Ortín en Scratch y la compuesta por José Francisco Ripoll y Valentín Díaz en Hándicap se llevan el Nacional Dobles Aesgolf

Excelente ambiente de camaradería en dicho campeonato. Al ser el único campeonato nacional de AESGOLF caballeros por parejas que se celebra a lo largo del año, la mayoría de los jugadores fueron en busca de un ambiente más de equipo primando el ambiente social sobre el deportivo.

La Faisanera Golf ubicado entre Segovia y La Granja de San Ildefonso lleva albergando dicho campeonato desde hace ya unos cuantos años y se ha convertido en un clásico. El campo es totalmente plano con un diseño noble y amable que siempre gusta a los jugadores. Este año

se presentó en excelentes condiciones con una notable mejoría en los greens con respecto al año anterior. Teniendo en cuenta las altas temperaturas en esta época del año, jugar en La Faisanera supuso un desahogo con 4 grados menos de temperatura en comparación con Madrid.

En cuanto a la competición en sí, se disputó a 2 jornadas Medal play Scratch y hándicap siendo la 1ª vuelta MEJOR BOLA y la 2ª vuelta GREENSOME. Hubo emoción hasta el final puesto que tanto la pareja integrada por Juan Antonio Ortín y Andrés Hernando como

la de Valentín Díaz y Anastasio Canas empataron a 146 golpes brutos teniendo que salir ambas a play-off. El hoyo 1 fue el primer hoyo de desempate y Juan Antonio Ortín dio un magnífico golpe desde el rough con un wedge dejando la bola a menos de medio metro del hoyo y Andrés embocó el birdie a continuación que les daría a la postre la victoria. En hándicap, Valentín Díaz y Anastasio Canas se llevaron la victoria (134 golpes netos) con un solo golpe de ventaja sobre la pareja formada por Juan Pintor y José Francisco Ripoll que terminaron en 2ª posición.

AGENDA DE TORNEOS

2 DE MAYO **MARRUECOS-TANGER GT AESGOLF CABALLEROS** LOS ANGELES DE SAN RAFAEL **CASTILLA Y LEÓN**

Perales y González vencen en Los Ángeles de San Rafael

RESULTADOS

- 1ª CAT.**
- 1. PERALES TRIGUERO, ANTONIO 38
 - 2. GARCIA POVEDA, DANIEL 36
- 2ª CAT.**
- 3. GONZALEZ SANZ, FERMIN 38
 - 4. CUESTA ESTEBARANZ, ANGEL 34



3 DE MAYO **TROFEO AESGOLF CABALLEROS** LAS MARGAS **ARAGÓN**

Ángel Farinós y Javier Fustero se llevan el Aesgolf en Las Margas

RESULTADOS

- 1. FARINOS SAID, ANGEL 38
- 2. FUSTERO PESCADOR, JAVIER 36

3 DE MAYO **TROFEO AESGOLF CABALLEROS** SHERRY GOLF JEREZ **AND. OCCIDENTAL**



Jiménez y Álvarez líderes en Jerez

Con un día de sol radiante se disputó en el magnífico campo de Sherry golf la segunda prueba del circuito de las comunidades: El Ganador de primera categoría fue Rafael Jiménez Romero con 36 puntos. En segunda el ganador fue Antonio Álvarez Segura con 34 puntos. Enhorabuena a los ganadores **Francisco Cárdenas Martín Delegado Andalucía Occidental**

7 DE MAYO **CTO. RACE DAMAS SENIOR** RACE JARAMA **MADRID**

Vainio, Miguel - Romero, Arnauz y Peña resultan ganadoras en El RACE

RESULTADOS

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 1ª CAT. SCRATCH | 1ª CAT. HCP. |
| 1. VAINIO GYORI - MOLINAR, MARIA 24 | 5. VAINIO GYORI - MOLINAR, MARIA 40 |
| 2. BASAGOITI G. TUJON, AURELIA 24 | 6. RUTE MACIAS, ELENA 37 |
| 2ª CAT. SCRATCH | 2ª CAT. HCP. |
| 3. MIGUEL - ROMERO M, MYRIAM 15 | 7. MIGUEL - ROMERO M, MYRIAM 37 |
| 4. ARNAUZ QUINTANA, M BEGOÑA 13 | 8. PEÑA GARCIA, LOURDES 35 |

7 DE MAYO **TROFEO AESGOLF PING** C.G. LERMA CASTILLA Y LEÓN

Pinuaga, Aristin y Pérez vencen en el Trofeo Aesgolf Ping celebrado en Lerma

RESULTADOS

1ª CAT.		GRANDA, FRANCISCO	36
1. PINUAGA GÓMEZ, LORENZO	36		
ELIAS URETA, GONZALO	36	3ª CAT.	
2ª CAT.		1. PEREZ ALMANZA, ANGEL	38
1. ARISTIN PALACIOS, JULIO	36	NORIEGA GONZALEZ, JOSE A	38

7 DE MAYO **VIAJE A LA TOJA** C.G. LA TOJA GALICIA

Belén Rodríguez - Varela y Rubén Battllana, campeones del Viaje a la Toja

RESULTADOS

1. RODRIGUEZ -VARELA REY, BELEN	76
2. BATLLANA, RUBEN DARIO	76

8 DE MAYO **TROFEO AESGOLF** C.G. LARRABEA PAIS VASCO

Pérez, Arrechea y Buceta se llevan el Aesgolf de Larrabea

RESULTADOS

1ª CAT.		1. ARRECHEA EGUIA, IÑAKI	35
1. PEREZ CORRAL, EUGENIO	36	ROMERO HORTELANO, JOSE M	32
SANCHEZ SANCHEZ, FRANCISCO	36	3ª CAT.	
2ª CAT.		1. BUCETA ABALO, M DOLORES	28

8 DE MAYO **TROFEO AESGOLF** HÉRCULES C.G. GALICIA

Santiso Pazo y Vázquez Pérez, ganadores del Trofeo Aesgolf disputado en Hércules

RESULTADOS

SCRATCH	
1. SANTISO PAZO, FRANCISCO	20
2. VAZQUEZ PEREZ, CAMILO	19
HCP.	
1. VAZQUEZ PEREZ, CAMILO	35
DIAZ CURRAS, JOSE IGNACIO	35



8 DE MAYO **TROFEO AESGOLF CABALLEROS** PALOMAREJOS G. CASTILLA LA MANCHA

Ortín y Pérez logran la victoria en el Aesgolf Caballeros de Palomarejos

RESULTADOS

1ª CAT.

1. ORTIN FUNES, JUAN 38
2. GONZALEZ IGLESIAS, EDUARDO 37

2ª CAT.

1. PEREZ ATIENZA, JAVIER 37
2. ANGLADA ORIOLS, ANTONIO 34

9 DE MAYO **MARRUECOS-TÁNGER GT** C.G. DE VALLROMANES CATALUÑA

Domínguez y Pedró se llevan el Marruecos Tánger GT de Vallromanes

RESULTADOS

1ª CAT.

1. DOMINGUEZ MARTINEZ, LUIS 41
2. FINCIAS LOPEZ, ESTEBAN 38

2ª CAT.

1. PEDRO GINER, JUAN 37
2. ALCALDE ROMERO, LUIS 36

II TORNEO DE LA MATACIÁ

30 DE SEPTIEMBRE

Reconocimiento del campo y entrenamiento
21,00 horas Cena – Coktail de bienvenida

1 DE OCTUBRE

9,30 Primera jornada del torneo
Avituallamiento en el hoyo 9
Plato de cuchara al finalizar recorrido
Por la tarde visita guiada a Calatayud

2 DE OCTUBRE

Excursión al Monasterio de Piedra con visita
guiada al Monasterio y desplazamiento en autobús
Comida en EL Complejo Valdeherrera
Por la tarde cata de Vermuts artesanales de la zona

3 DE OCTUBRE

9,30 Segunda jornada del torneo
Avituallamiento en el hoyo 9
Plato de cuchara al finalizar recorrido
21,00 horas Cena de gala y entrega de premios
con sorteo de regalos

4 DE OCTUBRE

Desayuno bufet y salida

Calatayud del 1 al 3 de octubre de 2019

PRECIO TOTAL POR PERSONA

445 €

Precio por persona, 4 noches en el alojamiento elegido, en habitación doble con desayuno.

INCLUYE:

- Cena- Cocktail de bienvenida con Jotas Aragonesas
- Bolsa de bienvenida a jugadores.
- Cuatro noches de alojamiento, en el hotel elegido, habitación doble, con desayuno.
- Green fee de entrenamiento
- Green fees, los dos días de torneo.

- Avituallamiento en hoyo 9, los días de Torneo y plato típico de cuchara (No incluye bebida) al finalizar
- Visita Guiada por el Calatayud monumental
- Excursión al Monasterio de Piedra, comida "Matancera", y desplazamiento en autobús.
- Cata de vermouths artesanales de la zona
- Cena de gala y entrega de trofeos, con sorteo de regalos.

Precio calculado para Hostería Mesón La Dolores *** ó el Hotel Monasterio Benedictino ****
Suplemento total, por habitación individual: en cualquier hotel 30 €. Precio para acompañantes no jugadores 300 € en Mesón La Dolores o en Hotel Monasterio Benedictino
Todos los precios con IVA incluido. También pueden inscribirse sin alojamiento 320€
*** Imprescindible chaqueta y corbata para los caballeros en la cena de gala ***



10 DE MAYO **TROFEO AESGOLF CABALLROS** G. ISLA DE VALDECAÑAS **EXTREMADURA**

Sanz Nieto y Paniagua Pozanco ganan el Trofeo Aesgolf en La Isla de Valdecañas

RESULTADOS

1. SANZ NIETO, FERNANDO	38
PANIAGUA POZANCO, JOSE LUIS	37

10 DE MAYO **GRAN PREMIO DE ARAGÓN AESGOLF CABALLEROS** C.G. LA PEÑAZA **ARAGÓN**

Antolín, Langa y Pérez López vencen en La Peñaza

Celebrado en las instalaciones del Real Club de Golf de la Peñaza en unas condiciones óptimas de juego, bajo la modalidad Medal Play. A destacar la presencia de Fernando Lillo como Presidente de la Asociación. Ganador Scratch Fernando Antolín con 79 puntos, obteniendo así mismo la mejor puntuación hándicap

con 68 golpes netos, 4 por debajo del campo. El ganador Hcp fue José Antonio Langa empatado con Juan Francisco Jiménez segundo y Félix Bernal tercer clasificado todos con 71 golpes netos. Gustavo Pérez López con 73 golpes fue el mejor Master Senior. Fue un gran día de primavera, golf y amigos.

RESULTADOS

SCRATCH

1. ANTOLIN CALVO, FERNANDO	79
LOPEZ DE LA GARMA, ALEJANDRO	80

HCP.

1. ANTOLIN CALVO, FERNANDO	68
JIMENEZ DOMINGUEZ, JUAN F	70

MASTER SENIOR

1. PEREZ LOPEZ, GUSTAVO	73
1. GUINDA GARCIA, JOSE MIGUEL	73



14 Y 15 DE MAYO

MATCH AESGOLF FRANCIA-ESPAÑA

G. BLUEGREEN L' ESTÉREL (FRANCIA) **CATALUÑA**

RESULTADOS

FOURBALLS

1. ESPAÑA	12
2. FRANCIA	6

INDIVIDUALES

3. ESPAÑA	29
4. FRANCIA	25

España se impone a Francia en Valescure

El escenario de este clásico Match Francia-España fue este año el antiguo Golf de Valescure en la coté d'Azur. Un campo creado en 1895, que Herry Colt restructuró y amplió a 18 hoyos en los años 1909 y 1910. Un campo con calles bordeadas de centenarios pinos mediterráneos, que deja ver la firma del diseñador de otros 15 campos en la Costa Azul y otros míticos, como Pedreña en España, Muirfield en

Gran Bretaña, Pine Valley en USA, ... Los equipos de la ASSGF y AESGOLF capitaneados por Raphael Riquelme y Manel Ortí disputaron y disfrutaron de 2 días de golf, amistad y camaradería. Con 3 puntos en juego por partido se disputaron 6 partidos de dobles Fourballs Match-Play en la primera jornada con resultado de Francia 6, España 12. Resultado que fue reequilibrado en la segunda jornada después de 12

partidos individuales con un más ajustado resultado favorable a España de Francia 25 - España 29. La armonía y faire play se dejaron ver tanto en el cóctel y cena de gala ofrecidos por el equipo francés, como en todo el resto del torneo entre amigos competidores. Esta vez el equipo español integró jugadores de Cataluña, Aragón, Cantabria, Galicia, Murcia y Valencia.

Angel Farinós



14 DE MAYO

COPA TÍO PEPE CABALLEROS
 C.G. DE SOMOSAGUAS MADRID

Bello del Valle, Sánchez y García Orea se llevan la Copa Tío Pepe



RESULTADOS

1ª CAT.

- | | |
|----------------------------|----|
| 1. BELLO DEL VALLE, JUAN M | 38 |
| 2. BASABE ARMIJO, ENRIQUE | 37 |

2ª CAT.

- | | |
|--------------------------|----|
| 1. SANCHEZ CORTES, PABLO | 38 |
| 2. DIAZ COLADO, ELADIO | 36 |

3ª CAT.

- | | |
|-----------------------------|----|
| 1. GARCIA-OREA A, ALVARO | 43 |
| 2. GANDARIAS ZUÑIGA, JAVIER | 35 |

14 DE MAYO **TROFEO AESGOLF DAMAS** C.G. BARBERAN MADRID

Buesa y Pertierra, ganadoras en el Aesgolf del Barberán

RESULTADOS

1ª CAT.

- | | |
|-----------------------------|----|
| 1. BUESA GALIANO, CARMEN | 37 |
| 2. CERVERA FERNANDEZ, MARIA | 36 |

2ª CAT.

- | | |
|-------------------------------|----|
| 1. PERTIERRA ALVAREZ, MANUELA | 34 |
| 2. ARNAIZ Q, MARIA BEGOÑA | 33 |

15 DE MAYO **GRAN PREMIO DE ARAGÓN AESGOLF DAMAS** C.G. LA PEÑAZA ARAGÓN

Olves, Pérez y Esteban vencen en el Gran Premio de Aragón

RESULTADOS

1ª CAT.

- | | |
|----------------------------|----|
| 1. OLVES BENEDICTO, M JOSE | 17 |
| 2. MARQUINA HDZ., SOLEDAD | 15 |

1ª CAT.

- | | |
|---------------------------|----|
| 1. PEREZ GERCINA, M PILAR | 36 |
|---------------------------|----|

- | | |
|---------------------------|----|
| 2. MARQUINA HDZ., SOLEDAD | 33 |
|---------------------------|----|

2ª CAT.

- | | |
|-----------------------------|----|
| 1. ESTEBAN GUAJARDO, AMPARO | 31 |
| 2. CENIS ROMEO, M PILAR | 30 |

15 DE MAYO **TROFEO AESGOLF** C.G. COSTA DE AZAHAR COM. VALENCIANA

Manuel Sedersos y Rosario Vidal se proclaman vencedores en el Aesgolf de Costa de Azahar

El viento de levante fue el que predominó durante el desarrollo del torneo AESGOLF Damas y Caballeros del día 15-5-2019.

En Caballeros el Ganador fue Manuel Sedersos con 40 puntos y el 2º Clasificado fue Francisco

Artola Peris con 36 puntos. En Damas la vencedora con 36 puntos fue Rosario Vidal Pupla.

Fernando Alguero
 Delegado Senior



16 DE MAYO **TROFEO AESGOLF CIUDAD DE LEÓN** LEÓN G.-PROSACYR **CASTILLA Y LEÓN**

Carro, Garmendia, Rivera y López - Mateos vencedores

RESULTADOS

1ª CAT. CAB.

1. CARRO CARRO, ANTOLIN	34
MATORRA ALVAREZ, JOSE I	34

2ª CAT. CAB.

1. GARMENDIA ALVAREZ, IGNACIO	37
2. MARCOS MARTINEZ, JOSE	34

3ª CAT. CAB.

1. RIVERA GABELLA, JOSE	33
FERNANDEZ MARTINEZ, JUAN J	33

1ª CAT. DAMAS

1. LOPEZ-MATEOS, ANA M	37
2. DEL POZO GONZALEZ, MARIA	36

16 DE MAYO **MARRUECOS-TÁNGER GT** C.G. EL ENCÍN **MADRID**

Riesgo Cavestany, con doblete, y De La Vega se llevan los trofeos en El Encín

RESULTADOS

1ª CAT. CAB.

1. RIESGO CAVESTANY, JUAN LUIS	39
2. DEL OLMO GLZ, AURELIO	35

2ª CAT. CAB.

1. DE LA VEGA, JOSE MARIA	40
---------------------------	----

2. SANCHEZ MUÑOZ, RAFAEL	39
--------------------------	----

COPA PORTUGAL ESPAÑA

1. RIESGO CAVESTANY, JUAN LUIS	39
--------------------------------	----

SANCHEZ MUÑOZ, RAFAEL	39
-----------------------	----

16 DE MAYO **TROFEO AESGOLF**
C.G. VAL DE ROIS **GALICIA**

RESULTADOS

1ª CAT. CAB.

1. LORENZO DOVAL, ROMAN	35
2. NUÑEZ RODRIGUEZ, LUIS	34

Roman Lorenzo, primero, y Luis Nuñez, segundo, en Val de Rois



AD333 TOUR

TOUR ON THE OUTSIDE,
SOFT ON THE INSIDE



17 DE MAYO **CIRCUITO POR EQUIPOS AESGOLF C.V. CAB.** FOREOSSOS G. **COM. VALENCIANA**

El equipo de Pastor se lleva la etapa del Circuito en Foressos

RESULTADOS

SCRATCH EQUIPOS

- 1. PASTOR CASANOVA, RAFAEL 57
- ARCHILES RAMON, VICENTE
- CALDERON ALARCON FRANCISCO
- SEDER SOS, MANUEL

- 2. FERNANDEZ NUÑEZ, CARLOS 56
- INDIAS LOBATO, CLAUDIO
- BALLAY, BORIS
- CASTELLANO ALFONSO, FCO.



21 DE MAYO **ORDEN DEL MÉRITO INDV. AESGOLF C.V. CAB.** C.G. EL BOSQUE **MADRID**

Fuente, Indias y Pardo se proclaman vencedores en la Orden del Mérito en El Bosque



RESULTADOS

SCRATCH

- 1. FUENTE MORILLO, JESUS 31
- TORRES GE, JOSE ANTONIO 31

- 2. FUENTE MORILLO, JESUS 37

2ª CAT. CAB.

1ª CAT. CAB.

- 1. INDIAS LOBATO, CLAUDIO 38
- 2. MONFORT DURAN, VICENTE 36

21 MAYO **CTO. SENIOR DAMAS CCVM** C. C. VILLA DE MADRID **MADRID**

Gómez, Laiglesia y Álvarez - Hevia ganan en el Villa de Madrid

RESULTADOS

1ª SCRATCH

- 1. GOMEZ ARBEX, MERCEDES 26
- 2. GONZALEZ MARTINEZ MARIA A 21

1ª HCP.

- 1. ALVAREZ-HEVIA, CARMEN 33
- MAGRO MAS, INMACULADA 33

2ª SCRATCH

- 1. LAIGLESIA NIETO MARIA 10
- 2. GREGORIO DIEGO, MARIA 9

2ª HCP.

- 1. ALVAREZ-HEVIA, CARMEN 33
- MAGRO MAS, INMACULADA 33



SRIXON
DEDICATED TO IMPROVING YOUR GAME™

srixoneurope.com



22 DE MAYO **PANAMÁ GT** R.S.G. DE NEGURI PAIS VASCO

Martínez Santos y Arzallus Zabaleta se hacen con el Panamá GT en Neguri

RESULTADOS

1ª CAT.		2ª CAT.	
1. MARTINEZ SANTOS, JESUS	38	1. ARZALLUS SABALETA. JOSE R	36
2. PINUAGA GOMEZ, LORENZO	37	2. ATIENZA ARIZA, RAFAEL	34

22 DE MAYO **TROFEO AESGOLF** C.G. DE GORRAIZ NAVARRA

Miguel Plagaro se proclama vencedor en el Aesgolf de Gorraiz

RESULTADOS

1. PLAGARO AROSTEGUI, MIGUEL A	37
2. GARCIA-MAYORAL CASTRO, JULIO	35

23 DE MAYO **LANZAROTE GT-TROFEO GRAND TEGUISE PLAYA** C.G. ZAUDIN ANDALUCÍA OCCIDENTAL

Paz y Moll se llevan la victoria en el Lanzarote GT Trofeo Grand Teguisse Playa en Zaudín

RESULTADOS

1ª CAT.		2ª CAT.	
1. MOLL LORCA, SALVADOR	39	1. PAZ PAZ, MANUEL ANTONIO	40
2. CARRETERO ENRIQUE, JUAN	37	2. PINELO HERRERA, JOSE MANUEL	37

23 DE MAYO **TROFEO AESGOLF DAMAS** R.C.G. DE TENERIFE CANARIAS

María Vigna en primera y Carmen Guerra en segunda ganan el Aesgolf Damas de Tenerife

RESULTADOS

1ª CAT.	
1. VIGNA VILLA, MARIA SUSANA	38
2. YANES HERREROS, MILAGROS	36
2ª CAT.	
1. GUERRA AGUILAR, M.CARMEN	33
2. ROCHE MACHADO, MARIA A	32

23 DE MAYO **CIRCUITO POR EQUIPOS AESGOLF C.V. CAB.** R.C.G. LA BARGANIZA **ASTURIAS**

Delgado, Díaz, Rodríguez - Varela y Alacio se reparten los premios de la etapa del Circuito en La Barganiza

RESULTADOS

1ª CAB.

1. DELGADO GUERRA, FRANCISCO 38
2. DIAZ VAZQUEZ, JULIO ELADIO 37

2ª CAB.

1. DIAZ NUÑEZ, PEDRO 37
- MERINO CARRILES, SENEN 37

1ª DAMAS

1. RODRIGUEZ-VARELA, BELEN 36
2. CABO OLMOS, CARMEN 32

2ª DAMAS

1. ALACIO BEDOYA, ELISA 41
2. MARTINEZ DE LA VEGA, ROSA 38

23 DE MAYO **TROFEO AESGOLF** EL ROBLEDAL G. **MADRID**

Aguas Barquero y Cuesta Estebaranz se llevan el Trofeo Aesgolf celebrado en El Robledal

RESULTADOS

1ª CAT.

1. AGUAS BARQUERO, JUAN M 41
2. GONZALEZ IGLESIAS, EDUARDO 38

2ª CAT. CAB.

1. CUESTA ESTEBARANZ, ANGEL 36
2. LIZCANO LOPEZ, JUAN 35



CÁDIZ
PUERTO DE SOTOGRADE
 Estudios de Lujo de 50 m2
 Venta y Alquiler
 Frente al mar
 9 Campos de Golf
 Tel: 609.161.787



29 DE MAYO **MARRUECOS-TÁNGER GT**
LAYOS.C.C. CASTILLA LA MANCHA

José López y José Sánchez ganan el Marruecos Tánger GT en Layos

RESULTADOS

1ª CAT.		2ª CAT.	
1. LOPEZ FERNANDEZ, JOSE	34	1. SANCHEZ PEREZ, JOSE F	34
PEÑA MARTINEZ, FELIX	34	2. RENCOS LOPEZ, ANGEL LUIS	29



30 DE MAYO **TROFEO AESGOLF CABALLEROS** G. LA ROCA CATALUÑA

Benigno García y Jorge Ferrer - Dalmau, primero y segundo en el Aesgolf de La Roca

RESULTADOS

1. GARCIA GARCIA, BENIGNO	41
2. FERRER-DALMAU ALCOVERRO, JORGE	38

30 DE MAYO **TROFEO AESGOLF** MEAZTEGI G. PAIS VASCO

Bedía y Abascal se llevan el Trofeo Aesgolf en Meaztegui

RESULTADOS

1ª CAT.		2ª CAT.	
1. BEDIA BEDIA, MIGUEL	38	1. ABASCAL CANALES, IRENE	44
2. SAIZ MARTINEZ, JUAN IGNACIO	37	2. LOPEZ DE ARCAUTE, JESUS	41



30 DE MAYO **TROFEO AESGOLF III TORNEO VILLAVICIOSA**
VILLAVICIOSA G. ASTURIAS

Los ganadores fueron: Uribe Larrea y Blanco en Caballeros, y Díaz y González en Damas

RESULTADOS

1ª CAB.		1ª DAMAS	
1. URIBELARREA, FERNANDO	38	1. DIAZ DELMIRO, M ROSARIO	44
2. RODRIGUEZ VALDES, PEDRO	38	2. FANO INIESTA, M ISABEL	35
2ª CAB.		2ª DAMAS	
1. BLANCO CALCOYA, MANUEL	41	1. GONZALEZ DIAZ, ANA MARIA	40
2. GORDILLO FLOREZ, ANTONIO	37	2. GARCIA MENENDEZ, MARIA	36



30 DE MAYO **LIGA SENIOR CCVM - T. AESGOLF PING CAB. 1ª, 2ª CAT+ (HASTA HCP 18,4) 3ª CAT (18,5+)+** CLUB DE CAMPO **MADRID**



Jesús Nuñez y José Luis Ozalla vencen en el Club de Campo

RESULTADOS

CAT. DE 0 A 18,4

1. NUÑEZ BENITO JESUS	41
CARVAJAL HIGUERAS LUIS	41

CAT. DE 18,5 A 26,4

1. OZALLA OÑATE JOSE LUIS	43
2. ALONSO RIVAS JAVIER	35

30 DE MAYO **TROFEO AESGOLF CAB.**
G. DE VALDELUZ **CASTILLA LA MANCHA**

Hernández Navarro y Duque Megía triunfan en el Trofeo Aesgolf Caballeros de Valdeluz

RESULTADOS

1ª CAT.

1. HERNANDEZ NAVARRO,ARTURO	37
2. PEREZ DONIGA,HERMINIO	37

2ª CAT.

1. DUQUE MEGIA,JOSÉ LUIS	35
2. QUINTERO,ROBERTO MANOLO	33



31 DE MAYO **TROFEO AESGOLF CAB.**G. DE ARANJUEZ **MADRID**

Luis Marín Morillas se proclama ganador en el Golf de Aranjuez

RESULTADOS

1. MARIN MORILLAS, LUIS M	35
2. OSCAR LOPEZ, CARLOS	35

3 DE JUNIO **GRAN PREMIO AESGOLF DOBLES FEMENINO**C. G. VALLROMANES **CATALUÑA**

Méndez - Jaureguizar y Perelló - Freixa, vencen en Vallromanes

RESULTADOS

SCRATCH

1. MENDEZ PINILLA, JOAQUINA	76	2. JOVER FONTANALS, ARACELI	69
-----------------------------	----	-----------------------------	----

JAUREGUIZAR DUCABLE, M. ELENA		LLANZA MATA ISABEL	
-------------------------------	--	--------------------	--

2ª CAT. HCP.

2. JOVER FONTANALS, ARACELI	80	1. PERELLO, MARGARITA	65
-----------------------------	----	-----------------------	----

LLANZA MATA ISABEL		FREIXA MASSAGUER, PILAR	
--------------------	--	-------------------------	--

1ª CAT. HCP.

1. MENDEZ PINILLA, JOAQUINA	65	2. ALBERCH REIXACH, M.TERESA	66
-----------------------------	----	------------------------------	----

JAUREGUIZAR DUCABLE, M. ELENA		BOFILL BATLLE, LOURDES	
-------------------------------	--	------------------------	--

4 DE JUNIO **COPA SOLERA 1847 DAMAS**C. JARAMA RACE **MADRID**

Martínez Gil y Miguel - Romero se llevan la Copa Solera Damas celebrada en El Race

RESULTADOS

1ª CAT.

1. MARTINEZ-GIL FLUXA, M JOSE	35	1. MIGUEL-ROMERO, MYRIAM	35
BLANCO GARCIA, M.	35	ECHAVARRIA DE RADA CRISTINA	35

2ª CAT.

VA LEJOS.
SE SIENTE SUAVE.

ESO ES FASTLAYER. ESO ES DIFERENTE.



4 DE JUNIO **CIRCUITO AESGOLF BABARIA DAMAS 2019** C.G. EL BOSQUE **COM. VALENCIANA**



El equipo de Ana Peris gana la etapa de El Bosque y el de Elena García de la Cuadra se proclama vencedor del Circuito Aesgolf *babaria* Damas 2019

Este año 17 equipos rivalizaban en cinco campos el título de Campeonas de este ya famoso CIRCUITO BABARIA. El 4 de Junio se jugó la Gran Final en El Bosque .

El campo estaba realmente difícil y cabe resaltar la mejor tarjeta de la jornada que fué la de Rita Linder con 38 puntos stableford. La modalidad de juego era Copa Canadá individual stableford y con un buen resultado de 132 puntos quedó ganador en El Bosque el equi-

po de Ana Peris y eso les valió para remontar hasta la segunda posición del acumulado. En segundo lugar y con 122 puntos quedó el equipo de Elena García de la Cuadra que no defraudó y acabó liderando el torneo, proclamándose Ganador del V Circuito BABARIA de Aesgolf damas 2019 , este gran equipo formado por: Elena García de la Cuadra, Teresa García, Ana Montaner y Alicia Sanz. ¡¡ enhorabuena Campeonas!! Al finalizar el torneo tuvimos

una comida que gustó mucho, entrega de Premios y reparto de regalitos de nuestro gran patrocinador "BABARIA". Premios especiales para los equipos:

1º clas: Elena García de la Cuadra con 354 puntos
2º clas: Ana Peris con 341 puntos
3º clas: Gloria Moreno con 339 puntos

RESULTADOS EL BOSQUE

1. ANA PERIS	132	2. ELENA GARCIA DE LA CUADRA	122
GARRIGUES GUZMAN, AMPARO		GARCIA DE LA CUADRA ,ELENA	
LETICIA PERIS FALGAS, ANA		GARCIA MARTINEZ, M TERESA	
LEGARRE GIL, MARIA TERESA		MONTANER ROSELLO, ANA M	
SOLANES, INMACULADA		SANZ LOPEZ, ALICIA	

SRIXON
DEDICATED TO IMPROVING YOUR GAME™

srixoneurope.com

Available on Google play

Available on the App Store

#BUILTFORDISTANCE

6 DE JUNIO **TROFEO AESGOLF** C. G. ALDAMA **ASTURIAS**

Medina, Cabo y Braun, en Damas, se reparten la victoria en el Aesgolf de Aldama

RESULTADOS

1ª CAT. CAB.		2. RAMIREZ, ARMANDO JULIO	38
1. MEDINA RODRIGUEZ, JORGE L	39		
2. MERINO CARRILES, SENEN	37		
2ª CAT. CAB.		DAMAS	
1. CABO GONZALEZ, CARLOS A	39	1. BRAUN POPP, RUTH	42
		2. GONZALEZ GARCIA, Mª ALICIA	39

6 DE JUNIO **MARRUECOS-TÁNGER**
HATO VERDE C.G **AND. OCCIDENTAL**

Suñer y Pinelo resultan ganadores del Marruecos - Tánger en Hato Verde

RESULTADOS

1ª CAT.		2ª CAT.	
1. SUÑER RIFA, RAMON	39	1. PINELO HERRERA, JOSE M	39
MOLL LORCA, SALVADOR	39	2. SANCHEZ GARCIA, ANGEL	38

7 DE JUNIO **TROFEO AESGOLF CABALLEROS**
C.G. LOS LAGOS **ARAGÓN**

Gustavo Pérez López acaba ganando el Trofeo Aesgolf Caballeros celebrado en Los Lagos

RESULTADOS

1. PEREZ LOPEZ, GUSTAVO	34
2. ALEJANDRE, DIOCLECIANO	33



7 DE JUNIO **TROFEO AESGOLF CABALLEROS**
NORBA. **EXTREMADURA**

Manuel García Alcón gana el Aesgolf celebrado en Norba

RESULTADOS

1. GARCIA ALCON, MANUEL	38
2. CALLE GONZALEZ, MIGUEL	37



12 DE JUNIO **TROFEO AESGOLF CABALLEROS**
C. G. CABANILLAS **CASTILLA - LA MANCHA**

Pérez y Sales, primero y segundo en Cabanillas

RESULTADOS

1ª CAT.		2ª CAT.	
1. PEREZ IGLESIAS, JOSE M	36	1. SALES MUÑOZ, JOSE	37
2. HERNANDEZ NAVARRO, ARTURO	29	2. SANTOS AHIJADO, ERNESTO	36

12 DE JUNIO **ORDEN DEL MÉRITO INDV. AESGOLF C.V. CAB.** EL ESCORPIÓN G. **COM. VALENCIANA**

Fuente, con doblete, y López se llevan la Orden del Mérito en El Escorpión

RESULTADOS

1ª CAT.		2ª CAT.	
1. FUENTE MORILLO JESUS	39	1. LOPEZ COSTELL FRANCISCO	37
2. QUESADA FLORES JUAN JOSE	38	2. MONFORT DURAN, VICENTE	35

13 DE JUNIO **GP PREMIO AESGOLF DE GALICIA** AUGAS SANTAS G. **GALICIA**



Núñez, Vázquez y López, en Damas, ganadores del GP Premio Aesgolf de Galicia

RESULTADOS

SCRATCH			
1. NUÑEZ RODRIGUEZ, LUIS	28	2. LORENZO DOVAL, ROMAN	71
2. VAZQUEZ PEREZ, CAMILO	24		
HCP.		DAMAS	
1. VAZQUEZ PEREZ, CAMILO	72	1. LOPEZ RODRIGUEZ, M PILAR	70
		2. GOMEZ AYALA, MARIA VIRGINIA	63



13 DE JUNIO **IV GRAN PRIX AESGOLF** R.C.G. DE CERDANYA **CATALUÑA**

Lardies, Ortí, Burriel y Granados vencedores en La Cerdanya

RESULTADOS

SCRATCH

1. LARDIES GIMENEZ, EDUARDO	84
2. ORTI MARTI, MANUEL	85

1ª CAT. HCP.

1. ORTI MARTI, MANUEL	73
2. HERRAIZ EISMAN, ANTONIO	75

2ª CAT. HCP.

1. BURRIEL TOLEDANO, JULIO	71
2. PERUGA PUYUELO, ANTONIO	75

DAMAS

1. GRANADOS GOMEZ, VICTORIA	74
2. JAUREGUI SEOANE, AMELIA	80

13 DE JUNIO **TROFEO AESGOLF** IZKI G. **PAIS VASCO**

Jesús Muñoz triunfa en el Aesgolf celebrado en Izki

RESULTADOS

1. MUÑOZ FERNANDEZ, JESUS	32
2. PINUAGA GOMEZ, LORENZO	31

13 DE JUNIO **LANZAROTE GT-TROFEO GRAND TEGUISE PLAYA PING**
G. DE VALDELUZ **CASTILLA LA MANCHA**

Olalla y Fernández acaban ganadores en el Lanzarote GT - Trofeo Grand Teguisse Playa Ping

RESULTADOS

1ª CAT.

1. OLALLA MERLO, FERNANDO	41
SANCHEZ MUÑIZ, RAFAEL	41

2ª CAT.

1. FERNANDEZ, ANTONIO PAÑOS	38
TORNERO, JOSE MARIA	38

14 DE JUNIO **TROFEO AESGOLF CABALLEROS**
C. G. AUGUSTA - CALATAYUD. **ARAGÓN**

Gustavo Pérez gana el Trofeo Aesgolf Caballeros celebrado en Augusta - Calatayud

RESULTADOS

1. PEREZ LOPEZ, GUSTAVO	37
2. LANGA SANCHEZ, JOSE ANTONIO	35



13 Y 14 DE JUNIO **GP AESGOLF CIUDAD DE SALAMANCA** C.G. DE SALAMANCA CASTILLA Y LEÓN

Ortín, Pérez, Rivera, Morilla, Fernández y González, brillantes vencedores del GP Aesgolf Ciudad de Salamanca



RESULTADOS

SCRATCH CAB.

- | | |
|-----------------------|----|
| 1. JUAN ORTIN | 67 |
| 2. NORBERTO RODRIGUEZ | 61 |

1ª CAT. CAB.

- | | |
|---------------------------|----|
| 1. BATTILANA, RUBEN DARIO | 71 |
| 2. SALTO MTZ-AVIAL, RAMON | 68 |

2ª CAT. CAB.

- | | |
|------------------------------|----|
| 1. PEREZ ALMANZA ANGEL | 71 |
| 2. CASARES MERELO, GUILLERMO | 69 |

3ª CAT. CAB.

- | | |
|---------------------------|----|
| 1. RIVERA GABELLA, JOSE | 71 |
| 2. HIDALGO CASTAÑO MANUEL | 65 |

SCRATCH DAMAS

- | | |
|-----------------------------|----|
| 1. MORILLA QUESADA, BEATRIZ | 36 |
| 2. ESCALANTE GARCIA RIOS | 31 |

1ª CAT. DAMAS

- | | |
|------------------------|----|
| 1. FERNANDEZ, JOAQUINA | 59 |
|------------------------|----|

- | | |
|------------------------------|----|
| 2. FANO INFIESTA, M.ª ISABEL | 58 |
|------------------------------|----|

2ª CAT. DAMAS

- | | |
|-----------------------------|----|
| 1. GONZALEZ DIEZ, ANA MARIA | 55 |
| 2. RODRIGUEZ SANCHEZ, M LUZ | 53 |

15 Y 16 DE JUNIO **FINAL NAL. PANAMÁ GT** C.G. DE LERMA CASTILLA Y LEÓN

José Luis Marfíl y Miguel Ángel Pérez, ganadores de la Final Nacional Panamá GT disputada en Lerma

RESULTADOS

1ª CAT.

- | | |
|--------------------------------|----|
| 1. MARFIL GUTIERREZ, JOSE LUIS | 72 |
| ABAD BARTOLOME, FCO JAVIER | 72 |

2ª CAT.

- | | |
|-------------------------------|----|
| 1. PEREZ ALONSO, MIGUEL ANGEL | 65 |
| 2. BASARRATE SANGRONIZ, ROMAN | 64 |

18 DE JUNIO **TROFEO AESGOLF**

C.G. EL CAMPO DE LOGROÑO LA RIOJA

Moreno y Foronda triunfan en el Aesgolf de Logroño en La Rioja

RESULTADOS

CAB.

- | | |
|--------------------------------|----|
| 1. MORENO COMINO, FRANCISCO | 37 |
| 2. FERNÁNDEZ RIOJA, JUAN RICAR | 35 |

DAMAS

- | | |
|----------------------------|----|
| 3. FORONDA, MERCEDES | 29 |
| 4. MURO CARCAR, M MERCEDES | 20 |

19 DE JUNIO **TROFEO AESGOLF CABALLEROS** LAS MARGAS G. **ARAGÓN**

Pedro García Álvarez se proclama vencedor en el Aesgolf Caballeros disputado en Las Margas

RESULTADOS

1. GARCIA ALVAREZ, PEDRO	37
2. LOPEZ DE LA GARMA, ALEJANDRO	34

19 DE JUNIO **TROFEO AESGOLF CABALLEROS**
PALOMAREJOS G. **CASTILLA LA MANCHA**

García y Martín líderes en el Trofeo Aesgolf de Palomarejos

RESULTADOS

1ª CAT.		2ª CAT.	
1. GARCIA FERNANDEZ, JOSE M	39	1. MARTIN BARBOLLA, TOMAS	41
2. ANGLADA ORIOLS, ANTONIO	38	2. HERNANDEZ ALONSO, VICENTE	39

20 DE JUNIO **CIRCUITO POR EQUIPOS AESGOLF C.V. CAB.** OLIVA NOVA B.&G.R. **COM. VALENCIANA**

Los equipos de Pastor y Jiménez, ganadores en Oliva Nova

RESULTADOS

SCRATCH

1. PASTOR CASANOVA, RAFAEL
CALDERON ALARCON FRANCISCO
QUESADA FLORES, JUAN JOSE
ARCHILES RAMON, VICENTE
2. PATUEL NAVARRO, ALEJANDRO
BACAS GONZALEZ, VICENTE R.
ALGUERO SANCHO, FERNANDO
MONFORT DURAN, VICENTE1

STABLEFORD HCP.

1. JIMENEZ GARCIA, RAMON	87
ROCHINA RODRIGO, JUAN	
ALIAGA BONANAD, TRINITARIO	
SANCHEZ-TEJERINA, JUAN	
2. PATUEL NAVARRO, ALEJANDRO	78
BACAS GONZALEZ, VICENTE R.	
ALGUERO SANCHO, FERNANDO	
MONFORT DURAN, VICENTE	

20 DE JUNIO **LANZAROTE GT-TROFEO GRAND TEGUISE PLAYA PING**
C.G. LAS CALDAS **ASTURIAS**

Casquero, Cubero y Pérez ganan el Lanzarote GT de Las Caldas

RESULTADOS

1ª CAT. CAB.		2. RAMIREZ BRETON, ARMANDO	32
1. CASQUERO, VALENTI N	35		
LOPEZ RUBIO, ISIDRO	35		
2ª CAT. CAB.		DAMAS	
1. CUBERO GARCIA, JOSE M	35	1. PEREZ PEREZ, FLORINDA	26
		GONZALEZ DIEZ, ANA MARIA	26

DEL 23 AL 30 DE JUNIO **AESGOLF VIAJA AL SUR** EL ROMPIDO C.G. **AND. OCCIDENTAL**

Largo y Pelayo en parejas y González, vencen en El Rompido

RESULTADOS

PAREJAS

1. LARGO, VICENTE	43
PELAYO, MARIA LUISA	
2. ALVAREZ, CLAUDIO	41

GONZALEZ, ANA MARIA

INDIVIDUAL

1. GONZALEZ DIEZ, ANA MARIA	101
GUTIERREZ, M CARMEN	101



25 DE JUNIO
COPA TIO PEPE CABALLEROS
C. JARAMA RACE **MADRID**

Cortina, Muñoz y Ferrer se llevan la Copa Tío Pepe



RESULTADOS

1ª CAT.

1. CORTINA AEDO, ANGEL	38
2. MONTERO FLORES, MANUEL	37

2ª CAT.

1. MUÑOZ GOMEZ, MANUEL	39
2. MORENCOS LOPEZ, ANGEL LUIS	38

3ª CAT.

1. FERRER MORATE, MAGIN	39
2. MARDOMINGO, JUAN A.	38

26 DE JUNIO **ORDEN DEL MÉRITO INDV. AESGOLF C.V. CAB.** MELIÁ VILLAITANA G. **COM. VALENCIANA**

Vicente, Tejada y García, ganadores de la Orden del Mérito

RESULTADOS

SCRATCH

1. VICENTE BURGOS, MIGUEL A	32
FUENTE MORILLO, JESUS	32

2. GARCIA MARTINEZ, NARCISO 40

2ª CAT. CAB.

1ª CAT. CAB.

1. TEJADA PINO, RAFAEL	41
------------------------	----

1. GARCIA CUENCA, MARCOS 41

2. CHICOTE CHICOTE, PABLO 40

27 DE JUNIO **FINAL CLASIFICATORIO EQUIPO CASTILLA-LAMANCHA** G. DE VALDELUZ **CASTILLA LA MANCHA**

Pérez vence en el Clasificatorio del Equipo Castilla - La Mancha

RESULTADOS

1. PEREZ DONIGA, HERMINIO	40
2. PERALES TRIGUERO, ANTONIO	39



27 DE JUNIO **TROFEO AESGOLF CABALLEROS** C.G. COSTA BRAVA **CATALUÑA**

Marín, Martínez, Lloses y Pujol vencen en Costa Brava

RESULTADOS

1ª CAT. CAB.

1. MARIN GARCIA, EUSEBIO	36
HERRAIZ EISMAN, ANTONIO	36

2ª CAT. CAB.

1. MARTINEZ, ANTONIO	37
2. ANDREU NAVARRO, MIQUEL A	32

3ª CAT. CAB.

1. LLOSES BALLESTE, CELESTINO	35
2. PERUGA PUYUELO, ANTONIO	33

DAMAS

1. PUJOL BENET, M TERESA	34
2. TORRA MARTI, NURIA	32

27 DE JUNIO **TROFEO AESGOLF** NESTARES G. **CANTABRIA**

Campo y Ruiz se llevan el Trofeo Aesgolf de Nestares

RESULTADOS

1ª CAT.

1. CAMPO VICENTE, MANUEL	41
2. BEDIA BEDIA, MIGUEL	40

2ª CAT.

1. RUIZ AMALLO, MANUEL	38
2. SAINZ SIERRA, BEGOÑA	37

27 DE JUNIO **TROFEO AESGOLF CABALLEROS**
HATO VERDE C.G. **AND. OCCIDENTAL**

Manuel Pozo ganador del Trofeo Aesgolf en Hato Verde

RESULTADOS

1. POZO LOPEZ, MANUEL,	40
2. MORILLA MARTIN, JUAN	39

27 DE JUNIO **MARRUECOS-TÁNGER GT** C.G. LAUKARIZ **PAIS VASCO**

Martín, Gómez y Unzueta se alzan con el triunfo en Laukariz

RESULTADOS

1ª CAT. CAB.

1. MARTIN JAIME, JOSE MANUEL	37
2. PEREZ CORRAL, EUGENIO	36

2ª CAT. CAB.

1. GOMEZ MENCHACA, CARLOS	38
---------------------------	----

2. MARTIN DUEÑAS, JOSE ANGEL	36
------------------------------	----

DAMAS

1. UNZUETA CRESPO, ELVIRA	38
2. HERRERA ABECHUCO, BEGOÑA	37



PREPARACIÓN FÍSICA PARA EVITAR LAS LESIONES: LA ESPALDA

Fuente Joaquín Mesas Esteso / Preparador Físico de Golf

En la vida diaria es la espalda la que mas dolores produce a la población en general, según estadísticas el 80% ha tenido en algún momento de su vida problemas con su espalda sobre todo a nivel lumbar, porque los músculos de la espalda están en constante tensión, simplemente para mantener una postura erguida, pero en el golf se ve aumentada al hacer el movimiento de swing ya que es una torsión-distorsión del tronco muy brusca, y si no está bien fortalecida se puede tener serios problemas. También produce el mismo efecto el simple hecho de patear, puesto que es una postura muy encorvada y echada hacia adelante y al adoptar mucho tiempo esta posición la columna se carga tanto de tensión que he llegado a observar ligeras cifosis en jóvenes jugadores que he preparando.

Esto suele ocurrir de repente, un buen día la persona más sana puede sentir una sensación incómoda y muy pesada, que percibe acompañada de dolor en la parte baja de la espalda. Acude, como debe ser, a consulta y el médico seguramente le dirá que se trata de una cervicalgia, cuando el dolor procede de las vértebras cervicales, o de una dorsalgia, si el foco está en las dorsales, o por fin de una lumbalgia, en el caso de originarse en la región lumbar. Con mucha frecuencia estos dolores se combinan y entrecruzan.

Sabemos por experiencia que está uno como "baldado" cuan-



do las padece y que cualquier cambio de postura produce un dolor muy vivo. Con calor y con descanso sobre un colchón duro el milagro de la recuperación se va produciendo.

En las lumbalgias hay que distinguir los dolores de la propia columna y sus componentes: como la popular artrosis, o lesión degenerativa de una articulación; la espondilitis, o degeneración de las vértebras; la escoliosis, o espalda desviada; las hernias de disco y los aplastamientos por osteoporosis, que es la pérdida de mineral en los huesos, principalmente calcio... Además, en las lumbalgias existen también los dolores irradiados, esto es, cuando el problema viene de otra parte, aunque su dolor da la cara en la espalda: ejemplo de esto son las úlceras de duodeno, los cólicos renales, las piedras

en la vesícula, etc. Y por último, el dolor de espalda puede tener su origen incluso en los nervios y la tensión que es lo mas frecuente cuando hablamos de jugadores de golf tanto amateurs como profesionales. Pero como lo más sabio y barato es prevenir, aquí están algunos saludables y eficaces remedios para evitar que llegue ese momento doloroso de las fastidiosas lumbalgias y que nos pueden truncar la temporada o llegar a dejar nuestro deporte favorito.

- Usar una cama dura (ya son así los modernos colchones y somieres), la espalda descansa sobre un plano resistente y mientras uno duerme está corrigiendo las posiciones viciadas de la columna.

- Calor local con una manta eléctrica, con lámpara de in-

frarrojos o similar sobre la zona dolorida.

- Masaje suave aplicado por otra persona, que se puede complementar con linimentos o bálsamos.

- Regular el peso y adelgazar si existe obesidad, siempre bajo control médico.

- Si hay osteoporosis, tomar el sol con la cabeza protegida y aumentar el consumo de lácteos (leche normal o descremada), según la indicación del médico, queso, yogurt, cuajada, etc.), especialmente por la noche, porque se absorbe mejor el calcio.

- No cargar pesos.

- Llevar zapatos cómodos, anchos, flexibles y de poco contacto. Si es preciso, deben corregirse las deformidades con plantillas ortopédicas.

- Para sentarse, usar sillas altas y con respaldo, nunca sillones bajos y blandos que se hundan.

- Si el médico, el fisioterapeuta o el ATS lo recomiendan, pueden usarse: un corsé de sujeción posterior, así como las técnicas de electro, fisio y termoterapia, que aplican en los servicios de rehabilitación.

- Practicar la natación como deporte ideal para la columna vertebral.

- Y calentar siempre antes de jugar o dar bolas.

Además de todas estas medidas preventivas, como preparador físico de jugadores de golf recomiendo el someterse a un programa de ejercicios que: 1º quiten la tensión de la espalda y la relajen, 2º den flexibilidad y elasticidad a la columna y 3º potencien los músculos que la protegen para olvidarnos de este problema tan frecuente.

EL DROPAJE

EL PROCEDIMIENTO DE DROPAJE ES UNO DE LOS ASPECTOS QUE HA EXPERIMENTADO UN MAYOR CAMBIO EN LA NUEVA EDICIÓN DE REGLAS 2019

Por Xavier Burjachs Juez Árbitro Internacional



Técnica de dropaje utilizada por Ricky Fowler



Para dropar correctamente se debe saber qué bola usar, cómo hacerlo, dónde hacerlo y en qué situaciones debemos volver a dropar. Vamos a ver cada uno de ellos a continuación (el detalle de puede ver en la Regla 14.3). La bola que utilizamos para dropar puede ser cualquiera. Esto ya era así cuando dropábamos después de perderla, pero ahora se ha ampliado a cualquier Dropaje.

La bola la debe dropar el propio jugador dejándola caer desde la altura de la rodilla. Probablemente esto signifique que deberemos doblar un poco el “espinazo”

para llegar con la mano a dicha altura. Es bueno ver los gráficos explicativos de la Regla 4.3. La bola al droparse debe tocar primero una parte del campo. Si toca primero al jugador, lo cual es muy fácil que ocurra, se debe dropar de nuevo.

La bola debe tocar el campo en el área de alivio que se haya determinado. El tamaño del área de alivio depende del tipo de alivio. Para los que son sin penalización, el área puede llegar a ser un semicírculo de un palo de radio. En cambio en un alivio por bola injugable a dos palos, el semicírculo es de dos palos de radio. La bola estará en juego cuando

toque el campo en el área y permanezca en ella.

Volveremos a dropar cuando:

La bola nos toca a nosotros antes de tocar el suelo.

El Dropaje lo ha hecho otra persona distinta del jugador.

Dropamos por debajo o por encima de la rodilla o le damos efecto.

La bola no toca el campo dentro del área de alivio.

En cualquier circunstancia de las anteriores la bola debe droparse tantas veces como sea necesario.

Si la jugamos sin haber dropado correctamente, tendremos un golpe de penalización.

También deberemos volver a dropar cuando habiéndolo hecho correctamente la bola no queda en reposo en el área de alivio. Lo debemos intentar una segunda vez y si vuelve a pasar lo mismo la colocaremos en el área de alivio en el punto donde la tocó por segunda vez. Si jugamos la bola desde fuera del área estaremos jugando desde lugar equivocado, lo que conlleva la penalización general (2 golpes o pérdida del hoyo).

Para ver ejemplos claros del procedimiento de Dropaje se puede acceder a la web rfegolf.es dentro de la sección Reglas y ver los videos explicativos.



OFERTAS PARA ASOCIADOS AESGOLF

OFERTAS AESGOLF

ANDALUCÍA OCCIDENTAL

CLUB DE GOLF BELLAVISTA

GF 1/1/19 a 15/3/19 y 2/5/19 a 30/6/19: 25,5€. GF 16/3/19 a 1/5/19 y 1/12/19 a 31/12/19: 29,75€. GF 1/7/19 a 10/9/19: 34€. GF 11/9/19 a 30/11/19: 38,25€. GF 9 hoyos : consultar precios T. 959 319 017/18

R.C.C. DE CÓRDOBA

GF labor. : 20€; 9 hoyos (solo tardes): 15€ GF sab, dom y festivos a partir 12h: 30€ buggy: 25€. T. 957 350 208

HATO VERDE C. G.

GF y buggy labor. no festivos: 20% desc. T. 95 579 50 62 /71

C.G ISLA CANELA

GF: 38€. Buggy: 36€; C. manual: 5€; C. eléctrico: 12€. 2 GF + Buggy: 99€. Reservas con 24h. T. 959 471288

ISLANTILLA G. RESORT

GF T. Alta: 46€; T. Baja: 42€; GF 9 hoyos: 24€ T. Alta: mar, abr, jul, ago y oct. T. Baja: feb, may, jun, sep, nov, dic. Validez: 31 de octubre 2019 T. 959 486 039

LA MONACILLA G.C.

GF: 34€ 2 GF + buggy: 85€ GF (8 jug. o +): 30€. T. 959 100 093

MONTECASTILLO BARCELÓ G.C.

GF T. Baja: 25nov-22feb/29jun-02ago: 31€. GF T. Media: 1-24nov/23feb-29mar/3-28jun/3ago-13sep: 38€. GF T. Alta: 30mar-02jun/14sep - 31oct: 43,5€ Buggy 1mar-30abr/13sep-31oct: 48€; Resto fechas: 42€. Consultar otras ofertas con el Club. Validez: 31 oct 2019. T. 956 151 200/13



R. NOVO SANCTI PETRI G.C.

GF T. Alta (mar, jul, oct): 48€; T. Baja: 38€. No válido ago, S. Santa, festivos y puentes T. 956 49 40 05

ANDALUCÍA ORIENTAL



ALBORÁN G.

GF: 15% desc. Oferta no acumulable Martes, mayo-res 60 años: 20€ T. 950 208 583

ALCAIDESA LINKS G. R.

LINKS G. COURSE: GF T. Baja: 60€ (buggy incl)/T. Alta: 82€ (buggy 45€)

HEATHLAND G. COURSE:

GF T. Baja: 52€ (buggy incl)/T. Alta: 60€ (buggy 45€). T. Baja: ene-feb, jun-15sep, 21nov-dic. T. Alta: mar-may, 16sep-20nov. T. 956 791 040



ALMENARA HOTEL-G.

GF: 55€. GF 9 hoyos: 30€ T. 956 582 054.



ANTEQUERA G.

GF 18+buggy: 51€; GF 9+buggy: 34€ 2 GF18+buggy: 93,5€; 2 GF 9 hoyos+buggy: 59,5€ precios por pers. T. 902 541 540



ATALAYA G & COUNTRY C.

GF T. Media: 49€. 01/12/2018-31/01/2019 y 16/05/2019-30/05/2019 GF T. Alta: 62€. 01/02/2019-15/05/2019 y 16/09/2019-30/11/2019 GF T. Baja: 42€. 01/06/2019-15/09/2019. T. 952 882 812



BAVIERA G.

GF: 39€. T. verano (may-sep): 2GF + 1 buggy: 90€ T. 952 555 015

R.C.G. LAS BRISAS

GF: 80€. Sáb 48hrs antelación y sujeto a dispo. Nº máx. salidas T. Alta (1-10ene/mar-abr/oct-20 nov): 4 jug./sem T. Baja (resto año) 8 jugadores/semana T. 952 810 875

CABOPINO G.

GF+buggy comp.: T. Alta: 70€; Media: 50€; Baja: 45€ Suplem. Buggy no comp.: 16,5€. TB: 1ene-11feb/1jun-31ago/1-31dic TM: 12-28feb/16-31may/1-30sep/16-30nov TA: 1mar-15may/1oct-15nov T. 951 607 004 - 638 927 271

LA CALA RESORT

Condiciones en nuestra web "Condiciones especiales" o Consultar con Club. T. 952 669 016

CALANOVA G.C.

GF T. Baja : 50€; T. Media: 60€; T. Alta: 70€ en todos los casos buggy incluido. TB: 1-14ene//15jun-31ago//1-31dic. TM: 15ene-14feb//15may-14jun//01-14sep//15-30nov.. TA: 15feb-14may//15sep-14nov. T. 951 170 194

EL CHAPARRAL GOLF

GF: 30€ buggy no incluido. 14-21abr(S. Santa)/01jun-31ago/01-31dic Consulta con el Club otras fechas y ofertas. T. 952 587 700

DOÑA JULIA G. RESORT

1 GF + buggy.T. Alta: 66€; Baja: 58€ 2 GF+ buggy. T. Alta: 116€; Baja: 101€ T. Alta: mar-15may, oct-15 nov. T. Baja: resto T. 952 93 77 53

GRANADA C.G.

GF: 29€; fin de semana y festivos: 39€ T. 958 584 436

GREENLIFE G.C. S.L

GF: 22,40€; GF 9 hoyos: 18,40€ T. 952 839 142

C.G. GUADALHORCE

GF laborables por la mañana: 50€; Buggy: 30€. T. 952 179 378/68

MARBELLA G. & COUNTRY C.

GF+buggy compartido T. Alta (mar-20may/10sep - 11nov): 77€; 2 GF+buggy: 130€; 9 hoyos o twilight+buggy comp.: 53€ GF+buggy compartido T. Baja: (ene-28feb/21may-09sep/12nov - dic): 65€; 2 GF+ buggy: 110€; 9 hoyos o twilight + buggy comp.: 45€ T. 952 830 500



MARINA G. MOJACAR

GF: 32€ T. 950 13 32 35

G. MIJAS

GF LOS LAGOS T. Baja: 50€; Media: 70; Alta: 80€. Early bird hasta las 10h, T. Baja: 50€; Media: 60€; Alta, hasta las 9h: 66€.

GF LOS OLIVOS T. Baja: 45€; Media: 60; Alta: 70€. Early bird hasta 10h T. Baja: 45€; Media: 55€; Alta hasta las 9h: 61€; Consultar temporadas y resto de ofertas con el club. T. 952 476 843

C.G. PLAYA SERENA

GF T. Alta (ene-may): 48€, GF 9 hoyos: 29€ GF T. Baja (jun-sep): 36€, GF 9 hoyos: 22€. T. 950 333 055

ARAGÓN



AUGUSTA G. CALATAYUD

GF entre semana, 50% desc.: 20€. GF fin sem. y festivos, 30% desc.: 42€. T. 976 89 19 00



G. DE GUARA

GF mar-vie labor.: 20€; sab, dom, y festivos: 28€. T. 974 340 165



OFERTAS PARA ASOCIADOS AESGOLF 2019

OFERTAS AESGOLF

MARGAS GOLF
GF laborables T. baja:
20€; T. alta: 30€. Fin de
semana y festivos consultar
T. 974499499"



C.G. LA PEÑAZA
GF: 35 € y fin de semana y
festivos 60 €
T. 976 342 800

LAS RANILLAS GOLF
GF: 40% desc. sobre tarifa publicada.
Incluye acceso al Spa y al Gimnasio..
T. 976 976 804

ASTURIAS

ALDAMA G.
GF: 9€ - Cerrado hasta 23mar y desde
el 1nov. T. 985 40 86 40

LOS BALAGARES G.
GF: 16€
T. 639 875 801,
T. 985 53 51 78

R.C.G. LA BARGANIZA
GF (labor. 9-13hrs) residentes Asturias:
40€. GF (labor. 9-13hrs) NO residentes
Asturias: 30€. Reserva previa.
T. 985 742 468

C. G. LAS CALDAS
GF lun-vie: 16€. 2GF+buggy: 50€; GF
Fin sem. y festivos: 28€
T. 985 798 702

R.C.G. DE CASTIELLO
GF labor.:40€ (residentes fuera de
Asturias 30€) GF fin sem./festivos: 45€
(residentes fuera de Asturias 40€).
T. 985 366 313

C.G. CIERRO GRANDE
GF: 15€ excep. Semana Santa y ago.
T. 985 472 519

DEVA G.
GF 18: lun-vie: 15€; fin de
sem./festivos: 18€. GF 9:
lun-vie: 8€; fin de sem./festivos: 10€.
T. 985 133 140

G. M. DE LLANES
GF T. Baja: Labor.: 13€. Fines
de sem./festivos: 21€ No hay condicio-
nes en T. Alta (Sem. Santa: 15 - 21 de
abril y del 15 jul al 2 sep)
T. 985 417 230

C.M.G. LA LLOREA
GF lun-vie hasta 13hrs:
16€. Jul y Ago: 20€..
T. 985 181 030

C.G. DE LUARCA
GF10€; Semana Santa y ago: 15€
T. 985 47 05 89

PALACIO DE RUBIANES H&G
GF: 10€
T. 985 70 76 12 / 85

C.G LA RASA DE BERBES
GF ago: 22€; resto del año: 15€
T. 628 011 908

C.M.G. EL TRAGAMÓN
GF labor. Antes 13:00hrs:
16€. Jul y Ago: 20€. T. 985 365 379

VILLAVICIOSA G.
GF: 12€; GF agosto: 15€
T. 985 892 632

BALEARES

C.G. ALCANADA
GF 15.06.2019 - 15.09.2019, dom, lun
y mar: 120€ p/p buggy incluido.
T. 971 549 560

C.G. CAPDEPERA
GF 59€ todos los días de la semana
excepto mar, abr, may y oct.
T. 971 818 500

G. MAIORIS
GF laborables: 50€ exc. festivos
T. 971 748 315

C.G. POLLENSA
GF los miercoles desde 13hrs+c.
manual: 45€ T. 971 533 216

PULA G.
GF+trolley viernes de T. Baja: 50€. TB:
1ene-17feb /1jul-31ago/1-31dic
T. 971 817 034

G.P. MALLORCA PUNTIRÓ
GF martes: 50€ T. 971 603 851

C.G. SON ANTEM
GF los lunes Este y Oeste: 50€
T. 971 129 200

G. SON PARC MENORCA
GF 30€; GF+buggy: 50€; 2 GF+buggy:
80€ de ene-mar y de nov-dic. GF 45€;

GF+buggy: 70€; 2 GF+buggy: 115€ abr,
may y jun / sep-oct. No aplica jul y ago.
Todos los días a partir 11h. Reservas
por email.
T. 971 188 875

C.G. SON SERVERA
GF T.Alta: 75€; Media; 60€; Baja 55€.
TA: mar, abr, may, sep 15-31oct,
1-15nov TM: feb, jun, 1-14sep, 16-
30nov. TB: ene, jul, ago, dic.
T. 971 840 096

CANARIAS

G. COSTA ADEJE
GF (ene-abr, oct-dic): 75€;
(may-sep):40€
T. 922 781 314

G. COSTA TEGUISE
GF a partir 13:30h de lun-dom: 32€.
Validez: 1may al 30sep19
T. 928 590 512

JANDIA G.C.
GF Verano (may-oct): 42€ GF
Invierno(nov-abr): 58€
T. 928 871 979

LANZAROTE G.
GF a partir 13:30h de lun-dom: 32€.
Validez: del 1may al 30sep19
T. 928 514 050

G. DEL SUR
GF: 15% desc. en tarifa
RACK 18/9 hoyos. No
aplicable a paquetes/ofertas.
T. 922 738 170

TECINA G
GF: 10% desc. sobre tarifa oficial.
T. 922 145 950

CANTABRIA

C.G. LA JUNQUERA
GF 10% dto en Bono Anual; GF 20% dto
no abonados.
T. 942 501 040

R.G.C. OYAMBRE
GF T. Baja: laborables 12€; Fin sem.:
15€. GF T. Alta: 20€.
T. 647 335 167

CASTILLA- LA MANCHA

**GUADALAJARA CG
(CG CABANILLAS)**
GF lun: 25€; mar: 26€; mie:
27€; jue: 28€; vie :29€; fin sem y fest.
sin correspondencia. Buggy labor. 28€.
T. 949 32 46 00

CUENCA G.C.
GF mar-jue labor.: 20€; GF vie-dom y
festivos: 25€
T. 969 26 71 98 - 669 575 410

SEÑORÍO DE ILLESCAS G.
GF lun. todo el día, sab. y dom. a partir
14hrs:19€
T. 925 518 359

C.M.G. LA LAGUNILLA
GF lun-sáb:12€; con buggy comp.:20€
GF dom.:15€ ; con buggy comp.:20€(s/
dispo.) GF sáb./festivos:38€ comida
incluida y buggy comp. Consultar resto
de ofertas con el Club
T. 967370001 - 687025965

LAYOS CASA DE CAMPO
GF lun-vier: 23€ T. 925 376 745

C.D. TORRIJOS G.
GF labor.: 12€; fin sem. /
festivos: 25€
T. 925 772 230

PALOMAREJOS G.
GF labor.: 26€; 2 GF + buggy labor.:
73€ T. 925 721 060 - 902 142 343

C.G LAS PINAILLAS
GF lun-dom: 35€; jueves: 2GF+buggy
compart: 80€. Buggy: 25€
T. 967 192 200

G. VALDELUZ
GF lun-jue no festivos:23€
T. 949 10 02 33 - 691 821 810

CASTILLA Y LEÓN

LOS ÁNGELES S. RAFAEL G.
GF labor.:18€; fin sem./festivos:24€ GF
labor.+buggy+comida (sin bebida): 41€



OFERTAS PARA ASOCIADOS AESGOLF 2019

OFERTAS AESGOLF

GF fin sem./festivos+buggy+comida (sin bebida): 55€ T. 921 174 322



C.G. ENTREPINOS
GF: 50% desc.
T. 983 590 511



LA FAISANERA G.

GF 1may-31oct labor.: 24€; fin sem./festivo: 42€; GF 9 hoyos:15€/23€
GF 1nov-30abr labor.: 21€; fin sem./festivo: 32€; GF 9 hoyos: 12€/18€
T. 921 47 42 12



NATURAVILA C.G. EL FRESNILLO

GF labor.: 20€;+menu:32€; fin. sem: 35€. T. 920 353 276



LEÓN G. PROSACYR
GF lun y jue labor.: 24€
T. 987 30 34 00



C.G. LERMA

GF lun-vie: 26€; fin sem./festivos: 38€
T. 947 171 214

G. NAVALUENGA

GF 18 hoyos labor.: 15€; sab, dom / jul, ago: 25€. GF 9 hoyos labor.: 10€; sab, dom / jul, ago: 15€. Límite de GF año / jugador 15 T. 920 298 040

C.G. RIOCEREZO

GF: 18€ lun-vie; GF: 25€ fin sem./festivos T. 947 431 095

C.G. DE SALAMANCA

GF lab. 25€; GF festivos: 35€
T. 923 32 91 00

C.G. SORIA

GF labor: 17,50€; fin sem./festivos; 25€
T. 975 271 075

C.G. DE VILLARÍN

GF labor:10€/ festivos: 12.50€
T. 980 580 189

CATALUÑA



ARAVELL G. ANDORRA

GF 18 Hoyos lab.: 32€; fin sem. y festivos: 48€
Buggies lab.: 33€ fin sem. y estivos 37€; CE: 14€.
T. 973 360 066



C.G. BARCELONA

GF labor: 35€ (de lun a vier no festivos y fin de sem. de dic, ene, jul y ago). Tarifa no aplicable para torneos ni eventos. Buggy 18€, Moto 15€, CE 6€
T. 93 772 88 00

C.G. BONMONT TERRES NOVES

GF lun y mar no festivos:
T. Baja: 50€ (ene, feb, nov y dic)
T. Media 60€ (mar, abr, may, Jun, Jul, Sep y Oct)
GF T. Alta 65€ (Ago, Todos los Sáb. de T. Media, Jue y Vie Santo)
Buggy: 40€, moto: 20€, CE: 15€
T. 977 818 140

G. DE CALDES

GF labor.: 28€; festivos: 39€; 9 hoyos: 20€; festivos 30€
T. 93 862 62 65

CAN CUYAS G

GF 9 hoyos labor.: 14€; festivos:17€
GF 18 hoyos labor.: 19€; festivos: 23€
GF 9 hoyos labor. tarde: 13€; festivos:16€. GF 18 hoyos labor. tarde: 17€; festivos: 20€. Imprescindible presentar carnet de Aesgolf
T. 93 685 55 66



R.C.G. DE CERDANYA

GF labor.: 34€; 9 hoyos: 23€; GF fin sem./festivos: 53€; 9 hoyos: 38€; Buggy 18/9 hoyos: 40€/25€; CE 18/9: 12€/7€. No dispone de motos.
Precios para todo el año excep Sem. Santa y ago
T. 972 141 408



C.G. COSTA BRAVA

GF lun y mie labor. T. Baja: 41€ / lun y mie no festivos de T. Media 45; Buggy 48€; CE: 16€.
No tienen motos.
T. 972 837 150

C.G. COSTA DAURADA

GF miercoles:35€
T. 977 653 361



EMPORDÀ G.R.

GF labor.:69€. No valido Festivos. Pack 3 dias: 49€ (valido todos los dias).
Buggy 47,50€ moto 23€.
T. 972 760 450



C.G. FONTANALS

GF lab.: 35€; GF festivo: 80€
Buggy: 35€/Moto: 15€/CE: 10€. Agosto considerado festivo. Consultar club nº de juegos permitidos
T. 972 144 374

C. G. LLAVANERAS

G.F mier y jue no festivos: 38€; Buggy 30€; Moto 30€; CE: 5€.
T. 937 92 60 50

C.G. MATADEPERA

GF labor.: 12€; fin sem./festivos: 20€ Oferta mar-vie labor.: GF+comida: 28,5€
T. 93 730 05 16

G. MONTANYÀ

GF lun, mar y jue no festivos: 44€/ mier y vier no festivos: 50€/ Festivos: 70€
T. 93 884 01 70

C. G. MONTBRÚ-MOIÀ

GF laborab. 17€, festivos 23€
Buggy 18H 22€, 9H 18€- CE18H 13€, 9H 9€.
T. 93 744 91 68

G. DE PALS

GF T. Baja: ene, feb, nov, dic, dias labor. de marzo.:59€; 9 hoyos: 40€.
GF T. Media: dias labor. abr a jun; sep y oct. : 63€; 9 hoyos: 44€.
GF T. Alta: festivos de mar a jun y de sep a oct.; jul y ago: 69€; 9 hoyos: 46€. Otros servicios : desc. 10%.
T. 972 667 739

C.G. PERALADA

GF labor. y dom T. Baja: 48€; Media: 60€; Alta: 63€. Festivos y sab T. Baja: 60€; Media: 63€; Alta: 63€. Buggy 45/ CE 15€. Consultar temp. con el club
T. 972 538 287

PGA DE G. DE CATALUNYA

GF Tour :T. Baja: 60€ T. Alta 70€
GF Stadium : T. Baja: 70€ T. Alta : 80 T. Baja: ene, feb, 1-10 mar, jul, ago, 1-8 sep, nov y dic; T. Alta resto año.
T. 972 472 577



RAIMAT C.G.

GF labor.: 20€; festivos: 40€. buggy 30€; carro 12€; no tienen moto.
T. 973 737 539

C.G. REUS AIGÜESVERDS

GF 35€; Buggy 20€; CE 12€; moto 20€. T. 977 752 725

G. LA ROCA

GF laborab.: 38€.
T. 93 844 48 86



C.G. SANT CUGAT

Precio socio:
GF T. Alta mar a jue: 50€; fin sem. y festivos: 125€ GF T. Media mar a jue: 40€; fin sem. y festivos: 100€. GF T. Baja mar a jue: 35€; fin sem. y festivos 35€ Precio de no socio no hay convenio. Buggy 30€ - Motos 20€ - C. elect.
T. 93 674 39 08

G. SANT VICENÇ DE MONTALT

GF buggy incluido. Laborab.: 39€. Festivos: 49€



C.G. TERRAMAR

GF mar a jue labor.: 45€. GF T. Alta 55€ (Abr-Sep)
Buggy 33,60€; motos 17,50€; CE 10,50€; manual 5€
T. 93 894 05 80



G.C. TORREMIRONA

GF T. Alta: 58€;T. Baja: 53€; Buggy 18H: 46€;Buggy 9H: 30€; CE 18H: 20€; 9H: 10€; Manual: 5€
T. 972 553 737

C.G. VALLROMANES

GF jue. Labor.: 40€; Buggy: 34€; Moto: 17€; CE: 10€
T. 93 572 90 64

C. VALENCIANA



ALICANTE G.

GF T. Alta (01mar- 20may y 24sep-18nov) 18hoyos: 62€ con buggy / 49€ sin buggy 9 hoyos 40€ con buggy / 32€ sin buggy
GF T. Baja (resto del año) 18hoyos 52€ con buggy / 40€ sin buggy 9hoyos 35€ con buggy / 27€ sin buggy
Validez: septiembre 2019
T. 965 152 043



C.G. EL BOSQUE

GF labor: 45€; fin sem/ festivos: 55€.
T. 96 180 80 09/00

OFERTAS PARA ASOCIADOS AESGOLF 2019

OFERTAS AESGOLF

**C.G. COSTA DE AZAHAR**

GF: 25% desc. T. 964 280 979

**FORESSOS C.G.**

GF lun-jue a partir de las 12hrs: 30€ T. 96 122 16 60

C.G. LA GALIANA

GF mar-abr-may-sep-oct-nov :40€ lun a dom jun-jul-ago: 35€ de lun a dom. Dic-ene-feb: 30€ de lun a dom 15€ buggy/jugador T. 96 110 38 38

**OLIVA NOVA B.&G.R.**GF standard: 55€; GF premium: 70€ (incluye buggy, bebida, strokesaver, ficha para campo prácticas y bola logo) Reservas por web, con los codigos promo: <https://www.imastergolfbooking.com/es/olivanova> ON19STSN, GF standard ON19PRSN, GF premium Recargo de 2€ de no reservarse por web. T. 96 285 76 66**PANORÁMICA G.S.&R.**

GF labor.: 40€, festivos 52€ T. 964 493 072

**C.G. EL SALER**

GF o buggy T. Alta (mar-jun y oct): 15% desc.; resto año: 55€; GF+buggy T. Baja: 70€ T. 96 161 03 84

EXTREMADURA

C.M. GALISTEO G.

GF: 10€ T. 609 510 076 / 649 577 344

**G. ISLA VALDECAÑAS**

GF lun-vie: 27€ T. 927 610 730

NORBA C.G.

GF 18 labor.: 30€; fin sem./festivos: 45€ Reservas con 48hrs antes. T. 927 231 441

C.G. DE TALAYUELA

GF lun-vie: 20€; fin de sem./festivos: 30€ 2 GF+buggy lun-vie: 50€; fin de sem./festivos: 75€ T. 927 667 024

GALICIA

C.G. AUGAS SANTAS

GF lun y mar de nov a mar: 15€. Resto del año: GF en semana 20€; fin sem. y festivos 25€. T. 982 456 705

CAMPOMAR C. G.

GF labor.: 15€; sab, dom y festivos: 20€ T. 981 453910 - 663 12 33 98

HÉRCULES C.G.

GF: 25% dto. sobre tarifa club T. 981 642 545

G. DE MEIS

GF labor.: 22€; fin sem./festivos y T. Alta: 32€ (jul- 15sep); Buggy: 25€ T. 986 680 533/400

**C.G. BAL. DE MONDARIZ**

GF martes labor.:18€; resto labor.: 25€; fin sem./festivos y jul-ago: 35€; Buggy: 30€; CE: 10€; CM: 4€. Alojamiento: 15% desc. T. 986 656 200

C.G. VAL DE ROIS

GF lun a dom: 20€. Buggy: 20€; C. Manual: 2€; Menu: 11€ de lun a vier y 13€ sab. dom y festivos. T. 981 810 864

**R.A.C. VIGO**

GF 20€; fin de semana, festivos y jul-ago: 30€ T. 986 486 645

LA RIOJA

**C.G. EL CAMPO DE LOGROÑO**

GF lun-vie: 28€; fin sem./festivos: 40€ T. 941 511 360

**RIOJA ALTA G.C.**

GF lun-vie laborables:30€; buggy:25€ T. 941 340 895

C.G. DE SOJUELA

GF labor.: 25€; fin sem./festivos: 40€; buggy: 30€; CE: 12€ - Todos los dias del año T. 941 446 710,

MADRID

**G. DE ARANJUEZ**

GF lun-vie laborables: 18€; fin sem./fest: 30€ T. 91 891 66 98

C. NAL. DE G. EMMA VILLACIEROS

GF lun a jue hasta 14hrs y vie hasta 11:50hrs: 18 hoyos 34€; 9 hoyos 26€ T. 91 376 90 60

**G. LA DEHESA**

GF lun-mie labor: 35€ T.: 91 8157022

**EL ENCÍN G.**

GF lun, mie y vier. no festivos hasta las 14:00h: 29€. T. 91 830 70 69

C.G. ENCINAS DE BOADILLA

GF mar-vie: 12€ Torneos labor.: 15€; fin sem.: 20€ Validez: ene-jun y sep-dic 2019 T. 673 854 023

**G. JARDÍN DE ARANJUEZ**

GF lun: 15€; mar-vie: 20€; fin de semana: 25€ T.91 134 91 44

NUOVO C.G. DE MADRID

GF lun-jue labor. y vie hasta 14hrs: 28€ T.91 630 08 20

**CLUB G. OLIVAR HINOJOSA**

GF mar y jue no festivos y vier. no festivos de 11:00 a 14:00h: 29€. T. 91 721 18 89 / 19 89

**C.C.G. LOS RETAMARES**

GF labor.: 38€ T. 91 620 25 40

**EL ROBLEDAL G.**

GF lun-vie labor: 23€ T. 91 885 96 59

**GOLF SANTANDER**

GF lun-vie no festivos (vie. hasta 14:00h): 49€ T. 91 257 39 29/30

MURCIA

ALHAMA SIGNATURE

GF: 41€. Bolsas max. diarias: 8. Max. salidas por año/jugador: 12 T. 968 041 842

C.G. ALTORREAL

GF: 38€ T. 968 648 144

**HACIENDA DEL ÁLAMO C.G.**

GF: 35€ todo el año sin restriccion de hora. T. 968 157 236

LORCA RESORT G.C.

GF: 35€ T. 986 11 35 35

LA TORRE G.

GF: 41€. Bolsas max. diarias: 8. Max. salidas por año/jugador: 12 T. 968 041 842

NAVARRA

C.G. CASTILLO DE GORRAIZ

GF tem. baja (nov-mar): 25€; tem. Alta (abr-oct): 29€ T. 948 337 073

**SEÑORÍO DE ZUASTI G.C.**

G.C. GF labor: 25€; fin sem./festivos:45€ T. 948 302 900

C.G. ULZAMA

GF labor: 30€, máx. 5 días por jugador. T. 948 305 162

PAÍS VASCO

**IZKI G.**

GF labor: 27€; fin sem./festivos: 37€ T. 945 378 262

**C.G. LARRABEA**

GF lun- jue: 30€ T. 945 46 54 83/82

**PALACIO URGOITI G.**

GF fin de sem./festivos: 18€; 9 hoyos: 15€. T. 94 674 69 32 - 94 674 68 68

**ZUIA C.G.**

GF lun-jue labor./vier lab. hasta 12:00h y sab. y festivos a partir 13:30h: 25€. T. 945 430 922

PORTUGAL

GUARDIAN BOM SUCESSO G

10% Desc. en GF y en paquetes de Golf T. +351 262 965 311

ESTELA G.C.

GF entre semana: 35€; fin sem./festivos: 45€ T. +351 252 601 567

SIGMA2™

CUSTOM
ENGINEERED
FOR YOU

CUSTOM
FIT
FOR YOU

CUSTOM
BUILT
FOR YOU



ES EL MOMENTO DE CAMBIAR.

NUEVA LONGITUD AJUSTABLE



8 DE CADA 10 GOLFISTAS*
juegan con la longitud de putter
equivocada. ¿Es usted uno de ellos?

Nuestra nueva varilla de putter ajustable
es sencilla e intuitiva, permitiéndole
personalizar un putter Sigma2
ajustándolo a su movimiento y postura.

* Estudio de investigación de PING



UNA BUENA HISTORIA DE SENSACIÓN

Una innovadora doble inserción
PEBAX proporciona una sensación
más blanda y una respuesta firme
aportando consistencia en puts
cortos y largos - la precisión y
el control necesarios para que
golfistas bajen sus resultados. Diez
opciones, incluidos 4 diseños nuevos,
garantizan un putter a medida del
tipo de movimiento y preferencias de
cada golfista. Hágase un fitting hoy o
visite ping.com

PING®
PLAY YOUR BEST®



MORE SUN

MORE GOLF

MORE TIME



TRAVEL FOR REAL