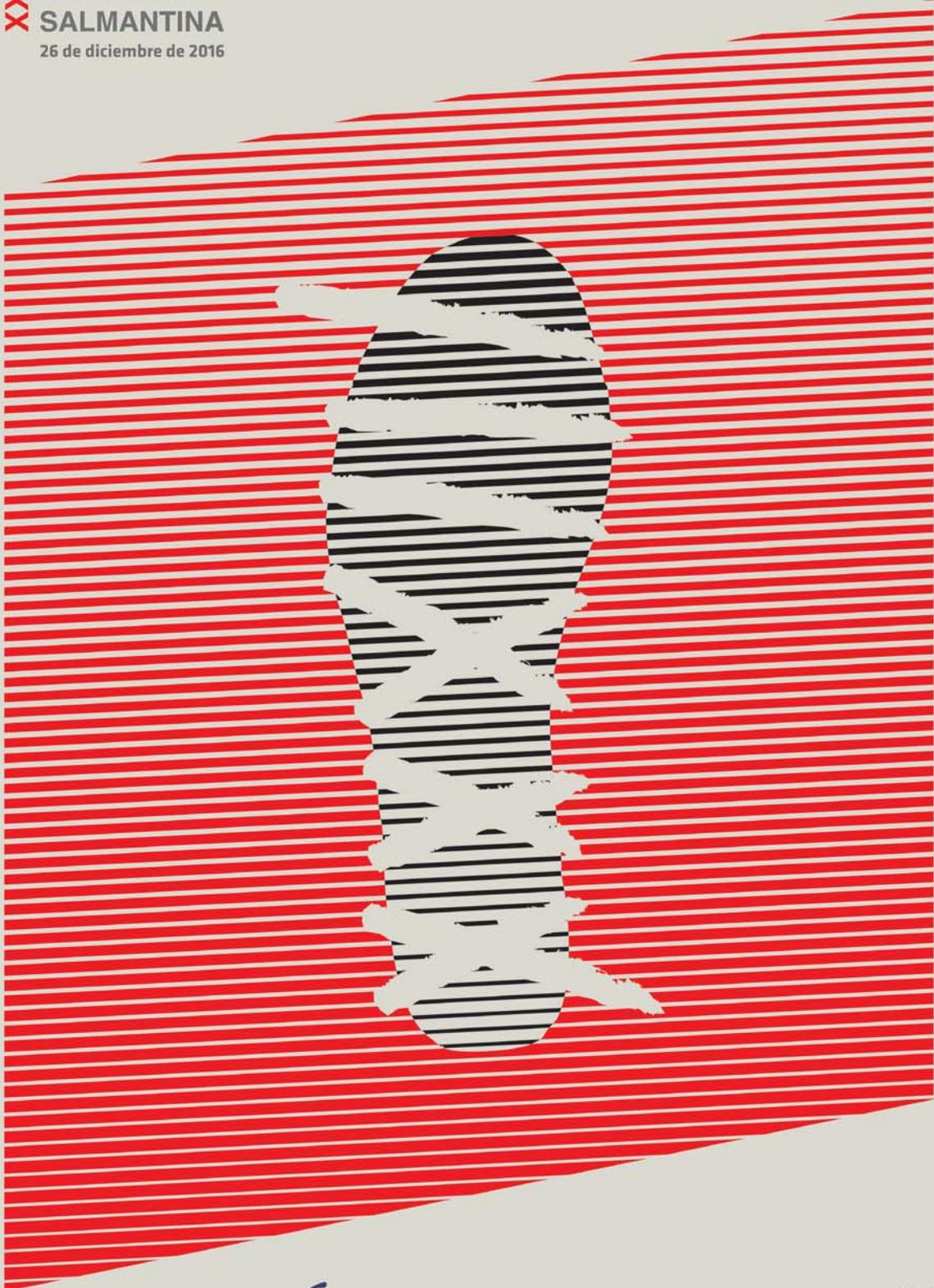
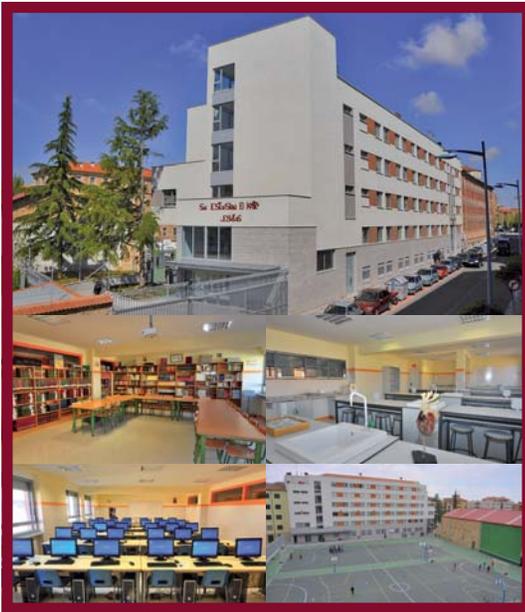


**XXXIII** SAN  
SILVESTRE  
SALMANTINA  
26 de diciembre de 2016





# SAN ESTANISLAO DE KOSTA JESUITAS



## MODERNAS INSTALACIONES

- Jornada Continuada
- Servicio de Madrugadores
- Comedor Escolar
- Ordenadores en las aulas
- Pizarras Digitales
- Laboratorio
- Aulas de Informática
- Aula de Apoyo y Refuerzo
- Departamento de Orientación
- Actividades Paraescolares
- Escuela de Padres y Madres
- Información on line y Plataforma Educativa

**COLEGIO CONCERTADO BILINGÜE  
EDUCACIÓN INFANTIL, PRIMARIA Y E.S.O.  
Príncipe de Vergara, 4-8. 37003 Salamanca  
Teléf. 923 125 203 • Fax 923 125 202  
E-mail: [colegio@sanestanislao.net](mailto:colegio@sanestanislao.net)  
Web: <http://www.sanestanislao.com>**



*Juntos apostamos por la educación,  
trabajamos para la justicia*

DELEGACIÓN SALAMANCA  
Paseo San Antonio, 14-40  
Teléf. 923 12 56 07 Fax 923 12 56 08  
37003 Salamanca  
E.mail: [salamanca@entreculturas.org](mailto:salamanca@entreculturas.org)

# SUMARIO

## SALUTACIONES

Ilmo. Sr. D. ALFONSO FERNÁNDEZ MAÑUECO  
D. JOSÉ ANTONIO MOLINERO MARTÍN

## ARTÍCULOS

Jesús Antonio Núñez  
Eugenio Sánchez Redondo  
Mari Luz Cubas  
Jorge Moreta  
Gabriel Ruano Monzón  
Tortugas veloces  
Pablo Acebo  
Carlos Miguel Herrera Molpeceres  
Francisco Martín Herrero  
Javier Martín Moreiras  
Javier Rodríguez Collado  
Simón-Pedro Lucas Ramos  
Roger J. Sánchez  
Manuel Muíño  
Roberto Fernández González

## CON LETRA DE NIÑO

Andrea Jaén Martínez  
Marco Pérez Pérez

## MICORRELATOS

De los participantes en el IV Concurso de Microrrelatos  
"SAN SILVESTRE SALMANTINA"

## FOTOGRAFÍAS

De los participantes en el XXII Concurso fotográfico  
"SAN SILVESTRE SALMANTINA"

## DISEÑO, MAQUETACIÓN E IMPRESIÓN

Gráficas Lope. Salamanca  
[www.graficaslope.com](http://www.graficaslope.com)

Depósito Legal: S. 1.539-2009

El Club Deportivo Padre Basabe, organizador de la XXXIII San Silvestre Salmantina, no se hace responsable, ni se solidariza necesariamente, con las opiniones de los artículos firmados.

CLUB DEPORTIVO «PADRE BASABE»  
Príncipe Vergara, 4-8 • 37003 Salamanca  
[organizacion@sansilvestresalmantina.com](mailto:organizacion@sansilvestresalmantina.com)  
[www.sansilvestresalmantina.com](http://www.sansilvestresalmantina.com)

Saluda Alcalde .....	4
Saluda Presidente Club Deportivo Padre Basabe .....	5
San Silvestre Salmantina.....	6
Acariciar un sueño con las manos.....	7
Mi primera San Silvestre .....	8
Un espejo donde mirarse .....	10
Bendita osadía.....	12
Otra manera de correr.....	13
Una Sansil más y van... ..	14
Enorme el atletismo salmantino.....	16
Con letra de niño .....	17
Importancia de los reconocimientos cardiovasculares específicos en los deportistas .....	18
Experiencias de un poli-deportivo.....	20
Espíritu San Silvestre.....	24
Solidari-dad y Navi-dad.....	26
Entrevista a Honorato Hernández.....	28
IV Concurso de Microrrelatos San Silvestre Salmantina.....	30
XXIII Concurso Fotográfico "San Silvestre Salmantina" .....	35
Recorridos A, B y C .....	36
Recorrido D .....	37
Croquis de Salida y Meta.....	38
Premios y Trofeos .....	40
XXII Concurso fotográfico .....	42
Carteles finalistas del IX Concurso .....	43
Los XXXII PODIOS de la San Silvestre Salmantina .....	44
Gracias .....	47

## ALCALDE DE SALAMANCA

D. Alfonso Fernández Mañueco



La organización de la San Silvestre Salmantina 2016 está en su recta final y todos los implicados trabajan para llegar a su meta, la gran cita en el paseo de San Antonio, y poner el broche de oro, como cada año, al calendario de pruebas atléticas y de carreras populares. Es un calendario muy nutrido a lo largo de todos los meses, que cuenta con una gran acogida y fabulosos números de participación, y que seguirá teniendo la colaboración del Ayuntamiento de Salamanca, como institución que tiene entre sus prioridades la promoción del deporte y de sus valores.

La ciudad se prepara para el acontecimiento. Sus calles serán el gran escenario para este reto y las salmantinas y los salmantinos se volcarán de nuevo con esta prueba. Volverán a ser miles de dorsales, de pequeños y mayores, que medirán sus fuerzas y se enfrentarán, en su esfuerzo de superación personal, a ese rival tan exigente que es uno mismo. Y volverán a ser miles los aplausos que recibirán a su paso los corredores

y que mostrarán el calor de Salamanca que contrarrestará el frío de los días de invierno.

Espero que la San Silvestre Salmantina 2016 sea un éxito, como lo fueron siempre las anteriores ediciones de esta emblemática carrera, y que la ciudad disfrute del magnífico ambiente que genera la prueba a su alrededor, un gran ambiente que completa la animación y la agitación de los festivos días navideños y de fin de año.

Gracias a la organización por su esmero, a los profesionales y voluntarios que trabajarán para el buen desarrollo de la prueba por su dedicación, a los patrocinadores y a los colaboradores por su apoyo al deporte salmantino, a los participantes por su entrega y gracias a los que se echan a la calle y se asoman en las aceras para animar a los corredores.

Muchas gracias a todos por hacer posible esta prueba, en la que, como siempre, todos ganarán. Todos ganaremos.



## Ayuntamiento de Salamanca



## **PRESIDENTE CLUB DEPORTIVO PADRE BASABE**

**D. José A. Molinero Martín**

### **DIGA TREINTA Y TRES**

**C**umplimos treinta y tres años. Un número apenas puede concretar todo lo que implica una nueva edición de la San Silvestre Salmantina, todo lo que se pone en juego y todo el esfuerzo de tantas personas. En este saludo inicial, incluido cada año en la revista, quisiera parafrasear a San Ignacio: “El amor se ha de poner más en las obras que en las palabras”. Pues bien, todo el amor volcado estos años ha hecho de nuestra carrera una gran obra y mis palabras en este espacio son lo de menos.

Si hablamos de números podemos aludir a un bonito capicúa el 7007, número de dorsales, que un año más bate récords por participación y por la rapidez con que se agotan las inscripciones, gracias a su demanda social. Son unos 500 más que en 2016, en un esfuerzo que pretende hacer coincidir el número de dorsales con el de corredores reales, para que todos los que lo deseen puedan correr. También son más las categorías, 3 nuevas femeninas y 1 masculina, hasta completar las 30 totales de esta edición, para adecuarse mejor a la participación y para que atletas de edades más avanzadas puedan añadir a la satisfacción de participar más opciones de recoger un premio.

Sin duda nuestra San Sil busca mejorar en todos sus aspectos y en todos los detalles que la hacen especial, dando pequeños pasos y recibiendo sugerencias. En la prueba de este año se concretan en un sistema más ágil de entrega de trofeos, que ha reducido su número, para no hacer interminable su entrega y otorgar tres premios por categorías y en el esfuerzo para incorporar unas vallas

que además de una mayor seguridad permiten al público seguir con mayor comodidad la llegada y a los atletas sentir el aliento de familiares y seguidores. Otros aspectos han tenido una favorable acogida en el pasado y se mantienen como el recorrido por alguna de las calles más hermosas de la ciudad, o la línea de las camisetas que tuvo muy buena aceptación. Y también todos los eventos paralelos que poco a poco se consolidan atrayendo una participación prestigiosa como sucede con el X concurso de carteles, el XXIII de fotografía, el IV de microrrelatos y el Chip solidario, sin duda el más entrañable y significativo de todos.

Resulta obligado y merece un mayor crecimiento el capítulo de los agradecimientos, a todas las personas que integran nuestra singular familia: voluntarios, corredores, público... y a las entidades y patrocinadores cuya aportación es imprescindible para que todo funcione a la perfección. El apoyo decisivo de los jesuitas en Salamanca y el colegio San Estanislao de Kostka; el trabajo de la Cruz Roja y la Policía Local atentos a cualquier dificultad; al grupo Setel y a todas las empresas colaboradoras, y al Ayuntamiento que no deja de lado la prueba popular de participación y prestigio más masiva de toda Castilla y León.

Estoy seguro que el respeto a las normas y la comprensión ante las dificultades que implica el movimiento de miles de personas en nuestra ciudad presidirán en todo momento una nueva jornada de fiesta deportiva, esta vez el último lunes de 2016.

# SAN SILVESTRE SALMANTINA



David Martín Sánchez

Cuando recibí la llamada de “Moli” para preguntarme si quería escribir unas líneas sobre la San Silvestre Salmantina, una sonrisa y miles de recuerdos cubrieron mi mente en décimas de segundo. No podía ser de otra manera, no sólo mi carrera deportiva va unida a la San Silvestre, sino una buena parte de mi vida ha estado y seguirá estando siempre ligada a la ciudad de Salamanca.

La primera San Silvestre que corrí fue en el año 2000, y desde entonces he participado ininterrumpidamente en todas las ediciones hasta hoy (salvo en tres de ellas por causas de fuerza mayor). Para mí siempre ha sido una prueba mágica y fija en mi calendario. He visto crecer la prueba hasta convertirse en un referente a nivel nacional. Salamanca es una ciudad Patrimonio de la Humanidad y la San Silvestre es patrimonio de Salamanca. Va más allá de un evento deportivo, es un evento social de la ciudadanía que cada año llena las calles de la ciudad de colorido, entusiasmo, alegría, pasión y deporte. La San Silvestre es santo y seña de la Ciudad. Tengo una deuda con la carrera, y no sé si algún día la podré saldar, aunque ya se me antoja complicado. No he podido levantar los brazos como vencedor en el Paseo San Antonio, lo he tocado con las manos, pues he estado más de cinco años abonado al segundo puesto. Quizá sea el broche de oro a mi carrera, una victoria en Salamanca, lucharé y no cejaré en el empeño, ya que la San Silvestre de Salamanca se merece que me deje la última gota de aliento por lograrlo.

Nunca podré agradecer todo lo que la ciudad me ha dado y aportado, me he hecho atleta disputando la San

Silvestre, y teniendo bonitos duelos y pugnas con un salmantino de postín: Rafa Iglesias. Nuestras carreras deportivas siempre irán unidas a la San Silvestre Salmantina.

Desde estas líneas quisiera invitar a todos los atletas a la cita de 2016, en el paseo San Antonio, un año más a disfrutar todos juntos de la prueba deportiva estrella de la ciudad. La San Silvestre la hacemos todos y todos somos igual de importantes, cada participante, cada niño que corre, cada aficionado que llena las calles animando a todos y cada uno de los atletas: son ingredientes imprescindibles que no pueden faltar.

Desde aquí mi reconocimiento a la Organización de la prueba, y a su alma máter, José Antonio Molinero, gracias por hacer que año tras año, volvamos a disfrutar de un evento de tal magnitud.

Nos vemos el lunes 26 de diciembre, y qué mejor manera de celebrar la Navidad que corriendo y disfrutando de las calles de Salamanca. No podéis faltar, entre todos hacemos grande la San Silvestre.

**Jesús Antonio Núñez**



Raúl Sánchez Borrego

# ACARICIAR UN SUEÑO CON LAS MANOS

**M**e pregunto de qué manera puedo realizar una aportación a nuestra querida San Silvestre con estas letras sobre la experiencia en las Paralimpiadas de Río de Janeiro.

Mi vocación son las personas con discapacidad, o mejor dicho las personas con capacidades extraordinarias, y este ha sido el doble motivo que me llevó en septiembre de 2016 a Brasil.

Visité a nuestros amigos de Juiz de Fora en el estado de Minas Gerais porque allí se fundó hace cinco años Aviva Brasil, nuestro proyecto hermano, en el que he descubierto a nuevos idealistas y exploradores de vida al lado de *crianças*, (niños y jóvenes) que alimentan allá lejos, la misma idea de un mundo mejor a través de una mirada noble.

Cada nombre, cada rostro se han anclado en mis neuronas y parte de mi espíritu se quedó irremediablemente prendado allí.

Vivir unas paralimpiadas estaba entre la lista no escrita de tareas pendientes imposibles, y de repente con un billete de avión en las manos y una despedida entre lágrimas de mis cuatro amores más cercanos comenzó la aventura. Sí, amigos, está permitido soñar, a la pasión por el deporte hay que dejarla volar.

Hay nervios, camino de Maracanã se escucha; “Mira uno de Salamanca”, no podía ser otro, uno de los mejores, le “robo” la frase que pronunciada por Sergio Martín sobre Vicente del Bosque, de Santiago Bernabéu en un acto de Alumni, la asociación de amigos de la Universidad de Salamanca, “si es bueno como deportista es aún mejor como persona”, y Alejandro Sánchez Palomero reúne esta doble condición, él ya sabe cómo le admiramos.

Un estadio mítico, cae la noche, espectáculo de luz y color, es invierno en Río de Janeiro. Pero hay algo más, sólo se puede sentir, el ambiente, el aire es diferente, diverso, el olor a esperanza de un país, el palpar de los ecos, 80.000 almas en un aplauso de cuatro horas, un desfile de ilusiones. En el deporte



debemos aprender a mirar más allá de los resultados, el deporte es el camino y no la meta.

Ante la fortuna de compartir momentos con deportistas de todo el planeta con capacidades sorprendentes, anónimos todos para el gran público, entristece también que, salvo raras excepciones, sólo se hable de deporte adaptado cada cuatro años, la vida, la del deportista que ahora mismo está entrenando no se detiene.

Querría con estas palabras insuflar a cada uno de los corredores de la San Silvestre, la idea de un mundo mejor a través de cada uno de sus pasos, que las Paralimpiadas tienen a su hermano menor en Salamanca con niños y jóvenes con discapacidad que encuentran en la actividad física y el deporte un lugar en el que vivir, en el que disfrutar, en el que compartir, que depende de todos mirarnos de frente e incluir. El deporte ha de unir, las barreras quedaron atrás y esto se aprende en las paralimpiadas y en el día a día en nuestra Salamanca.

El deporte y las personas con discapacidad nos hacen mejores, más humanos.

**Eugenio Sánchez Redondo**  
**Fundación Aviva**

# MI PRIMERA SAN SILVESTRE



Sebastián Alonso Pérez

Llevaba varios años con ganas de participar, pero finalmente cuando llegaba el día, me encontraba de nuevo “viviendo” otra edición más desde fuera. La presenciaba como tantas otras personas animando a todos los corredores que, en contra de lo que me pasaba a mí, se decidían a ir. Solía situarme en el Puente Romano, uno de los lugares más bonitos para verla. Y mientras tanto, me repetía a mí misma cada año que “el próximo, sin falta”.

Ese “próximo” llegó al fin, y fue en 2015. Estuve atenta para no poder utilizar la excusa de que se habían acabado los dorsales. Tampoco todas aquellas relacionadas con el frío o la pereza, y me marqué como objetivo al menos “intentarlo”. Comencé a entrenar con tiempo suficiente, y la ilusión me hacía salir a correr cada vez más motivada a medida que se acercaba la fecha. Además tomé buena nota de los consejos que me dieron los que me aventajaban con varias ediciones.

Iba a ser la primera SAN SILVESTRE, con mayúsculas, tan popular en Salamanca desde hace muchos años ya. Y para mi sorpresa, fue bastante mejor de lo que imaginaba. Pero lo más importante era que por fin la estaba “viviendo” desde dentro, con la emoción que supone recorrer cada tramo para alguien que participa por primera vez. Disfrutando del ambiente que se respira gracias a todos los participantes, los disfraces, la cantidad de espectadores que no paran de alentar, y la animación por parte de la organización.

Uno de esos tramos quedó plasmado en una fotografía profesional. La casualidad hizo que el objetivo de

Sebastián Alonso Pérez captara mi salida de la Plaza Mayor justo en ese instante. El hecho de que fuera una de las imágenes que él decidiera presentar al XXII Concurso Fotográfico “San Silvestre Salmantina”, me permitió descubrir tan grata sorpresa. Fue el autor que ganó el primer premio del certamen, por cierto, con la imagen ESFUERZO II. En su momento pude conocerle y darle la enhorabuena, pero desde aquí aprovecho nuevamente para felicitarle por su trabajo, y darle las gracias por el regalo que supuso para mí. Cuatro meses después de la carrera, pude conseguir un buen recuerdo gráfico, fruto del azar, de mi primera San Silvestre.

**Mari Luz Cubas**



Bar - Restaurante

# CASA INO

para tomar jeta  
y buen vino



Especialidad en:  
**Jeta asada, Callos,  
Morros, Sesos  
y todo tipo de  
tapas variadas**

C/ Plasencia, 17 (Esquina Alcañices)  
37003 Salamanca • Teléfono: 923 18 42 64



*Cortinas*

# emilio PARADINAS

*El estilo de un trabajo bien hecho*

Avda. Federico Anaya, 22 • Tel. 923 22 14 54



# Beneitez

ENCUADERNACIONES - RESTAURACIONES

LIBRERIA - PAPELERIA

FOTOCOPIAS  
BLANCO-NEGRO Y COLOR

Avda. de Campoamor, 17  
SALAMANCA

Tel. 923 22 69 31  
Fax



**DISEÑO  
ARTE  
MARCOS  
MOLDURAS**

**Impresiones fotográficas**

C/ Padilla, 7 • 37003 Salamanca  
Teléf./Fax: 923 26 76 86 • Móvil: 680 98 13 49

**www.forma88.com**  
E-mail: forma@forma88.com

# UN ESPEJO DONDE MIRARSE



Óscar Jesús González Hernández

“**J**orge, te vi corriendo en la San Silvestre en la avenida de Portugal. Mira que ibas mal, ¿eh?”. Sí, es verdad. El año pasado intentaba sin éxito seguir los pasos de mi hijo mayor, pero ni mis piernas eran tan rápidas como esperaba, ni mis pulmones me concedían el aire que no encontraba.

Cada San Silvestre tiene tantas historias como personas la organizan, corren o la siguen a ambos lados de la calzada. Yo soy muy afortunado. Tremendamente afortunado. La he corrido varios años con amigos, la he corrido solo y también con mi hijo mayor que, en el kilómetro ocho, me dijo hace un año: “Papá, no te pa-

rezca mal, pero me adelanto y te espero en la meta”. Lo dijo así, de corrido y sin jadear. A esas alturas de la carrera, yo no acertaba ni a vocalizar: “vale”. Un triste monosílabo, “sí” u “ok”, hubiera bastado. Pero apenas le asentí con la mirada. Economía de fuerzas, lo llaman. Pura supervivencia en mi caso.

La San Silvestre es un espejo privilegiado donde mirarse, donde mirarnos. Un pequeño milagro que, por repetido, no deja de maravillarme. Cuando al “running” le decían “footing” y si salías a correr por el centro de la ciudad, eras cuando menos «raro», la San Silvestre Salmantina ya era un clásico. Incluso ahora,



## alcar

COMPONENTES ELECTRÓNICOS Y ALMACÉN DE TELECOMUNICACIONES

Gran Vía, 23 • Teléf. y Fax: 923 270 501

37001 Salamanca • E-mail: racla@alcarnet.com

con más carreras cada fin de semana que fechas tiene el calendario, sigue diferenciándose del resto.

Más allá de sus ediciones y del prestigio de los atletas que la ganan, su gran éxito es mantenerse fiel a su esencia. Su autenticidad para mantener los valores que la hicieron grande. Nació en el patio de un colegio fruto del entusiasmo. Creció gracias al apoyo de los patrocinadores del barrio, primero, y después del compromiso de las instituciones y de innumerables personas anónimas. Involucra a tantos que la San Silvestre es de todos. Tan valiosa que la llevamos dentro. Lo más intenso, en esta vida, es siempre invisible a los ojos.

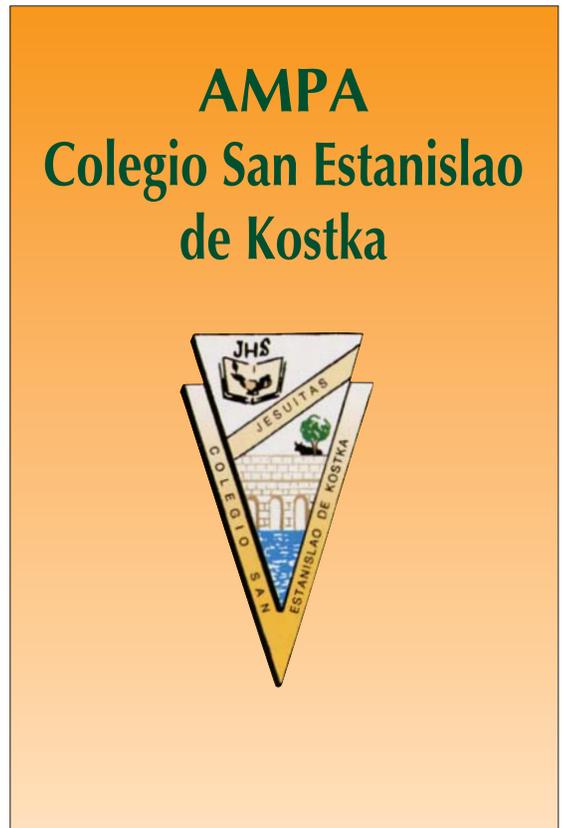
Al igual que miles de personas, yo lo siento así. Por eso, el próximo 26 de diciembre (lunes festivo, ¡qué regalo!), y aún con el recuerdo de los turrónes, el cava y el jamón de Guijuelo, volveré a calzarme las zapatillas y en la mejor compañía posible, la de un hijo que no ha tardado en dejarme atrás, disfrutaré un año más de esta fiesta compartida gracias al esfuerzo impagable de los organizadores. Quizás, un día



Sergio Gómez de la Torre

después algún amigo o conocido, me dirá: “Jorge, te vi corriendo en la San Silvestre. Mira que ibas mal, ¿eh?” Y seguramente será verdad, pero... ¿sabéis? Un año más yo estaré dentro y no hay cronómetro ni pulsómetro capaz de medir tanta dicha.

**Jorge Moreta**  
Periodista y contador de historias



# BENDITA OSADÍA

**C**orria el año 1.970 en el colegio Padre Manjón de esta ciudad. En la hora del recreo salíamos a un patio pequeño de tierra y en ladera. En el mes de octubre llegaron unos Padres jesuitas como profesores de prácticas, amantes del deporte y consiguieron que nos pusieran unas canastas de minibásquet. Lo recuerdo como si fuera ayer. Empezamos a jugar en los recreos y nos aleccionaban en el mundo de la canasta. Un día nos propusieron hacer un equipo para participar en los juegos escolares. Confieso que en aquel momento nos hizo ilusión, pero no era consciente de la osadía que ello suponía. Empezamos los entrenos martes y jueves sin otra pretensión que divertirnos como niños que éramos. En mi recuerdo aquel pantalón azul clásico y de camiseta, la de tirantes de la muda con un numero de escay que nos cosían nuestras madres y ese partido que nos ganaron 102 a 1, el equipo de un colegio de la ciudad. La crónica podía ser esta: El equipo A hizo presión en todo el campo y el resultado fue de escándalo, el componente del equipo B Vergara consiguió meter una canasta de los dos tiros libres que tiró fruto de la personal que le hicieron en la única aproximación a la canasta contraria. Evidentemente a algunos de nosotros nos costaba mantener las lágrimas al final del partido. Supongo que ese día toqué fondo y también me hice una pregunta ¿te gusta el deporte? En aquel momento no hubo respuesta pero mi maratón, mis medias maratones, mis travesías a nado, mis triatlones, mis aventuras de la Transmorucha duatlón, del camino de Santiago y tantos deportes practicados me dicen que sí. Siempre dije que no soy demasiado bueno a nada deportivamente hablando, pero me ilusiono y me divierto con todo como cuando era un niño y creo que ahí está la clave. Doy las gracias a esos padres jesuitas que de alguna manera nos



Miguel Ángel Jarrín Bosque

dieron el mensaje del deporte diversión. El día 26 de diciembre os espero en una nueva edición de la San Silvestre Salmantina con la ilusión de terminarla y divertirnos.

**Gabriel Ruano Monzón**

**VISUALIZA**  
**TU LLEGADA EN**

 **SETEL**  
Grupo  
www.setelgrupo.com

 **San Silvestre**  
SALMANTINA

**www.sansilvestresalmantina.com**

# OTRA MANERA DE CORRER

Todo empezó como una broma y un “¿Y si corremos la San Silvestre disfrazados?”... Era por el año 2005.

Nunca habíamos sido muy de Carnavales ni disfraces, pero “un día es un día”.

Desde entonces todos los años nos tomamos la San Silvestre como un día especial, de fiesta, hacemos la carrera sin pensar en kilómetros, ni en tiempos. Nos gusta salir y disfrutar con la gente.

Cuando todos los corredores, los profesionales y los populares, han pasado, llegamos nosotros con nuestro disfraz, con la fiesta de color, alegría y mucho ruido.

Es impresionante y nos emociona ver la cantidad de público que se espera para vernos pasar: “¡Ya vienen los disfraces!”, “a ver con qué nos sorprenden este año”...

Caras de ilusión de los niños, risas de las personas mayores, el calor de las gentes que nos dan ánimos, eso es para nosotros la San Silvestre.

No somos los únicos, cada vez hay más corredores que se animan a salir disfrazados, tanto en equipo como individualmente, para divertirse y hacer sonreír a los salmantinos.

Bien es verdad que no es nada fácil hacer 10 km, con carga extra, con ropajes que dan calor y estructuras



José Luis Peña Rodríguez

que pesan lo suyo, sudando y aguantando el tirón, pero siempre llegamos a meta... ¡y sin romper el disfraz!

A lo largo del año hacemos carreras de todo tipo y kilometraje, dedicamos muchas horas a la preparación y el entrenamiento, mucho esfuerzo para compaginarlas con horarios de trabajo, familia y otras obligaciones. En algunas pruebas conseguimos nuestro objetivo y en otras no, pero siempre reservamos la última parte del año para pensar cómo saldremos disfrazados, el diseño, los materiales, las compras... ¡Qué nervios!

Dos meses antes, cambiamos horas de entreno por horas de trabajo para la fabricación del disfraz y cerrar el año corriendo nuestra particular San Silvestre Salmantina. En esta carrera lo damos todo por alegrar y dar color a las calles de nuestra ciudad, por disfrutar y hacer disfrutar a nuestros convecinos.

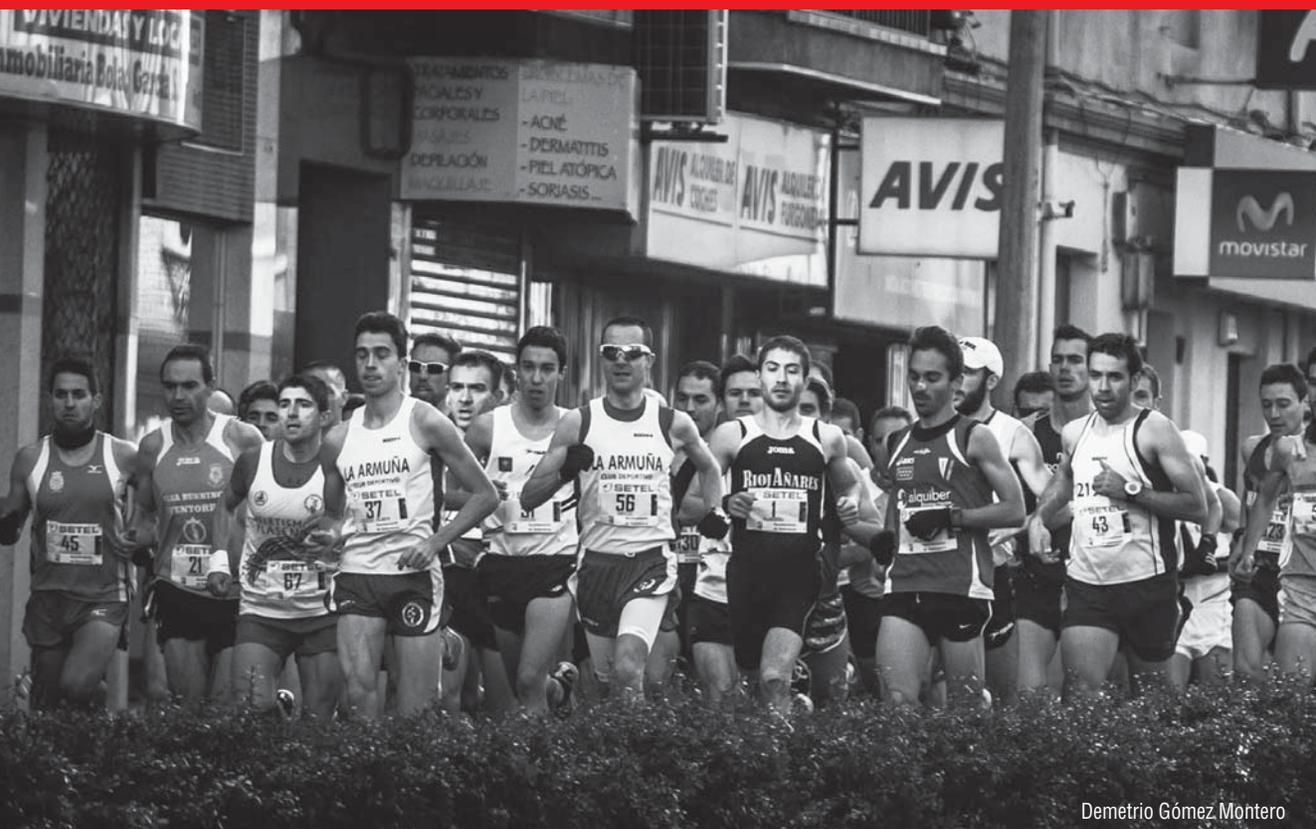
Desde aquí, por tanto, queremos daros las gracias a los que nos seguís todos los años y tenéis paciencia para esperarnos hasta que pasamos, y alentaros a todos para que continuéis haciendo deporte y sigáis animando en las calles.

**Tortugas veloces**



F. Javier Peña Gómez

# UNA SANSIL MÁS Y VAN...



Demetrio Gómez Montero

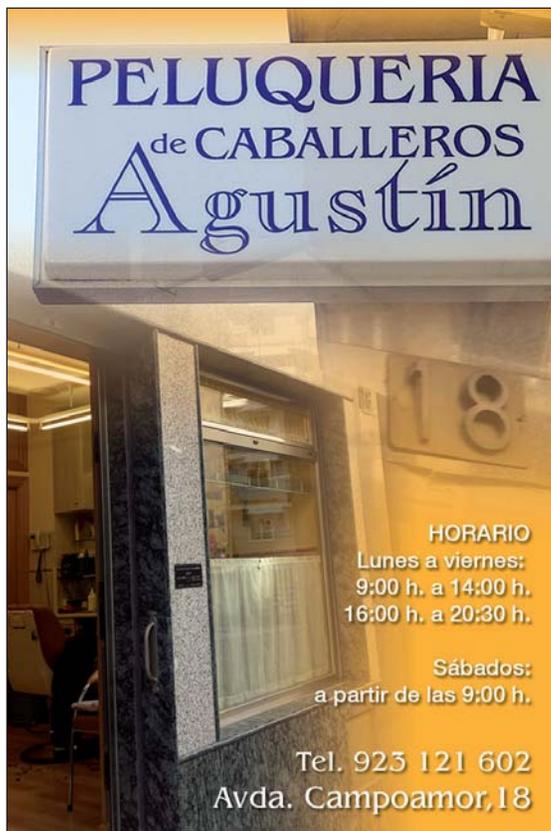
La Navidad trae muchas cosas y casi todas buenas: trae regalos, trae nieve, trae turrón y trae, como un adorno más del árbol, la San Silvestre. Las calles de Salamanca se visten de fiesta para albergar a gente de toda índole y pelaje: los solteros, los casados, los padres con sus hijos, los que cantan, los que se disfrazan, los que llegan de una noche interminable... incluso los que la preparan a conciencia, como si de una prueba más del calendario atlético se tratara.

Lo cierto es que la 'sansil' no es una prueba cualquiera; es la prueba más importante del calendario atlético salmantino. El número de participantes es muy superior al de cualquier otra; cada año va a más y no parece tener techo. Afortunadamente goza de muy buena salud. Y ello viene siendo posible gracias, no solamente a la organización de la misma, sino a

ese espíritu que ha calado en la sociedad deportiva charra. En familias, en grupos de amigos... Unos y otros lo hacen con el propósito de practicar deporte pero, sobre todo, de pasárselo bien practicándolo.

Y luego están los que compiten. Con ese espíritu o gen que tienen aquellos que quieren ganar. Y me parece muy bien, tanto los que lo hacen con una idea, la de correr 'jugando', y los que lo hacen con la intención de ser los primeros. Estupendo. Siempre y cuando lo hagan de manera limpia (y todos nos entendemos). Que también aquí alguno ha ganado bajo sospecha. Pero, si no es demostrable, mejor chitón. Llega la Navidad, llega la San Silvestre; disfrutemos de una cosa y de la otra.

**Pablo Acebo**  
Deportes Cope Salamanca



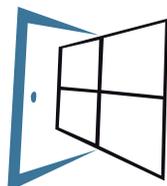
**PELUQUERIA**  
de CABALLEROS  
**Agustín**

**HORARIO**

Lunes a viernes:  
9:00 h. a 14:00 h.  
16:00 h. a 20:30 h.

Sábados:  
a partir de las 9:00 h.

Tel. 923 121 602  
Avda. Campoamor, 18



**DE LA NAVA**  
carpintería metálica

**VENTANAS DE PUENTE TÉRMICO Y PVC**

**PERSIANAS**

**MAMPARAS DE BAÑO**

**CERRAMIENTOS**

**ARMARIOS**

**MOSQUITERAS**

**923 18 36 83**

**699 56 51 67**

[aluminiosglez@orange.es](mailto:aluminiosglez@orange.es)

CAMINO DE LAS AGUAS, 5-13  
37003 SALAMANCA

**Fábrica de Persianas**

**RUANO MONZON**



**VENTA Y REPARACIÓN DE TODO TIPO  
DE PERSIANAS FÁBRICA DE COMPACTOS**

C/ Volta, 42 • Teléf. 923 233 808  
37007 SALAMANCA

# ENORME EL ATLETISMO SALMANTINO



Borja Palomero Sierra

Un extraordinario atleta, flamante campeón de España de los ochocientos metros, disputando en el Estadio Olímpico de Río de Janeiro, en el mes de agosto pasado, las series clasificatorias de esa misma prueba, con los mejores especialistas del mundo en la distancia, y quedándose a un paso de acceder a la semifinal olímpica; esa es la gran gesta de Álvaro de Arriba, el atleta charro de La Fuente de San Esteban que logró unirse a esa magnífica nómina de atletas salmantinos en unos Juegos Olímpicos, al estilo de los grandes como José Luis Sánchez Paraíso, Teresa Recio, Beatriz Santiago, Miriam Alonso, Rosa Colorado, Ángel Hernández u Honorato Hernández.

Pero si Álvaro estuvo en la vanguardia del Estadio Olímpico de Río; dos extraordinarios atletas, ex atletas de Salamanca, estuvieron en la retaguardia del estadio con la delegación española de atletismo, uno como director técnico de velocidad, Antonio Sánchez, olím-

pico salmantino, natural de Béjar, y ex plusmarquista nacional de doscientos y cuatrocientos metros lisos, y Ángel Basas García, ex atleta de triple salto, y jefe de los servicios de fisioterapia de la delegación española de atletismo. El campeonísimo Bruno Hortelano que esperamos, desde estas breves líneas, su pronta y rápida recuperación del grave accidente que padeció hace algunos meses, estuvo en Río de Janeiro bajo las órdenes del bravo ex atleta bejarano.

Álvaro de Arriba, Antonio Sánchez y Ángel Basas, fueron testigos directos, privilegiados, de las gestas de Ruth Beitia, campeona olímpica española, la primera, en salto de altura, y de Orlando Ortega, medalla de plata y subcampeón olímpico en la prueba de los ciento diez metros vallas; así como de los dobles de los súper campeones, Mo Farah y Usain Bolt.

Pero si ha sido enorme el atletismo federado, con las gestas de Álvaro de Arriba: el popular, con las dos pruebas decanas, la San Silvestre salmantina y la Media Maratón de la Diputación Provincial de Salamanca, también lo son; ambas cumplen la edad de Jesucristo, treinta y dos años y treinta y tres ediciones, y siguen vivas y con mucha vida, año a año crecen, y además de forma exponencial, geométrica, parece que las dos no tienen límite, y eso esperamos que crezcan y sigan creciendo, cualitativa y cuantitativamente.

¡Y muchos años de vida a la San Silvestre de Salamanca y a la Media Maratón de la Diputación Provincial!; y felicidades, a las dos, por su treinta y tres edición.

**Carlos Miguel Herrera Molpeceres**  
**Club De Atletismo - Los Lentos**

**sistic**  
SOS INFORMATICA  
SOLUCIONES TECNOLOGICAS

AVENIDA DE SALAMANCA, 25  
923 20 95 50  
SOS-INFO@SOS-INFO.ES

Comercio electrónico  
Mantenimiento Profesional  
Redes y Equipamiento  
Servicio Técnico  
Telefonía IP  
Diseño Web

# CON LETRA DE NIÑO

## UN AÑO DESPUÉS

Este año ha sido muy especial para mí, porque después de haber ganado otra vez la San Sil todo el mundo me felicitaba. Al volver de vacaciones de Navidad al cole, los niños me daban la enhorabuena porque me habían visto en el periódico.

Este verano he pasado mucho tiempo viendo las Olimpiadas, y una noche soñé que me seleccionaban para competir en los juegos olímpicos. Sé que este año va a ser más difícil volver a ganar, porque subo de categoría y correré contra niñas mayores que yo. Pero como correr me gusta mucho, me voy a esforzar hasta el final.

Andrea Jaén.



Andrea con Álvaro de Arriba



Marco Pérez Pérez

Hola rey Marcos, tengo 8 años y me gustan mucho todos los deportes. Practico fútbol en mi colegio Santa Catalina y hago atletismo en el club Lanuánuv. También perteneces al equipo de San Esteban de la Sierra Running La Playa.

El año pasado era la segunda vez que corría la San Silvestre. Me levanté temprano porque estaba muy nervioso. Cuando estaba en la línea de salida me dolía mucho la barriga y me latía muy fuerte el corazón, pero cuando sonó el pistoletazo, empecé a correr y a disfrutar de toda la carrera siendo como la gente nos animaba.

¡El trofeo me encantó!

Ánime a todos los niños a que se apunten y disfruten como yo.

Marco

# IMPORTANCIA DE LOS RECONOCIMIENTOS CARDIOVASCULARES ESPECÍFICOS EN LOS DEPORTISTAS



Alfredo Domínguez Martín

**E**l sedentarismo se asocia con un mayor riesgo para el desarrollo de numerosas enfermedades crónicas, entre las que destacan las enfermedades cardiovasculares, por ser la primera causa de muerte en el mundo occidental, pero también otras enfermedades como la obesidad, diabetes mellitus, osteoporosis; Incluso determinados tipos de cáncer como el de colon y mama, son más frecuentes en personas que llevan una vida sedentaria. Por otro lado, el llevar una vida físicamente activa conlleva numerosos beneficios tanto físicos como psicológicos para la salud.

En los últimos años se ha promulgado la actividad física en niños y adultos como medida de promo-

ción de la salud, debido a la preocupante y creciente prevalencia de obesidad y sedentarismo en nuestra población más joven.

No cabe duda de que los beneficios del ejercicio físico, fundamentalmente aeróbico y practicado de manera regular, superan los riesgos del mismo. Sin embargo, sabemos que el deporte en ocasiones puede desencadenar una muerte súbita.

La temida y devastadora muerte súbita se asocia a la práctica deportiva por la presencia de alteraciones cardiovasculares no detectadas previamente, que combinadas con una serie de factores asociados a la práctica de ejercicio físico como son la liberación de sustancias excitantes cardíacas (catecolaminas endógenas), acidosis, fatiga, etc, pueden desencadenar una parada cardíaca. Gracias a la detección de estas y otras anomalías cardíacas no conocidas mediante la evaluación cardiovascular de las personas que van a practicar deporte de forma regular, ya sean de alta competición o aficionados, ha disminuido la incidencia de muerte súbita y sucesos cardiovasculares adversos relacionados con el ejercicio.

Hace unos años, concretamente en el 2013, se aprobó en consejo de ministros el proyecto de Ley de protección de la salud y lucha contra el dopaje en el deporte. En él se legisla además sobre la obligatoriedad de los reconocimientos médicos previos a la participación en actividad deportiva.

**Tardaguila**  
www.tardaguilainmobiliaria.com

Consulting Inmobiliario | Construcciones y reformas  
Asesoramiento técnico

Pº Dr. Torres Villarroel, 33. Salamanca  
Tel. 923 28 26 77 • tardaguila@tardaguilainmobiliaria.com

La importancia de los reconocimientos médicos previos a la práctica deportiva fue demostrada por la experiencia italiana; país que legisló en los años 80 sobre los reconocimientos médicos sistemáticos a los deportistas federados, realizados por personal médico específicamente formado para esta tarea. Los resultados fueron una disminución muy significativa de las cifras de muerte súbita asociada al deporte.

Es importante tener en cuenta que la muerte súbita tiene unas causas que difieren según la edad. En los deportistas jóvenes, por debajo de 30-35 años, las principales causas de muerte son la miocardiopatía hipertrófica, la displasia arritmogénica del ventrículo derecho, anomalías congénitas en la salida de las arterias coronarias y algunos trastornos específicos de la corriente eléctrica cardíaca, las denominadas “canalopatías”, entre las que destacan el síndrome de QT largo. Sin embargo, por encima de los 35 años, la principal causa de muerte en el deportista es la enfermedad de las arterias coronarias, presentada



Ismael Marcos Rodríguez

generalmente como infarto agudo de miocardio. Esta diferente etiología de la muerte súbita según la edad del deportista hará intensificar el reconocimiento médico en aspectos concretos.

Las sociedades científicas, tanto la sociedad española de Cardiología como la Sociedad europea de Cardiología, recomiendan la realización de reconocimientos médicos previos a la participación deportiva y que deben estar adaptados a la edad y nivel de entrenamiento del deportista, además deberían ser realizados por personal con cualificación y experiencia en la evaluación de deportistas.

En los últimos años hemos asistido a una auténtica explosión en los deportes de resistencia extrema como son el triatlón, “iron man”, ultramaratones en montaña, etc, que llevan al organismo a su límite. El sistema cardiovascular llega auténticamente al “tope”, lo cual añadido a unas condiciones no idóneas para la práctica de deporte como son altas temperaturas, mala hidratación, fatiga extrema y deportistas cada vez más veteranos podrían desencadenar una tragedia.

Por ello, y porque el deporte realizado de manera adecuada y bajo la máxima seguridad, constituye un auténtico disfrute, hemos diseñado en nuestra Clínica reconocimientos médicos adaptados a cada deportista para detectar anomalías cardiovasculares que podrían poner su vida en peligro durante la práctica deportiva.

**Francisco Martín Herrero**  
**Javier Martín Moreiras**  
**Javier Rodríguez Collado**



Marcial Marcos Nieto

# EXPERIENCIAS DE UN POLI-DEPORTIVO



Ángel García Boyero

**A**punto de empezar la última década del milenio pasado, un amigo del gimnasio, flamante corredor que aún permanece en activo (y ojalá sea por muchos años), me convenció para participar en una carrera de fondo, por complementar un poco el tipo de entrenamiento, principalmente anaeróbico, que por aquel entonces practicábamos cinco días a la semana, o seis cuando había campeonatos. Como la preparación física y la edad estaban a favor, me planté en la meta de mi primera media maratón “como un señor”, y con unas ganas locas de entrenar más para volver a participar en ese tipo de pruebas. Fue a partir de ahí cuando mi presencia en pruebas de fondo fue paulatinamente incrementándose, aunque el entrenamiento específico no aumentaba en la misma relación, como suele ser habitual. Se puede decir que casi utilizaba las propias carreras como sesiones de entrenamiento, sin importarme demasiado, puesto que estar en el podio en este tipo de compe-

ticiones de atletismo nunca ha sido la prioridad de muchos atletas, entre los que me incluyo.

Casi treinta años después, y tras haber participado en algún maratón, numerosas medias (incluso alguna a más de 5.000 kilómetros de distancia de esta ciudad), y en carreras de fondo más cortas, para mí hay un evento deportivo que llama la atención de forma especial y que continúa haciendo grande el atletismo para Salamanca. No hay ningún otro deporte en nuestras calles que congregate a tantos participantes activos a la misma hora, en el mismo sitio y con el objetivo común de disfrutar al pasar bajo el arco de meta como la San Silvestre Salmantina. En ella es fácil ver tanto a niños de corta edad, como a bisabuelos entrados en años, a atletas competitivos que alcanzan grandes marcas en campeonatos nacionales e internacionales, y a corredores esporádicos cuyo único fin es terminar aunque sea andando, participantes disfrazados de multitud de colores, familiares y animadores de todo tipo y origen, personal de organización, patrocinadores, colaboradores, voluntarios... En definitiva, una cantidad enorme de gente que contribuye a que esta sea la que muchos consideramos como la prueba reina de la ciudad de Salamanca.

Por motivos profesionales, mi relación con la San Silvestre Salmantina ha sido muy estrecha en los últimos años, con multitud de horas dedicadas a la preparación en cuanto a diseño de recorridos y alternativas de mejora, mediciones junto a los compañeros de la Delegación de Atletismo, cortes de calles, reservas de estacionamientos, vallado y encintado del itinerario, marcaje de los puntos kilométricos, orga-

**Personaliza tu portada de la carrera en**  
**[www.sansilvestresalmantina.com](http://www.sansilvestresalmantina.com)**

nización de las salidas y llegadas de las diferentes categorías,...

Pero también tengo que añadir que, por motivos personales, mi relación con la San Silvestre Salmantina ha sido del mismo modo muy estrecha y especial. Recuerdo con mucho orgullo la SanSil de 2004, en la que una niña recibió el premio a la participante más joven de todas las ediciones, recogiendo junto a su padre que la llevaba en brazos puesto que ella tenía solo 39 días de edad. Desde ese año tanto ella como su hermana más pequeña, hoy ya con 12 y 9 años respectivamente, han participado en todas las ediciones de la prueba reina de Salamanca. He de añadir que, al igual que su padre, sin el suficiente entrenamiento específico.

El último domingo del año (aunque este año 2016 se cambia al lunes por la coincidencia de Navidad) es ya tradicional vestirse con ropa deportiva, o con el uniforme en el caso de algunos a los que nos toque trabajar, y acudir al Paseo de San Antonio a disfrutar de la carrera en una u otra medida. Desde antes de que amanezca, ya hay voluntarios poniendo a punto

toda la infraestructura que con esmero, paciencia y no poco esfuerzo se ha ido organizando desde semanas y meses atrás. Son horas de no parar, de ir y venir, señalizar, distribuir, repasar y verificar que todo esté como se ha diseñado.

Los corredores empiezan a llegar. Se puede ver a los adultos dirigiendo los calentamientos de algunos grupos. Se comienza con las categorías inferiores. Hay imágenes que perduran en el recuerdo por el impacto que causan en la retina. Una de ellas es la visión de los momentos previos al pistoletazo de salida de los niños más pequeños. Me veo en la mitad de la calzada del Paseo de San Antonio, junto a la primera curva a la derecha para tomar la calle Méjico, con la moto arrancada, y esperando la señal de comienzo. Todos los niños mirando hacia ese lugar y deseosos de empezar a correr. Suena el disparo. Tengo la sensación única de que como me falle el vehículo los niños me pasan por encima como una manada de búfalos desbocados. La velocidad inicial es elevadísima, pero a los pocos metros decae de forma vertiginosa y ya el resto del recorrido se hace tranquilo,

**Lacolada**  
CLEAN & DRY  
LAVANDERÍAS AUTO SERVICIO

365 días/año  
Abierto todos los días  
de 8.00h. a 22.00h.

**LAVADO:** 30 minutos

**SECADO:** 15 minutos

12 kg 4€ 16 kg 5€ + 16 kg 2€

**Estamos en:**

- Villar del Profeta, 30 (En el Zurguén)
- Pº S. Antonio (Esquina con Vergara)
- Avd. Federico Anaya, 27
- Filiberto Villalobos, 56
- Avd. Portugal, 131
- Ctra. Ledesma, 101
- Ctra. Madrid, 64 (Santa Marta)



José María García Díez

comprobando cómo empiezan a destacar los futuros ganadores: con un ritmo constante, estudiado y dirigido. En la retaguardia, los papás con los carritos de niño, sin prisas, que llegarán a la meta y cumplirán su objetivo. Poco a poco van finalizando todos. Se empiezan a preparar las siguientes categorías, que irán desarrollándose consecutivamente sobre la marcha, en un proceso que ya transcurre casi sobre raíles.

La última de las carreras es la grande, de diez kilómetros. La sensación de pasar por avenidas importantes como el Paseo de Canalejas, avenida de Mirat o Comuneros y no ver vehículo alguno, haciendo protagonista indiscutible a la persona respecto a las máquinas, transitando por carriles que de no ser por la carrera estarían llenos de coches, a veces incluso

exageradamente, y ese día haber conseguido vaciarlos para que las personas hagan deporte, dando prioridad al corredor respecto al automóvil, nos lleva a pensar si no estamos convirtiendo las ciudades en lugares desnaturalizados, carentes de lógica. Sigo en cabeza de la prueba, con todos los corredores detrás, sabiendo que por muy alto que sea el nivel de los atletas siempre habrá uno de nosotros que iremos por delante de todos ellos, abriendo la prueba con bandera roja. Todo marcha según lo indicado. Gracias a los compañeros, especialmente los de la categoría básica y fundamental, la prueba discurre conforme a lo previsto por las calles vacías de tráfico. Seguimos a un ritmo de poco más de tres minutos por kilómetro en la cabeza, y por detrás, sin prisa, los participantes más rezagados al ritmo que les permite su condición física. Nada más entrar en meta hay que ir a buscar a la primera participante femenina, que también recibe honores distinguidos. Y acto seguido, a cola de la prueba, de bandera verde, para completar el recorrido de nuevo, esta vez con los participantes que entrarán en último -pero no por ello menos merecido- lugar.

Una vez que todos los atletas han finalizado, continúa el trabajo. Hay que desmontar vallas, quitar cintas y conos, recoger material, devolver a su estado original las calles de la ciudad. Es hora también de hacer balance de lo acontecido para repetir lo bueno y mejorar lo que ha salido regular. Se empieza ya a preparar la siguiente. Quizá a algunos participantes les dé por pensar que entrenarán más para la carrera del próximo año. Allí nos veremos, con chándal o de uniforme.

### Simón-Pedro Lucas Ramos



Miguel Ángel Jarrín Bosque

# Bar Alberto

C/Méjico 14-16 Territorio Wi-fi



Servicios y Repuestos  
**José Miguel**  
Alquiler y venta de  
maquinaria  
Tlfno: 923 288 788

## Jamones y Embutidos



**ESPECIALIDAD EN PRODUCTOS  
DEL CERDO IBÉRICO**

C/. Paraguay, 4 (Esquina Méjico)  
Teléf. 923 12 18 94  
37003 SALAMANCA

## ECOMEDICAL

FISIOTERAPIA



REHABILITACIÓN

Fisioterapia General  
Fisioterapia Deportiva  
Fisioterapia Preventiva  
Masaje Deportivo  
Masaje Terapéutico  
Rehabilitación Traumatológica  
Rehabilitación Postquirúrgica  
Gimnasia Terapéutica

Juan Carlos Sánchez Martín  
FISIOTERAPEUTA  
C/ Ecuador 12 • 37003 SALAMANCA  
ASISTENCIA: CLÍNICA  
Tfno.: 923 122 250

# ESPÍRITU SAN SILVESTRE



**H**ay muchos “Silvestres”. Tenemos gatos, flores, empresarios salmantinos... hasta algún Sylvester que hace de Rambo. Pero solo uno es santo... Sólo uno cuenta contigo cada año para una cita en que te reúnes con un montón de amigos. ¡Más de ocho mil! Ocho mil personas que corren a tu lado, compartiendo emociones, alegría y un espíritu solidario de compromiso, como el que los días de Navidad, en que se disfruta de las cosas hechas en familia.

El autor de estas líneas en realidad no corre, perezooso, friolero y con tendencia a la gandulería.

Su carrera particular tiene lugar, cuando, junto con el presidente del comité organizador y otros profesionales más, analizan y defienden las mejores obras gráficas para elegir la más bonita, especial y creativa, la que ilustra el cartel de una nueva edición de la San Silvestre, que esté a la altura de espíritu de la prueba.

Y esta es también una carrera exigente. Con puntos de vista diferentes en que cada cual pone su fuerza para proponer el mejor cartel entre la casi centena que se presentan.

En el debate casi siempre se acierta, o al menos se intenta, o hubieras preferido otro, o el resto del ju-

rado no te hace ni caso, y otras veces te sientes, para bien o para mal, el responsable de haber convencido a los demás.

Lo cierto es que nada sale mal. Cada año la participación crece, más público, más familias, más abuelos con sus nietos que son los garantes de que la carrera siga cumpliendo años de vida, una vida que el granito de arena de la San Silvestre hace un poco más feliz cada día; elaborado con espero por el comité organizador para que al terminar el año todos los que disfrutan este regalo se chupen los dedos.

Y entonces... ¿qué somos? Cocineros, creativos, guisanderos, fotógrafos, maestros... Somos muchos impulsados por un espíritu común que impulsa esa fría mañana para que miles de dorsales se coloquen para hacer realidad una carrera única: el espíritu de la San Silvestre.

**Roger J. Sánchez**



## X CONCURSO DE CARTELES «SAN SILVESTRE SALMANTINA 2017»

Visita nuestra web y consulta las bases [www.sansilvestresalmantina.com](http://www.sansilvestresalmantina.com)



## XXIII CONCURSO FOTOGRÁFICO «SAN SILVESTRE SALMANTINA 2016»



# vialia

Todo lo que necesitas en un mismo centro

BELLEZA  
DEPORTE



OCIO  
INFANTIL

DIVERSIÓN  
RESTAURACIÓN

CINE

JUEGO

## Con la San Silvestre

vialia

[www.vialiasalamanca.es](http://www.vialiasalamanca.es)



CINES  
MEGARAMA

VISIONLAB

DECORAS

yoigo

perfumerías  
if

LATINOS

Carrefour  
market

orange

BELROS

LOBBY



GINOS

PROBEN  
500  
TRUSTE

FITNESS  
PLACE

POLY

El mundo de la  
Belleza

Hertz

carola

### Clínica Cardiológica



Rehabilitación Cardíaca  
y Cardiología Deportiva

## **RECONOCIMIENTOS CARDIOVASCULARES ESPECÍFICOS PARA DEPORTISTAS**

Av. Reyes de España, 2-4 | 37008 Salamanca

Tel.: 923 061 720 | Email: [cardiologiasalamanca@gmail.com](mailto:cardiologiasalamanca@gmail.com)

# SOLIDARI-DAD Y NAVI-DAD



Tomás Pallín Mosquete

**N**o parece muy adecuado terminar el año corriendo, pero si la carrera es por una buena causa... la cosa cambia. Tú y yo, como la inmensa mayoría, nos pasamos la vida corriendo, o al menos viviendo a toda prisa.

Ahora, una carrera solidaria, nuestra San Silvestre salmantina, nos invita no sólo a una prueba deportiva que despierta la conciencia y apoya la solidaridad que tanta falta hace. Además nos recuerda que en nuestro mundo, el tuyo y el mío, existen muchas necesidades y carencias. Es una llamada a sentir la propia responsabilidad y el compromiso con la humanidad, una humanidad muy cercana, con rostros, con nombres y apellidos. No una humanidad ni una solidaridad distantes y etéreas, sino muy reales y concretas, visibles, palpables y cercanas.

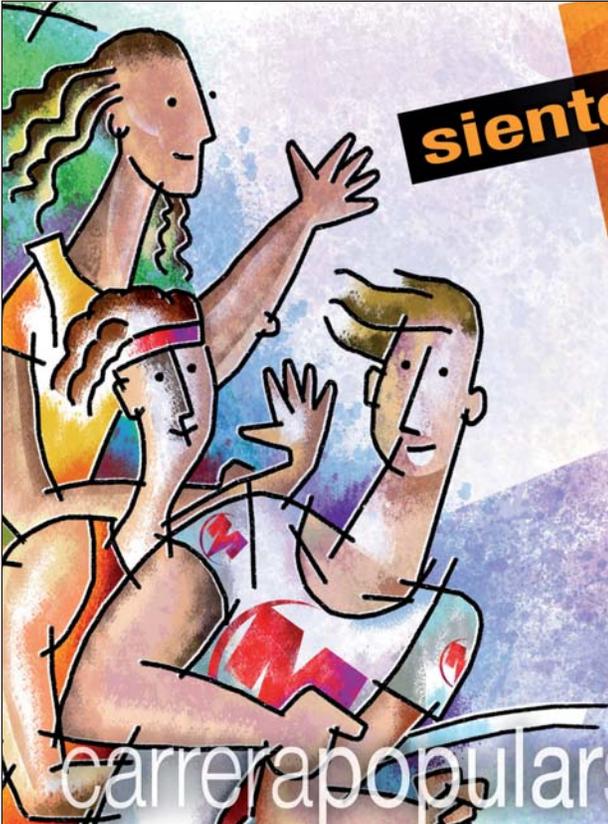
Palabras como solidaridad, responsabilidad, humanidad, Navidad... tienen algo en común, su terminación: DAD. Es curioso que ese final sea el principio de todo, ese DAD resulta fundamental en el presente y en el futuro de nuestra sociedad. Como decían los mayores: "manos que no dais... ¿qué esperáis?". Los organizadores de la San Silvestre salmantina llevan más de treinta años dándolo todo para que cada edición vaya a más y a mejor, por el bien de todos. Tienen claro, como el anuncio de la lotería, que la mayor riqueza está en compartir, en generar con-

ciencia de familia y en sembrar humanidad. No puede ser una carrera más, ha de ser la carrera de todos, no la de final de año, sino la del despertar solidario, la de la esperanza en el ser humano, la de la llamada a la convivencia humana.

Correr la San Silvestre es tender la mano a muchas personas y correr con ellas en el corazón. Correr junto a ellas en las distintas ONGs o entidades que, día a día, no corren pero socorren a tantas personas en riesgo de exclusión o en situaciones difíciles y complejas. Como presidente de Proyecto Hombre Salamanca escribo con conocimiento de causa. Iniciativas como esta alientan, animan, motivan, ilusionan... para seguir corriendo al encuentro de quienes necesiten ayuda de cualquier tipo. No es una tarea fácil muchas veces. No solo la burocracia, también la incompreensión, la indiferencia, el desprecio... o hasta el propio cansancio pueden hacer acto de presencia y poner palos en las ruedas de la solidaridad. Quienes organizan esta carrera y todas las personas que viven la solidaridad saben ignorar las adversidades y mirar más allá del propio ombligo. Ese ha de ser uno de los objetivos de la solidaridad, salir más allá para encontrarnos con el tú del otro y convertirnos en un nosotros. Un nosotros que nazca de dar y de darnos. No hay excusas, disculpas ni justificaciones. Se trata de correr no para alejarnos, sino para encontrarnos con nosotros mismos y con los demás.

Desde aquí mucho ánimo a quienes organizan, dinamizan y promueven esta carrera. Desde aquí mucho ánimo a quienes viven y hacen real la solidaridad cada día. Todos hemos de tener claro que, por muy duro que sea y por mucho que cueste, siempre es mejor dar ayuda que pedirla. Así que, a sembrar esperanza, la toalla solo la podemos tirar en la playa. Y, por supuesto, a quienes llaman a nuestra puerta gritan pidiendo solidaridad, todo el respeto, todo el cariño y ayuda posible. No olvidemos que el otro puedo ser yo y todos necesitamos de todos. Corramos juntos, vivir la Solidari-DAD es encarnar la Navi-DAD.

**Manuel Muiño**



**siente la tierra**

Puedes llegar el primero,  
**en pelotón,**  
o incluso el último.  
Pero sentir el suelo,  
**palpar la tierra,**  
es lo que hace que el esfuerzo  
**refresque.**  
Compites contigo  
y tu éxito es nuestro.

**MIRAT**  
fertilizantes

[www.mirat.net](http://www.mirat.net)

carrerapopularsansilvestre

**Lavi s.l.**

**Empresa Constructora**

desde 1976

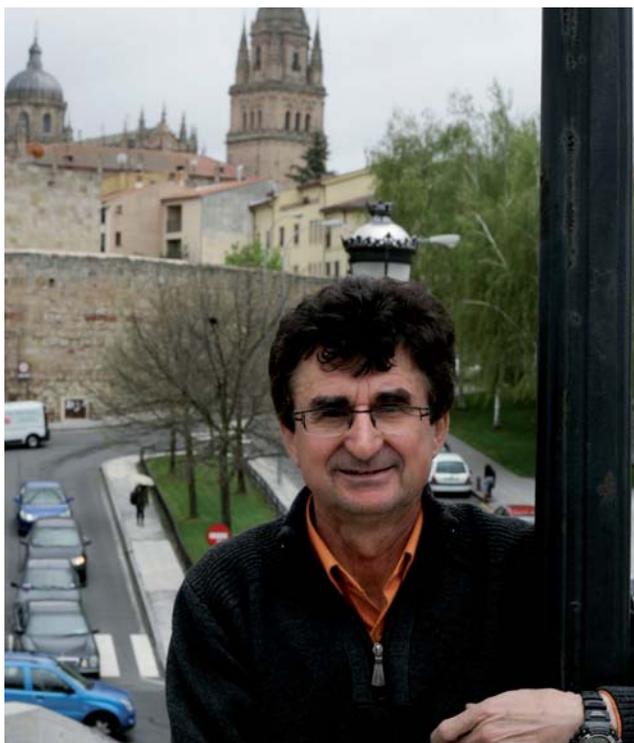
HOYAMOROS, 51-3  
Telef. 923 191977  
37008 SALAMANCA  
[oficina@construccioneslavi.es](mailto:oficina@construccioneslavi.es)

# ENTREVISTA A HONORATO HERNÁNDEZ

**"ES LA MEJOR CARRERA DE SALAMANCA, Y POR ESO SOY PARTIDARIO DE PROFESIONALIZARLA MÁS"**

La historia de Honorato Hernández es, cuanto menos, curiosa. Y es que a pesar de ser una de las grandes figuras del atletismo salmantino, especialmente en el fondo, siendo uno de los grandes precursores de la época dorada del maratón español, jamás corrió la San Silvestre Salmantina, aunque el hecho de que numerosos pupilos suyos no sólo la hayan disputado desde hace años sino que figuren en el palmarés de la misma, hace que casi siempre haya sido para él una cita ineludible. De hecho, algún año se dejó ver en bicicleta dando instrucciones a alguno de sus atletas.

Reconoce que *"nunca la corrí. Sí la conocí desde el principio porque, además, yo trabajaba cerca del colegio, pero en mi etapa en la élite me invitaban a otras carreras o San Silvestres que eran más importantes en aquel momento. Yo corría otras pruebas –ganó la Alba-Salamanca en dos ocasiones, carrera precursora de la Media Maratón de Babilafuente-, pero siempre como preparación para algún maratón. Además, reconozco que en aquellos momentos no me atraía, pero hay que ser conscientes de que es una carrera que ha crecido muchísimo y por supuesto que con el nivel que tiene en los últimos años si lo hubiera tenido entonces sí me habría gustado. Lo de si habría sido capaz de ganar o no, dependería de muchos factores, pero creo que alguna edición seguro que habría ganado. Posteriormente, cuando dejé el atletismo y me quité el dorsal lo hice para siempre. En aquel momento, el atletismo popular no contaba. Empezaban algunas personas a correr populares, pero pienso que para correr tienes que ponerte*



*un reto y yo no me los quería marcar. No me quedan espinitas clavadas y, además, hacía otras cosas, entre ellas entrenar a otros atletas. Mucha de la gente que entrenaba conmigo la ha ganado (el Olímpico, David López o Rafa Iglesias, entre otros)", comenta.*

En este punto, Honorato Hernández nos confiesa que, al igual que sucedía con otros entrenadores, durante años no era partidario de que sus atletas corrieran la prueba. *"Vamos a ver. En algún momento sí importaba mucho que los atletas corrieran la San Silvestre, porque es una carrera muy dura y te costaba mucho recuperar. A al-*



**Policía Local  
de Salamanca**

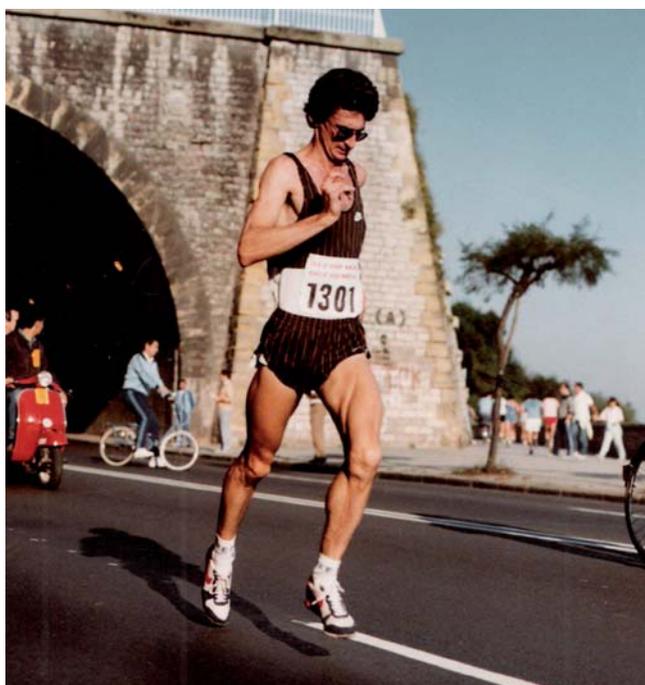


**Cruz Roja Española**  
Comité Provincial. Salamanca

gundo de mis atletas sí es cierto que trataba de hacérselo ver. Hoy en día es distinto, porque ha cambiado mucho sobre todo el material y la adaptación, pero antes el asfalto te machacaba mucho”, comenta.

Aun así, siempre mantuvo contacto con la organización. “A Gabriel –Franco, auténtico creador y valedor de la prueba–, sobre todo, lo veía mucho y le dije cosas que luego se han ido haciendo, a lo mejor no por mí, pero sí son las que yo le había comentado”, añade.

Sin embargo, reconoce que el crecimiento de la prueba ha sido espectacular, y lo dice un Honorato Hernández que también tiene una amplia experiencia como organizador y que hace unos años perteneció al panel de Delegados Técnicos de la Federación Española “La prueba ha cogido un auge impresionante y es la mejor carrera que se celebra en Salamanca y de las mejores nacionales”, dice, aunque tiene claro que “siempre se puede mejorar”. Y es que enseguida le sale su vena competitiva: “Yo alabo el crecimiento y el hecho de que miles de personas la corran, pero aunque valores su esfuerzo, lo que a la mayoría de la gente le gusta ver es la disputa de los primeros puestos y en ese caso a mí me gustaría ver más a los atletas, tener más puntos de visión y de la carrera, eso sería bueno para todos, participantes y acompañantes, que se sentirían más arropados y también para las firmas comerciales que se harían más visibles. Y en ese caso a mí me gustaría ver más a los atletas. Habría que buscar una fórmula para que se pudiera ver más a los atletas de adelante. Por ejemplo que en la parte final hicieran un par de vueltas a un circuito o alguna opción similar. Incluso hacer dos carreras, una de élite y otra popular podría ser una solución, pero imagino que a lo mejor no es posible por tema de tiempo y horarios y por el hecho de tener que cortar media ciudad todavía más tiempo, pero no puedo ocultar que a mí me llama mucho la atención la disputa por la victoria. En ese punto creo que la carrera debería profesionalizarse todavía más, pensar también en los chicos que prometan de Salamanca y, con los premios tan suculentos que tiene, pienso que sería imprescindible que hubiese control de doping. También pienso



que la entrega de premios debería hacerse más corta y dinámica”, afirma.

Con el formato actual, tiene claro que “ahora mismo se está decidiendo en la parte final, porque cada vez hay más igualdad, y cuando viene un atleta como Pini-lla es muy difícil ganarle. El último tramo es imposible echarle el guante. La táctica sería ir detrás de él, pero es imposible porque es él el que te sigue. A él le da igual el ritmo que se marque y por eso aguanta hasta el final sabedor de sus cualidades”.

También tiene un consejo para el atleta popular: “Si entrena regularmente, que vaya siempre a su ritmo y si es de esos corredores que lo hacen más esporádicamente, que disfrute y no ponga en riesgo su salud en ningún momento”.

**Roberto Fernández González**  
Director de BiciRunSalamanca.com

www.graficaslope.com

**Gráficas LOPE**

Impresión | Salamanca

Laguna Grande, 2 · Pol. El Montalvo II  
37008 Salamanca  
Tels. 923 19 41 31 - 923 19 39 77

**LIBROS • CATÁLOGOS • REVISTAS • FOLLETOS**

# IV CONCURSO MICRORRELATOS

## SAN SILVESTRE SALMANTINA



Jesús García Pérez

### PRIMER PREMIO

Patricia Collazo González

#### OTRA CARRERA

Apagó el despertador mucho antes de que sonara. Se deslizó despacio fuera de la cama para no perturbar a la oscura figura extendida a su lado. Lo hizo por costumbre, porque en realidad sabía que no despertaría. Hurgó en el fondo del cajón y extrajo el dorsal. Allí había permanecido oculto para que él no pudiera prohibirle participar. La sonrisa culpable se convirtió en risa de satisfacción cuando se miró al espejo, preparada ya. Las mallas de color brillante que no tenía permitido usar, el impensable top, las zapatillas recién compradas. Acomodó su pelo largo en una coleta. Usó una capa precisa de maquillaje para disimular con maestría el último golpe. Sabiendo que era exactamente eso: el último. No se despidió del cuerpo inerte de la habitación. Al salir de casa, el cielo

de Salamanca le confirmó que ese era el día. Ya podía correr su siguiente carrera.

### SEGUNDO PREMIO

Jack Babiloni

#### OLVIDÉ COMPRAR CALABACINES

Primera zancada. Pienso en la condena de recordar hasta lo ínfimo. Kilómetro uno. Olvidé comprar calabacines. Kilómetro dos. Bob Dylan no contesta. Kilómetro tres. Medio corazón del país anda encogido porque Chenoa y Bisbal canten juntos, quince años después. Kilómetro cuatro. Todos los humanos atacados por tiburones coinciden siempre en afirmar que el mordisco nunca es doloroso. Kilómetro cinco. Bebe, bebe; atento a los electrolitos. Kilómetro seis. El canto del pato no tiene eco. Kilómetro siete. ¿Cuánto me quedará de pensión? Kilómetro ocho. Me digo: Vigila la diaforesis. Kilómetro nueve. Messi se tiñó de rubio platino. Cruzo la meta. Recojo la presea. Sonríe a los fotógrafos. Bajo del pódium. Sigo corriendo hasta el geriátrico. Mamá me espera sentada bajo aquel precioso plátano de sombra. “Bonita medalla, joven. ¿Me dejará desenvolverla? ¿Compartimos a medias su chocolatina?” Vuelvo al kilómetro cero. Pienso en la condena de no recordar.

### TERCER PREMIO

Margarita del Brezo

#### META

Diez horas llevaba corriendo sin parar. Estaba exhausta y a punto de desfallecer y no conseguía darle esquinazo. De nada había servido deshacerse de su querida guadaña, cambiar su indumentaria negra por un chándal y un dorsal e introducirse entre los



## Queso de oveja artesano "Mil Caminos"

**UNO DE LOS MEJORES QUESOS DE ESPAÑA, ELABORADO EN SALAMANCA.**  
7 litros de pura leche de oveja en cada kilo y elaborado a la antigua usanza, sin aditivos.

**ASOCIACIÓN PUENTE VIDA. 100% de los beneficios para acciones sociales.**

**SEA SOLIDARIO**

Asociación Puente Vida; G37365640. c/ César Real de la Riva, 111. Salamanca Tel: 646 78 41 56, email: puente-vida@hotmail.com

asistentes de la San Silvestre Salmantina para des-  
pistarlos. El suicida la perseguía desesperado y estaba  
a punto de ganar.

## MENCIONES ESPECIALES DEL JURADO

*Modes Lobato Marcos*

### TOY

Quiero ser libre. No quiero ser marioneta de nadie. Quiero escuchar el susurro del viento. No quiero grilletes mordiendo mi alma. Quiero correr por espacios abiertos. No quiero vestirme de claustrofobia. Quiero correr bajo la lluvia. Quiero sentir nieve en el pelo. No quiero aliñar con mazmorras mi tiempo. Quiero acariciar la barrera del sonido. No quiero entrar en vía muerta, ni quiero frenos. Quiero ser una persona. No quiero ser un dibujo animado. Quiero salir de este Cinexin.

*M. Salvador Muñoz*

### QUIEBRO AL INFIERNO

Mi ambición por ganar me aboca irremisiblemente a vender mi alma. El diablo acepta gustoso y sentencia: nada ni nadie lo impedirá. Un escalofrío me despierta bruscamente. Ha sido una pesadilla. La carrera está en su último tercio, corro como nunca, mis piernas flotan y el cansancio no hace mella en mí. Por delante, cuatro. De repente, la pierna del corredor que me aventaja se dobla, el crujido me hiela la sangre. Veo, sorprendido, cómo el tercero abandona la carrera gritando sin motivo aparente, y al segundo desplomándose entre convulsiones. Solo un kenia se interpone en mi victoria. Pero, inesperadamente, su pie tropieza con la nada y cae al suelo. Entonces, recuerdo el sueño y comprendo, un halo de cordura eriza mi piel, le ayudo a levantarse y cruza la meta. El kenia recibe su trofeo, yo recupero mi alma. El cielo oscurece de súbito, un trueno retumba enfurecido. Sonríe.

## RELATOS SELECCIONADOS PARA SU PUBLICACIÓN EN LA REVISTA

*José Manuel Gómez Vega*

### RUNNERS LUMINOSOS

Cada fin de año las luminarias bajan del cielo para correr de incógnito la San Silvestre de Salamanca. Júpiter celebra el ambiente festivo y una pizpireta Venus destaca el buen rollo que se respira. Es el *running*, tercia Mercurio. Yo, desde que salgo a correr por el zodiaco, me llevo mejor con las estrellas. Enrojecido por la contención de la risa, Marte le dice a Saturno que tenga cuidado no vaya a reventar el cinturón. El viejo se lo ajusta, resopla y reniega de los excesos navideños. Todos se ríen, excepto la Luna. Hace poco,

les confiesa, apareció un bello cometa en una curva de mi órbita. Me preguntó si faltaba mucho para Capricornio y, sin más, esprintó hasta desvanecerse en la noche, llevándose consigo mi corazón. Una carcajada caldea la fría mañana salmantina. ¡Lo espanté yo, querida mía!, exclama el Sol. ¡Salió corriendo con la cola entre las piernas!

*Vicente Rodríguez Manchado*

### TODOS LOS PASOS

Con el paso del tiempo, todos los pasos fueron ocupando su lugar.

*Ernesto Ortega Garrido*

### MATÍAS SÁNCHEZ Y SUS DORSALES

Poco después de la salida, Matías Sánchez aceleró el ritmo de su zancada, pero enseguida le adelantó el adolescente que una vez fue. Llevaba el pelo largo y parecía en forma. Le miraba con cierto desprecio y un aire rebelde. Sin duda, no estaba dispuesto a convertirse en uno más, en otro de tantos que corrían la carrera de la vida con un número grapado al estómago, una hipoteca y un trabajo de nueve a seis. Entonces empezaron a pasarle todos los Matías Sánchez que había dejado en el camino: el que estudió Periodismo en lugar de Empresariales, el que todavía tocaba la



Lucía Vicente Molinero



Luis Carlos Santiago Martín

guitarra, el que se casó con su primera novia o el que se marchó a trabajar a Londres. A todos los vio desaparecer entre el gentío que corría por el histórico empedrado de Salamanca, mientras se preguntaba qué diablos habría sido de ellos y dónde estarían ahora.

*Yolanda Nava*

### **UN CORREDOR INESPERADO**

Todo está preparado en el Paseo de San Antonio, sólo falta la señal. Niñez gatea, gira y se distrae mientras espera, pero cuando dan la salida, se yergue y se pone en movimiento imitando a los demás. Juventud avanza despreocupada, convencida de su capacidad para coronar cuantas metas le pongan por delante. Madurez recela de sus posibilidades y busca una estrategia, se decanta por mantener la regularidad. Vejez se conforma con participar, ahita ya de metas. Pero el triunfo es para un participante que nadie tuvo en cuenta: Tiempo, que a la altura del Paseo del Rollo pasa raudo, superando con notable ventaja a los demás. Niñez lo admira y le gustaría haber volado subido a sus hombros. Juventud lo tilda de engreído, Madurez calla y Vejez lo maldice por avaro.

*Rocío Martínez*

### **YO CONTRA MÍ**

Me persigue siempre. Hace exactamente lo mismo que yo aunque sé que desearía hacer justamente lo

contrario. Por la noche no la veo pero sigue ahí, acechándome. Cuando se descuida, protegida por la oscuridad, la luz de una farola inesperada la descubre de nuevo. A veces se hace grande, parece tan poderosa que pienso que no me necesita, pero nunca se va. Entonces posa ante mí como un espejo juzgador replicando mis movimientos. Corro para escapar de ella, pero es imposible, es más rápida que yo. No sé cuánto más, porque no se despegaba de mí, pero sé que es capaz de ganarme a la carrera en cuanto le apetece. Pues a veces va detrás pero cuando va delante me esfuerzo para pasarla y no lo consigo, entonces acelero el paso, corro todo lo rápido que puedo, pero ella siempre es más rápida, justo un poco más rápida que yo.

*Raúl Garcés Redondo*

### **LA MIGRACIÓN DEL ÑU**

La junta directiva se reunió con carácter de urgencia. Habían adquirido los derechos televisivos de la San Silvestre Salmantina pero en los últimas ediciones los niveles de audiencia habían experimentado un descenso progresivo. Tenían que hacer algo y rápido. Coincidieron todos en que debían darle más emoción al evento. Y se les ocurrió introducir una manada de leones que persiguieran a los participantes. Pero pese a lo novedoso de la idea, la respuesta de los televidentes no fue la esperada. Establecieron entonces que los corredores cruzaran un caudaloso río repleto de cocodrilos. Pero ni con esas. Y es que olvidaron que a pesar de lo que afirman las encuestas, nadie ve los documentales de animales de la 2.

*Ana Isabel Velasco Ortiz*

### **PASIÓN**

La carrera ha comenzado y procuro seguir el ritmo que marcan los pies de mi padre. No perderle de vista. En un tramo del camino me ha buscado los ojos, ha dicho mi nombre y un “Ánimo que ya queda poco” y a mí, me han entrado ganas de llorar. Codo con codo llegamos a la meta y una vez más, él regresa a la nada. Un vacío interior que cada año desaparece en esta

**Y EL PRÓXIMO AÑO...  
V CONCURSO DE  
MICRORRELATOS**

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

**san silvestre**  
SALMANTINA

cita y le devuelve al mundo real. Una lucidez que nos acompaña todo el recorrido porque lo único que no se ha llevado la enfermedad del olvido, es su pasión por correr.

*Gabriel Pérez Martínez*

### **EL ESPECTADOR**

Entre el público, hay un hombre que intenta desertar de su cuerpo. Mientras sus manos aplauden, su mente se transforma en agua que el corredor con el dorsal 5325 necesita. Se deja beber, fluye hecho sudor, se evapora, se convierte en oxígeno y penetra en los pulmones del joven con el número 1823, que va sin aire. Tras unos minutos con él, lo recupera e incluso le hace tararear una canción. Con ella escapa y se adentra en el oído izquierdo del corredor 3987 que no puede casi andar. Desde el tímpano, se lanza hacia su pecho para marcar el ritmo de un descompasado corazón. Y, así, transfigurado en latidos, cruza la meta... Fracasa el cardiólogo que le prohibió volver a participar en una maratón.

*Belén Conde Durán*

### **UNA CARRERA IMPOSIBLE DE GANAR**

Va siempre al galope, como si le faltase el tiempo, más que el aire. Corre hacia atrás como si temiese darse de bruces con el futuro, y solo hallase seguridad en los pasos ya recorridos. Durante su marcha no extiende mano alguna, porque no es partidaria de carreras de relevos, y mucho menos de deportividades sentimentales. Piensa que la juventud es un estertor que le será arrebatado cuando menos se lo espere, y por eso ha de seguir trotando, para que no la pillen desprevenida; para que no le roben los días consumidos. Espero que un día se dé cuenta de que no puede ganar la carrera.

*Reme Gómez Llopis*

### **MITOLOGÍA**

—No te he visto entre los inscritos de la San Silvestre y me ha extrañado, porque tú corres, ¿no? — su corazón no corría, galopaba. Pensó: voy a desmayarme. Recordó las veces que su mente le decía que no podría aguantar un kilómetro más y su cuerpo la desmintió. Como ahora. —Es que me he lesionado el tendón de Aquiles, y aún no sé... —dijo haciendo un esfuerzo físico sobrehumano. —Así que es cierto que los héroes sois mitad humanos— dijo sonriendo y achinando aún más sus demoledores ojos de miel. Recordó la leyenda de Aquiles; cómo, buscando la inmortalidad, su talón se convirtió en la única parte vulnerable de su cuerpo. Contempló con cara de alhelado a Teresa alejarse en dirección a clase, sabiéndose observada, regalándose

a sus ojos. Y comprobó maravillado cómo su talón de Aquiles seguía latiendo como un loco en la parte izquierda de su tórax.

*Justo Escudero*

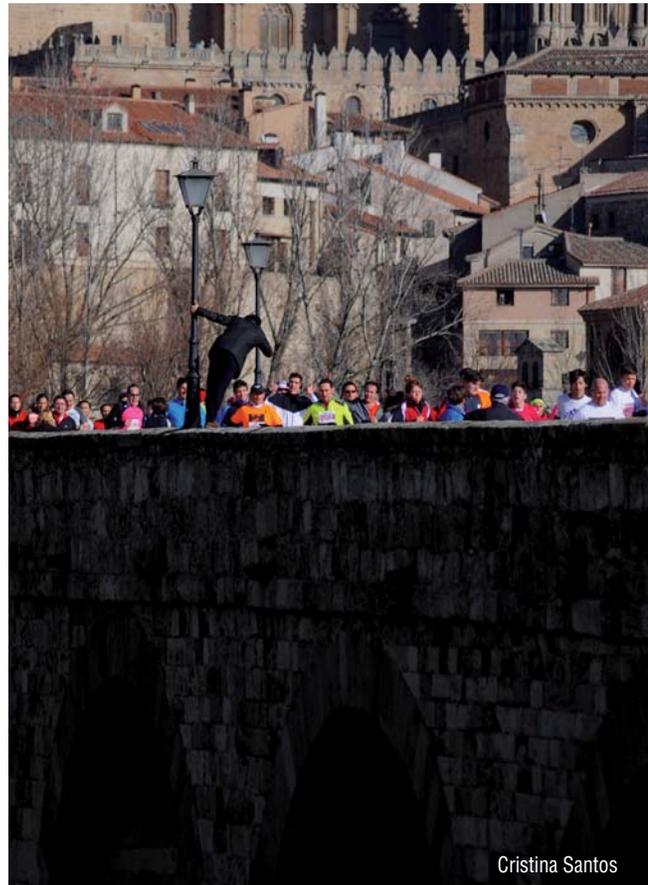
### **SIN PULSÓMETRO**

No me dejaban inscribirme en la carrera, los muy... Porque tengo ochenta años. “Si yo corro que me las pelo”, les dije, “sólo necesito un par de carajillos, que ya me he trincado en el bar, y nada... Dadme pista”, añadí mientras apuraba un cigarrillo. Al final, no hubo manera de convencerles y tuve que correr sin dorsal. Quedé el cuarto por detrás de tres keniatas. Cómo corren los cabrones. El año que viene, empiezo a entrenarme quince días antes de la carrera y les crujo.

*Ana Hernández Iglesias*

### **LA FRONTERA AZUL**

No, no me asustaba, pero su presencia era inquietante. Era como si algo nos conectase más allá de las palabras, pero no fuéramos capaces de descifrar el mensaje del otro. Solo aparecía, inmóvil. Nos mirábamos sin mirar y esperábamos sin saber a qué. Como si nuestra historia no pudiese contarse aún.



Cristina Santos



Ana Belén Cañete Jiménez

### LA META ERA LLEGAR

Correr. Sentir que mis pies casi no tocan el suelo y que mis miedos han quedado atrás. Que, desde hace tiempo, no me siguen el ritmo. No necesito más impulso que el mío propio. He llegado hasta aquí sola. Era mi reto. Demostrarme que no tengo más limitaciones que las que yo misma voy dibujando en mi propio camino. Hubo quien me pensó débil y quiso protegerme, pero no soy tan frágil como pueda parecer. En este cuerpo flaco y herido, cabe mucha valentía y arrojo. He entrenado con ilusión y constancia. Ahora estoy delante de la salida, dorsal en el pecho, pelo recogido en una coleta bien alta y zapatillas bien atadas para que no se me escapen ni las ganas. Va a comenzar, es mi momento, necesito disfrutarla. San Silvestre Salmantina, por fin nos encontramos. Encantada de conocerte. Trátame bien, que necesito volver el año que viene.

Antonio Javier Álvarez Linares

### METAMARATÓN

Con la sensación de dolor en el dedo de la pierna derecha, emprenden la marcha esos pequeños seres asilvestrados que se atreven a extenderse como miles de pequeñas agujas y se separan competitivos hacia alguna zona del pie hasta atenzarlo. Se estiran hacia el gemelo, dejando un numeroso pelotón atrás, que continuará a ritmo lento pero constante, pierna arriba, y alcanzará más tarde los muslos y caderas. Otro grupo de cabeza toma la delantera y recorre el tronco, los brazos, se avituallan con sus últimas fuerzas en los pulmones; exhaustos, pasan volando por las arterias del corazón, y ya, con fuerzas mínimas, algún aventajado de los escapados fluye a la boca, nariz, ojos, con

la intención de terminar en el cerebro del corredor de maratón, que lucha solo contra todos ellos para no quedar atrás y conseguir llegar a la meta.

Andrea Vila Almuiña

### RANA VELOZ

Es verdad que la adrenalina se paga cara y que no es sencillo hallarla en pies ajenos. Será por eso que sólo pienso en tus besos cada vez que el sudor me penetra hasta las vértebras. O quizá se me asemeja esa sensación de ir volando al movimiento de nuestros cuerpos entrelazados. O quizá me he enamorado y mis huellas, asustadas, sólo intentan huir.

Juan Sevillano Gacho

### ATRAPADO

Tenía tanta prisa por llegar, que el atajo que tomé se convirtió en laberinto y aún hoy sigo buscando la salida.

Alejandro de Dios González

### AQUELLOS EN REALIDAD ERAN ENTRENAMIENTOS

Mi padre quería que corriese, porque si venía al mundo tarde no podría llegar a ver el partido. Tardé un par de goles y un penalti mal tirado en cumplir sus deseos. Después, mi padre siguió con el ímpetu por la velocidad para compensar los minutos de mi hermana frente al espejo. La primera vez que corrí de verdad fue un verano en el pueblo, cuando adquirí la edad suficiente como para llamar a las puertas y no quedarme mirando desde una distancia prudente. También recuerdo la primera vez que me lesione de gravedad en la rodilla y cómo aquella postilla picaba por debajo del caparazón. También recuerdo mis años de carrera y todos los puestos de avituallamiento por los que pasábamos en una noche: uno cada 30 metros y en alguno repetíamos. Ahora, mientras espero en la planta de maternidad, veo un cartel con una huella pintada.



# XXIII CONCURSO FOTOGRÁFICO "SAN SILVESTRE SALMANTINA"

El Club Deportivo "Padre Basabe", convoca el XXIII CONCURSO FOTOGRÁFICO con arreglo a las siguientes BASES:

**1ª. PARTICIPANTES.** Podrá participar toda persona que lo desee, excepto quienes formen el Jurado que falle los premios y los miembros de dicho Club.

**2ª. TEMA.** El tema único será la "SAN SILVESTRE SALMANTINA 2016" en todas sus manifestaciones, que se celebrará el 26 de diciembre.

Las fotografías no generarán duda de que se trata de dicha prueba y resaltarán algún aspecto que identifique y represente con claridad dicha competición deportiva. Deberán ser tomadas el día de la carrera, en las inmediaciones del Paseo de San Antonio, o durante el transcurso de la misma, *especificando en la hoja de inscripción el lugar donde ha sido realizada (calle, plaza, etc.)*

**3ª. NÚMERO.** Como máximo 3 obras por autor.

**4ª. PRESENTACIÓN.** Las fotografías, podrán ser en blanco y negro y color, con un tamaño mínimo de 24 x 30 centímetros y máximo de 40 x 60 cm. *Se entenderá como "tamaño" el formato final de mancha que ofrezcan las obras, no así el del soporte empleado.*

Deberán presentarse sobre un cartón pluma (mínimo 5 mm. de grosor, para evitar que se comben cuando sean expuestas) y dejando un margen, mínimo de 5 cm. por los cuatro lados. Las distintas fotografías podrán ir con o sin título. El autor que decida poner título deberá escribirlo en la parte posterior del soporte.

Las obras se embalarán adecuadamente y en su interior se acompañarán de un sobre cerrado, en el que se incluirá:

- El Boletín de Inscripción o Fotocopia del mismo, debidamente cumplimentado, que se podrá descargar en la Web [www.sansilvestresalmantina.com](http://www.sansilvestresalmantina.com)
- Archivo digitalizado en alta calidad, de la imagen, o imágenes presentadas en formato JPG o TIFF. Especificando material empleado (cámara, objetivo, flash, rango ISO, apertura, modo exposición, velocidad disparo, compensación de exposición, distancia focal, etc.)
- Fotocopia del DNI.

**5ª. PLAZO.** El plazo de admisión será del 2 al 26 de enero de 2.017, a las 18,00 horas; no serán admitidas aquellas fotografías que se reciban fuera del plazo indicado. Para las fotografías enviadas por correo, se considerará como fecha de presentación la que figura en el matasellos.

**6ª. ENVÍO.** Las fotografías se recogerán o enviarán a: Colegio San Estanislao de Kostka – C.D. "Padre Basabe". Príncipe de Vergara, 4-8. 37003 Salamanca. El horario de recogida será de 10,00 a 13,00 y de 16,00 a 18,00 horas, de lunes a jueves. Cada autor recibirá un único Premio, aunque se podrán seleccionar varias de sus obras entre las finalistas. En este caso se reseñarán, como *Finalistas*. A los premios se le aplicarán las retenciones previstas en la vigente legislación tributaria. La

entrega tendrá lugar en el acto de la inauguración de la exposición. Se requerirá la presencia de los autores.

El jurado podrá declarar desierto algún premio, si la calidad de las obras presentadas así lo aconseja.

**7ª. PREMIOS.** Se establecen los siguientes:

1º. 1.200 € y placa.

2º. 700 € y placa.

3º. 300 € y placa.

4º. 250 € y placa a la mejor foto de disfraz o disfraces.

5º. Tres accésit de 100 € y placa

**8ª. JURADO Y FALLO.** El C.D. "Padre Basabe" designará un jurado, compuesto por personas de reconocido prestigio: profesionales de la fotografía, reporteros gráficos y el Presidente del Club. Dicho jurado podrá hacer una selección previa de las fotografías, desestimando aquellas que incumplan las presentes bases, que se presenten en mal o estado, o que no tengan la suficiente calidad. El fallo será dado a conocer a través de la página Web del Club, de los medios de comunicación y mediante notificación personal a los ganadores del Concurso.

**9ª. ACEPTACIÓN.** Sobre todas la fotografías presentadas el C.D. "Padre Basabe" se reserva el derecho de exposición, publicación y/o reproducción, si bien los autores podrán hacer uso de sus trabajos sin restricción alguna. Los participantes se responsabilizan del cumplimiento de las disposiciones legales vigentes en materia de propiedad intelectual y del derecho a la propia imagen. Todo participante ha de ser autor de las fotografías que presenta y propietario de los derechos de las mismas. Las querrelas y/o responsabilidades que pudieran surgir por este tema, serán asumidas por la persona que se acredite en el concurso como propietaria.

La entidad organizadora del Certamen velará por el cuidado de las obras recibidas, pero declina toda responsabilidad por pérdidas, daños o robos, así como cualquier incidente que se pueda producir durante su transporte, recepción, custodia, exhibición o devolución.

La participación en este concurso implica la total aceptación de estas bases, quedando facultado el C. D. "Padre Basabe" para resolver los casos no previstos en la presente convocatoria.

**10ª. EXPOSICIÓN.** Con las fotografías seleccionadas el C. D. "Padre Basabe" organizará, si es viable, una exposición, de la que se informará oportunamente.

Las fotografías premiadas y las que resulten finalistas no se devolverán; el resto, única y exclusivamente, se entregarán a sus autores, o persona autorizada (presentado autorización escrita del autor, junto a su fotocopia del DNI) en la Sala donde estén expuestas, en la media hora previa al cierre de la exposición.

*Las obras no retiradas, pasarán a ser propiedad del Club Deportivo "Padre Basabe".*

## RECORRIDO «A»: 1.070 M. SALIDA 11:30 H.

### • BENJAMINES, MASCULINOS Y FEMENINOS

#### • RECORRIDO OFICIAL:

Paseo de San Antonio, Bulevar San Francisco Javier, Paraguay, Méjico, Dr. Gómez Ulla, Mérida, Paseo del Rollo, Plaza de San Antonio, Paseo de San Antonio.

#### • SALIDA y META:

En el Paseo de San Antonio



## RECORRIDO «B»: 1.500 M. SALIDA 11:50 H.

### • ALEVINES, MASCULINOS Y FEMENINOS

#### • RECORRIDO OFICIAL:

Paseo de San Antonio, Bulevar San Francisco Javier, Paraguay, Méjico, Dr. Gómez Ulla, Pontevedra, Paseo del Rollo, Plaza de San Antonio, Paseo de San Antonio.

#### • SALIDA y META:

En el Paseo de San Antonio.



## RECORRIDO «C»: 2.250 M. SALIDA 12:10 H.

### • INFANTILES Y CADETES, MASCULINOS Y FEMENINOS

#### • RECORRIDO OFICIAL:

Paseo de San Antonio, Bulevar San Francisco Javier, Paraguay, Méjico, Dr. Gómez Ulla, Cruz de Caravaca, Avenida de los Comuneros, Paseo del Rollo, Plaza de San Antonio, Paseo de San Antonio.

#### • SALIDA y META:

En el Paseo de San Antonio



## RECORRIDO «D»: 10.000 M. SALIDA 12:30 H.

• **JUVENIL: M-F, JUNIOR: M-F, PROMESA: M-F, SENIOR: M-F Y VETERANOS: M-F**

• **RECORRIDO OFICIAL:** Paseo de San Antonio, Paseo de Canalejas, Plaza de España, Avenida de Mirat, Puerta de Zamora, C/ Zamora, Plaza Mayor, Poeta Iglesias, San Pablo, Puerta de San Pablo, Rector Esperabé, Puente Romano, Paseo del Progreso, Glorieta de la Charrería, Puente Sánchez Fabrés, Glorieta de los Milagros, La Palma, Cuesta de Oviedo, Balmes, Plaza de la Merced, Veracruz, Libreros, Plaza de San Isidro, Rúa Antigua, Compañía, Plaza de las Agustinas, Ramón y Cajal, Paseo de San Vicente, Paseo de Carmelitas, Avenida de Villamayor, Avenida de Portugal, Paseo de la Estación, Avenida de Comuneros, Plaza del Alto del Rollo, Paseo del Rollo, Plaza de Cuatro Caminos, Paseo de San Antonio.

• **SALIDA y META:** En el Paseo de San Antonio



# CROQUIS DE SALIDA Y META



## ¡MUY IMPORTANTE! PARA ORGANIZAR LAS SALIDAS DEL “RECORRIDO D”

Para la buena organización de la carrera “D” es prioritario respetar y seguir las instrucciones indicadas a continuación:

- ✓ Hemos establecido dos salidas en función de los tiempos obtenidos en las dos ediciones anteriores de la San Silvestre Salmantina. Los que corren por primera vez, salvo los atletas “élite”, que haya acreditado tiempo, deberán salir en la segunda carrera.

### PRIMERA SALIDA:

- Cajón 1: hombres con menos de 36 minutos y mujeres de menos de 42 minutos, dorsal con fondo amarillo (Acceso al circuito por el Paseo de San Antonio).
- Cajón 2: Hombres de menos de 50 minutos y mujeres de menos de 55 minutos, dorsal con fondo blanco. (Acceso por la calle C/ Paraguay).

### SEGUNDA SALIDA:

- Cajón 3: El resto de atletas y los que participan por primera vez, dorsal con fondo azul. (acceso por la C/ Honduras).
- Cajón 4: Participantes disfrazados (Acceso por la Avda. de Campoamor)

- ✓ Seguiremos tomando el tiempo neto, es decir desde el momento que se pasa por la alfombrilla de salida, hasta que se llega a la meta, por lo que es FUNDAMENTAL salir sin prisa y de forma ordenada.

## ¡GRACIAS POR VUESTRA COLABORACIÓN!

# Cerrajería

# BLAS

Carpintería metálica de hierro  
Carpintería de aluminio y PVC  
Puertas metálicas  
Automatización de puertas metálicas  
Corte y plegada de chapa

Av. de las artes nave 83- Polígono industrial del Tormes

37003 SALAMANCA

Tfno.: 923 184 177 [www.cerrajeriasblas.com](http://www.cerrajeriasblas.com)

## PROTECCIÓN



## LABORAL



La más amplia gama en equipos de protección laboral



- Equipos de protección personal
- Ropa laboral
- Calzado de seguridad
- Señalización
- Limpieza industrial
- Personalización de prendas

Camino estrecho de la aldehuela 12  
37003 Salamanca

Tfno.: 923 187 101. [www.trabajo-seguro.com](http://www.trabajo-seguro.com)

# PREMIOS Y TROFEOS

## PREMIOS A LOS 10 PRIMEROS CLASIFICADOS CATEGORÍAS MASCULINA Y FEMENINA

1 <sup>er</sup> clasificado/a	1.200 €
2 <sup>o</sup> clasificado/a	700 €
3 <sup>er</sup> clasificado/a	500 €
4 <sup>o</sup> clasificado/a	400 €
5 <sup>o</sup> clasificado/a	300 €
6 <sup>o</sup> a 10 <sup>o</sup> clasificado/a	200 €

**TROFEOS** a los tres primeros clasificados de cada una de las 30 categorías. Para optar a ellos será obligatorio asistir a la entrega de trofeos que se celebrará a las 14 horas en el pabellón de los patios del Colegio San Estanislao de Kostka. **Posteriormente no se entregará ningún trofeo.**

**CHIP SOLIDARIO: DOS ASOCIACIONES CON CARÁCTER SOCIAL APROX. 6.000 €**

## PREMIOS EN METÁLICO A LOS 3 MEJORES DISFRACES COLECTIVOS

1 <sup>er</sup> Premio	1.000 €
2 <sup>o</sup> Premio	600 €
3 <sup>er</sup> Premio	300 €

## CONCURSO FOTOGRAFÍCO

1 <sup>er</sup> Premio	1.200 €
2 <sup>o</sup> Premio	700 €
3 <sup>er</sup> Premio	300 €
4 <sup>o</sup> Premio. 3 accésit de 100 € c/u	300 €
5 <sup>o</sup> Premio (Mejor foto de disfraces)	250 €

## CONCURSO DE CARTELES

Premio único	2.250 €
--------------	---------

## MICRORRELATOS

1 <sup>er</sup> Premio	300 €
2 <sup>o</sup> Premio	200 €
3 <sup>er</sup> Premio	100 €

**Carnicería Salchichería**

**HERAS**

*Especialidad en ternera y cordero lechal*

Paraguay, 2  
Tel. 923 12 13 23

**SALAMANCA**

# Librería Gandhi

## LIBROS DE TEXTO

- ✓ Primaria
- ✓ Secundaria
- ✓ Bachillerato
- ✓ Material escolar
- ✓ Regalos
- ✓ Juegos educativos

c/ Arapiles, 35  
Teléf./Fax 923 25 52 10  
37007 SALAMANCA



MERCASALAMANCA

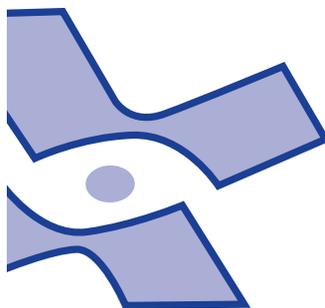
con la promoción  
del *deporte* y los  
*hábitos saludables*



más fresco, más moderno... *Más* **mercado**

**Ctra. C-517 Salamanca-Vitigudino, km. 1,1 37008 Salamanca Tfno.: 923 220 708**  
Fax: 923 282 280 **Móvil: 619 975 707** [merca@mercasalamanca.com](mailto:merca@mercasalamanca.com) [www.mercasalamanca.com](http://www.mercasalamanca.com)

**Las  
Claras**

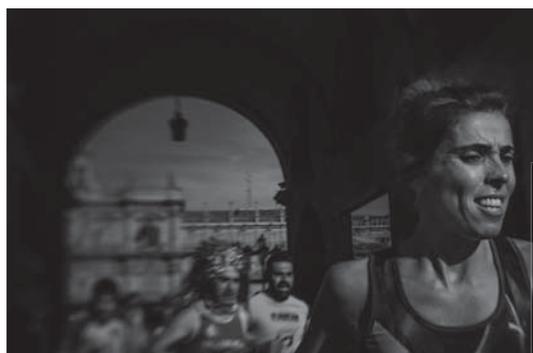


**CLÍNICA  
OFTALMOLÓGICA**

*¡Ojo al correr para no caer!*

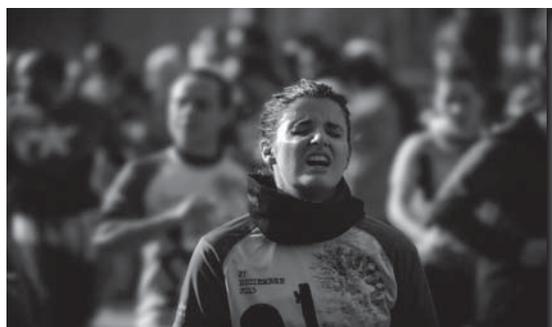
HORTALEZA, 3 • 37001 Salamanca  
Telés.: 923 27 09 73 - 923 12 16 74 • Fax: 923 28 13 93  
[www.clínicalasclaras.es](http://www.clínicalasclaras.es)

# XXII CONCURSO FOTOGRÁFICO



**1<sup>ER</sup> PREMIO**

“Esfuerzo II”.  
SEBASTIÁN ALONSO PÉREZ



**2<sup>O</sup> PREMIO**

“Suspiro”  
TOMÁS, PALLÍN MOSQUETE



**3<sup>ER</sup> PREMIO**

“Naturalidad”  
LUIS CARLOS SANTIAGO MARTÍN



**1<sup>ER</sup> ACCESIT**

“Cauces”  
DAVID GÓMEZ ROLLÁN

# CARTELES FINALISTAS IX CONCURSO



**2º PREMIO**

“Come, corre, ama”  
MARÍA MÉNDEZ MIGUEL



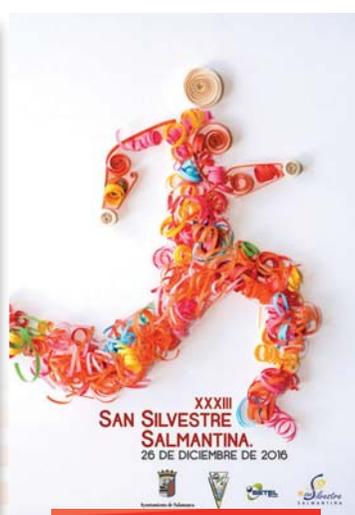
**3ER PREMIO**

¡Con esas ancas y ese corazón...!  
CÉSAR NUÑEZ ÁLVAREZ



**4º CLASIFICADO**

“Salamanca que enhechizas”  
TANIA CEARRETA INNOCENTI



**5º CLASIFICADO**

“Zancadas”  
LUCAS FERNÁNDEZ CALVO



**6º CLASIFICADO**

“Juego Urbano”  
JOSE LUIS POZO BARGENILLA

# LOS XXXII PODIOS

## de la San Silvestre Salmantina

### 1984

#### I Edición

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

#### MASCULINO

- A Antonio Rivas
- B Angel Hierro Lafuente
- C Fco. J. Rodríguez García

#### FEMENINO

- A \_\_\_\_\_
- B \_\_\_\_\_
- C Consuelo Guerra Prado

### 1985

#### II Edición

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

#### MASCULINO

- A Jorge Gómez Martín
- B Eugenio Sánchez
- C Fco. J. Rodríguez García

#### FEMENINO

- A Ana María Nogueras
- B Paquita Rubio Sierra
- C Ana Recio García

### 1986

#### III Edición

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

#### MASCULINO

- A A. Fernando Oliva Ranchal
- B José Antonio Mate Herrero
- C Pablo Martín Mateos

#### FEMENINO

- A Noelia Martín Borrego
- B Anuska Martín Nogueras
- C Tere Recio García

### 1987

#### IV Edición

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

#### MASCULINO

- A A. Fernando Oliva Ranchal
- B Angel Iglesias Corona
- C Fco. J. Rodríguez García

#### FEMENINO

- A Noelia Martín Borrego
- B Anuska Martín Nogueras
- C Tere Recio García

### 1988

#### V Edición

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

#### MASCULINO

- A A. Fernando Oliva Ranchal
- B Raúl Oliva Ranchal
- C Fco. J. Rodríguez García

#### FEMENINO

- A M<sup>o</sup>. Nieves Chamorro Sánchez
- B Noelia Martín Borrego
- C Tere Recio García

### 1989

#### VI Edición

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

#### MASCULINO

- A Damián Garrido
- B Justo Cotobal
- C Fco. J. Rodríguez García

#### FEMENINO

- A Diana Ruiz Vicente
- B Susana Fernández Vicente
- C Tere Recio García

### 1990

#### VII Edición

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

#### MASCULINO

- A Javier Hernández Crespo
- B José Antón Mota
- C David López Calvo

#### FEMENINO

- A Esther García Gallardo
- B Raquel Martín Sánchez
- C Tere Recio García

### 1991

#### VIII Edición

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

#### MASCULINO

- A Iván Sánchez
- B Angel Armenteros
- C David López Calvo

#### FEMENINO

- A María Castillo Calles Cabaco
- B Yolanda Estruch
- C Tere Recio García

### 1992

#### IX Edición

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

#### MASCULINO

- A Dámaso Nieto González
- B Marcos Belda Hernández
- C Ramiro Morán Vicente

#### FEMENINO

- A María Castillo Calles Cabaco
- B Nuria Pérez Marcos
- C Tere Recio García

### 1993

#### X Edición

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

#### MASCULINO

- A Dámaso Núñez González
- B J. Díaz García
- C David López Calvo

#### FEMENINO

- A E. Mateos
- B Esther García Gallardo
- C Teresa Recio García

### 1994

#### XI Edición

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

#### MASCULINO

- A Miguel Merchán Ávila
- B Enrique Yagüe Diego
- C David López Calvo

#### FEMENINO

- A Isabel
- B Beatriz Fraile Marcos
- C Tere Recio García

### 1995

#### XII Edición

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

#### MASCULINO

- A Héctor Sánchez Ramos
- B Enrique Yagüe Diego
- C David López Calvo

#### FEMENINO

- A Arancha Romero Corral
- B M<sup>a</sup> Paz Rodríguez Castiñeira
- C Tere Recio García

### 1996

#### XIII Edición

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

#### MASCULINO

- A Jairo López Rodríguez
- B Alvaro Hernández Rivero
- C David López Calvo

#### FEMENINO

- A Verónica Sánchez Tapia
- B M<sup>a</sup> Paz Rodríguez Castiñeira
- C Ana Isabel Jimeno

### 1997

#### XIV Edición

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

#### MASCULINO

- A Jorge Palomero Hernández
- B Alvaro Pasán Rodríguez
- C David López Calvo

#### FEMENINO

- A Caterina Robles Calaycay
- B Pilar García Díaz
- C Tere Recio García

### 1998

#### XV Edición

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

#### MASCULINO

- A Juan Antonio de Jesús
- B Miguel Merchán Ávila
- C David López Calvo

#### FEMENINO

- A Marta Romo
- B Arancha Romero Corral
- C Beatriz Santiago

### 1999

#### XVI Edición

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

#### MASCULINO

- A Carlos Gallego
- B Juan Carlos Plaza
- C Miguel Angel Pinto

#### FEMENINO

- A Ana María Rodríguez
- B Arancha Romero Corral
- C Tere Recio García

**2000****XVII Edición**

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

**MASCULINO**

- A Sergio Mellado Sánchez  
 B J. M<sup>o</sup> Hernández Porras  
 C Rafael Iglesias Borrego

**FEMENINO**

- A Vanesa Díez Peralta  
 B Marta Romo  
 C Beatriz Santiago

**2001****XVIII Edición**

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

**MASCULINO**

- A Carlos Marcos  
 B J. M<sup>o</sup>. Hernández Porras  
 C Vicente Capitán Peña

**FEMENINO**

- A Marta Ríos  
 B Marta Romo  
 C Tere Recio García

**2002****XIX Edición**

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

**MASCULINO**

- A Hugo Nieto  
 B Carlos Gallego  
 C Rafael Iglesias Borrego

**FEMENINO**

- A Marta Ríos  
 B Marta Romo  
 C M. Revellado Fernández

**2003****XX Edición**

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

**MASCULINO**

- A Álvaro García Gutiérrez  
 B Alfredo Joaquín Rodríguez  
 C Vicente Capitán Peña

**FEMENINO**

- A Marta Ríos León  
 B Estefanía Toba Rodríguez  
 C Marta Romo

**2004****XXI Edición**

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

**MASCULINO**

- A Raul Puerto  
 A Carlos Vicente  
 B Antonio Fraile Ferrero  
 C Luis Miguel Maldonado

**FEMENINO**

- A Marta Isidro  
 A Elisa Baz  
 B Estefanía Taval Vicente  
 C Tere Recio García

**2005****XXII Edición**

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

**MASCULINO**

- A Sergio Molinero  
 A Raúl Puerto  
 B Javier Moreno Antúnez  
 C Rafael Iglesias Borrego

**FEMENINO**

- A Clara García  
 A Marta Isidro  
 B Marta Ríos León  
 C Marta Romo

**2006****XXIII Edición**

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

**MASCULINO**

- A Alejandro Sánchez García  
 A Javier Cascón Rivas  
 B Iván García González  
 C Rafael Iglesias Borrego

**FEMENINO**

- A Sonia Martín Moreno  
 A Clara García Vicente  
 B Esther García Vicente  
 C María Sánchez Zaballos

**2007****XXIV Edición**

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

**MASCULINO**

- A Mario García Romo  
 A Javier Cascón Rivas  
 B Samuel Barata  
 C Mhamd, Hafid

**FEMENINO**

- A Lorena Salvador Escribano  
 A Clara García Vicente  
 B Esther García Vicente  
 C Chepkorir Pasalia

**2008****XXV Edición**

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

**MASCULINO**

- A Diego Sánchez García  
 B Mario García Romo  
 C Alejandro Hdez. Domínguez  
 D Rafael Iglesias Borrego

**FEMENINO**

- A Alejandra S. Redondo Martín  
 B Marta Pescador Gil  
 C Ana M<sup>a</sup>. Cortes González  
 D Asshasa Malika

**2009****XXVI Edición**

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

**MASCULINO**

- A Alejandro Sánchez Pérez  
 B Mario García Romo  
 C Carlos Hernández Martín  
 D Rafael Iglesias Borrego

**FEMENINO**

- A Alejandra Redondo Martín  
 B Aciole Dos Prazeres Pinto  
 C Cruz Jiménez García  
 D Malika, Asshasa

**2010****XXVII Edición**

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

**MASCULINO**

- A Roberto Ruiz Ortiz  
 B Junior Mendo Almaraz  
 C Iván José García Arroyo  
 D Abrahah, Osman

**FEMENINO**

- A Marta Cepeda Bravo  
 B Alejandra Redondo Martín  
 C Carmela Cardama Báez  
 D Diana Martín Giménez

**2011****XXVIII Edición**

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

**MASCULINO**

- A Miguel Carr Cordero  
 B Alejandro Sánchez Pérez  
 C David de la Fuente Gómez  
 D Rafael Iglesias Borrego

**FEMENINO**

- A Carmen Fernández Tavira  
 B Alejandra Redondo Martín  
 C Ana María Cortés González  
 D Irene Pelayo González

**2012****XXIX Edición**

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

**MASCULINO**

- A Jaime Blázquez De Dios  
 B Jaime García Seco  
 C Mario García Romo  
 D Alberto Sanchez Pinilla

**FEMENINO**

- A Laura Baz Cardenas  
 B Marta Cepeda Bravo  
 C Marta Pescador Gil  
 D Estela Navascues Parra

**2013****XXX Edición**

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

**MASCULINO**

- A César López Gaspar  
 B Raul Medina Sánchez  
 C Pablo Sánchez-Montejo  
 D Alberto Sánchez Pinilla

**FEMENINO**

- A Aina Hernández Martín  
 B Rocío Garrido Artiaga  
 C Marta Pescador Gil  
 D Estela Navascues Parra

**2014****XXXI Edición**

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

**MASCULINO**

- A José Manuel López A.  
 B Jaime Blázquez De Dios  
 C Joaquín Martín Pena  
 D Alberto Sánchez Pinilla

**FEMENINO**

- A Andrea Jaén Martínez  
 B Ana Victoria Cubillo García  
 C Alejandra Redondo Martín  
 D Raquel Gómez Martín

**2015****XXXII Edición**

Rec. NOMBRE Y APELLIDOS

**MASCULINO**

- A Alberto Sánchez Pinilla  
 B Daniel Arce Ibañez  
 C Ricardo Serrano Camison  
 D Houssame E. Benabbou

**FEMENINO**

- A Estela Navascues Parra  
 B Raquel Gomez Martín  
 C María del C. Ledesma  
 D Pilar García Díaz

# Rotulación - Pancartas - Vallas - Impresión Digital



Instalador asociado a:



C. La Fucsia, 1-7 Salamanca  
Teléf y Fax. 923 22 61 93

**CALIDAD  
RAPIDEZ  
COMPROMISO**

**OffiPrint**  
Salamanca

EDUARDO GOMEZ FLORES

636 500 006

eduardo@offiprintsalamanca.es

www.offiprintsalamanca.es

*promoción nuevos clientes* **1000 TARJETAS DE VISITA POR SOLO  
49,00 €**

**SERVICIOS COMERCIALES INTEGRALES**

ROTULACIÓN SELLOS CONSUMIBLES

DISEÑO GRÁFICO ETIQUETAS ADHESIVAS

ELECTRÓNICA IMPRENTA OFFSET Y DIGITAL

MOBILIARIO Y MATERIAL DE OFICINA PAPELERÍA

**0000 NXB** **0000 NXB** **0000 HSR** **6000030F** **F2 000 000**

**La boutique del AUTOMOVIL**

**INSTALACION EN EL ACTO**

MATRÍCULAS acrílicas PARA moto, coche y ciclomotor  
DETECTORES y avisadores de RADAR  
SISTEMAS de NAVEGACIÓN  
SISTEMAS de localización GPS  
MANOS libres  
LUCES de led

**ALPNE**  
**INSTAL AUDIO**

**Vicente Gómez Flores**  
Pso. del Rollo, 91 local  
Tlño. 923 989 339  
info@instalaudiosalamanca.com

# GRACIAS...

**PORQUE VUESTRO ESFUERZO ES UN REGALO**

**Gracias también a todos aquellos que, de una u otra manera, han colaborado para poder llegar a una edición más. Sinceramente, GRACIAS.**



Ayuntamiento  
de Salamanca



**LA GACETA**  
PUBLICACIONES PERIÓDICAS



- 42K TM RUNNING
- A.M.P.A. COLEGIO SAN ESTANISLAO DE KOSTKA
- ADMON. DE LOTERIAS «LA MARISECA»
- ALCAR
- BAR ALBERTO
- BAR - RESTAURANTE CASA INO
- CAFÉ BAR ROVI
- BICIRUNSALAMANCA
- CARNICERÍA HERAS
- CERRAJERÍA BLAS
- CLÍNICA BASAS
- CLÍNICA CARDIOLÓGICA
- CLÍNICA OFTALMOLÓGICA LAS CLARAS
- CLUB DEPORTIVO SAN ESTANISLAO DE KOSTKA
- COCA COLA
- CODISOIL, GASÓLEO REPSOL
- CONSTRUCCIONES LAVI, S.L.
- COPE SALAMANCA
- CORTINAS EMILIO PARADINAS

- CRISTALERÍAS SERNA
- CRUZ ROJA ESPAÑOLA DE SALAMANCA
- CYL 8 SALAMANCA
- DECOR-ESTUDIO
- DE LA NAVA CARPINTERÍA METÁLICA
- DELEGACIÓN SALMANTINA DE ATLETISMO
- ECOMEDICAL
- EMJABELL, S.L.
- FORMA
- FRUTERÍAS «LA HERMOSA»
- GRÁFICAS LOPE
- IDEA PUBLICITARIA
- INSTALAUDIO
- LA COLADA
- LIBRERÍA BENEITEZ
- LIBRERÍA GANDHI
- MARTA MOVIL, S.L.
- MERCASALAMANCA
- MIRAT, S.A
- NORTE DE CASTILLA

- OFFIPRINT, SALAMANCA
- ONDA CERO RADIO
- PARROQUIA «MILAGRO DE SAN JOSÉ»
- PELUQUERÍA AGUSTÍN
- PERSIANAS RUANO MONZÓN
- POLICÍA LOCAL DE SALAMANCA
- RADIO ESPACIO
- RADIO INTERECONOMÍA
- RESTAURANTE REGALADO
- SALAMANCA 24 HORAS
- SALAMANCA RTV
- SER SALAMANCA
- SERVICIOS Y REPUESTOS JOSE MIGUEL
- SOS INFORMÁTICA
- TAPICERÍAS TORIBO
- TEC COMUNICACIONES, S.L.
- TRABAJO SEGURO (PROTECCIÓN LABORAL)
- VIALIA, CENTRO COMERCIAL
- WWW.VIRTUALSALAMANCA.COM

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



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

Comunidades de  
propietarios

Particulares

Empresas

## Tu Proveedor Tecnológico



Operador inscrito en la CMT

# INTERNET

sin necesidad de línea

923 220 134 - C/Colombia 45 Salamanca