

Boletín n10. Marzo 2017

III CARRERA **NEVER STOP**[®] RUNNING



5K

HOMOLOGADO **23 ABRIL 2017**

NUNCA TE RINDAS

SALIDA: Av. Francia, 58 (frente)

09:00 H - Salida adultos

10:00 H - Circuitos para niños

+ **INFO:** neverstop.es

MES DE RETOS IMPORTANTES

El 9 de abril se inicia el **Circuito Diputación 2017**. Un total de 12 pruebas lo conforman, y un nuevo reto del Club para estar entre los mejores a nivel de participación en este circuito muy atractivo para el socio. Tenemos, además con el estímulo de poder contar con grandes posibilidades de pódium de más de un/a socio/a.

Este es un circuito donde prodigamos la actividad social, como vehículo de unión del grupo ya que los desplazamientos invitan en más de una ocasión a cenas típicas en los destinos propuestos. A nivel de inscripción ya estamos entre los mejores. Tenemos que refrendar dicha posición con el esfuerzo de todos para completar al menos esas ocho carreras que dan opción a completar el circuito.

Sabemos que no es fácil. Sabemos que da muchas veces pereza para coger el coche y hacer los kilómetros necesarios para desplazarse, y con el agravante de otras competiciones que pueden solaparse. Os animamos no obstante a consolidar este proyecto de club, este proyecto en el que todos podemos aportar nuestro grano de arena. Este proyecto que es de todos y tiene que ser para todos.

Quart de les Valls, Ontinyent, Massamagrell, Gandía, Llíria, Godella, L' Eliana, Siete Aguas, Buñol, Paterna, Xátiva y Xirivella, nos esperan. Contamos con todos. Haced de este circuito el circuito de cada uno y disfrutadlo. No os lo perdáis! Vamos a por ello!!!



Pero tenemos una cita importante. Nuestra carrera, la **III carrera NEVER STOP** dentro del Circuito Divina Pastora de Valencia. Será el **23 de abril**. Apuntadlo en vuestra agenda.

La colaboración y ayuda de los socios se hace vital en esta carrera. Y ya no solo para participar en la misma. La presencia del voluntariado propio se hace imprescindible. Mantenerse en el circuito no es fácil, y depende de nuestra capacidad de estar presentes en este objetivo a todos los niveles.

Históricamente ha sido una de las citas más valoradas por los participantes en el circuito. Debe ser un día de fiesta, como lo ha sido en las anteriores ediciones. Familiares y amigos pueden acompañarnos en la cita. Entre todos haremos de este día un día especial para todos y cada uno de los participantes.

Boletín nº10. Marzo 2017. C.D. Never Stop Running.

Editores: Gregorio Castellano, José Antonio Sánchez.

Colaboradores del número: José Vicente Muria.

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

CALENDARIO NSR

ABRIL

DÍA	PRUEBA	DISTANCIA
2 7:30h 9:00h 10:30h	VI GÁTOVA TRAIL (Gátova, Valencia) Trail	11K D+400m 22K D+1.125m 42K D+2.000m
2 9:00h	CAMPEONATO ESPAÑA DUATLÓN (Vall D'Uixó, Castellón)	Multiprueba
9 8:30h 9:00h	MAMOVA (Andilla, Valencia) Trail	11K D+720m 21K D+1.200m
9 8:00h	MAMOVA (Andilla, Valencia) Trail	42K D+2.300m
9 9:00h	IX TRIATLÓN PLAYA DE GANDÍA (Gandía, Valencia) Triatlón	Sprint 750m Nado/20K Bici/2'5K Run
9 9:30h	XXIX MITJA MARATÓ LA VALL DE SEGÓ (Quart de les Valls, Valencia) Circuito Diputación Valencia Asfalto	21.907m
23 9:00h	III CARRERA NEVER STOP RUNNING "NUNCA TE RINDAS" (Valencia) Circuito Divina Pastora Asfalto	5.000m
23 9:00h	TRAIL CORTES DE PALLÁS (Cortes de Pallás, Valencia) Circuito Trail Valencia Trail	10.6K D+570m 22.5K D+890m
29 18:00h	10K ONTINYENT MOROS BERBERISCOS (Ontinyent, Valencia)	10.000m



Pilar Ruíz

Socia nº140 del C.D. Never Stop Running

Este mes entrevistamos a nuestra socia Pilar Ruíz, una todo terreno que nos tiene acostumbrados a correr carreras de todo tipo, ya sean de asfalto, trail o triatlón. No hay quien la pare.

Cuenta a l@s soci@s del club cómo y por qué te iniciaste en el mundo del running.

Pilar: Me inicié a partir de conocer a Nico, mi pareja. Un fin de semana tenía una media maratón y decidí acompañarlo puesto que desde EGB no sabía lo que era el deporte. Me quedé impresionada de ver todo aquello, el ambiente la cantidad de corredor@s de todas las edades algunos con sobrepeso y salían de meta con una sonrisa y ver como la cruzaban se me ponía la piel de gallina de la emoción. A partir de ahí me entro el gusanillo y sin pensarlo dije, cariño, yo quiero hacer una carrera si ellos pueden yo también (bueno yo le llamaba maratón, no tenía ni idea de nada), y en tres semanas dije de apuntarme a una y me hice la Volta a Peu de Valencia. Esa fue mi primera carrera, contentísima de acabar bien y en la misma meta le dije quiero otra y me apunte a la nocturna, y así una detrás de otra y ahí estamos, y espero que por mucho tiempo.

¿Cómo logras compaginar todo?

Pilar: Para mí no es excusa decir: no tengo tiempo. Cuando quieres algo siempre encuentras la fórmula para organizarte y multiplicar las horas y con la ayuda de Nico y mi familia fundamental claro.

¿De dónde sacas la fuerza para hacer todas las carreras que haces?

Pilar: De alguien muy especial que ya no está conmigo y que siempre le dedico todas mis llegadas, es mi empuje cuando las fuerzas aflojan. Mi lema es: Su energía es mi fuerza, y siempre tengo muy presente sus palabras "

"teta lucha siempre por lo que quieras y nunca te rindas ", de ahí saco las fuerzas.

¿Qué es lo que más te ha sorprendido en estos años de convivencia en el club?

Pilar: Los grandes amigos y personas que he tenido la suerte de conocer. El nivel de complicidad que hay entre nosotros y el apoyo que siempre encuentras así como la profesionalidad de los entrenadores. Esto suena todo a peloteo pero es la pura realidad.



Pilar Ruíz

¿Y qué es lo que menos?

Pilar: Esta respuesta por privado (risas). En serio, no hay nada que no me haya sorprendido. Cuando inicie mi etapa en el club ya me habían hablado bien de él y es justo lo que me he encontrado.

¿Qué lesión es la que más te ha desesperado?

Pilar: De momento las lesiones me están respetando bastante y no se meten conmigo. La que recuerdo como peor experiencia fue una fascitis plantar que me tuvo apartada algunas semanas o me hizo estar al borde de un ataque de nervios.

Practicas asfalto, trail y trialón. Si tuvieras que elegir uno, ¿con cuál te quedarías?

Pilar: El trail es mi última experiencia y hasta el momento la más satisfactoria.

Elige una carrera de todas las que has hecho.

Para mi todas tienen algo singular. Por su trazado, su distancia, su ubicación. El ambiente o con los amigos que he coincidido. Pero si hay alguna que por su exigencia y nivel de preparación. Te diría que mi primer maratón.

Un circuito.

Pilar: Si tengo que elegir alguno te diría que diputación por el nivel de organización y variedad de carreras y distancias. Pero últimamente me decanto más por los circuitos trail de montaña por su encanto especial.

¿Alguna carrera que quieras realizar en el futuro como meta?

Pilar: No sé si me estoy exigiendo demasiado pero mi ilusión es participar en un triatlón, pero me conformo con un duatlón o una ma-

ratón de montaña; y puestos a pedir si me llevo algún trofeo o pódium... Mucho mejor (risas).

¿Tienes algún reto en mente para este año?

Pilar: Sí. No me quito de la cabeza el maratón y la vuelta al pico Cerler y si la bici me llega a tiempo un duatlón (mas risas).

¿Practicas otras actividades además de correr?

Pilar: Gimnasio, ama de casa y ejercer de abuela que con cinco nietos te aseguro que convalida a unas series.

Mejor y peor vivencia en una carrera.

Pilar: Pienso que lo más duro para un corredor es tener que enfrentarse a abandonar alguna carrera. Eso me sucedió a mí en la Vall de Segó. Y eso supone afrontar de nuevo el reto de la misma carrera al año siguiente porque te parece que es algo que queda como pendiente. Mi mejor vivencia ha sido la maratón porque en todo momento me sentí arropada y apoyada por mi club, mis amigos, mi pareja y cruzar esa pasarela no hay palabras es lo más espectacular y emocionante.



INFORMACIÓN NEVER STOP RUNNING



Ya han acabado las inscripciones al XX CIRCUITO DIPUTACIÓN VALENCIA 2017 y contamos finalmente con más de 110 socios/as inscritos. Sin duda un número muy elevado que nos lleva a estar junto con los mejores clubes de Valencia. Ahora hay que ir participando carrera a carrera hasta poder completar las 8 necesarias para completarlo.

Os recordamos el calendario de Diputación teniendo en cuenta que este mes de Abril se inicia con dos carreras:

- 1.- XXIX MITJA MARATÓ LA VALL DE SEGÓ (9 ABRIL)
- 2.- 10K ONTINYENT MOROS BERBERISCOS (29 ABRIL)
- 3.- XVI 15KM VILA DE MASSAMAGRELL (13 MAYO)
- 4.- VI 10K PLATJA DE GANDIA - MEMORIAL TONI HERREROS (27 MAYO)
- 5.- XIV GRAN FONS CIUTAT DE LLIRIA (17 JUNIO)
- 6.- XV 10K GODELLA NICOBOCO (1 JULIO)
- 7.- 10K L'ELIANA XXXV VOLTA A PEU (29 JULIO)
- 8.- XXXVIII GRAN FONDO INTERNACIONAL DE SIETE AGUAS (19 AGOSTO)
- 9.- XXII CARRERA TOMATINA DE BUÑOL (16 SEPTIEMBRE)
- 10.- XXIII GRAN FONS VILA DE PATERNA (1 OCTUBRE)
- 11.- XXXII PUJADA AL CASTELL DE XÀTIVA (29 OCTUBRE)
- 12.- XXII MITJA MARATÓ DE XIRIVELLA (5 NOVIEMBRE)



Además, este año como novedad, **si acabamos entre los 3 primeros clubes con mayor número de participantes en la clasificación final del circuito**, vamos a sortear un premio entre todos/as aquellos/as socios/as que concluyan el Circuito Diputación (8 carreras completadas), y para ello realizaremos un **iii**sorteo de una **CENA PARA DOS + SPA** en el **Hotel Las Arenas de Valencia!!!**

ACTUALIDAD NEVER STOP RUNNING

III CARRERA NEVER STOP RUNNING - "NUNCA TE RINDAS"

III CARRERA
NEVER STOP
RUNNING

5K

HOMOLOGADO **23 ABRIL 2017**

NUNCA TE RINDAS

SALIDA: Av. Francia, 58 (frente)
09:00 H - Salida adultos
10:00 H - Circuitos para niños
+ INFO: neverstop.es

CORRE. VUELA. NO TE DETENGAS.

13 CIRCUITO
DIVINA
PASTORA
CARRERAS
POPULARES
VALENCIA

cdneverstop@gmail.com @cdneverstop c.d.neverstoprunning cdneverstoprunning

El próximo día 23 de abril, domingo, es nuestra 3ª edición de la Carrera Never Stop Running "Nunca Te Rindas" dentro del Circuito Divina Pastora Seguros.

Antes de este día, el club tendrá algunos eventos en los que estará representado y haciéndose visible. Os iremos informando por Redes Sociales.

Marcha Solidaria Por la Salud

El día 8 de abril estaremos colaborando en la MARCHA SOLIDARIA POR LA SALUD COLEGIO SANTA MAGDALENA SOFÍA, cuyos beneficios irán destinados a Cáritas de Nazaret. Será un día de fiesta para las familias, profesores, alumnos, ex-alumnos del centro, etc.

Colaboraremos en la Marcha Solidaria de 1,5km controlando el evento y ayudando a monitorizar la carrera y a l@s niñ@s que acudan a correr y disfrutar de esta mañana festiva.

Como todos los años, trabajamos en que esta edición de la **III Carrera Never Stop Running "Nunca Te Rindas"** sea aún mejor que las dos anteriores, y por ello, también os pediremos durante este mes de Abril, colaboración para que entre tod, logremos que sea una carrera excelente y la mejor de todo el circuito.

Pediremos voluntarios durante el mes para colaborar en los días previos y en el día de la carrera. También tendremos nuevamente, camisetas conmemorativas de la carrera las cuales os mostraremos en unos días, y podréis hacer una reserva a un precio especial por ser socios/as del club.

Entre tod@s l@s voluntari@s que se apunten al formulario y participen colaborando con el club para la carrera, **sortearemos 1 inscripción gratuita** para el Medio Maratón de Valencia 2017.

Entre tod@s l@s soci@s que hagan reserva en el formulario correspondiente y compren la camiseta conmemorativa de la carrera, **sortearemos 1 inscripción gratuita** para el Medio Maratón de Valencia 2017.

Permaneced atentos porque esto acaba de comenzar, y también necesitaremos que nos ayudéis a incrementar la visibilidad en Redes Sociales.

ACTUALIDAD NEVER STOP RUNNING

Premios Circuito Runners - Mancomunitat Camp de Túria

Nuestra socia Pilar Ruíz participó y concluyó con bastante éxito el circuito Runners - Mancomunitat Camp de Túria en su edición 2016, consiguiendo varios premios en la clasificación final:

- 1ª Clasificada General Circuito
- 1ª Clasificada Categoría Veterana B

¡¡Enhorabuena PILI!!



Calendarios de carreras del club



Google Calendar

El CALENDARIO ACTUALIZADO DE CARRERAS OBJETIVO del club está disponible en la página web, incluidas dentro de un GOOGLE CALENDAR para que mes a mes podáis ver las carreras que tenemos objetivo en las 3 secciones, y a su vez podáis importarlas a vuestros propios calendarios de Google. También se informará puntualmente de apertura de inscripciones o eventos. Poco a poco se irán incorporando los objetivos del 2017 de las tres secciones (Asfalto, Trail, Triatlón).

ENLACE AL CALENDARIO GENERAL EN LA PÁGINA WEB:
<http://www.neverstop.es/calendario-carreras/>

También los tenéis en el foro de manera independiente cada uno en la sección correspondiente:

ENLACE AL CALENDARIO ASFALTO EN EL FORO:

<http://cdneverstop.fororama.com/t1066-calendario-asfalto-c-d-never-stop-running-2017>

ENLACE AL CALENDARIO TRAIL EN EL FORO:

<http://cdneverstop.fororama.com/t1047-calendario-trail-temporada-2016-2017>

ENLACE AL CALENDARIO TRIATLÓN EN EL FORO:

<http://cdneverstop.fororama.com/t1059-calendario-triatlon-c-d-never-stop-running-2017>

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.

Os recordamos que también contamos con grupos de WhatsApp de las secciones de Asfalto, Trail, Triatlón, y también con #RollitoNever, un grupo distendido para hablar de cualquier tema. Si queréis ser añadidos mandad e-mail a:
nsrunningval@gmail.com



Por Gregorio Castellano

ASFALTO

10K FEM - 5 MARZO

Ana Gimeno, 3ª clasificada de su categoría con un tiempo de 42:57.



XXI MEDIA MARATÓN RIBA-ROJA- 5 MARZO

Hubo representación también en esta competición, ya veterana. Tanto en la distancia de Media como en el 5K alternativo que se disputó en el que participó Nuria y Josep.

Enhorabuena a todos en esta carrera que siempre ofrece un añadido de dureza por la propio perfil del pueblo.

Mejor tiempo el conseguido por Mario Villanueva con 1:27:52



TRANSLICITANA

Y como no podía ser de otra forma, este mes también tenemos a Luis dándonos otra prueba de su amor por este deporte de las zapatillas en su versión de larga distancia. Esta vez compitiendo en la TRANSLICITANA 2017, un trail de 104 km, donde empleó 17 horas. Nos descubrimos, Luis!



CIRCUITO DIVINA PASTORA VI CARRERA UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

Domingo 26 de marzo.

Un total de 58 socios se dieron cita el primer domingo de la nueva hora, madrugón para homenajear la primavera, en una mañana fresca pero muy adecuada para practicar este deporte que nos une. Tercer Club con más participación.



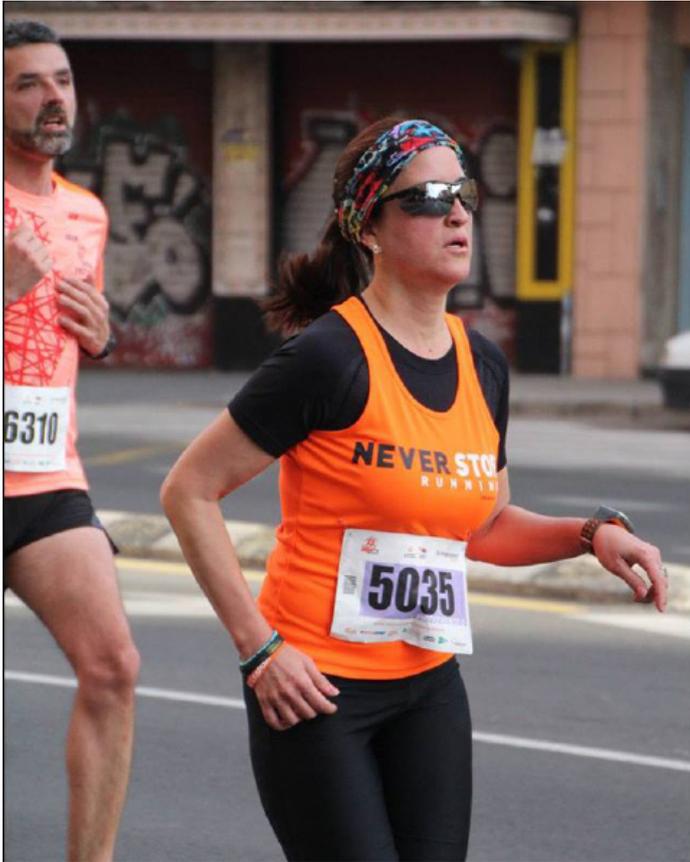
RUNNING CV 6ª Carrera Universitat de València - 26/03/2017 **Urbanrunning**

Volvió **Jorge Moltó** tras su lesión, y obtuvo un meritorio 4º puesto en su categoría juvenil, con un tiempo de 19:09 y con un ritmo medio de 3:35, siendo nuestro primer clasificado masculino.

Mireia Briones fue la primera fémina del club en cruzar la meta empleando un tiempo de 22:38, a un ritmo de 4:14.

Felicidades a todos por la participación.

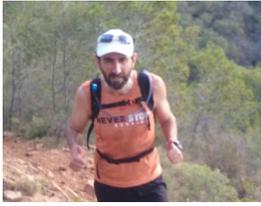
Próxima estación: **III CARRERA NEVER STOP RUNNING**. El 23 de abril. Es nuestra aportación al circuito. Sigamos siendo referente dentro del mismo. De todos depende. No te la puedes perder! Os esperamos a todos!



15K LA VEGA "Tierra del Vino"

Roberto y Alex estuvieron presentes el pasado día 26 de marzo en San Antonio corriendo esta 15K de su pueblo.





Por José Antonio Sánchez

TRAIL

CIRCUITO TRAIL VALENCIA - CHERA

El domingo 5 de marzo teníamos una nueva prueba del Circuito Trail Valencia, en la localidad valenciana de **Chera**, ya la 6ª y a falta de solo dos para finalizar el próximo mes de Mayo, esta edición del circuito.

Nuevamente se dieron cita un buen número de Nevers disfrutando de esta carrera, sobre todo en la prueba del Sprintrail con 11.2K D+380m, dónde nuevamente, nuestro socio **Pablo Briones** quedó 1º de su categoría Promesa, y 5º de la general, y nuestra socia **Laura Tarazona** fue 3ª clasificada subiendo también al pódium en su categoría Promesa F.

Fuimos 2ºs por equipos en la categoría de Sprintrail clasificando con Pablo Briones, Alexis Misiego, José Luis Pérez y Mireia Briones.



MITJA MARATÓ I MARATÓ DE LA CALDERONA

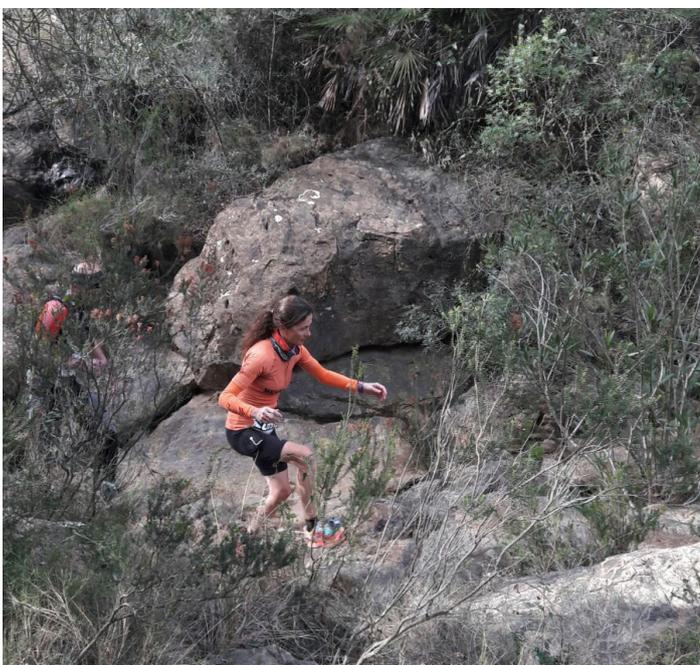


El domingo 5 de marzo tuvo lugar un año más en nuestra querida Sierra Calderona la Mitja Marató i la Marató de la Calderona. Una gran carrera y en casa para los amantes de la montaña.

Salió un excelente día dónde todos los participantes pudieron disfrutar del recorrido perfectamente señalado y pasárselo en grande corriendo, y con las ya características subidas y bajadas a antenas, Rebalsadores o el Sierro.

Este año nuevamente estuvimos colaborando con la organización y tuvimos nuestro punto de avituallamiento para la prueba de la Maratón, situado en la Font de Barraix en primera instancia (km 5), y unos 300 metros más abajo en el km 31.







TRIATLÓN

Por José Vicente Muria



26 de Marzo y día fantástico. Buena temperatura y nueva prueba donde volvimos a estar bien representados.

Rafa Navarro y Sergio Mejías disputaron la prueba de Alaquàs, correspondiente a la Liga de clubes de la Comunitat Valenciana. En esta ocasión, por enfermedad, José Vicente Muria no pudo tomar la salida.

A las 9:00h se dio la primera salida y en la segunda da, 9:05h comenzaron nuestros duatletas.

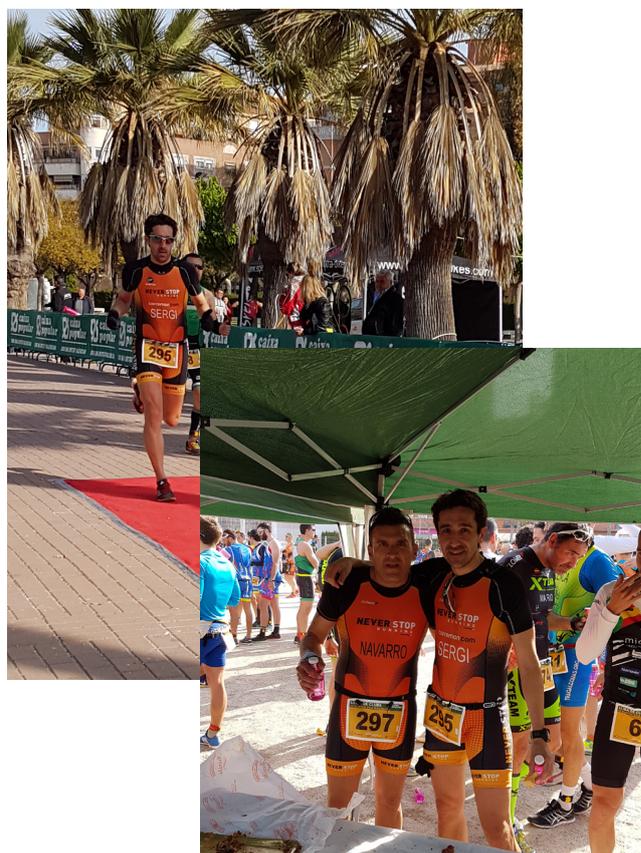
Sergi y Rafa cubrieron juntos el primer segmento de carrera, llegando juntos a la T1. Tras unos problemas en el gemelo Rafa se retraso unos segundos pero pudieron salir juntos al segmento de bici, donde tendrían que realizar un circuito de 3 vueltas para completar los 20km. Sergi entró a la T2 con algo de ventaja sobre Rafa pero los dos es-

taban mejorando sus tiempos respecto al año anterior. Por último, los últimos 2,5 km de carrera por las calles de Alaquàs, fuerzas justas pero nuestros nevers supieron echar el resto para bajar sus tiempos en esta prueba.

Rafa comento al finalizar el duatlón sus impresiones: "La carrera a pie rápida, el circuito de bici con muchas curvas y bacheado, aunque la organización, el ambiente y el avituallamiento final ha sido muy completo".

Sergi también comento sus sensaciones: "Primera toma de contacto medio seria, yendo de menos a más aunque paso factura en la T2, el esfuerzo en la bici. Finalmente objetivo cumplido por mejorar el tiempo de la anterior edición, acumular kms para estar a tope en en Valencia Tri, y sobre todo seguir cogiendo experiencia".

Enhorabuena a los dos!



NEVER STOP
RUNNING



neverstop.es

NEVER STOP
RUNNING