

El Perfil de Ocaña

PUBLICACIÓN INDEPENDIENTE DE INFORMACIÓN LOCAL Y GENERAL - AÑO XVII - Nº 201 - SEPTIEMBRE 2021



DEPORTES

LOS JUEGOS DE TOKIO, UNA EXPERIENCIA DIFERENTE Y ÚNICA



De un sueño de infancia, de una vocación que empezó bien pronto escuchando a José María García y a José Ramón de la Morena en los programas nocturnos de radio, que pasó por los primeros "pinitos" en Radio Ocaña y en los talleres de periodismo del pueblo, que se completó con mi carrera universitaria, a mis segundos Juegos Olímpicos. No hay una experiencia profesional semejante y estos de Japón, pospuestos un año por la pandemia, han sido totalmente diferentes. Únicos.

Son ya muchas vivencias en estos 17 años que llevo en la sección de Deportes de *El Mundo*. Muchos viajes alrededor del mundo, en torneos, mundiales, europeos, Grandes Premios... Precisamente mi primer verano como becario en la redacción, allá por 2004, fue olímpico. Y pronto pude empaparme del espíritu que mis compañeros me transmitían desde Atenas entonces.

Por desgracia, a diferencia de los de 2016 en Río de Janeiro, el coronavirus marcó todo. Por suerte, los Juegos finalmente se desarrollaron a la perfección en lo deportivo. Y, tras el kafkiano papeleo previo para poder viajar a Japón (PCR's, aplicaciones de seguimiento, planes detallados del trabajo a realizar allí, etc...), después de cuatro días de confinamiento en la habitación del hotel nada más llegar y de dos semanas de apenas poder ir a los eventos estrictamente olímpicos, pudimos realizar nuestro trabajo de la mejor manera.

Porque lo dicho, no hay nada como el frenesí de unos Juegos. La cantidad de puntos de información, el pulso de los mejores deportistas del mundo haciendo historia, de las disciplinas que tanto tiempo pasan en el olvido y que se reivindicaban ante el planeta cada cuatro años. Largas jornadas marcadas también por el cambio horario con España, que no ayudaba demasiado a nuestra labor.

En Tokio, una ciudad maravillosa, impactante, pese a que las restricciones por el virus la hicieran diferente -a las 20:00 horas toda la ciudad se apagaba asombrosamente-, pude



disfrutar del baloncesto, el deporte que dedica mis mayores atenciones profesionales -aunque esta vez, a diferencia de Brasil, España no conquistara medalla, ni la masculina ni la femenina- y también el que practiqué desde joven en el *CB Ocaña*. Del triatlón, del ciclismo en la ciudad de Fuji, del boxeo y el judo, en



recintos históricos por su historia. El *Kokugikan Arena* es el Salón del Sumo y el *Budokkan* el templo de las artes marciales en Japón, el país donde nacieron. También del tenis, de la medalla de Pablo Carreño ante Novak Djokovic. Del oro y la plata del kárate con la talaverana Sandra Sánchez y Damián Quintero. De la plata del fútbol en Yokohama... Pude entrevistar a Rudy Fernández, Usman Garuba, Richard Carapaz, Mohamed Katir, Carla Suárez, Sergio Scariolo... Pude charlar con los hermanos Gasol en un momento para la historia, el día que decían adiós en Saitama a la selección con la que tantos éxitos conquistaron durante 15 años. Mil experiencias, en fin, en tres semanas de intensísimo trabajo que quedaron reflejadas en las páginas impresas de *El Mundo* y en su página web.

Los últimos días, ya transcurrido el tiempo necesario de cuarentena y con los test PCR de saliva a los que nos sometíamos cada tres días, pudimos incluso disfrutar brevemente de la ciudad de Tokio, bajo su impresionante calor húmedo del verano. Del cruce de calle más famoso del mundo en Shibuya (pese a que ahora no esté tan concurrido como acostumbra), de los barrios de Ueno y Shinjuku, de algunos de los templos y parques que inundan sus calles, de su frenético transporte público y de alguno de sus manjares (sushi, ramen, mochi...). De la hospitalidad de sus habitantes también, una sociedad envidiable por su educación, su civismo, sus costumbres, su limpieza...

Ojalá dentro de tres años, en París, la experiencia olímpica pueda ser plena. Con el virus olvidado y con el público, el gran ausente en Tokio, en las tribunas.

El día 15 el Comité Olímpico Español me dio un reconocimiento, por la labor realizada en los Juegos Olímpicos de Tokio. El que está a mi lado es Alejandro Blanco el presidente del COE, el otro es el CEO del Santander, por lo que les quedo sumamente reconocido.

LUCAS SÁEZ-BRAVO ADRIÁN

JARDINERÍA Y MANTENIMIENTO
FLORISTERÍA VICENTE
SERVICIO NACIONAL E INTERNACIONAL
TELEFLORA

CENTRO DE JARDINERÍA Y DECORACIÓN
PLANTAS PARA JARDÍN Y ÁRBOLES FRUTALES
HERRAMIENTAS Y MAQUINARIA DE JARDÍN
VIVERO Y MOBILIARIO DE JARDÍN Y TERRAZA

FERNANDO CADALSO, 5 - LOCAL 2
POLIGONO INDUSTRIAL LA PICOTA
Tfno. 925 120 667
Móvil: 687 402 515
OCAÑA (TOLEDO)

DEPORTES

CONCEJALÍA DE DEPORTES

Durante el mes de Agosto se celebraron en nuestra localidad distintos eventos deportivos organizados por la Concejalía de Deportes.

El **torneo de frontón** fue la primera de las competiciones dentro de esta Programación de Eventos Deportivos. Las fechas de celebración fueron el 6 y el 7 de Agosto, con un total de 7 parejas inscritas. La organización obsequió a los participantes con unos overgrip. El pódium de dicho Torneo fue el siguiente:

1ª PAREJA CASIFICADA:

Fernando y Kuman

2ª PAREJA CLASIFICADA:

Pichi y Ray

SEMIFINALISTAS:

Antonio y Samuel y Morales y Pedro.



Los premios metálicos fueron entregados por Gabriel Martínez, Concejal de Deportes del Ayto. de Ocaña.

La segunda de las competiciones fue el **Torneo 3x3 de Fútbol**. Competición destinada para las categorías menores (Desde la categoría Benjamín hasta la Cadete) y con carácter benéfico. Evento organizado por el Club Deportivo Villa de Ocaña F.S y la Concejalía de Deportes. Dicho evento se celebró en distintas jornadas, desde el 9 hasta el 13 de Agosto. Los primeros en iniciar la competición el día 9 fueron los Benjamines. Los cuatro equipos clasificados para las semifinales que se disputaron el 13 de Agosto fueron Los Goleadores, Los Futboleros, Los Calvo Pro y Los Pajareros.

En la segunda jornada de este torneo salieron al campo a disputar los encuentros los equipos de la categoría Alevín. Los cuatro equipos clasificados fueron: Los fantásticos, O&N, Los maquinas y Los caballeros dorados.

La tercera Jornada se disputaba el día 11 de Agosto. Esta vez era el turno de la categoría Infantil. Igualmente de esta Jornada

salieron 4 equipos clasificados para disputar las semifinales (Baloncesto FC, Los Colchoneros, Los Futboleros y Los vencedores).

El Jueves 12 de Agosto se disputó la cuarta Jornada de este Torneo 3x3 de Fútbol. Una Jornada marcada por el nivel deportivo de todos los equipos participantes de Categoría Cadete. De esta Jornada el equipo vencedor fueron Los Torcas, y el segundo equipo clasificado fueron "Los Ocaña".

La última Jornada de este Torneo se disputaba el viernes 13 de Agosto donde se jugaron las semifinales y finales de las categorías Benjamín, Alevín e Infantil. La Jornada se inició con unos partidos cortos de los más peques (Prebenjamines), y a continuación comenzaron las semifinales seguidas de las finales.



En categoría Benjamín ganó el equipo "Los Goleadores", en categoría alevín el equipo "O&N" resultó vencedor, y el equipo Baloncesto FC fue el campeón en categoría Infantil.

De este Torneo benéfico se recaudaron un total de más de 300 Kilos de alimentos para Caritas Ocaña y un total de 212,70 € para la fundación Aladina.

El tercer evento deportivo organizado en este mes de Agosto fue el Torneo de Pádel.

Cabe destacar la buena aceptación con un total de 20 parejas participantes. Se disputaron un total de tres Jornadas: Viernes

y Sábado por la noche, Domingo por la mañana (Final y Final de Consolación). Todos los participantes recibieron de obsequio sus Overgrip al inicio de la competición.

La pareja vencedora fueron los hermanos Alvaro Monzón y Javier Monzón.

La segunda pareja clasificada fue: Julio Cano y Javier Díaz-Regañón.

El premio local fue para la pareja formada por los hermanos Manuel Ruiz y Alberto Ruiz.



Los vencedores de la final de consolación fueron Alberto Espinosa y Fernando Lázaro.

La entrega de estos premios en metálico fue de la mano de Gabriel Martínez (Concejal de Deportes) y David Castellano ayudante en la organización de este evento deportivo.

El colofón a estos eventos deportivos de la temporada de verano será la IV Legua Mesa de Ocaña, organizada por el Club Pastor Poeta y el Excmo. Ayuntamiento de Ocaña el próximo día 3 de Octubre.

DEPORTES

ATLETISMO

EL CD PASTOR POETA DE OCAÑA CLASIFICA A VARIOS ATLETAS SUB16 PARA EL NACIONAL POR AUTONOMÍAS Y MARATÓN DE MADRID

Normalmente para ir al campeonato de España por Autonomías en la categoría sub16 (cadete), van los campeones regionales escolares. Pero este año la Federación de Castilla La Mancha, extrañamente, no han querido que sea así en algunas pruebas. El día 25 tuvimos que desplazarnos a Cuenca para disputar la plaza de acceso a este nacional escolar.

Entre estas pruebas estaba el salto de altura masculino, prueba en el que tenemos al campeón regional escolar de esta disciplina, Yerai Martínez. Él debía estar seleccionado hace ya tres meses para el nacional en Cuenca. Pero bueno, hemos preparado este control de selección sin medios, no como otros. Yerai ha hecho una gran actuación, saltando todo a la primera sin problemas hasta el 1,70m, pero un nulo por poco en 1,75m le puso muy nervioso y ya no fue capaz de saltar más. Hizo marca personal, pero no ha sido

suficiente puesto que un atleta de Guadalajara ha saltado a la primera tocando el listón 1,75m y 1,80m. Es la primera vez que este chico gana a Yerai. Consideramos injusto lo sucedido. Se deberían haber disputado todas las pruebas. O todas o ninguna. No puede ser que unas pruebas se seleccionaran en junio y otras en septiembre, según el interés de la Federación y su presidente.

Los otros representantes del club tuvieron más suerte. Jesús Monroy Esquinas 1º en martillo con una buena marca de 30,18m. Paola Mariana Estella Vivanco también primera en disco con 19,24m. Jesús está clasificado seguro, pero Paola tenemos que esperar confirmación (esperemos que sí). Richar Eduardo Estrella 4º en peso, con un buen lanzamiento de 10,20m. Previamente estaba seleccionado en 100 metros vallas Antonio Esquinas. Por lo tanto, tres clasificados para ir al nacional, pero con un sabor amargo de que no acuda Yerai. ¡Enhorabuena a los cinco! Habéis hecho una buena competición. Esperemos que la injusticia de la Federación no afecte a Yerai y siga con nosotros. Cuando nos caemos nos tenemos que levantar más fuertes. ¡Mucho ánimo!

En cuanto a carreras populares, han estado muy activos Antonio Sáez, Juan Peralta y Sergio Torres del C.D. Pastor Poeta corriendo en Villacañas, Guadamur, Corral de Almaguer, Villatobas, Consuegra, el regional de media maratón de Valdepeñas, el regional de 10k en Torrijos, etc. Antonio fue 3º M40 en Villacañas y 1º vet.A en Consuegra y Juan rozó el podio en Villatobas. En niños, en Villacañas Javier Portela 3º benjamín, su hermano Sergio corrió en peques, y en infantiles Hernán Chicharro 2º y Mohsin Ghailan 5º. Nicolás Álvarez fue 2º alevín en Yepes. El Atletismo Ocañense, por su parte, han tenido muy activo a Juan Carlos Huerta, quien hizo podio en Nambroca siendo 3º vet.A, además de correr en Guadamur y Corral de Almaguer, donde también corrieron otros componentes del equipo: Juan Domingo Valdeolivias, Amparo Nuñez, entre otros.

Leticia Crespo, por su parte, fue 3ª de la general femenina en Villatobas, y Sofia 1ª cadete en Torrijos. Y la familia del Nuevo: Juan Carlos y Sandra en Villatobas, e Iván 2º en el triatlón de Corral de Almaguer y 14º en la general del ducross de Leganés y 2º en categoría veterano 1.



Por último, el día 26 corrieron el maratón de Madrid Juan Carlos Huerta 2h57', Juan Peralta 2h59' y David Lirio 3h38'. Fue una carrera muy dura por el perfil que tiene la capital española, pero los tres aguantaron perfectamente los 42 kilómetros con 195m. ¡¡Enhorabuena chicos!!

El día 3 de octubre os esperamos en la 4ª Legua Mesa de Ocaña, con carrera y marcha para adultos, carreras infantiles, carrera de la inclusión, powerumba y sorteo de regalos. Este evento será solidario para la asociación TEA-mo (Trastorno del Espectro Autista Mesa de Ocaña).

A.S.M.

**MUEBLES
COCINA
Y BAÑO**

JUAN CARLOS HUERTA SACRISTÁN
Móvil 645 25 14 39
Tfno. y Fax 925 12 15 75
E-mail: juancarlos.2hs@gmail.com
Ant. Carretera Yepes, Nave 2 · OCAÑA

**PRESUPUESTO
SIN COMPROMISO
FABRICACIÓN PROPIA
Y PERSONALIZADA**

SOLUCIÓN DEL CRUCIPERIL
HORIZONTALS=> 1. VIOLIN. TORO. 2. A. RAELS. LOS. 3. CHER. VIELTA. 4. ARA. CEBARAS.
5. DE. TALABA. 6. ALGAS. CINCO. 7. ARAMEO. RN. 8. VOCERIO. LID. 9. ASEASO. PONE.
10. CAL. NINIO. A. 11. ANIL. LLORAR.
VERTICALS=> 1. VACADA. VORCA. 2. I. AREL. OSAN. 3. OREA. GACELA. 4. LAR. TAREA. L.
5. IE. CASARON. 6. NIVEL. MISL. 7. SEBACO. ML. 8. T. LABRIO. PIO. 9. OLERAN. LOOK. 10. ROTA.
CRIN. A. 11. OSAS. ONDEAR.

DEPORTES

KÁRATE

Hemos comenzado la temporada 2021-22, y os ofrecemos de nuevo las últimas noticias en nuestra actividad de Karate.

El pasado día 4 de septiembre nuestro alumno del CD Karate Ocaña **Emiliano J. Rodríguez** recogía uno de los galardones, merecido por su temporada 2019-20, en la XX edición de la Gala del Deporte de la FCMKDA, que se ha celebrado en el Auditorio-Palacio Pedro I de la localidad de Torrijos (Toledo), bajo unas estrictas condiciones y medidas Covid de aforo limitado. Enhorabuena por ese Galardón, hay que seguir trabajando.



Pero, aquí no ha terminado nuestro inicio de temporada en cuanto a nuestra actividad marcial. El pasado 19 de septiembre, hemos viajado hasta la localidad de Arganda

del Rey (Madrid), para participar en el **IV Open Internacional "Ciudad de Arganda"** en las modalidades de Kata y Kumite.



Queremos destacar el buen hacer, en este Torneo de Karate, con un excelente trabajo de nuestro alumno y único representante **Emiliano J. Rodríguez Rico**, luchando por el Bronce en la categoría Kumite Open Masc 40-49, y quedándonos en este primer Campeonato de esta temporada a un paso de las preesas. "Enhorabuena, excelente arranque de temporada, seguimos haciendo camino".

Nos vemos nuevamente en el Trofeo Internacional "Villa de Mora", el **2 de Octubre próximo, en el que cumpliremos "20 años"** impartiendo Karate en Ocaña.

CARLOS PASTOR

FÚTBOL FEMENINO

La pasión por el fútbol del ocañense Miguel Ángel Quejigo es de toda la vida, desde que era un chaval que perseguía a la pelota en un torneo amateur junto a sus amigos. Con 18 años supo que era el momento de perseguir sus sueños, en ese camino la formación era indispensable. En las aulas de la INEF encontró su vocación, "Fue allí cuando empecé a tener ilusión por ser entrenador, y después cuando hice las prácticas de entrenamiento deportivo en la Escuela del Rayo fue aún más claro para mí, quería dedicarme a ser entrenador de fútbol".

En 2016, debuta en la Liga Femenina de España, y con 28 años fue el entrenador más joven de la competición. Como entrenador se destaca por la mejora individual de sus dirigidas, aunque prioriza también el juego colectivo, e impulsa la competencia interna para mejorar el rendimiento. Se confiesa un apasionado del juego ofensivo, posicional y de los equipos verticales. Ahora, con 33 años, es el entrenador de mayor proyección en la actual Liga Iberdrola.

Hasta el momento ha dirigido al Rayo Vallecano femenino (2016-2018/2021-act.), al

Madrid CFF (2018-2019) y a Fundación Albacete (2019-2021). Con el Albacete se enfrentó al gran reto de buscar el ascenso a la máxima categoría, "Supuso una gran exigencia, estuvimos cerca de lograrlo, y aprendí que día a día hay que demostrar lo que vales".



Hoy, con más experiencia se plantea nuevos objetivos en su regreso con las franjirrojas, y no descarta llegar a dirigir algún proyecto futbolístico en el extranjero. Confía en la calidad de su trabajo para continuar creciendo en su camino por el fútbol profesional, "Agradezco a mi agente Miguel Ángel Sancho por su confianza y por estar detrás de mi evolución como entrenador".

RODRIGUEZ CO ASESORES

Emiliano J. Rodríguez Rico
GRADUADO EN GESTIÓN Y ADMINISTRACIÓN PÚBLICA

ASESORÍA LABORAL FISCAL CONTABLE

Tel. 925 12 12 93
Asociación al Público
Alejandro Pachecho, 11,
Portal 1, Bajo B
45300 OCAÑA (Toledo)
ricoasesores@gmail.com

INSTALACIONES LOS LLANOS

FONTANERÍA · GRUPOS DE PRESIÓN
CALEFACCIÓN · AIRE ACONDICIONADO

PRESUPUESTO SIN COMPROMISO
CALIDAD Y SERIEDAD

627 944 383

Polígono Industrial LA PICOTA
Calle 3, Nave 7 - OCAÑA (Toledo)

FISIOTERAPIA

EL CUERPO DURANTE EL EMBARAZO

El cuerpo femenino produce de forma normal y natural multitud de cambios durante el proceso del embarazo para adaptarse a la nueva vida que crece dentro de ella. Estos son tanto físicos como emocionales y en gran parte son provocados por los flujos y cambios hormonales que se producen conforme progresa la gestación.

En la zona abdominal existen cambios evidentes por culpa del crecimiento del feto dentro del útero, el cual desplazará hacia otras zonas el resto de vísceras.

Esta presión sobre los intestinos hacia la parte inferior del tronco es la causante por ejemplo de las hemorroides y el estreñimiento en las últimas fases del embarazo y, al afectar también a la vejiga, provoca la necesidad continua de orinar (la vejiga tendrá menos capacidad para acumular orina dentro de ella).

Por el contrario, la presión hacia la parte superior provoca el ascenso del estómago y por ello se pueden tener episodios de acidez o reflujo en el embarazo, así como también se ve mermada la capacidad pulmonar por el ascenso del diafragma (hace que la mujer gestante tenga

que respirar más rápido y menos cantidad en cada respiración)

En la zona genital, el útero engrosa su pared durante el primer trimestre y después va adelgazando conforme se va estirando para dar cabida al feto creciente. La vagina aumenta su flujo y las mamas crecen notablemente, produciéndose también el oscurecimiento y crecimiento de las aureolas.



Por último en el sistema músculo-esquelético, la mayoría de los cambios se producen (además de como adaptación al crecimiento del abdomen) como consecuencia de unos mayores niveles de la hormona "elastina", que hace que las fibras de colágeno se vuelvan mucho más elásticas y que las articulaciones de la mujer embarazada adquieran mayor movilidad.

Por ejemplo, observamos el aumento de la curvatura lumbar para compensar el desplazamiento hacia delante del centro de gravedad por el crecimiento del abdomen, las caderas se separan ligeramente al caminar para aumentar la base y los hombros se tienden a llevar hacia delante y hacia dentro como consecuencia del aumento del tamaño y peso del pecho.

¿Cómo puede ayudarme la fisioterapia? Dependiendo de las molestias que haya que tratar, podemos abordarlo desde diferentes enfoques, como el masaje, las técnicas miofasciales o el ejercicio físico.

Por ejemplo aplicamos tratamientos manuales para reducir el dolor lumbar y el acortamiento de la musculatura posterior de las piernas, tratamientos miofasciales y viscerales para mejorar el posicionamiento del útero y reducir su tensión, así como el reflujo o la acidez, tratamientos de drenaje para piernas cansadas o ejercicio terapéutico y Pilates para mejorar la condición física de la embarazada de cara al aumento de peso y al momento del parto y su posterior recuperación.

JAVIER VILLANUEVA SÁNCHEZ-BEATO
COLEGIADO Nº 10.605

CLINICA DE FISIOTERAPIA MULTIFISIO



MultiFisio

CARRETERA DE NOBLEJAS 32

OCAÑA (FRENTE A URGENCIAS)

CITA PREVIA: 925 121 390 / 695 463 277

- FISIOTERAPIA Y REHABILITACIÓN
- OSTEOPATIA Y MASAJE
- PILATES REFORMER
- DEPILACIÓN CON LASER DE DIODO SAPPHIRE
- ESCUELA DE ESPALDA
(Clases de Reeducción postural para niños)

Lunes a viernes 10 a 22h
Sábados: 10 a 14h
Abrimos al mediodía

