

NEVER STOP[®] RUNNING

Boletín n4. Septiembre 2016

neverstop.es



LLEGA EL OTOÑO...

Inicio de la nueva temporada 2016-2017.

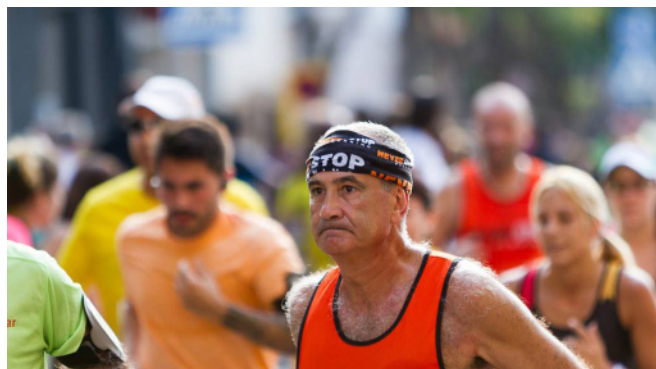
Editorial.

Quiero agradecer a todos los socios que, o bien han renovado o bien han decidido emprender la andadura deportiva con nosotros. A todos ¡Bienvenidos!, esperamos y deseamos en este nuevo ejercicio ser capaces de seguir dando respuesta a las necesidades e inquietudes de todos.

Este año estrenamos junta de forma oficial, aunque llevamos ya trabajando algunos meses unos y algunos años otros, juntos. Hemos establecido los mecanismos que nos permitan atender con celeridad y aptitud las necesidades de los socios. Nuestro compromiso es ese, aglutinar las inquietudes y objetivos de todos a fin de poder orientar el club hacia lo que el socio quiere.

El club es propiedad de los socios, siempre lo hemos dicho, no es una novedad, así que el club será lo que el socio quiere que sea. La junta directiva es la facilitadora de esas inquietudes. Para ello la comunicación, participación y compromiso de todos es clave para ser el referente que todos queremos.

A veces puede ser complicado dar una respuesta determinada, pero lo que no podemos dar respuesta es a todas aquellas dudas o sugerencias que no sabemos. Adivinar las inquietudes de todos es complicado. Callarlas y criticar por no adivinarlas es lo más sencillo. Por ello la comunicación y transparencia debe ser el vehículo que nos haga crecer como club.



Estamos seguros que queda mucho por hacer, mucho que ofrecer. Entre todos y en nuestras manos está, el poder seguir siendo el referente de un club popular orientado al socio y donde el socio, todos los socios, debe seguir siendo el valor más importante de este club.

Por tanto, Bienvenidos, a todos. A aquellos que continuáis por vuestra renovación, este un hito que nos llena de satisfacción, y a aquellos que están por primera vez, vuestra decisión de apostar por el club es un punto de aliento para buscar nuevas oportunidades de satisfacción para todos y un reto de crecimiento por la suma de nuevos valores. La unión hará más fuerte las raíces de este club.

Gracias por confiar. Gracias por vuestro compromiso. Gracias por formar parte de este proyecto.

Gregorio Castellano.
Presidente del C.D. Never Stop Running.

Boletín nº4. Septiembre 2016. C.D. Never Stop Running.

Editores: Gregorio Castellano, José Antonio Sánchez.

Colaboradores del número: José Vicente Muria, Moisés Laparra.

Maquetación: José Antonio Sánchez.

Para comentarios, sugerencias, opiniones o recomendaciones, ponte en contacto con nosotros a través de la dirección de correo electrónico: nsrunningval@gmail.com

El Calendario NSR

Este mes de septiembre viene cargado de pruebas objetivo del Club en las tres secciones. No pierdas de vista las carreras que te interesan. Recuerda que participando en ellas participas también en nuestra liga interna.

OCTUBRE

DÍA	PRUEBA	DISTANCIA
2	Trail de Vallada (Vallada, Valencia) Circuito Trail Valencia Trail	21.200m D+1.150m 9.350m D+490m
16 09:30h	XXXIII Volta a Peu Cullera (Cullera, Valencia) Circuito Diputación Valencia Asfalto	12.700 m
16 09:00h	VII Volta a Peu de les Falles / Runners Ciutat de València (Valencia) Circuito Divina Pastora Seguros Asfalto	6.152 m
23 09:00h	26º Medio Maratón de Valencia Trinidad Alfonso (Valencia) Asfalto	21.097 m

Os recordamos que en **NOVIEMBRE** tenemos citas importantes y carreras objetivo tanto en Trail como en Asfalto.

- **5 y 6 de noviembre:** Trail de Montanejos [55K, 30K, 15k]
- **6 de noviembre:** Llosa de Ranes [Trail - Sprinttrail]
- **6 de noviembre:** XXI Mitja Marató de Xirivella y XVI Volta a Peu al Cabanyal
- **20 de noviembre:** 35ª Maratón de Valencia
- **26 de noviembre:** K25 Trail de la Calderona



Diana Ferrando

Socia nº147 del C.D. Never Stop Running

Un mes más tenemos una nueva entrevista, en esta ocasión pasa por la sección, nuestra socia Diana Ferrando, una activa corredora de Trail que nos va a contar sus inicios como corredora, sus entrenamientos y así conocer un poco más de ella. Atentos a la entrevista.

NSR: Cuéntanos un poco cómo te iniciaste en el mundo running.

Diana: Siempre me ha gustado el deporte, pero la verdad es que el mundo del running nunca me había atraído porque, erróneamente, lo consideraba un deporte “solitario” y siempre he disfrutado del deporte cuando es algo social, diversión y evasión de la rutina, pero al hacerme socia del club, he de confesar por “auto-obligación” me di cuenta que estaba bastante equivocada.

NSR: ¿Cómo compatibilizas tu trabajo en Banco Mediolanum con los entrenamientos?

Diana: Pues por una parte tengo flexibilidad para compatibilizarlo bastante bien, ya que en la entidad trabajamos por cuenta propia, es decir, somos autónomos, lo cual es un elemento muy positivo para mí en este aspecto, me permite decidir sobre mi tiempo y como organizarlo... Es algo que valoro mucho de mi trabajo, no solo de cara a los entrenamientos, sino también de cara a mi hija.

Pero por otro lado también es verdad que, cuando se trabaja por cuenta propia, no siempre se puede disponer del tiempo que me gustaría o el tiempo del que dispongo no me coincide con los días de entrenamiento, ya que dependo mucho de la disponibilidad horaria de los clientes. Es lo que tiene la banca personal ;)

NSR: ¿Has pensado en hacer algún Maratón de montaña?, ¿y de asfalto?

Diana: La verdad es que la idea de Maratón, hoy por hoy, me asusta, sea de montaña o de asfalto. Por ahora veo el running/trail nada mas que para disfrutar de un deporte, ya que quise empezar demasiado deprisa en cuanto a muchos kilómetros y me costo una buena lesión de soleo que todavía arrastro. Así que me decantaré más por carreras cortas o medias, sobretodo por mi escaso entreno todavía.

NSR: Hasta la fecha has participado ¿en qué prueba te has encontrado más satisfacción con tu rendimiento?

Diana: En la 15k del Banco, la 15k Nocturna de Valencia del año 2015 fue la primera carrera de running en la que participé. Y he de confesar que casi como una “apuesta” ya que no había salido a correr antes o no había entrenado, en fin, una locura. En cualquier caso, me la tome con tranquilidad y creo que por ello la disfrute mucho, la finalidad era acabarla. Sin embargo, cuando llegue a meta vi que había hecho 1h 26min, por lo que me sorprendí tan gratamente que guardo un buen recuerdo de esa carrera.

NSR: ¿Y cuál ha sido la carrera de la que guardas peor recuerdo?

Diana: El trail de Ribarroja... sufrí muchísimo por el calor que hacía, 40°. Llevo poquito tiempo y pocas carreras, pero de las que he hecho hasta ahora, fue la úni-

Diana Ferrando

ca en la que pensé dos veces en retirarme y no me había pasado hasta ahora.

NSR: ¿Qué carrera tienes el sueño de realizar?

Diana: Como sueño tengo varias jajaja... Me gustaría poder hacer algún día la 30km de Montanejos, la maratón de la Calderona, maratón del Aneto o la maratón de Nueva York. Creo que todas ellas tienen que ser una gran experiencia inolvidable, pero como decía no puedo plantearme ahora tantos km.

NSR: ¿Cuánto sueles entrenar a la semana?

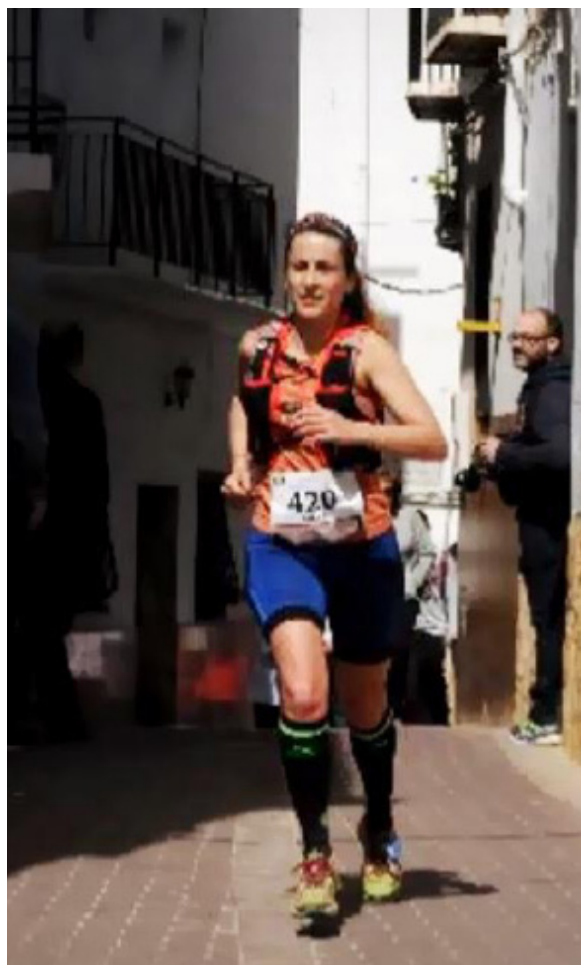
Diana: Ahora mismo que estoy estudiando un máster sobre especialización en asesoramiento financiero, se me complica el disponer de tiempo para temas personales y mi entrenamiento se ha reducido, por desgracia, a máximo una vez a la semana. Hace unos meses intentaba entrenar al menos 3 veces a la semana. Espero poder volver a ello en 2017

NSR: Fuera del mundo del running, nos gustaría conocer cuales son tus aficiones y hobbies.

Diana: Ciclismo, padel, ski y deportes de aventura en general... y en lo que respecta a hobbies, me encanta viajar, ir al cine, una buena puesta de sol y unas cervecitas con los amigos.

NSR: ¿Cuáles son tus proyectos running para el 2017?, ¿objetivos?

Diana: Prácticamente empezar de cero, volver a entrenar con normalidad y coger el hábito de seguir los planes propuestos por el club y entrenadores, además de ir participando en las carreras objetivo y volver a disfrutar de lo compañeros del club. Mi objetivo se centrará por ello en ir volviendo a coger la forma. Ahhh... y seguir patrocinando el club también en 2017.



... de vuestro interés

TRAIL DE MONTANEJOS



El pasado mes de septiembre se realizó el sorteo de dos inscripciones gratuitas para el Trail de Montanejos entre las 3 personas que habían cabado el Trail de Riba-Roja y estaban apuntadas a Montanejos.

Tras el sorteo, las dos ganadoras de los dorsales fueron las dos primeras, ambas participarán en la 15K el día 5 de noviembre.

¡¡Enhorabuena!!



WhatsApp

Disponemos de varios grupos de WhatsApp donde también informamos sobre temas relevantes al socio/a, se realizan quedadas para carreras y entrenamientos, etc.

Tenemos disponibles los grupos de **Asfalto**, **Trail** y **Rollitonever**, este último, destinado a poder hablar de cualquier tema en un tono más distendido. Si quieres formar parte de alguno de estos grupos, escribe un correo a **nsrunningval@gmail.com** para que te incluyamos.

ASAMBLEA EXTRAORDINARIA

El pasado viernes día 30 tuvo lugar la Asamblea Extraordinaria del Club en el salón de actos del Hospital Casa Salud en Valencia. El orden del día que se aprobó fue el siguiente:

1. Lectura y aprobación acta anterior.
2. Informe general Junta Directiva.
3. Cuentas ejercicio anterior - Presupuesto 16-17 – Aprobación.
4. Agenda objetivos Final 2016.
5. Ruegos y preguntas.



Desde la sección de Trail se marca como objetivo para final de esta temporada y la próxim, el Circuito Trail Valencia (CTV). Son 8 carreras, una al mes que empiezan este mismo mes de Octubre en Vallada y que concluyen para finales de Mayo en Gestalgar.

Para poder puntuar en este circuito y poder optar a la clasificación final, es necesario realizar como mínimo 5 carreras.

Toda la información e inscripciones a través del siguiente enlace:

<http://trailvalencia.es/>

¡¡Nos vemos por el circuito!!

CALENDARIO:

- 1.- VALLADA (2 OCTUBRE)
- 2.- LLOSA DE RANES (6 NOVIEMBRE)
- 3.- NAVARRÉS (4 DICIEMBRE)
- 4.- CANALS (15 ENERO)
- 5.- XERESA (5 FEBRERO)
- 6.- CHERA (5 MARZO)
- 7.- CORTES DE PALLÁS (23 ABRIL)
- 8.- GESTALGAR (28 MAYO)

Tenemos DOS grupos de FACEBOOK:
C.D. NEVER STOP RUNNING (INFORMACIÓN DEL CLUB)
NSR GRUPO GENERAL (C.D. NEVER STOP RUNNING)

C.D. NEVER STOP RUNNING (INFORMACIÓN DEL CLUB)

<https://www.facebook.com/groups/625408074197417/>

En este grupo solo se publica información oficial del club. Solo los miembros de la Junta Directiva, coordinadores de sección y entrenadores tienen permisos de publicación.

En dicho grupo se informa de todas las novedades del club, quedadas y entrenamientos oficiales con enlace al foro, quedadas de montaña y/o información relevante para el conocimiento del socio/a, así como pedidos de equipaciones del club.

NSR GRUPO GENERAL (C.D. NEVER STOP RUNNING)

<https://www.facebook.com/groups/1021176694605819/>

En este grupo se publican quedadas para entrenar fuera de los entrenamientos oficiales del club, imágenes y fotos de carreras o entrenamientos de cualquiera de las secciones del club, vídeos, eventos, noticias o cosas interesantes que queráis transmitir al resto de socios/as, etc.

En él pueden publicar todos/as los/as socios/as del club.

Este grupo sirve como complemento al foro.

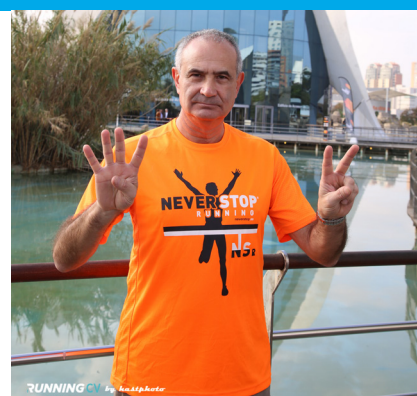
Todo/a socio/a que **no** tenga acceso a cualquiera de los dos grupos, **puede pedirlo a través de los links de Facebook que se encuentran en esta página.** En cuanto se tenga notificación de la petición de acceso, se dará de alta en los grupos.

A su vez, recordamos que tenemos un **foro** activo donde se duplica información relevante que se publica en el grupo de información de Facebook, además de los entrenamientos de Asfalto, Trail, Triatlón e Iniciación, quedadas oficiales, etc. El enlace es el siguiente: <http://cdneverstop.fororama.com/>

También os invitamos a que podáis añadir vuestras propias crónicas de carreras o realizar consultas a los entrenadores por este medio.

Para los nuevos/as socios/as que aún no estén dados de alta en nuestros grupos de Facebook, también podéis solicitar amistad a nuestro perfil Ne VerStop Running: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100011548951227>

Sección de Asfalto



XXII Gran fondo de Paterna

...por Gregorio Castellano

Empezamos el mes de septiembre con una carrera exigente dentro del circuito de Diputación. Se disputó el pasado día 11 de Septiembre.

Hay que añadir a la dureza del recorrido el calor que hizo durante la mañana lo que obligo a tener muy en cuenta la hidratación en toda la carrera. Quizá la hora de inicio de la carrera, 9:30, no fue la más acertada, dadas las fechas en que nos encontramos.

Nuestro valor más importante, que es el socio, estuvo presente, dándose cita más de 50 socios.

Prueba de nuestra participación fue el tercer puesto conseguido y que dio lugar a la obtención de un jamón al grupo. El cual daremos cuenta de el a no muchotardar. No hay nada más importante que el éxito del grupo y la labor de compañerismo.

Lamentar el desmayo de nuestro compañero Kris, que tuvo que ser trasladado al hospital, donde después de las revisiones oportunas se le dio de alta. Comentar que ya está plenamente recuperado y entrenando con el grupo.





PUJADA A LA MONTIELETA

Prueba de 10 kilómetros con la subida espectacular al la Ermita de la Montieleta de Benaguasil. Hace dos años formó parte del circuito de Diputación. Es una de estás carreras que aunque dura tiene un poso que la hace atractiva al corredor popular. Y allí se desplazó parte del grupo para poder afrontar el recorrido.

Gracias a todos por el esfuerzo.



Sección de Asfalto

XXI Tomatina Buñol

Es otra de las novedades del Circuito de Diputación 2016.

Tal y como se suponía no defraudó. Ni en dureza ni en animación.

Buena participación del club., donde volvimos a quedar en una tercera posición. Que nos permite mantener en la clasificación general la tercera posición.

Los hermanos Briones dieron guerra en este recorrido lleno de subidas y bajadas y donde Pablo consiguió la tercera posición en promesas. Quedando en la clasificación general del circuito en una cuarta posición. Enhorabuena

Destacada actuación también la de Nicolás quedando en 6ª posición de su categoría y 11 de la general.

A todos FELICIDADES.



RUNNINGCV XXI Carrera popular la Tomatina de Buñol - 24/09/2016 RUNNINGCV

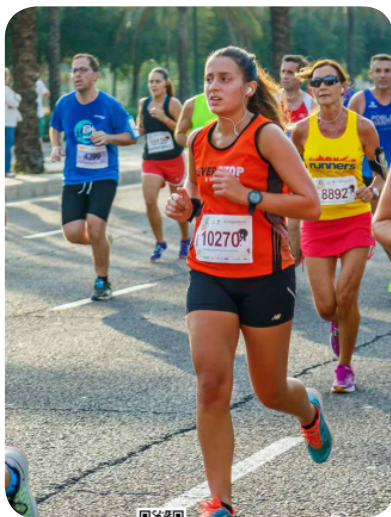
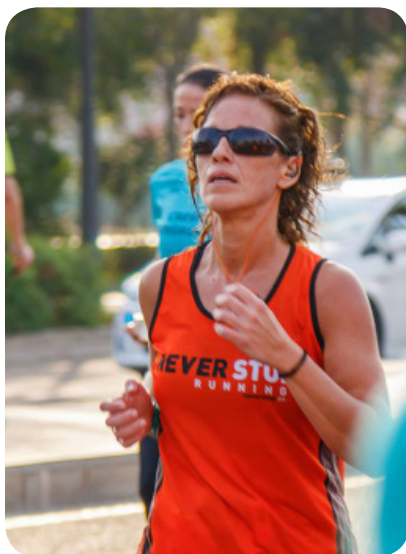
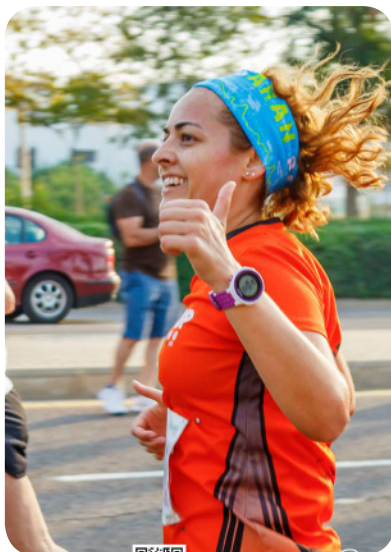


CIRCUITO DIVINA PASTORA

El domingo 25 de septiembre arrancó nuevamente el Circuito de Carreras Populares Divina Pastora de Valencia después de la parada estival. La 40ª Volta als Barrís de Sant Marcel·lí i Sant Isidre fue testigo de nuestra presencia. Algunos de nuestros compañeros hicieron doblete al realizar el día anterior la prueba de Diputación. Gracias a todos por el esfuerzo constante.



Sección de Asfalto



En un acto sencillo, discreto, pero cargado de simbolismo, se realizó la entrega del testigo para la concienciación con los niños con autismo entre Lorenzo y Pili.



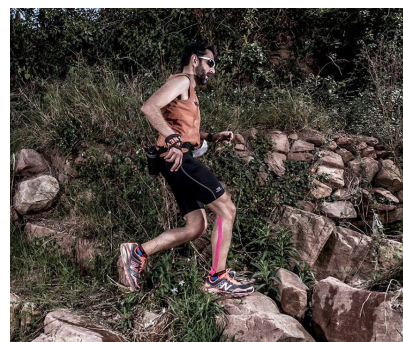
Nuestro socio Jorge Echeverría, estuvo en Berlín y sufrió pero disfrutó de la experiencia de correr un Maratón allá donde los records se suceden en esta prueba.

Consiguiendo el mismo una marca de 3:55:28.

Gracias por dejarnos compartir ese esfuerzo y felicidades.

Sección de Trail

Este mes viene marcado principalmente por el fin de semana de Trail que vivimos en Riba-Roja, pruebas objetivo de la sección. El sábado 3 se corrió el K8 por equipos mientras que el domingo 4 eran las pruebas individuales con 13 y 25K. También parte de la sección se fue a Piri-neos a correr el Trail2Heaven, carrera de alta montaña por el entorno de Benasque. Han habido otras participaciones como el pódium de David Sandiego en Alpuente.



TRAIL DE RIBA-ROJA

...por José Antonio Sánchez



El fin de semana del 3 y 4 de septiembre se disputaba en la localidad valenciana de Riba-Roja, unas pruebas de Trail, el sábado con una contrareloj por equipos de 8K, y el domingo con las pruebas individuales de 13 y 25K.

El sábado tuvimos una muy buena participación, tanto que nos llevamos un jamón por ser uno de los clubes más numerosos y también, uno de nuestros equipos mixtos, subiera al pódium quedando en tercera posición. Fue el formado por Raquel Lizana, Miki Fromm, Javier Alonso y Vicente Cañamero. Además, como teníamos un concurso activo, les tocó a cada un@ un polo oficial del club. ¡Enhorabuena!

El domingo, con un fuerte calor que ya el sábado castigó a nuestros participantes, tomaron la prueba un buen

grupo de corredores del club. Primeramente salieron los participantes en el trail largo de 25K, donde Raúl Montañó quedó en el Top20 de su categoría.

En el trail corto de 13K tuvimos una mayor participación. Raúl Gamero con un excelente resultado, 5º en la general y su categoría, José Vicente Muria que debutaba exitosamente en Trail acabando en la 16ª posición general, Diana Ferrando, nuestra primera féminina con un fabuloso 7º puesto en su categoría, Rosa Ana Hernández, 10ª clasificada en su categoría, Patricia Sánchez, María Serrano y Pilar Ruíz. Nos queremos acordar de Rafa Porcar que tuvo que retirarse en el km.4 al estar indispuerto a causa del intenso calor que hizo este domingo.

¡¡A tod@s nuestra enhorabuena!!

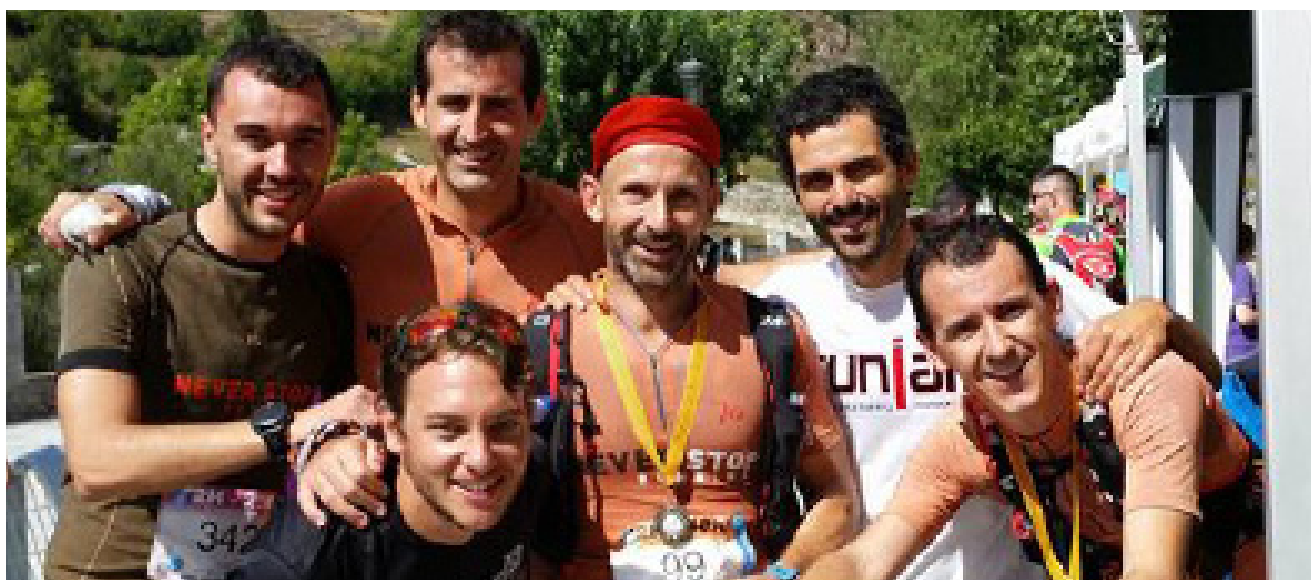


TRAIL2HEAVEN

El sábado 10 de septiembre tuvo lugar en la localidad de Benasque el Trail2Heaven, carrera de Trail de alta montaña bastante conocida y con buena participación de corredores. Never Stop estuvo representado por varios socios que se acercaron a disfrutar del ambiente que rodea a este tipo de carreras con un magnífico resultado en cuanto a clasificaciones, llegando a estar entre los 10-15 primeros clasificados. Había dos carreras que se disputaban, una de 25km y otra de 48km con más de 2000 metros de desnivel positivo acumulado... ¡Casi nada!

Estuvimos representados en la carrera de 48km por David Solano, Miguel Oliver, ambos rondando las 6h30' y Roque Badía haciendo una gran carrera. En la carrera de 25km participaron Edu Rejas, Alberto Blanch y Sergio Puig con magníficos resultados individuales.

Por último, un recuerdo para Lucas Puig que desgraciadamente no pudo participar en la carrera por una lesión que se produjo días antes. Carrera dedicada para él y pronto estará de nuevo dando guerra por donde tanto les gusta estar, en las montañas.



El pasado domingo día 18, nuestro socio David Sandiego participó clasificando en 2º lugar en la categoría de veteranos en el VI Trail de Alpuente.

¡Enhorabuena por el magnifico resultado!



Montañeros en verano



Nuestros socios y hermanos, Dani y César Morata, estuvieron haciendo alta montaña por Pirineos y subiendo concretamente en el valle de Ordesa a uno de los picos míticos, Monte Perdido.

Así posaron con las sudaderas Never. Enhorabuena por conquistar la cumbre.

Si tienes fotos de este verano haciendo montaña no dudes en enviarnoslo a nsrunningval@gmail.com

Sección de Triatlón

TRIATLÓN DE VALENCIA

Por fin llegó el fin de semana tan esperado, **10 y 11 de septiembre**, donde los chicos y chicas del C.D. NEVER STOP no podíamos faltar.

El sábado día 10, las chicas serían las primeras en dar el pistoletazo de salida a este Valencia triatlón, donde Amparo Ruiz en distancia Supersprint (triatlón de la mujer) consiguió una excelente clasificación general.

Poco después comenzaron los chicos...Objetivo cumplido de **José Vicente Muria**, entrar en el top 20 de Supersprint, **Rafael Navarro**, **Antonio Ventura** y **Amador Cano** en distancia Sprint. Una pena lo de nuestro compañero Amador, que tuvo que retirarse por problemas físicos, mucho ánimo y esperamos verte en otro triatlón muy pronto. Rafa completo muy bien, su primer triatlón en esta distancia, Toni debutaba con muy buen tiempo. ¡Enhorabuena chicos!

El domingo era el turno de la distancia olímpica, donde nuestros compañeros **Santi Ronda** y **Sergio Mejías** completaron la prueba con muy buenos tiempos a pesar del caluroso día, donde el sector de carrera se hizo algo complicado por las altas temperaturas.

Datos de la prueba:

En Supersprint (triatlón de la mujer), **Amparo Ruiz** consiguió un buenísimo puesto, posición 33 de la general, donde inscritas habían 489 finalizaron 374 retiradas 1 descalificadas 7 y no presentadas 107.

En Supersprint, Muri puesto 11 de la general, con 303 inscritos, finalizaron 246 retirados 3 descalificados 5 y no presentados 49.

En Sprint gran debut de Toni, destacando el sector de bici con una buenísima media de 38,12 km/h. Puesto 84. Rafa cada vez mejor y rapidísimo en la transición 2 con 1'44", puesto 218 y Amador antes de sus problemas físicos, también defendió muy bien el sector de natación, completó los 750m en 18'45. Inscritos 971 finalizaron 778 retirados 15 descalificados 21 no presentados 157.

Y en distancia Olímpica Sergio continua bajando tiempos, 27'36" en los 1500 a nado, quedando en el puesto 356 y Santi corriendo a buen ritmo los 10k, posición 629, donde inscritos habían 1463, finalizaron 1210, retirados 43, descalificados 6, no presentados 204.

¡Enhorabuena a tod@s!



Por José Vicente Muria



Sección de Triatlón

TRIAxÀVIA

Finalizando la temporada, llega nuestro último triatlón del calendario NEVER STOP.

Este pasado domingo día 25, se disputó el TRIXABIA, multiprueba, donde también tuvimos a nuestro representante. Sergio Mejías disputó la prueba Olímpica confirmando su gran progresión, pasando de las 2h31:45 en el triatlón de Valencia, al tiempo de 2h19:33 en Xàvia.

Sergi entro entre los 100 primeros, concretamente en el puesto 94 y mejorando respecto a su último triatlón olímpico tanto en el sector de bici como en la carrera.

Enhorabuena Sergi!!





Sergio Puig

Javier Alonso

1. ¿Carne o pescado?

Carne

Pescado

2. Una película

Star Wars Ep. IV

La vida es bella

3. Grupo musical favorito

Queen

Varios, rock, heavy y gracias a mis hijas ahora me gusta Malú

4 ¿Cine, series o TV?

Series

Cine

5. Último libro que te hayas leído

Cuentos de Terramar

Muerte entre poetas de Ángela Vallvey

6. Marca de zapatillas preferida

Mizuno

Creo que me quedo con Asics

7. Carril running, ¿sí o no?

Sí

Sí

8. Asfalto o montaña

Montaña

Montaña pero por falta del tiempo el 90% del tiempo hago asfalto

9. Comida preferida

Paella

La paella de mi suegro

10. Actor o actriz que más te guste

¿Sólo uno?... Daniel D. Lewis, Sean Connery, Christian Bale...

Luis Tosar



Sergio Puig

Javier Alonso

11. ¿Y el o la que menos?

Nicolas Cage

Willy Toledo

12. ¿Coche o moto?

Moto

Moto

13. Carrera preferida

Trail2Heaven, por ser la más reciente con mejores sensaciones

Siete Aguas

14. La que menos te gusta

Medio Maratón Vall de Segó...
Fea... No me gustó nada

La nocturna de Alfafar

15. Tu mejor momento running

Ahora mismo

El más especial...mi primera carrera de asfalto, en Picaña

16. ¿Y fuera del running?

Mi primer Camino de Santiago en 2012

Mi boda y el nacimiento de mis hijas

17. ¿Frío o calor?

Frío

Frío

18. ¿Playa o piscina?

Playa, pero no de arena

Piscina

19. ¿Alguna manía en particular?

No soporto las faltas de ortografía, intento no cometerlas

Los relojes. Los tengo que ver siempre con la misma hora y minuto

20. ¿Y un vicio confesable?

Cerveza, me encanta, y eso que ahora "me estoy quitando"

Los helados

CLASIFICACIÓN DEL MES

Por Moisés Laparra

Os presentamos en este boletín los Top5 generales de las categorías de hombres y mujeres, una vez disputadas todas las pruebas puntuables para la Liga Interna.

La clasificación oficial del mes la podéis encontrar en el foro: <http://cdneverstop.fororama.com/f5-liga-never-stop-running>

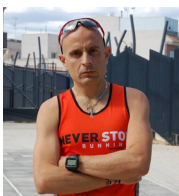
y en nuestra página web: <http://www.cdneverstoprunning.com/c-d-never-stop-running/liga-interna/>



TOP 5 HOMBRES



José Vicente Muria



Gustavo Rojas



Pablo Briones

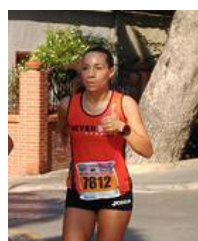


Raúl Malagó



Javier Gandía

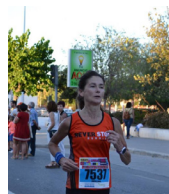
TOP 5 MUJERES



Mireia Briones



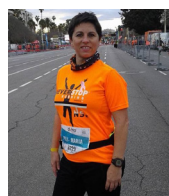
Raquel Lizana



Rosa Ana Hernández



María Serrano



Pilar Ruiz