



ANAITASUNA

REVISTA

- 2023

- ALDIZKARIA

ii Campeonas !!

Las infantiles de Balonmano se llevan el oro

Txapeldunak !

Eskubaloiko hurrek urrea lortu dute

Nacho Gallardo,

nuevo gerente al frente de Anaita

Nacho Gallardo,

kudeatzaile berria Anaitaren buruan

Descubre la intensa actividad social.

ii Un año sin parar !!

Ezagutu jarduera sozial bizia.

Urte bat etenik gabe !



ANAITASUNA



IMQ

IGUALATORIO DE NAVARRA



Propuesta exclusiva de Seguro de Salud para: S.C.D.R. Anaitasuna

Socios-as, pudiendo incluir
adicionalmente a la unidad familiar.

Modalidad de póliza: IMQ CLASSIC

EDAD	PRIMA2023 (Ref. MENSUAL)	PRIMA (ANUAL)
0-49	43,32 €	519,84 €
50-54	52,84 €	634,03 €
55-59	60,63 €	727,47 €
60-64	74,49 €	893,83 €

Primas válidas hasta el 31-12-2023

Más ventajas:

CONTRATA ANTES DEL 01-09-2023

Y BENEFÍCIATE DE LAS SIGUIENTES VENTAJAS:

- 15% dto. en 2023.
(dto. ya reflejado en tabla precios).
- Hasta un 20% dto. adicional por número
de asegurados.
- SIN COPAGOS.

¿hablamos?

EDURNE ODERIZ INSAUSTI

Agente exclusivo nº 213 - Móvil: 616 607 906

edurne.oderiz@imanavarra.com - www.imanavarra.com

Nuestra segunda casa

Acabas de abrir la nueva revista de Anaitasuna, un ejemplo de la diversidad, intensidad y la riqueza que ofrece nuestra sociedad. En estas páginas podrás apreciar la actividad deportiva, social y cultural de nuestra casa en estos últimos meses.

En estos tiempos convulsos para cualquier entidad de este tipo, tiramos de nuestro sentimiento Anaita para mantener y avivar este lugar de encuentro y para disfrutar y vivir lo que significa este club.

Gracias por el apoyo y por seguir confiando en la Junta Directiva que lidero y que está esforzándose para sacar adelante nuestro proyecto y conseguir los logros que nos propusimos cuando asumimos el reto. Por mi parte, gracias a la nueva Dirección y al resto de la plantilla de Anaitasuna.

Gracias a todas las secciones que defienden los colores de esta casa dentro y fuera de las instalaciones, y que nos enorgullecen con sus resultados. ¡Estamos consiguiendo algo grande!

Un aplauso también a todas las personas que día a día son partícipes de las actividades que organizamos en Anaita, y a todos y todas las socias sin excepción, que fomentamos el espíritu Anaita cada cual a su manera.

Continuaremos haciendo alarde del nombre de esta sociedad en todos sus ámbitos y que, como dice la nueva campaña lanzada este verano, Anaitasuna se sienta como nuestra segunda casa.

¡Un abrazo!

Mertxe López
Presidenta

Gure bigarren etxea

Anaitasunaren aldizkari berria ireki berri duzu, gure elkarteak eskaintzen duen aniztasun, intentsitate eta aberastasunaren adibide dena. Orrialde hauetan, azken hilabeteetako gure etxearen kirol-jarduera, jarduera soziala eta kulturala igarri ahal izango dituzu.



Mota honetako edozein entitatearentzat nahasiak diren garai hauetan, gure Anaita sentimendua erakutsi nahi dugu, elkartasunerako toki hau mantendu eta biziberritzeko eta klub honen esanahia gozatu eta bizitzeko.

Eskerrik asko zuen babesarengatik eta bere liderra naizen Zuzendaritza-batzordean konfiantza izaten jarraitzeagatik. Esfortzu handia egiten ari gara gure proiektua aurrera ateratzeko eta erronka bereganatu genuenean geure buruari proposatu genizkion helburuak lortzeko. Mila esker etxe honen koloreak instalazioen barruan zein kanpoan defendatzen dituzten eta haien emaitzekin harro sentiarazten gaituzten sailei. Emaitza handiak lortzen ari gara!

Txalo bat ere egunero-egunero Anaitan antolatzen ditugun jardueretan parte hartzen duten pertsona guztiei eta Anaita adorea sustatzen dugun bazkide guztioi, salbuespenik gabe eta bakoitzak bere moduan.

Elkarte honen izen ona zabaltzen jarraituko dugu arlo guztietan eta, uda honetan ateratako kanpainak dioen bezala, Anaitasuna gure bigarren etxea dela sentitu dezagula.

Besarkada handi bat!

Mertxe López
Presidentea





Junta General de Socios Compromisarios

El 27 de abril, tuvo lugar en el restaurante de Anaitasuna la Junta General de Socios Compromisarios, cuyo orden del día consistió en:

- 1.- Aprobación, si procede, del acta de la última Junta General.
- 2.- Presentación de la Memoria de la presidenta.
- 3.- Presentación de la Memoria de Gerencia.
- 4.- Examen de las cuentas de ingresos y gastos del ejercicio 2022, con informe de la Auditoría y, en su caso, aprobación de estas.
- 5.- Presentación y aprobación, si procede, de los presupuestos para el ejercicio 2023. Fijación de cuotas para el próximo ejercicio, acuerdo a adoptar.
- 6.- Nombramiento del nuevo Censor de Cuentas.

En la mesa y bajo la presidencia de Mertxe López, asistieron: el gerente de Anaitasuna, Nacho Gallardo, el vicepresidente de la sociedad, Iñaki Garralda, el tesorero, Eduardo Uterga, y los miembros de la Junta Directiva Estibaliz Barranco, Miguel Goñi, Puri Peña y Ana Nicolás.

La primera en tomar la palabra fue López, que desgranó algunas de las **cifras del club** (7.461 socios, de los que 266 eran en ese momento socios deportistas), la estructura del club en cuanto a edades de las personas socias, un análisis de las actividades deportivas y la participación en ellas, así como un resumen de las secciones, con valoraciones de cada uno de sus responsables.

Por otro lado, marcó los objetivos que se había propuesto su junta, y que son: **la estabilidad financiera y la profesionalización de la gestión y el control económico; contar con una hostelería sostenible y de calidad; proteger e impulsar la imagen y la reputación de Anaitasuna; la digitalización de la sociedad; renovar el convenio laboral con la plantilla; conseguir una calidad óptima del servicio; lograr la excelencia en la gestión y en la prestación del servicio; y la actualización de los estatutos de la sociedad.** En cada uno de ellos, la presidenta describió los pasos que se iban a dar.

Después de la intervención del gerente del club (cuyo resumen podréis encontrar en las siguientes páginas), Iñaki Garralda leyó el

Bazkide Konpromisarioen Batzordea

Mahaian eta Mertxe Lópezen presidentetzarenean, hauek bildu ziren: Nacho Gallardo, Anaitasunako kudeatzailea, Iñaki Garralda, elkarteko presidenteordea, Eduardo Uterga, altxorzaina, eta Estibaliz Barranco, Miguel Goñi, Puri Peña eta Ana Nicolás, Zuzendaritza-batzordeko kide direnak.

informe de la auditoría de las cuentas anuales, elaborado por Grant Thornton. Según su criterio, se indicó que “las cuentas expresan, en todos los aspectos significativos, la imagen fiel del patrimonio y de la situación financiera de la sociedad a 31 de diciembre del 2022, así como de sus resultados correspondientes al ejercicio terminado en dicha fecha, de conformidad con el marco normativo de información financiera que resulta de aplicación y, en particular, con los principios y criterios contables contenidos en el mismo”.

El censor del club, Javier Sanz, intervino después para repasar los puntos más importantes de su informe. En su discurso, remarcó la incertidumbre que vive el club,

que viene dada por múltiples factores, entre los que incluyó la pérdida de socios, la delicada situación financiera y los problemas de liquidez de la sociedad. Asimismo, expuso el acuerdo al que se había ido llegando con los diferentes bancos para gestionar los préstamos.

En su discurso, reclamó a la Junta Directiva que entregue información puntual del control económico a través de informes mensuales de seguimiento de los resultados de la entidad y de cada sección, así como de la situación y previsión de la tesorería. Por otro lado, resaltó la capacidad de los responsables de cada sección para realizar el cambio que se ha de dar. “Yo creo que tenemos unos profesionales estupendos en cada una de las secciones y debemos apoyarnos en ellos para lograr el cambio de rumbo”, indicó.

Por último, apeló a la unidad, “para no desviarnos entre nosotros mismos”.

Medidas aprobadas

En las votaciones, **se aprobaron las cuentas del 2022** (29 votos a

favor, 18 en contra y 9 abstenciones), **y los presupuestos del 2023** (30 votos a favor, 18 en contra y 7 abstenciones). Dentro de los presupuestos, estaban incluidas también las **modificaciones de las cuotas y las derramas**. Por una parte, se aprobó aumentar en dos euros la cuota de mantenimiento únicamente para la franja de los socios adultos (a partir de los 18 años). Este incremento tendría validez para todo el año 2023, por lo que la subida tendría efecto retroactivo desde enero. Y, por

otra, se aprobó continuar con la derrama extraordinaria, que iba a finalizar en diciembre del 2023. Tanto la derrama extraordinaria como la del Plan Director pasarán a llamarse “cuotas extraordinarias”, ya que no pueden considerarse derramas, al contar con una carencia en este sentido de los bancos. Todos los documentos expuestos en la Junta General de Socios Compromisarios, así como el acta y las cuentas en detalle puede consultarse en el **Portal de Transparencia**.



Construimos ciberconfianza. Creamos ciberseguridad

BE WISER!



Nacho Gallardo toma las riendas de la dirección de Anaitasuna

A finales del año pasado, el barcelonés Nacho Gallardo, de 46 años, asumió la dirección de la S.C.D.R. Anaitasuna con el objetivo de corregir la mala deriva económica que sufría el club, buscar nuevas fórmulas de negocio y dar la vuelta a la tendencia en la bajada de personas socias. Licenciado en Dirección de Empresa en Esade y con más de 20 años de experiencia en consultoría de marketing y estrategia a sus espaldas, marcó varias líneas estratégicas, que desveló a los socios compromisarios en la asamblea anual.

Situación desfavorable

Gallardo aterrizó en el club en una situación complicada, tanto por el entorno macroeconómico, como por las nuevas formas de consumo de los clubes deportivos, o por los datos de inflación e incremento de los costes. Esa situación, junto con otros parámetros internos de gestión o de fuerte bajada de socios, llevó al club el **17 de octubre a entrar en un precurso de acreedores**.

“Desde entonces, hemos implementado un **plan de control y de actuación drástico** que, en escasos meses, nos ha permitido tener una visión más amplia del origen del problema y, así, poder actuar directamente sobre los diferentes focos que teníamos que controlar”, indica. A eso, se suman una carencia de los bancos y una renovación de ciertos puestos clave, profesionalizando la gestión.

“Todo eso -alega-, nos ha permitido salir de la UCI en la que estábamos y ser optimistas con la evolución, siendo plenamente conscientes de que seguimos siendo un enfermo grave y que no nos podemos despistar ni una sola semana”.

Gastos de las secciones

La forma de funcionar de las secciones, opina Gallardo, no tiene vigencia en el panorama actual y, a pesar de saber que Anaitasuna es un club social y que, por ello, su gestión es diferente, se debe aplicar criterios puramente empresariales y de cuentas de resultados para poder **hacer, de las secciones y de la totalidad del club, algo viable** en el corto y en el largo plazo.

“La cultura de entender una sección como si fuese una federa-

Nacho Gallardok Anaitasunako zuzendaritzaren agintea hartu du

Pasa zen urteko amaieran, Anaitasuna-ko zuzendaritza bereganatu zuen kluba sufritzen ari zen okerreko bidean zihoan joera ekonomikoa zuzentzeko, negozio-tresna berriak bilatzeko eta bazkide kopuruaren beherakadan gertazen ari zen joerari itzulia emateko helburuaz.

ción en la que Anaitasuna paga en su totalidad licencias, equipaciones, inscripciones, viajes y dietas no es sostenible con los números que maneja el club y con la oferta que busca gran parte de la masa social, que quiere ocio, actividades y un entorno cuidado donde esté bien atendido”, opina. Por esa razón, reclama que haya una reflexión **por parte del socio de qué es lo que se quiere de las secciones**. Sin embargo, argumenta que “esta reflexión debe hacerse con números controlados tras una gestión eficiente, no con los números actuales, que nos llevaría a tomar decisiones desmedidamente drásticas”.

“Aquí ha habido y se sigue haciendo un trabajo cultural muy profundo de cómo tenemos que funcionar, ya que no es fácil cambiar muchos años de formas de hacer. Este cambio de cultura muchas veces choca con la voluntad y la predisposición de las personas, pero, desafortunadamente, es la única vía para hacer sostenible el club. Por eso, con los equipos internos se está haciendo un trabajo intenso de comunicación y seguimiento”, expone, al tiempo que añade que cada vez más se está encontrando con **aportaciones muy valiosas** de las secciones para cambiar ciertas formas de gestión antiguas.

Hostelería

La situación con la hostelería era una de esas decisiones que no es agradable tomar, sabiendo lo que representaba para el club. Eso lo tenía muy claro Gallardo, que, no obstante, después de los primeros meses de trabajo y viendo la imposibilidad de darle la vuelta con el equipo que existía, comenzó a analizar diferentes opciones. “Todos los clubes en Navarra

tienen su hostelería externalizada y, contrastándolo con ellos, todos estaban muy satisfechos y no tenían ni los problemas ni las pérdidas que teníamos nosotros. Además, los bancos también nos recomendaron el externalizar ese servicio”, aduce.

Analizando las cifras históricas de la hostelería, se decidió dar el salto, para **obtener una mayor calidad, un mejor servicio y una reducción de las pérdidas.** Tras diferentes indagaciones, el club se decantó por el equipo de Javier Górriz, debido a su profesionalidad, a su clara vocación de servicio y a su comprensión de que se trataba de un proyecto a largo plazo y de que la prioridad era recuperar la satisfacción de socio, independientemente de sus resultados internos. El equipo, por otro lado, aportaba la experiencia de otros clubes, demostrando que podían gestionar desde un bar hasta un evento de más de 1.500 personas.

“Tras unos primeros meses, podemos decir que estamos muy satisfechos con su trabajo. Como claro indicador de ello, se ha registrado una drástica disminución en el número de quejas que recibíamos sobre la hostelería en nuestro buzón de La Voz-Ahotsa”, apunta.

Medidas económicas

Una de las decisiones que se acordó en la Junta de Socios Compromisarios fue la de la **continuación de la derrama y el aumento de la cuota de mantenimiento.** Gallardo expone que la diferencia entre lo pagado a los bancos y lo cobrado a los socios/as durante los últimos seis años es de prácticamente 1.200.000 euros. Además, las derramas se habían utilizado anteriormente como si fuesen un ingreso de la actividad, y no como un ingreso financiero, por lo que los cálculos y los usos anteriores obligaron al club a tener que



ajustar la duración de las derramas.

“Ahora mismo -anuncia Gallardo-, es complejo definir la duración exacta, ya que depende del período de carencia de los bancos, de los tipos de interés, del número de personas socias que tengamos... En función de estas y otras variables, ese período puede oscilar unos cuantos meses o incluso algún año”.

Por otro lado, con el propósito de ahuyentar las pérdidas de los últimos años, Anaitasuna ha debido adaptar la cuota de mantenimiento. En este sentido, se ha intentado que sea el menor importe posible. “Consideramos que los dos euros de subida son entendibles por el socio. Las líneas de trabajo ahora son claras en el control: recorte de gastos, optimización energética y atención al cliente, adaptando la oferta a los diferentes públicos y familias, realizando nuevas campañas de captación y ajustando múltiples deficiencias internas, cómo pudie-

ran ser aspectos digitales o inversiones para optimizar el mantenimiento del club”, subraya.

“A nivel personal, es un reto mayúsculo dirigir este momento de cambio en una situación tan crítica y con la tensión social con la que llegué. Sin embargo, creo que **se empiezan a ver cambios relevantes** y que el esfuerzo y los malos momentos que ha habido, que han sido múltiples, van a tornarse en breve en una gran satisfacción, que compartiremos con la gran mayoría de socios/as.

Nos queda todavía mucho camino, y virar la trayectoria de un trasatlántico no es un mero golpe de timón. Y menos, cuando hay tantos aspectos emocionales y culturales que abordar. Creo que aún tenemos dos años intensos por delante si seguimos progresando a este ritmo. Pero tenemos claro lo que hemos de hacer, los tiempos y el cómo, así que solo esperamos poder trabajar a gusto en ello”, concluye.

REFORMAS Y REVESTIMIENTOS
(REFORMAS INTEGRALES, COORDINACIÓN DE GREMIOS Y
MANTENIMIENTO EN VIVIENDAS, LOCALES Y COMUNIDADES)

RAÚL PÉREZ GANUZA



Tel: 675887020-948043395
raulperezga@hotmail.es

urgon
suministros eléctricos



Zure lasaitasunerako aseguru

Ba al zenekien, irailaren 29tik aurrera, txakurrentzako Ardura Zibileko aseguru Espainia osoan derrigorrezkoa izango dela? Animalia Ongizatearen Lege berriarekin batera, Ardura Zibileko aseguru hau derrigorrezkoa izango da, bere arraza, tamaina edo ezau-garriak edozein direla ere.

cumplir, para evitar posibles sanciones que conlleva su incumplimiento.

Un seguro para tu tranquilidad

¿Sabías que, a partir del 29 de septiembre de 2023, el seguro de Responsabilidad Civil para perros será obligatorio en toda España? Con la nueva Ley de Bienestar animal, este seguro de Responsabilidad Civil será obligatorio, independientemente de su raza, tamaño o características.

El miércoles 29 de marzo el BOE publicó la ley de bienestar animal, aunque no entrará en vigor hasta el próximo 29 de septiembre, 6

meses después de su publicación. No obstante, es conveniente conocer todos los detalles de la misma en cuanto a obligaciones a

Esta nueva Ley de Bienestar Animal pretende controlar y regular la tenencia y el trato de animales dentro de todo el territorio español, con el objetivo de garantizar el bienestar de estos animales en España. Pero, desde que se publicara esta ley han sido muchas las polémicas que han surgido, como la prohibición de la exposición de perros y gatos en los escaparates de tiendas, la publicación de un listado de mascotas prohibidas, o el curso que tendrán que realizar y aprobar aquellas personas que quieran tener mascotas en sus casas.

Helvetia Responsabilidad Perros

helvetia.es

Protección.

Perro.

 **Tranquilidad.**

simple. claro. helvetia 
Tu aseguradora suiza



Y, aunque esta ley está sujeta a cambios, lo que es seguro es que los propietarios deberán disponer de un **seguro de responsabilidad civil por daños a terceros**. Además, la póliza deberá incluir también en su cobertura a las personas responsables del animal.

Por ello, Helvetia Seguros presenta su nuevo producto de Responsabilidad Civil para perros. El objeto del mismo se define por: **Responsabilidad civil por los daños materiales y personales y perjuicios causados a terceros en su condición de propietario o poseedor del perro.**

La compañía ofrece las coberturas necesarias para garantizar una **protección completa, tanto para perros de manejo no especial, como para perros de manejo especial y/o peligrosos.**

Las ventajas de este seguro de Responsabilidad Civil para perros en Helvetia Seguros pueden resumirse en los siguientes puntos:

Puedes **contratar tu seguro y descargar tu certificado.** A través

de un sencillo proceso de contratación online podrás obtener tu certificado en tan solo unos minutos y tenerlo siempre a mano cuando lo necesites.

Tranquilidad ante los imprevistos. El Seguro de Responsabilidad Civil de perros cubre los daños que tu mascota ocasione a una tercera persona, así como los gastos de defensa derivados de los mismos.

Máxima protección. Este seguro te ofrece cobertura en todo el territorio nacional (con posibilidad de ampliar a la Unión Europea).

Tus perros en la misma póliza. Para facilitarte gestiones, podrás asegurar en una sola póliza, hasta un límite de tres perros que tengan la misma modalidad de contratación y delimitación geográfica.

Si aún no tienes este seguro de Responsabilidad Civil para perros, y estás pensando en contratar uno, no esperes más y aprovecha todas las ventajas que te ofrece Helvetia Seguros. **En las instala-**

ciones de Anaitasuna puedes encontrar una agencia de la aseguradora, que regentan Elizabeth Pérez e Ismael Pérez, en la que podrás consultar más información al respecto.

Elizabeth Pérez
M 646 367 757
helvetiaanaitasuna@gmail.com

Ismael Pérez
M 638 495 667
ismael.perez.eneriz@gmail.com

Más información en:
helvetia.es/colectivos/anaitasuna




helvetia.es/colectivos/anaitasuna

**Vida.
Riesgo.
Cubierto.**

Elizabeth Pérez:
T 646 367 757, helvetiaanaitasuna@gmail.com
Ismael Pérez:
T 638 495 667, ismael.perez.eneriz@gmail.com

Nº de registro DGS: C015772803185C

simple. claro. helvetia 
Tu aseguradora suiza

Nuestro compromiso





Una temporada en el alambre

Helvetia Anaitasuna vivió una temporada complicada, en la que las lesiones y las derrotas por la mínima volvieron a marcar el rumbo del equipo navarro, que no consiguió certificar la permanencia en la Liga Plenitude Asobal hasta el penúltimo partido, a pesar de que el cuadro de Quique Domínguez se había fijado objetivos más ambiciosos al comienzo de la campaña.

El año, de hecho, empezó con una de las peores noticias posibles, ya que Ander Torriko se volvió a lesionar a principios de septiembre. Cuando se encontraba a punto de regresar a las pistas, recayó por tercera vez de su lesión en el ligamento cruzado anterior de su rodilla derecha, borrándole de un plumazo la temporada completa.

Ese terrible golpe en contra no llegó solo, porque el fichaje estrella del conjunto, Xavi Castro, no pudo debutar hasta pasadas varias semanas del inicio de la competición, debido también a una lesión que no conseguía superar. La **enfermería** vería pasar a lo largo del año a Álvaro Gastón (que después de un durísimo golpe en el hombro, estuvo más

de un mes sin pisar las pistas), Arthur Pereira (con fractura de tobillo y más de dos meses de baja), Nico Bonanno (con rotura de nariz y un mes de baja), o Edu Fernández (que en invierno se rompió un dedo, lo que le impidió jugar en un par de meses).

A esos contratiempos en el vestuario se sumó una dinámica negativa que Helvetia Anaitasuna acarreoó de la temporada anterior: la de **derrotas por la mínima**. Además de cuatro empates, el equipo pamplonés perdió siete encuentros en la liga por un solo punto, lo que denota la **máxima igualdad** que reina en Asobal y el desafío anímico que tuvo que superar el conjunto dirigido por Domínguez, que llegó a encadenar ocho enfrentamientos sin conocer el triunfo.

Denboraldi bat ozta-ozta

Helvetia Anaitasunak denboraldi zail bat bizi izan zuen, non lesioek eta gol bakar bateko diferentziagatiko porrotek talde nafarraren noranzkoa erabaki zuten, Asobal Plenitude Ligan mantentzea azken-aurreko partidura arte lortu ez zuelarik, Quique Dominguezen taldeak denboraldi hasieran helburu handinahia-goak finkatu zituen arren.

En muchos de ellos, además, se sufrió una de las características que se hicieron muy patentes esta temporada: las dos caras del equipo. Helvetia Anaitasuna salía a los encuentros con una concentración alta y gran efectividad tanto en ataque como en defensa, pero, en momentos y períodos puntuales (sobre todo, en los finales de partido), el cuadro navarro se desconectaba y su juego caía en barrena. Tanto que, incluso, se llegaron a desperdiciar ventajas de hasta cinco goles en duelos que, finalmente, se llevaron los rivales.

A pesar de que los jugadores siempre se rehacían de las adversidades y jamás bajaban los brazos, los resultados no llegaban. Precisamente, una de las metas de la temporada, alcanzar la fase final de la Copa del Rey, también se evaporó en la Catedral, en un partido contra el Abanca Ademar León en el que los pamploneses se fueron al descanso ganando de seis goles y, al sonar el pitido final, perdían de uno.

Un nuevo revés para un Helvetia Anaitasuna que llegaría a los últimos partidos del calendario con una **necesidad acuciante de puntuar** para alejar el fantasma del descenso. **La tranquilidad no se alcanzaría hasta un emocionante encuentro en casa ante el Logroño BM. La Rioja**, en el que la victoria sirvió también para despedir a dos emblemas insustituibles del club, como Carlos Chocarro e Ibai Meoki.

Confiamos en que nuestro equipo afronte la próxima temporada con la garra que le caracteriza y el viento a favor. Gora Anaita!

Agur Helvetia Anaitasunako bi ikurri

Zenbait agur oso hunki-garriak izaten dira. Aurten goen artean, oroitzapen ezabaezina uzten duten bi daude: Carlos Chocarrorena, Helvetia Anaitasunako kapitain betierekoa, eta Ibai Meokirena, jokalaririk garrantzitsuenetariko bat ere.

Por un lado, Chocarro puso fin a 19 temporadas en las que ha defendido los colores de Helvetia Anaitasuna hasta en tres divisiones distintas. Las cifras que deja atrás son asombrosas: **más de 300 partidos** en la máxima categoría del balonmano nacional y **cerca de 1.000 goles** en esta competición, con una media de más de tres tantos por partido. Desde su posición de extremo izquierdo, el berinianense, de 37 años, ha portado el brazalete principal de capitán desde que se retirara Miguel Goñi en el 2019.

Chocarro indicó en su despedida que sentirá mucha nostalgia cuando recuerde su época como jugador. “Al final, es algo que has hecho prácticamente todos los días de tu vida durante mucho tiempo, por lo que da cierta cosa ver que no volverá a pasar. Pero son etapas de la vida que hay que ir pasando”, afirmó. De hecho, el balonmano ha sido una parte fundamental de su vida: “Vivo por y para él. He podido jugar tantos años porque me gusta mucho el balonmano, porque he sido ambicioso, porque he estado en el sitio adecuado y con la gente adecuada... Y todo eso ha hecho que se fueran cumpliendo temporadas. Aunque al principio fue más duro, las lesiones me han ido respetando y he podido estar más o menos sano y disfrutar jugando”, manifestó.

El broche de oro a su carrera fue la **retirada de su dorsal**. Su camiseta con el 17 a la espalda luce ya en lo alto del Pabellón Anaitasuna, como recuerdo de todo lo que ofreció al equipo y su contribución a elevar el nombre de Helvetia Anaitasuna.

Por otra parte, el conjunto pamplonés no verá más en la pista de la Catedral a Ibai Meoki. Nacido en

Adiós a dos emblemas de Helvetia Anaitasuna

Hay despedidas que se sienten muy intensas. De las de este año, hay dos que dejan una huella imborrable. **Carlos Chocarro**, eterno capitán de Helvetia Anaitasuna, e **Ibai Meoki**, también uno de los jugadores más importantes, colgaron la camiseta al finalizar la temporada. Ambos blanquiverdes se retiraron del balonmano profesional y dejaron un gran hueco en el cuadro navarro, que ya no contará en la próxima campaña con dos de sus capitanes.

Santesteban hace 34 años, el central concluyó una larga carrera, en la que vistió las elásticas de clubes como el Erreka, el San Antonio y, en Alemania, el HG Saarlouis y el ThSV Eisenach. Sin embargo, Meoki guarda una especial vinculación con Helvetia Anaitasuna, ya que hasta en tres etapas formó parte de su plantilla. En su caso, jugó cerca de 300 partidos en la máxima categoría del balonmano español (más de 220, vistiendo los colores de Anaitasuna), en los que anotó casi **400 goles a lo largo de 12 temporadas**. En Alemania, disputó casi un centenar de encuentros, con más de 200 tantos.

Meoki se despidió recordando que **Anaitasuna siempre será su segunda casa**. “Es un lugar en el que he vivido experiencias inolvidables y momentos increíbles. Prácticamente, me he desarrollado en este club y he tenido la suerte de conocer a verdaderos amigos. Anaitasuna siempre será para mí un sitio de grandes emociones y recuerdos”, remarcó.





El sueño se cumple por tercer año consecutivo

La escuela de Balonmano de Helvetia Anaitasuna está imparabile, con una temporada que ha cosechado los mejores resultados de su historia y le posiciona claramente entre las mejores del Estado.

Lo más destacado: el merecido primer puesto de las Infantiles, que han recogido la copa de Campeonas de España por tercera vez consecutiva en la misma categoría, después de una brillante fase final disputada en Lanzarote y, en concreto, tras una final de infarto.

El equipo navarro ha estado formado por **Eunate Arteta, Alejandra Sanz, Lierni Garayoa, Maelle Dozzi, Katrin Huarte, María Rodríguez, June Fernández, Irune Aranguren, Amaia Aranguren, Irene Glaría, Julia Mendinueta, Noa Urzaiz, Jare Salvoch de Frutos, Amaia Vicente, Josune**

Alonso, Polina Alexandrovna Gorshkova, Leyre Tanarro, Kattalin Echegaray, June Jiménez y Uxue Sánchez. En el cuerpo técnico, han ayudado a **Carlos García Anne Barandalla, Haizea Ilzarbe e Iñaki Martínez.**

Para el técnico de Helvetia Anaitasuna, haberse proclamado nuevamente campeonas de España es “un hito histórico que creo que nadie había conseguido con anterioridad”. “Es muy difícil ganar un campeonato, pero **hacerlo tres veces consecutivas con tres equipos diferentes es algo memorable**”, subraya.

Ametsa 3. urtez jarraian bete da

Helvetia Anaitasunako Eskubaloi eskola geldiezin dabil, historiako emaitzarik onenak lortu dituen denboraldi bat eginda eta, argi eta garbi, Estatu hoberenen artean kokatuz.

“Estas chicas son excepcionales en todo, no solo sobre la pista. Exhiben un comportamiento que llama la atención para la edad que tienen y que, después, se refleja en la pista. De hecho, se han hecho querer en todos los equipos del campeonato”, manifiesta.

El club navarro se ha labrado ya una impronta muy relevante en el panorama nacional del balonmano base, y no solo por los tres campeonatos de España cosechados por las infantiles en estos últimos tres años, sino porque la mayoría de sus equipos se cuelan en las fases finales y muchos de ellos terminan compitiendo por las medallas.

El equipo masculino de **Primera Nacional** ha disputado la fase de ascenso a División de Honor Plata); el equipo femenino de **División de Honor Plata** ha competido en la fase de ascenso a División de Honor Oro; el equipo de Segunda Nacional se ha quedado campeón; los juveniles, cuartos de España; las juveniles, sextas de España; los cadetes masculinos y femeninos, ambos han logrado la séptima plaza en el Campeonato de España; y los infantiles masculino han sido campeones de liga.



El torneo que bate récords

¡Lo volvimos a hacer! La sección de Balonmano batió sus propios récords en el IX Torneo Nacional de Semana Santa de Balonmano Base, celebrado en nuestro pabellón en abril.



No solo por los resultados, donde los tres conjuntos femeninos de Anaita se hicieron con los triunfos finales en las tres categorías, infantil, cadete y juvenil.

Sino también por las cifras y el exitazo de organización: **30 clubes de ocho comunidades autónomas tomaron parte en un evento que reunió en Pamplona a cerca de 2.000 participantes**, entre jugadores y técnicos, y a los que hay que sumar más de un centenar de personas, entre árbitros y voluntarios. La máxima implicación de dichos voluntarios es una de las principales virtudes de la sección de Balonmano y, a su vez, una de las particularidades que más destaca el resto de los clubes.

El crecimiento del torneo sigue imparable y, en esta ocasión, **el número de jugadores ascendió en casi 700 personas**.

Además del triunfo final en todas las categorías femeninas, los equipos masculinos de Helvetia Anaitasuna subieron igualmente al podio en cadetes y juveniles, con sendos segundos puestos.

Anaitasuna se muestra **muy agradecida con las personas socias del club**, y a las demás secciones deportivas, así como a personal de Mantenimiento y a la sección de Fotografía.

Por otro lado, **un agradecimiento importante se va también a los patrocinadores** Helvetia Seguros, Wise Security Global, Autocares Félix Gastón, la Mancomunidad de la Comarca de Pamplona y el Consorcio de Residuos de Navarra. En



la organización del torneo participaron, además de la propia Anaitasuna, el Gobierno de Navarra, el Instituto Navarro del Deporte, el Ayuntamiento de Pamplona, la Federación Navarra de Balonmano y la Real Federación Española de Balonmano, y la ayuda de los árbitros de la Federación Navarra de Balonmano y del Comité Nacional de Árbitros.

En palabras del responsable de la sección de Balonmano de Anaitasuna, Carlos García, "Daba mucho gusto ver cómo se lo estaban pasando los padres y madres. Se movió muchísima gente esos días. Y eso habla también **del beneficio económico que supone el torneo, tanto para Anaitasuna como para**

la ciudad. Merece mucho la pena el esfuerzo y todo el trabajo que hemos llevado a cabo para organizarlo", sentencia.

Errekorrak apurtzen dituen txapelketa

Berriz egin dugu! Eskubaloi sailak gure pabiloian ospaturiko IX. Harrobiko Eskubaloiko Aste Santuko Txapelketa Nazionalen bere errekor propioak apurtu zituen, bai kirol-mailan bai antolakuntza-mailan.





Julen Delgado, el diamante haltera

La sección de Halterofilia de Anaitasuna está en plena temporada, ya que su calendario de competición va de enero a diciembre. El diciembre pasado acabamos con el Campeonato de España sub17, donde Julen Delgado se colgó la **medalla de oro** en categoría 73kg. ¡Bravo por esta gran promesa!

El año 2023 comenzó con la Copa de España sub15 donde el equipo masculino de Anaita fue tercero, y el femenino, 4º mejor equipo de España. En cuanto a las ligas regionales, la hegemonía de Anaitasuna es prácticamente completa, un gran preparativo para las citas estatales. Los más jóvenes, en la liga nacional sub 15 prometen buenos resultados, estando en este momento primeros en masculino y cuartas en femenino.

En la categoría absoluta, Anaitasuna defiende la División de Honor esta temporada, tras conseguir el ascenso. "Ahora

mismo estamos en 10ª posición dentro de los 18 equipos en competición, una posición que estoy muy bien dada la complejidad de esta categoría, ¡la más complicada! **Está siendo un año difícil, porque la división de honor es la máxima, pero estamos contentos con los resultados**", cuenta **Mikel Muniáin**, responsable de sección. Si siguen en este nivel, los halteras absolutos conseguirían la clasificación para el play off de la Copa del Rey, que se disputará en noviembre.

Desde la Sección de Halterofilia también se quiere destacar en

Julen Delgado, 18 urterekin, hobekuntza bizkor-bizkorra izaten ari da eta hori dela eta, Espainiako Seleksioak deitu du.

Laura Chafer ere Seleksioarekin bilduta egon da 23 urtetik beherako Europako Txapelketa prestatzeko.

Mikel Muniáin 2023-ko Europako txapeldun atera da eta Iñaki Domínguez, Europako laugarren.

compromiso y la evolución del equipo A masculino y femenino. Las chicas de la categoría absoluta están en **2ª División Femenina**, con opciones de ascenso a 1ª División.

Selección Española

Julen Delgado, con 18 años, está teniendo una progresión meteórica y ha sido convocado por la **Selección Española** esta temporada. **Laura Chafer** también ha estado concentrada este verano con la Selección Española para preparar el Campeonato de Europa sub23, que se celebra este julio en Rumania.

Por su parte, los más veteranos del equipo siguen dando alegrías de máximo nivel: Mikel Muniáin, campeón de Europa 2023 e **Iñaki Domínguez**, cuarto de Europa. ¡Enhorabuena, grandes!

Además, desde la sección animamos a cualquier persona a **probar la halterofilia**. "No hacen falta grandes cuerpos ni una condición física concreta, ya que se adquieren con el tiempo", dice Muniáin.

Este deporte está abierto a niños y niñas de ocho años hasta mayores en edad madura, que pueden practicar Halterofilia en Anaitasuna.



Parque Empresarial La Estrella
C/ Berroa 4 - 31192 Tajonar
Tfno.: 948 852 134 Fax: 948 852 143





Gran cita master en nuestro pabellón

Llegados desde 15 comunidades autónomas de todo el país, **230 halteras veteranos (155 hombres y 75 mujeres) de 35 a 76 años**, entre los que se encuentran algunos de los mejores levantadores nacionales de estas edades, llegaron en abril a Pamplona para participar en el Campeonato de España de Halterofilia Máster.

La pista del Pabellón Anaitasuna se convirtió en una gigantesca tarima, para acoger una competición que fue preparada hasta el último detalle por la sección de Halterofilia de la S.C.D.R. Anaitasuna.

En el Campeonato de España de Halterofilia Máster participaron **halteras muy destacados**, como Joaquín Valle (que cuenta con un diploma olímpico), Fernando Gracia (internacional), Santiago Martínez (olímpico), Nekane Martínez (internacional), Dámaris Sosa

(internacional) o Manuel García (internacional), además de nuestros medallistas europeos **Mikel Muniáin e Iñaki Domínguez**.

La prueba contó con el **respaldo de los talleres Eguzki Electromecánica y de la Inmobiliaria Carlos III, además de ISEL Energía, que patrocina a toda la sección de Halterofilia**. ¡Gracias por vuestra apuesta!

“Para nuestro club, poder organizar un evento así es un privilegio. **Y que este Campeonato de**

Master hitzordu handia gure pabellon.
35 eta 76 urte bitarteko 230 haltera beterano (155 gizon eta 75 emakume) apirillean Anaitasunara iritsi ziren Halterofilia Masterreko Espainiako Txapelketan parte hartzeko.

España haya sido el más multitudinario de todos los que se han celebrado hace que nos hayamos esforzado para que todo salga a pedir de boca. Queremos que se abra la puerta y que podamos organizar también algún **Campeonato de Europa**”, ha apuntado Muniáin, que a su vez fue medalla de oro en esta competición en casa.



Plaza Julio Caro Baroja s/n
31014 Pamplona
Tfno: 948 29 01 45
Fax: 948 15 12 05
sedena@sedena.es
<http://www.sedena.es>

GESTIÓN DE INSTALACIONES Y ACTIVIDADES DE OCIO, CULTURALES Y DEPORTIVAS



Zergatik da judoa hezitzailea?

Judoa kontaktuzko kirola da, kontaktu sozialekoa batik bat. Esperientzia hau bizi nahi baldin baduzu eman izena datorren ikasturtean. Zure taldekideen laguntzaz asko gozatuko duzu eta zugan, jokatzeko jarraitzeko, kontrolatu beharko dituzun emozio asko piztuko zaizkizu.

Por qué el Judo es educativo

¿Habéis visto alguna vez jugar a dos cachorros de perro persiguiéndose, intentando derribarse, saltando unos por encima de otros, subiéndose encima o mordisqueándose? ¿Los habéis visto subirse encima de su madre o padre comprometiéndolos en el juego? ¿Por qué éste es el juego social preferido por los cachorros de todas las especies de mamíferos, incluidos los humanos? ¿Por qué lo intentan jugar también los niños con los individuos adultos, padres o compañeros jóvenes que se prestan? ¿Qué tendrá esta actividad, por qué hace sonreír, reírse y disfrutar a nuestros niños? ¿Qué efecto tiene en su desarrollo y porque mejora su adaptación?

Desde pequeños a nuestros hijos les encanta la interacción física vigorosa. Les encanta que les cojamos, que les agarremos, los levantemos y los llevemos por el aire en volandas. Les gusta que les abracemos, que les pongamos encima de nosotros y rodemos. Disfrutan cuando los dejamos, nos retiramos y volvemos sorpresivamente a cogerlos. Todo ello en un ambiente seguro, en el que cada interacción es una provocación estimulante. "¡A qué voy!"

Conforme se van haciendo mayores, si seguimos rodando juntos, el juego del niño va haciéndose más activo, aumentan los elementos de competición. Es ahí donde empezamos a enseñarles a ser cuidadosos para no hacernos daño. También les dejamos ventaja, nos dejamos "dominar" y otras veces nos imponemos cariñosamente. Para que el juego vaya bien tendremos que encontrar la dosis justa de diversión sin llegar al descontrol.

En el **judo** se aprende a ser buen compañero de juego, a establecer vínculos cooperativos, a atreverse, a controlarse, a competir, a ayudar. A balancear elementos que en principio parecen opuestos: cooperación y competición, fuerza y control, alegría y frustración. Todo esto se da en un ambiente seguro, con disciplina, con un modelo de autoridad, el sensei. En el judo hay "Toris", el que realiza la acción y "Ukes", el que se deja hacer y se van invirtiendo los roles. Se realiza "yaku soku geiko", estudio técnico en desplazamiento con el compañero, en el que cuando te realizan una técnica te dejas llevar. Cuando van haciéndose mayores comienzan a competir y lo dan todo, siempre manteniendo el respeto adquirido por el compañero.

El judo es un deporte de contacto, sobre todo de contacto social. Si quieres vivir esta experiencia apúntate el próximo curso. Con

ayuda de tus compañeros disfrutarás y se despertarán en ti muchas emociones que tendrás que regular para seguir jugando.

*Daniel Montoya
Psicopedagogo y delegado de la sección de Judo*



Denboraldiko gertakizunik garrantzitsuena gizonen taldeak 1. mailako Espainiako Kopan parte hartzea izan zen, hurrengo denboraldirako kategoria mantentzea lortuz. Beste inongo klub nafarrek lortu ez duen jazoera garrantzitsua.



Natación mantiene la Primera División masculina

El acontecimiento más importante de la temporada fue la participación del equipo masculino en la **copa de España de 1ª división**, logrando mantener la categoría para la próxima temporada. Un hito que nunca ningún otro club navarro ha conseguido. ¡Enhorabuena chicos!

El resto de la temporada se ha desarrollado como en años anteriores, logrando estar en los puestos de cabeza en las clasificaciones de los Juegos Deportivos de Navarra, Campeonatos Navarros y de Euskal Herria.

Lucas Clemente volvió al pódium nacional junior en los 100 metros braza, consiguiendo récord navarro absoluto.

Por su parte, Petra Bisa, también batió récords navarros absolutos y

se consolida como pieza clave del equipo femenino.

Ane Iraizoz e Iñigo Sáenz batieron las mejores marcas navarras de su edad.

Ahora quedan los campeonatos de la temporada de verano que seguramente nos traerán más alegrías para nuestros nadadores.

De cara a la temporada que viene los socios nacidos a partir del 2016 puede pedir información para incorporarse a la sección a través del siguiente correo: natación@anaitasuna.com

CONORTE
COMERCIAL NORTE S.A.
Vocación de Servicio

Desde 1984

**COMERCIAL NORTE 5. S.A.
CONORTE5. VOCACIÓN DE SERVICIO**

Desde 1984 Conorte 5 se ha convertido en una referencia para la distribución de bebidas y productos de alimentación en Navarra.

Durante estos años de trabajo y dedicación a sus marcas de distribución y a sus clientes, Conorte5 ha evolucionado y adaptado sus instalaciones, equipamiento, flota y personal para dar su mejor servicio.

Contando siempre con el valor humano, CONORTE 5, agradece su fidelidad a los muchos hosteleros, amigos siempre, y a cuantas personas nos han acompañado en una trayectoria de esfuerzo compartido bajo el lema "Vocación de Servicio".

¡Gracias!





Areto-futbola

Liga ezin hobe bat burutu eta gero, José Narvaizen jokalariek 2. mailara igotzeko faseari ilusio handiz egin zioten aurre, prozesuaren zailtasunaren jakitun izanik. Taldeak play-off-eko lehenengo fasean galdu zuen.

una derrota en la Catedral ante el Lauburu Ibarra, **rival al que los blanquiverdes ya se habían enfrentado en otras dos ocasiones las dos semanas anteriores.**

Fue un duelo por todo lo alto en el Pabellón Anaitasuna, que **registró gran aforo en las gradas, con un público entregado a apoyar a los blanquiverdes**, lo que hace sentirse al equipo pamplonés con los ánimos necesarios para continuar con este proyecto.

En palabras de Narvaiz: “Con el tiempo, nos daremos cuenta de la

A punto caramelo en el ascenso a segunda

La temporada para el Fútbol Sala Anaitasuna ha estado llena de alegrías y con una expectación máxima hasta el final.

El primer equipo blanquiverde se ha proclamado campeón en la categoría de 2ª B. Un hito histórico para la sección ya que hace dos años militaba en 3ª División. “Tenemos que dar las gracias en letras mayúsculas a Xabier Blanco y Amixalan, que con su patrocinio hemos podido avanzar en esta categoría y esperamos seguir vinculados durante muchos años con ellos”, explica David Razquin, responsable de la sección de Fútbol Sala Anaitasuna y portero del equipo en esta temporada.

Tras una liga impecable, los de José Narvaiz se enfrentaron a la fase de ascenso a 2ª con gran ilusión y conscientes de lo complicado del proceso. El equipo cayó en la primera fase del play off con



¡AHORA MÁS QUE NUNCA!

¡Por un hogar más cómodo y seguro!

Duchaya
www.duchaya.com



PAMPLONA

C/ Tajonar nº1 (frente a edificios inteligentes)

Tel. 948 102 727

De bañera a
ducha en 8
horas.

Bainuontziaren
ordez dutxa 8
ordutan.

ANTES
lehen



que está muy orgulloso de todos sus jugadores. **“Han preferido estar en un equipo de amigos, en una familia, en lugar de otros clubes que seguro que les ofrecían más cosas.** Solo puedo estar muy agradecido con todos ellos. Ahora tenemos por delante un verano para descansar, ver lo que hemos obtenido y disfrutarlo. ¡Nos lo hemos ganado con creces!”, expresó.

En categorías inferiores, la sección se vio afectada después del covid en cuanto a número de equipos y poco a poco se va reponiendo. “Tenemos un equipo femenino que esperamos que año a año vaya mejorando y tengamos cada vez más equipos de chicas. Y esperamos el año que viene una mejora sustancial en la base con una renovación del equipo de 2ª B y el acuerdo de filialidad con el Xota FS”, apunta David Razquin.

importancia de lo que hemos conseguido. **Estos chavales han competido contra equipos que están buscando subir de categoría, y nosotros hemos sido los más regulares.** Pero las eliminatorias son así y estaba claro que

podíamos perder. Cuantas más veces ganas, más cerca estás de perder, y a nosotros nos ha tocado ahora”.

A pesar de no poder seguir en la fase de ascenso, Narvaiz deja claro



amixalan



Azken aste hauetan, Gimnasia Erritmikoko sailak Anaitasuna Gimnasia Erritmikoko 1. Koparen antolaketa amaitzen ari da. Estatuko 18 klub ezberdinetako 380 gimnasta bilduko dituen ekitaldia. Datorren irailaren 24an, 78 taldek haien mailarik onena emango dute Anaitasuna pabiloian.

Vamos a recibir a 18 clubs de Nivel Nacional Absoluto N1 y Nacional Base N2 de la Comunidad Foral de Navarra, así como a otros clubes de La Rioja, País Vasco, Aragón, Madrid y Castilla y León. Entre ellos, figuras y clubs que durante los últimos años se han proclamado campeones de España. En total competirán 74 Conjuntos y 374 gimnastas. Contaremos además con la exhibición del Club de Rítmica de OTRA MIRADA de Galar, un ejemplo de integración.

El evento se realizará gracias al esfuerzo de las familias de las gimnastas, la sección y el club, en un trabajo conjunto para atraer a las mejores gimnastas del Estado. Además, contará con la aportación de nuevos patrocinadores de Anaitasuna: El concesionario de

Anaita se prepara para su primera copa de rítmica

La sección de Gimnasia Rítmica de Anaitasuna, después de más de 35 años de historia en Navarra, tiene el honor de presentar su primera Copa de esta disciplina. Como club referente a nivel nacional, esta Copa se plantea como el evento que dé comienzo a la segunda fase de la temporada dentro del calendario, y pretende ser un torneo que en el futuro pueda ser un referente en el calendario nacional de la Gimnasia Rítmica.

1ª COPA GIMNASIA RÍTMICA ANAITASUNA

24 septiembre 2023
Domingo/Igandea
Pamplona/Iruña

Pabellón Anaitasuna

ORGANIZA:



PATROCINAN:



18 clubs
(Navarra, País Vasco, Castilla y León, Madrid, Aragón, La Rioja)

78 conjuntos
380 gimnastas

**SORTEOS
STANDS**

EXHIBICIÓN A CARGO DE:



COLABORAN



mentos Puro Racing y Desguaces Landaben, así como la colaboración de Caja Rural, Gobierno de Navarra, INDJ y distintas empresas del sector de la Rítmica que ofrecerán sorpresas durante el evento.

En cuanto a la sección, Chari Torres destaca que "la Rítmica en Anaita es familia, es historia y es Club, valores que se transmiten y a todas deportistas que forman parte de la sección año tras año."

En esta temporada, la entrenadora apunta a los grandes resultados obtenidos por nuestros equipos en los pasados Juegos Deportivos de Navarra. Nos pusimos este año ese reto, avanzar y dar un salto de calidad con nuestra cantera, con nuestro futuro y ha sido muy gratificante comprobar que se han cumplido nuestras expectativas.

No queremos dejar de nombrar la gran labor que están haciendo nuestros 5 conjuntos de nivel

Absoluto, tres de ellos ya han conseguido participar en la Primera Fase de la Copa de la Reina y apuestan por poder clasificarse para la tercera y última que será este próximo mes de noviembre. Y por supuesto no nos olvidamos de nuestro gran objetivo, el Campeonato de España que se celebrará en diciembre. ¡A por ello!



"Aquí somos de disfrutar: del verano, de la fiesta, de una buena comida, de los amigos..."

Por eso toma Lacturale...

¡¡Y a disfrutar!!

Lacturale, le leche que te ayuda a disfrutar.





Mahai-tenisa

Mahai-teniseko saila izugarri hazi da eta horrek, haien teknikarientzat, benetako buruhaustek suposatu ditu, urtez urte atal gehiago dituen puzzle bat osatu behar baitute.

ascenso o clasificándose para la los play-off de ascenso.

La cantera ha ganado en protagonismo durante el desarrollo de la temporada y al final de la misma, tras los notorios resultados en la fase **final de los Juegos Deportivos de Navarra**, en la que se ha visto el desarrollo de los/as jugadores/as durante el año.

El sitio de mi recreo

Tras la pandemia la sección de tenis de mesa **ha crecido a pasos agigantados**, lo cual ha supuesto verdaderos quebraderos de cabeza para sus técnicos, que tienen que armar un puzzle de más piezas cada año. ¡Bienvenidos sean estos inconvenientes!

En lo deportivo ha sido un año complicado para nuestros equipos de 2º Nacional y División Honor Vasca, que no consiguieron

lograr sus objetivos. La nota positiva la encontramos en los equipos de **1º y 2º Vasca**, que realizaron una gran campaña, logrando el

No podemos olvidarnos de los más **veteranos** de la sección, que entrenan y juegan con la ilusión de los más jóvenes, siempre con ganas de mejorar y con un hambre voraz de victorias.

Una vez finalizada la temporada y tras hacer balance de lo bueno y lo malo, toca aprender de lo vivido y seguir con un **proyecto que parece no tener techo**.



Travesía
Monasterio de Urdax, 2
Tels. 948 260412
" 948 260416
PAMPLONA
info@ferreteriagarate.com
www.ferreteriagarate.com

Quesos Iriarte

Mercado del Ensanche - Teléfono: 948 230 861



Igeriketa artistikoa

Alexander Hasenburgek eta Maria Ochotorenak urrezko domina lortu dute errutina teknikoan zein librean. Eta Mariburruntziak, Igeriketa Artistikoko master taldea, datorren abuztuan Japonerako bidean izango dira.



Dúos que hacen magia en el agua

La sección de Natación Artística de la S.C.D.R. Anaitasuna participó en el **IV Campeonato Navarro de Rutinas**, que se celebró en las instalaciones de la A.D. San Juan.

El mejor resultado se logró en la categoría júnior mixta, en la que **Alexander Hasenburg y María Ochotorena** se colgaron la medalla de oro tanto en la rutina técnica como en la libre.

La otra presea para Anaitasuna la lograron las nadadoras **Naiara González y Nerea Elizalde**, que se quedaron en la segunda plaza dentro de la categoría dúo absoluto, en la prueba de rutina técnica.

Además, los dúos compuestos por **Ainhoa Noguera, Alejandra Marañón y Aroa Hidalgo** quedaron quintas en la categoría junior, tanto en dúo técnico como en dúo libre.

Para la sección de Natación Artística, se trata de unos buenos resultados, ya que **todos los participantes "defendieron sus rutinas con fuerza, gran expresión y entusiasmo"**.

En cuanto a **las Mariburruntzi, el grupo máster de Natación Artística**,

ca, este agosto ponen rumbo a Japón, nada más y nada menos. "Japón nos hacía mucha ilusión y el premio de Iberdrola nos ha proporcionado la posibilidad de costearlo", explica Ana Lana, responsable de la Sección. Con las rutinas ya preparadas, se han medido en exhibiciones antes de llegar al Mundial Máster. "No sabemos qué grupos ni qué nivel nos encontraremos, Japón es otro

continente y no sabemos quién se presentará. ¡Veremos!". Anaita, en este campeonato se medirá en competición de equipo (rutina técnica y libre), y dúo (técnica y libre).

La propia Ana Lana destaca que "La sección de natación artística para mí es una parte muy valiosa y representativa del espíritu de equipo, esfuerzo, constancia y motivación".



Doepa
948 15 00 56

VENTA Y APLICACIÓN DE PRODUCTOS
QUÍMICOS PARA LA CONSTRUCCIÓN

Sika
DISTRIBUIDOR OFICIAL





Medio camino satisfactorio

La sección de Pádel disputa la Copa del Reyno de Navarra en sus categorías absoluta y veterana, en una liga de febrero a diciembre, organizada por la Federación Navarra de Pádel.

En absoluto, masculinos y femeninos van por el quinto encuentro, con más victorias que derrotas en el cómputo general de la clasificación.

Las veteranas, en las cuatro jornadas que han disputado han conseguido sumar tres victorias, por lo que el equipo del club navarro se sitúa actualmente en la parte alta

de la clasificación, pugnando por el liderato de la tabla con el equipo de la A.D. San Juan.

A los equipos les toca ahora descansar de la competición hasta septiembre.

La sección de pádel destaca principalmente por la intensa actividad en sus pistas en el día a

Bide erdi egokia

Padel sailak Nafarroako Erresumaren Kopa jokatzen du, bere maila absolutu eta beteteranoan, otsailetik abendura bitartean, Nafarroako Padel Federazioak antolatuta.

día de entre semana. Los cursos, partidillos y entrenamientos llenan la reserva de pistas intensamente.

Torneo de Navidad

Además de la participación en las ligas navarras de la Federación, la sección de Pádel de Anaitasuna organiza el Torneo Social de Navidad, con una participación de casi cien deportistas en su última edición 2022-2023. En esta última edición, Esther Turumbay, Mapi Guindano, Asier Martincorena y Sergio Lacunza ganaron el Campeonato Social de Pádel.

Este año además, las instalaciones de la S.C.D.R. Anaitasuna fueron la sede principal de la primera jornada de los Juegos Deportivos de Menores por Parejas de Pádel, que se celebraron en febrero.



El auténtico lenguaje de las flores
Ya puedes comprar
tus flores on line:
tienda.florestherabejeras.com



**FLOR
ESTHER**

abejeras

PAMPLONA

T. 948 272 355 / 630 083 087
www.florestherabejeras.com

Anaitasuna homenajea a sus deportistas con más éxito de esta temporada

Se regaló un pañuelo de San Fermín con el escudo del club a aquellos que obtuvieron medallas de oro en campeonatos nacionales e internacionales. Además, se entregaron diplomas a deportistas que destacaron notablemente en sus competiciones.

Al acto acudieron miembros de la junta, representantes de las secciones premiadas, patrocinadores, representantes de diversas federaciones deportivas de Navarra, como la de Halterofilia y Balonmano, así como de instituciones públicas.





La S.C.D.R. Anaitasuna celebró un evento en el que la Junta Directiva del club quiso aplaudir a algunos de sus deportistas más laureados en la temporada que acaba de concluir.

Reunidos en el restaurante de la sociedad, por el escenario fueron pasando integrantes de varias de las secciones deportivas del club, como Halterofilia, Judo, Fútbol Sala, Natación o Balonmano.

Balonmano fue la sección más numerosa, ya que se homenajeó a nueve de sus equipos. Entre ellos,

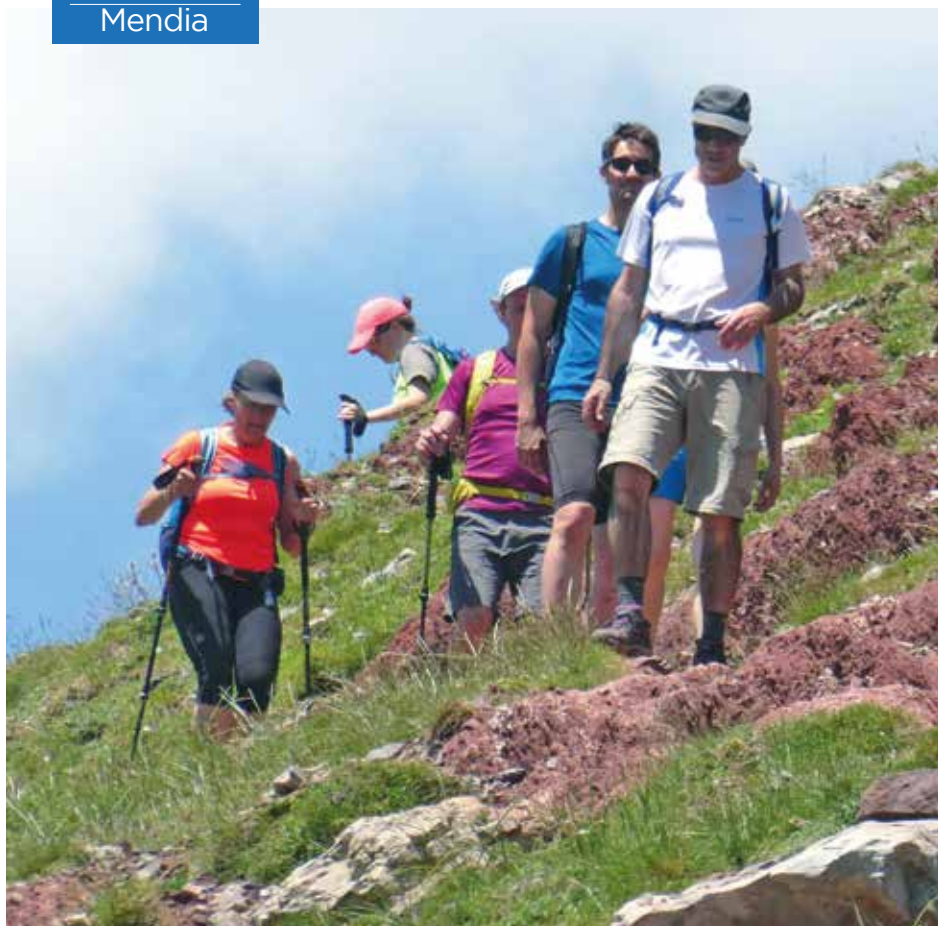
obviamente, el más importante fue el conjunto infantil femenino, que se proclamó en Lanzarote campeón de España.

Anaitasunak omenaldi bat egin die aurreko denboraldi-ko kirolaririk arrakastatsuenei

Klubaren armarrria josita zuen Sanferminetako zapi bat oparitu zitzaizen haien kiroletan garaipen

garrantzitsuak eskuratu zituzten guztiei. Ekitaldira babesleak, Nafarroako hainbat kirol federazioetako ordezkariak, hala nola, Halterofiliakoa eta Eskubaloikoa, zein Iruñeko Udalekoa bezalako instituzioak bertaratu ziren.





Mendia eta natura zuri deika

Sail hau biziberritu nahi genuke, horrexegatik ziur aski zure kasa, lagunekin, familiarekin, etab... mendira joaten zaren bazkidearengana zuzentzen gataizkizu Sailean parte hartu eta barnera zaitezen, hura gaztetzeko xedearekin, ideia berriak eman ez eta jarduera berritzaileak iradokiz.

darle un aire de **rejuvenecimiento**, aportando nuevas ideas y sugiriendo nuevas actividades.

Seguimos manteniendo nuestras excursiones con autobús de los domingos cada 15 días que compartimos con el C. D. Navarra, realizando salidas mañaneras de enero a mayo y de noviembre a diciembre, volviendo para comer entre las dos y media y las tres de la tarde. Los meses de junio, septiembre y octubre, las excursiones son para todo el día generalmente por el Pirineo.

Os animamos a participar en estas salidas y así ir tomando contacto con la Sección. No hay ninguna restricción, incluso no socios de Anaitasuna pueden acompañarnos. Únicamente, como cualquier otra actividad, hay que sacarse el carnet de federado de seguro de montaña.

No dudes en ponerte en contacto con la Sección de Montaña en el correo: anaitasunamendi@gmail.com

Te esperamos, porque: LA MONTAÑA Y LA NATURALEZA TE LLAMAN.

Sección de Montaña Anaitasuna
Anaitasuna Mendi Taldea

La montaña y la naturaleza te llaman

Cuando hablamos de montaña estamos pensando en la naturaleza, desde que pasamos la pandemia, muchos que antes no se les había ocurrido pasear por ella se animaron a descubrirla, **LA MONTAÑA Y LA NATURALEZA TE LLAMAN.**

Ahora se dice que vamos a hacer senderismo, cuando antes se le llamaba hacer monte... Como cambian los tiempos, cambian las formas, pero la finalidad es la misma: disfrutar de la naturaleza en todas sus facetas.

La Sección de Montaña de Anaitasuna es una de las más antiguas de la Sociedad. Txumarra fue el

artífice de su mantenimiento durante muchos años, hasta que el pasado año nos dejó.

Nos gustaría darle **una nueva vida a esta Sección**, por eso nos dirigimos a ti socio y socia que seguramente te mueves por la montaña a tu aire, con amigos, familia, etc, para que participes y te integres dentro de la Sección con el fin de

Multifunciones a la medida de su oficina



BENOBA

Soluciones de impresión y gestión documental

TEL: 946-247566

FAX: 946-246072

rdseccion@benoba.es

DEVELOP



CURSOS VERANO UDAKO 2023 IKASTAROAK

ZUMBA

LUNES y MIÉRCOLES 17.30 A 18.30h.
6€ SESIÓN - 45€ PLAZA FIJA

TRX

LUNES y MIÉRCOLES 18.30 A 19.15h.
6€ SESIÓN - 55€ PLAZA FIJA

CORE

LUNES y MIÉRCOLES 19.30 A 20.00h.
4€ SESIÓN - 35€ PLAZA FIJA

FUNCIONAL

LUNES y MIÉRCOLES 20.00 A 20.45h.
6€ SESIÓN - 55€ PLAZA FIJA

EASY LINE**

LUNES y MIÉRCOLES 9.30 A 10.30h.
50€ PLAZA FIJA

SPINNING

MARTES y JUEVES 18.00 A 19.00h.
6€ SESIÓN - 55€ PLAZA FIJA

STRETCHING

MARTES y JUEVES 19.00 A 19.30h.
4€ SESIÓN - 35€ PLAZA FIJA

KICK BOX 30'

MARTES y JUEVES 19.30 A 20.00h.
4€ SESIÓN - 35€ PLAZA FIJA

¡Elige tu fórmula!

Aukeratu zure fórmula!

59€

BONO
pago único,
acceso total

PLAZA FIJA
reserva plaza sólo
en tu actividad
favorita

SESIÓN
paga sólo por la
hora que uses

Abuztuak 1

Irailak 15

1 Agosto

15 Septiembre





Confesiones humorísticas sobre la barra del bar

El grupo de teatro de Anaita convirtió su función anual en el interior de un bar para, a través de sketches de humor blanco, provocar las carcajadas del público que llenó la Sala de los Espejos en las dos representaciones que ofrecieron.

María Ángeles Remiro, Pablo Abascal, Jesús Unanua, Mónica Aldeano, Puri Peña, Aurora Munárriz, Maribel Alzórriz, Esther Cremaes, Gorka González, Sergio Camarzana, Alfonso Echarte y Txus Serrano, bajo la dirección de **Ramiro Camarzana**, se basaron en las características confesiones que se suelen hacer en los bares para componer una obra henchida de un humor apto para todos los públicos.

Por eso, la obra llevó de título **El confesionario del bar** y, en ella, Camarzana adaptó un texto previo, al que fue añadiendo situaciones que encontraba en internet, adecuando las escenas al número de actores con los que contaba. Y aunque en años anteriores, en su función también había cabida para una ironía más basada en el humor negro o para escenas más dramáticas, en esta ocasión, toda la obra se sostuvo

en **gags y chistes de un humor blanco y sano**.

Por el escenario fueron desfilando variopintos personajes, que expresaron sus cómicas confesiones, en las que, muchas veces, el público pudo ver identificados sus propios comportamientos. Las risas de los asistentes fueron el mejor aplauso posible para este grupo de personas, que aprovecha siempre el cambio de la primavera al verano para alegrar un par de tardes a las personas socias de Anaitasuna. Este año, además, la función tuvo un especial recuerdo para uno de sus actores, que falleció poco antes de la representación, por lo que Camarzana se vio obligado a recomponer el texto con celeridad, para adaptar las escenas en las que aparecía.

Todas las personas que forman parte del reparto habían estado **preparando la función durante**

Aitorpenak tabernako barran

Anaitasunako antzerki-taldeak bere urteko antzezlan taberna baten barruan antzestu zuten, ikusleen barre-algarak eraginez.

meses, con el objetivo de ofrecer al público un espectáculo inmejorable. Desde el mes de septiembre, se habían estado reuniendo un día todas las semanas, en el que iban memorizando los textos, preparando las escenas y completando todos los aspectos de la función.

El grupo de teatro de Anaitasuna se ha mantenido bastante constante durante los últimos años en cuanto a número de participantes, aunque Camarzana indica que están con los **brazos abiertos para cualquiera que muestre interés en unirse**. Por ello, anima a todas las personas socias a que los conozcan y comportan su gran clima de cordialidad y humor. Sobre todo, a hombres y a gente joven, para que se logre dinamizar todavía más este evento que se celebra todos los años en el club.

Carmelo Butini, Anaitasuna Peñaren presidente berria

Otsailean, Anaitasuna Peña Carmelo Butini Echartek nagusitutako zuzendaritza-batzorde berri batekin berritu zen. Gizona Iruñean arras ezaguna da Estafeta kaleko Liburuaren Etxea liburu-dendaren jabe delako. Karrika hark, gainera, duela urte batzuk Sanferminen hasierarako zenbat gelditzen den adierazten duen erlojupeko markagailu tradizionala gehitu zuen.

Carmelo Butini, nuevo presidente de Peña Anaitasuna

En febrero, Peña Anaitasuna se renovó con una nueva junta directiva, que está encabezada por Carmelo Butini Echarte, gran conocido en Pamplona por regentar la librería La Casa del Libro, en la calle Estafeta, cuya entrada añadió hace unos años, además, el tradicional marcador contrarreloj que indica cuánto falta para que comiencen los Sanfermines.

Precisamente, los Sanfermines marcarán la agenda de este pamplonés al mando ahora de la Peña Anaitasuna, un cargo al que, reconoce, llegó con mucha alegría. “Por suerte, además, estoy rodeado de un gran equipo, que me ha apoyado en la candidatura y con los que vamos a procurar hacer un gran trabajo, del que todos nos podamos sentir orgullosos”, declaró en el momento de su investidura. Para él, **los Sanfermines son, como para todos los socios de la peña, “un modo de vida, un todo, un principio y un final”**.

En sus objetivos dentro de la peña, se planteó, sobre todo, recuperar la **esencia sanferminera** que había antes de que la pandemia de la Covid-19 lo cambiara todo. Y también impulsar la cultura local, a través de proyectos socioculturales, “como actividades enfocadas a la divulgación de la cultura sanferminera, presentación de libros, gastronomía...”, avanzó, al tiempo que apuntó que habrá actividades orientadas a los más pequeños, como ciclos de cine infantil, fiestas infantiles temáticas. **“Queremos crear cantera”**, anunció.

Por otro lado, su junta se planteó asimismo programar más actividades enfocadas a la **igualdad y al feminismo**, tanto en el ambiente de las peñas y de los Sanfermines, como de la sociedad en general. Lo iban a hacer de la mano de Bilgune Feminista, la Federación de Peñas de Pamplona, o el propio grupo de la peña.

Para el nuevo presidente, lo que más destaca de la Peña Anaitasuna es “el sentimiento y la involucración de las personas socias hacia la peña”. “Somos una peña con una gran tradición histórica, pero que, a la vez, ha ido sabiendo adaptarse a los tiempos que nos ha tocado vivir y a las nuevas generaciones, que van moldeando su esencia, sin perderla”, indicó.

La nueva junta de la Peña Anaitasuna está compuesta por:

Presidente: Carmelo Butini

Vicepresidenta: Eider Bueno

Secretaria: Ane Rodríguez

Tesorero: Mikel Donlo

Vocales: Mikel Urizar, Juan Bueno, Paula Rodríguez, Leire Muru, Alfonso Etxarte y Cristina Delgado.



La cultura y los actos solidarios siguen muy presentes en Anaitasuna

Es intensa la vida cultural de nuestra sociedad, desde los típicos juegos de cartas, pasando por charlas, conferencias, cursos de cocina, informática, club de lectura, visitas de Olentzero, Reyes Magos y Ángel de Aralar, tortilla solidaria... y así podríamos seguir enumerando un rato largo. Desde estas líneas, queremos animar a todas las personas socias a participar en ellas y si os apetece colaborar como voluntarios y voluntarias.

¡ Nos encantaría tener el placer de contar contigo !

Kultura eta elkartasun ekitaldiak oso presente daude Anaitasunan

Gure gizartearen bizitza kulturala bizia da, udako mus txapelketa tipikoetatik hasi, hitzaldiak, sukaldaritza ikastaroak, informatika, irakurketa kluba, olentzero bisitak, errege magoak eta Aralarko aingerua, tortilla solidarioa... eta horrela, aspertzeraino zerrendatzen jarrai genezake. Lerro hauetatik bazkide guztiak animatu nahi ditugu horietan parte hartzera, eta boluntario gisa parte hartu nahi baduzue, pozik egongo gara vostroak izango ditugulako. Anima zaitetze zain gaituzuela.







La nueva Hostelería trabajará “por estar a la altura del servicio que merece el club”

En el mes de abril, la empresa **Godo** se hizo con las riendas de la hostelería de Anaitasuna, cuyo servicio se externalizó buscando que la persona socia del club recibiera los mejores **trato y calidad** posibles, sin que las cifras supusieran después un quebranto para la economía de la sociedad. Pero si algo tiene entre ceja y ceja esta empresa es el **respeto** y el **compromiso** de intentar estar a la altura del servicio que merece Anaitasuna.

Con experiencia en el Club de Tenis de Pamplona, Bodegas Otazu o El Sadar, la compañía llegó a Anaitasuna con el firme propósito de ofrecer al socio un servicio de máxima calidad, teniendo en cuenta que el precio ha de ser más bajo que el de un local a pie de calle. Esa máxima la tenían clara sus responsables, Javier Górriz, María Lara y Joseba Zabala, que anunciaron que, una vez solventado un inicio intenso, debido a la celebración del Torneo de Semana Santa de Balonmano Base, ya estaban avanzando para **ampliar la lista de posibilidades gastronómicas** que disfrutar en el club navarro.

Todos ellos reconocían que el arranque fue duro y que hubo cierto miedo en el personal, que se contrarrestó con la máxima **ilusión** y las ganas que aportaron para embarcarse en este nuevo proyecto. “Esto ha sido una autogestión durante mucho tiempo y se ha hecho bien, aunque los dos últimos años no encajaron del todo. Entrar en un sitio en el que las cosas se han hecho bien durante tanto tiempo da respeto”, afirmaron. En este sentido, recordaron que accedieron en un momento muy potente. “Cuando traes a un equipo completo de jefes de cocina, cocineros, encargados... y se llega a un volumen de

Ostalaritza berriak
“klubak merezi
duen zerbitzuaren
maila emateko” lan
egingo du

Godo enpresak ostalaritza eskuratu zuen. Haren zerbitzua azpikontratatu egin zen bazkideek traturik onena eta kalitatea jaso zitzaten, gastuek geroago gure ekonomia-
ren haustura eragin gabe.

saturación tan grande en el inicio, es normal que la gente entrara con un poco de miedo. Y eso no es bueno. Pero la parte positiva es que comenzamos con muchísima ilusión y muchísimas ganas”, subrayaron.

Aunque no son amigos de presumir de los sitios que gestionan, sí que hicieron hincapié en que eran “un equipo maravilloso, con muchas ganas de trabajar”. “El socio ya nos conoce y sabe de dónde venimos. Contamos con una **trayectoria y una profesionalidad contrastadas**, pero aquí hemos entrado como un equipo nuevo, que llega muy ilusionado”,

En su desembarco, apuntaron que lo principal fue la gran **conexión que se fraguó entre la Gerencia y la Junta Directiva**, ya que hubo que dedicar mucho esfuerzo durante tres meses a cerrar todos los puntos, como la subrogación de la plantilla o la antigüedad del personal. “Se formó una relación de **confianza** y se fueron dando pequeños grandes pasos. Durante tres meses, estuvimos negociando nuestra entrada, para que esta fuese lo más positiva posible, ya que somos conscientes de que, en un club, cuando tienes algo que lo gestionas tú mismo, siempre estás poco abierto a que entre gente de fuera a gestionar lo que tú haces con mucho cariño”, expresaron.

Ese factor lo tenían muy claro. Y lo resumían con una frase: “Yo no querría entrar a cocinar a tu casa”. Eso es lo que les sucedió en Anaitasuna, que entraron en una casa nueva con el objetivo de dar el mejor servicio posible. E irrumpieron, además, en un momento álgido de trabajo, con más de mil niños que desayunaban, comían y cenaban en el club durante el torneo de balonmano. “Al final, salió bien. Nos dejamos la piel y nos han felicitado mucho. Pero fue estresante, porque entramos con muy poco tiempo de margen y había que preparar cocinas, neveras, congeladores... Quieras o no, cuando llegas a un sitio nuevo, lo ves con los ojos de la novedad y, en cambio, cuando llevas muchos años trabajando en un mismo lugar, sin querer, almacenas las cosas de otra manera. En general, tuvimos que hacer un trabajo de organización y orden, a la par que dábamos servicio”, aclararon.

Promocionar al equipo

Otro de los aspectos que valoraron a la hora de asumir la gestión de la hostelería de Anaitasuna fue la posibilidad de **promocionar a su equipo**, para que se enfrentara a nuevos retos y todos fueran desarrollándose profesionalmente. Aunque también matizaron que hubieran deseado disponer de más tiempo para prepararse. El Sadar lo habían abierto hacía 16 meses y creían que era bueno que, entre empresa y empresa, hubiera al menos un año y medio o dos, para que se estructuraran bien los cimientos. Pero lo que más les motivó para afrontar el



desafío fue que, tras reunirse con las personas que iban a hacerse cargo de la gestión, descubrieron que todas tenían mucha ilusión por formar parte del proyecto.

Aunque aterrizaron en un club que no conocían, sí que contaban con referencias positivas de Anaitasuna. “Además de que conocemos a gente que ha trabajado aquí durante años y que es muy profesional, sabemos que al lado del club está la sede de la Policía Municipal de Pamplona, el Palacio de Justicia, la DYA... Hay muchísimo mercado muy cerca de las instalaciones, lo que permite que se puedan celebrar comidas de 200 o 300 personas. Por tanto, sabíamos que el volumen del proyecto iba a ser potente”.

Tras las primeras semanas de trabajo, desde Godo reconocieron que les sorprendió la actitud de los socios. **“El cliente es maravilloso, porque es muy agradecido, colabora y nos ayuda mucho.** Creemos que vamos a tener una relación muy positiva con los socios, y eso es algo que valoramos mucho, ya que, en este tipo de clubes, trabajamos con clientes cautivos, que son siempre los mismos, porque hay muy poca rotación. Desde el minuto uno, la sinergia entre cliente y empresa se ha enganchedo como si llevásemos años trabajando aquí”, relataron.





Laser, aurpegi eta gorputzeko tratamenduak, eskatuenak

Anaitasunako Estetika-zerbitzuak urtero-urtero bere zerbitzua hobetzen darrai eta beherapen eta eskaintza bereziak eskainiz.

el objetivo de mejorar la figura y corregir los problemas que surgen en la piel. Con la aplicación de esta máquina, se combate la flacidez del cuerpo o el rostro. De hecho, los resultados obtenidos avalan que resulta sumamente **eficaz para eliminar las arrugas.**

Con esta instalación, se aplican ondas electromagnéticas de alta frecuencia sobre la piel, trabajando todas sus capas, que se van mejorando. Se ha demostrado que la radiofrecuencia produce avances en el aumento de la circulación sanguínea del tejido graso, además de favorecer el drenaje linfático natural del cuerpo. No solo eso, sino que **estimula la proteína del colágeno**, reduce el volumen de las zonas que se tratan y la piel gana en calidad, suavidad y elasticidad.

Urzaiz ya está pensando, por otro lado, en ampliar su carta de servicios con nuevas posibilidades, que serán presentadas en breve, con alguna posible incorporación de otra persona para que la persona socia de Anaitasuna reciba los mejores tratamientos del mercado con unos precios y ofertas muy competitivos.

Los tratamientos de láser, faciales y corporales, los más demandados

El servicio de Estética de Anaitasuna continúa año a año mejorando sus servicios y, de un tiempo a esta parte, los tratamientos más demandados por sus clientes son los de láser, los faciales y los corporales, tal y como explica su responsable, Eva Urzaiz, que siempre está al lado de la persona socia de Anaitasuna, tratando de complacer sus solicitudes y ofreciéndole descuentos y promociones especiales.

Dentro de su proceso de mejora continua, en este último año siguió incrementando sus servicios, con los que ofrecer un gran abanico de posibilidades con las que mejorar la salud de los socios/as del club y potenciar su belleza.


Además, como una parte esencial de su naturaleza, las **novedades** que se incluyen en la consulta de Urzaiz siempre son **de primer nivel**, con una calidad demostrada, para que los tratamientos que se lleven a cabo se ejecuten con algunas de las mejores máquinas e instalaciones del mercado.

Es el caso, por ejemplo, de la **radiofrecuencia**, que Urzaiz montó hace unos meses en la

Estética de Anaitasuna. Se trata de una técnica adaptada de la medicina general, pero que ha adecuado sus características con



Estética Anaitasuna

tfnos. 848 411 054 - 691 448 718 

Alfonso Vegasek mila bezeroen kopurua gaintitu du Anaitasunako Fisioterapian

Vegasek Anaitasunako bazkide guztien laguntza eskertu nahi du, harengan hasiera-hasieratik guztizko konfiantza ezarri baitute.

Horario

Lunes - Viernes

10:00 a 14:00

16:00 a 20:00

Alfonso Vegas



@fisio.osteo.anaita



672 687 071



Alfonso Vegas supera ya el millar de clientes en la Fisioterapia de Anaitasuna

El servicio de Fisioterapia de Anaitasuna va viento en popa y buena prueba de ello es que, en tan solo un año, su responsable, Alfonso Vegas, ha aumentado en más de 300 clientes su listado de fichas. Con ese incremento, se ha superado ya la barrera de las **mil personas que han pasado por sus manos** en las instalaciones de las que dispone en la sociedad navarra.

Las lesiones más habituales que suelen indicar sus clientes no han variado desde que comenzara en Anaitasuna en octubre del 2019, ya que continúan siendo todas las relacionadas con el **deporte** o con las **actividades laborales**. El deseo de todas las personas que le piden cita es poder reincorporarse en el menor tiempo posible a cualquiera de las dos.

Vegas desea agradecer el apoyo de todas las personas socias de Anaitasuna, que están confiando en él desde el principio y que

continúan llamándolo cuando sufren alguna lesión, o **hablando muy bien de él** a sus conocidos o amigos. Esas recomendaciones, sin duda, hacen crecer su nómina de clientes.

Su buen hacer para solucionar con sus manos las dolencias físicas gracias a sus tratamientos y ejercicios terapéuticos hizo que la dirección de Anaitasuna renovara su vinculación con Vegas el pasado año. De este modo, este fisioterapeuta, que tiene que lidiar con un número de clientes que

copan habitualmente sus horas de trabajo, seguirá ofreciendo sus servicios en las instalaciones de la sociedad navarra.

Sus **consejos** son certeros, porque recomienda efectuar una preparación previa a la práctica deportiva, así como estar bien asesorado por los monitores del club, estirar siempre tras la realización del ejercicio físico y acudir a la consulta cuando surjan los primeros indicios de los problemas musculares.

axira

D I S T R I B U C I O N E S

BEBIDAS PARA HOSTELERÍA Y ALIMENTACIÓN

Polígono Berriaz, C/. C, Nave 111

31013 BERRIOZAR (Navarra)

Teléfono: 948 30 25 70

Fax: 948 30 22 80

e-mail: axira-distribuciones@hotmail.com

Un año más, éxito de participación en nuestro Rally

A continuación reproducimos todas las fotos premiadas en las diferentes categorías de la última edición del Rally San Saturnino de Anaita.



Vanessa Polo Calvo

Beste urte batez, parte-hartze arrakasta gure Rally-an

Jarraian, Anaitako San Saturnino Rally-ko azken edizioaren kategoria ezberdinetan saritutako argazki guztiak erakutsiko dizkizuegu.



Elena Irigoy Sarratea



José Ángel Aizkorbe Iraizotz



José Ruiz Ruiz



Fernando Larrondo López



Ander Goñi Medrano



Cárlos Cortés Urbán



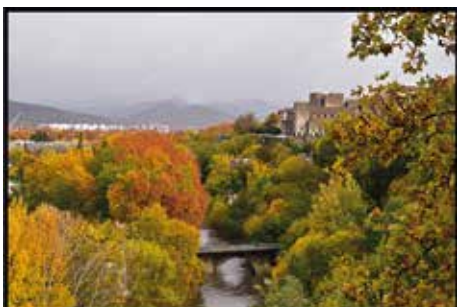
Iñigo Aranguren Osinaga



Tomás Medrano Segura



Santiago Otín Gregorio



Juan Larumbe Oroz



Roberto Urtasun Uriz



Jesús María Aguirre Ramos

Bazenekien?

Iruñeko klub pribatu bateko lehen igerileku estalia Anaitakoa izan zen. 1972ko abenduaren 7an inauguratu zen, Iruñean beste bat baino ez zegoenean, baina jabetza publikokoa.



¿Sabías que...

La primera piscina cubierta perteneciente a un club privado de Pamplona fue la de Anaita? Se inauguró el 7 de Diciembre de 1972 cuando en Pamplona sólo había otra pero de propiedad pública.

Para su construcción contó con la ayuda de la Caja de Ahorros Municipal de Pamplona y el apoyo del Ayuntamiento de nuestra ciudad.

En la inauguración estuvieron presentes diferentes autoridades deportivas nacionales así como el alcalde de la ciudad D. José Javier Viñes Rueda y el director de la

CAMP D. Miguel Javier Urmeneta. Se amenizó con diversas pruebas de natación infantil y, posteriormente, se sirvió un pequeño lunch a los asistentes.

Durante ese invierno nuestros nadadores por fin pudieron entrenar en casa y también se abrió la nueva posibilidad de impartir

cursillos para aprender a nadar y perfeccionar, sin necesidad de esperar a los meses de calor. ¡Esto levantó una gran acogida tanto en peques como en mayores!

Esta piscina cubierta inicial propició la gran cultura por el agua que tenemos en Anaitasuna en nuestros días.

Autocares Félix Gastón



autocaresfelixgaston.com

victor@autocaresfelixgaston.com

tlf: 948 188 184





desde
950€
familia
cuota entrada

TU SEGUNDA CASA ZURE BIGARREN ETXEA

ANAITASUNA

Deporte, Ocio, Entorno de Confianza
Kirola, Aisia, Konfiantzazko ingurua

- **Pack familia: desde 950€.**
(pareja + 2 hijos/as)
Regalo: Ludoteca y gimnasio gratis 6 meses.
- 3º hijo/a gratis.
- 600€ adultos/as.
(cónyuges 50%)
- 400€ mayores 65.

(Promoción válida hasta el 30 de septiembre de 2023).

**¡Hazte
de Anaita!**



SERNATEC
HYGIENE

Productos y Sistemas
respetuosos con el
Medioambiente para la
Higiene y Limpieza
Profesional



Tel.: 948 34 61 36
info@sernatec.com
www.sernatec.com



adis
Higiene



PRODUCTOS DE LIMPIEZA



EQUIPAMIENTO BAÑOS



CELULOSA



CARROS CONTENEDORES



ÚTILES DE LIMPIEZA



MAQUINARIA DE LIMPIEZA



UN SOLO USO



BOLSAS BASURA



Travesía Monasterio de Irache, 1
31011 PAMPLONA
Tfno: 948 25 22 48
Whatsapp: 667 72 21 78
motormecanic@gmail.com
www.motormecanic.com

Reparación y mantenimiento de vehículos

helvetia.es/colectivos/anaitasuna

Tu negocio. Imprevistos.



Nuestra protección.

Elizabeth Pérez: T 646 367 757, helvetiaanaitasuna@gmail.com

Ismael Pérez: T 638 495 667, ismael.perez.eneriz@gmail.com

Nº de registro DGS: C015772803185C

Nuestro compromiso



simple. claro. helvetia 

Tu aseguradora suiza

A pair of hands holding a green rectangular sign with a white border. The sign has the word "ABIERTO" written in large, white, bold, sans-serif capital letters. The background is a blurred outdoor scene with a person's arm in a plaid shirt visible on the left.

ABIERTO