

## TRES DÍAS PARA CERRAR EL PLAZO DE INSCRIPCIÓN PARA LA "XVIII REGATA POPULAR DE REMO INDOOR DE DONOSTIA" DEL SÁBADO 19 DE NOVIEMBRE

El próximo sábado 19 de noviembre se celebrará en el Polideportivo Municipal de Benta Berri de la capital donostiarra a partir de las 16:00 horas *la XVIII Regata Popular de Remo Indoor de Donostia* abierta a todo el mundo.

# Donostiako XVIII. Estropada Herrikoia XVIII Regata Popular de Donostia

### CATEGORÍAS / KATEGORIAK

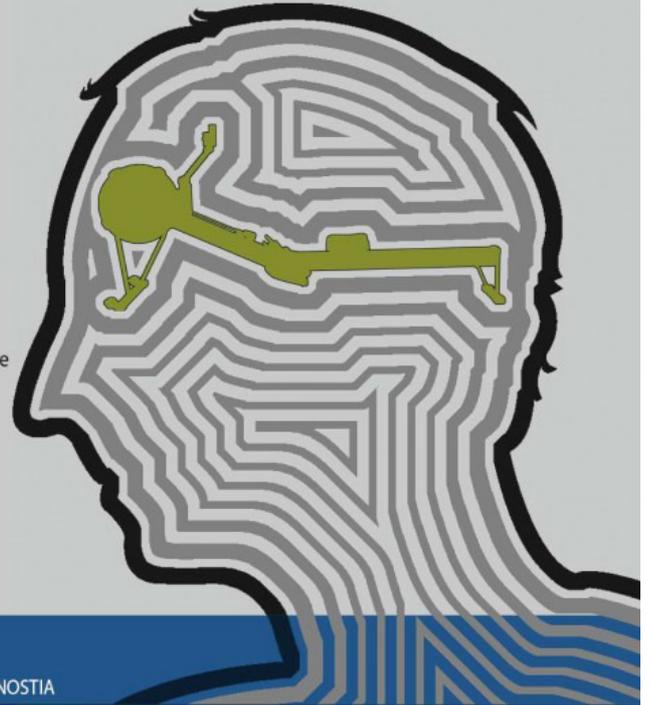
Hombre Absoluto - Peso Ligero (75kg) / Gizon Absolutua - Pisu Arina (75kg)  
Mujer Absoluto - Peso Ligero (61,5kg) / Emakume Absolutua - Pisu Arina (61,5kg)  
Edad / Adina: 0-12 2 minutos / 2 minutu  
13-14 / 15-16 1000m  
17-18 / 19-29 / 30-39 / 40-49 / 50-59 / 60-69 / 70-79... 2000m

### INSCRIPCIÓN / IZEN-EMATEA

On-Line: [www.vermontC2.com](http://www.vermontC2.com)  
Periodo de Inscripción / Izen-emate epea: urriak 11 octubre - azaroak 10 noviembre

**Azaroak 19** Noviembre

Polideportivo de Benta-Berri-ko Kiroldegia




### ORGANIZADOR / ANTOLATZAILEA

D.E. Vermont, S.A. - Iruña, 12 - 20008 DONOSTIA

T: 943-313788/97 W: [www.vermontC2.com](http://www.vermontC2.com)

El plazo de inscripción se cierra la medianoche del jueves 10 de noviembre, de modo que aún queda tiempo para que todo quién lo desee se inscriba de forma totalmente gratuita. Además, tod@s l@s participantes recibirán una "braga" para el cuello-cabeza con el logotipo de Concept2 (mirar fotografía inferior).

Una vez finalizado el plazo de inscripción, se procederá a la programación de todas las regatas y a la asignación de remoergómetro a cada deportista. De esta forma, 3 ó 4 días antes de la celebración del evento publicaremos en [www.vermontC2.com/es/regata2016](http://www.vermontC2.com/es/regata2016) todos los horarios y participantes, de modo que todo el mundo sabrá a qué hora rema y en qué número de Remoergómetro.

Para los aficionados y espectadores, la entrada al Polideportivo de Benta Berri de San Sebastián también será gratuita, de modo que no hay excusas para perderse el espectáculo de una de las regatas de remo indoor más importantes del calendario.

¿Todavía no te has apuntado? ¡Anímate que aún queda tiempo!



## ABIERTAS LAS INSCRIPCIONES PARA LA "IV REGATA POPULAR INDOOR DE GETXO"

El próximo 3 de diciembre el Polideportivo de Fadura de Getxo (Bizkaia) acogerá la cuarta edición de esta importante regata popular de remo indoor, que cada año ve cómo crece el número de participantes.

Las regatas comenzarán a las 9:00h de la mañana y las inscripciones están abiertas a todo el mundo, siendo las distancias a recorrer 500 metros, 1.000 metros y 1 milla (1.609m) dependiendo de la categoría de edad en la que se participe.

En ediciones anteriores el ambiente fue impresionante, con la presencia de clubes locales y de algunos de los mejores remeros indoor de nuestra tierra, además de entusiastas del gimnasio y del fitness. Por otra parte, destaca también la presencia de atletas internacionales que otorgan a esta prueba el caché que se merece.



# IV. Regata Popular de Getxo Getxoko IV. Estropada Herrikoa

**Lugar/Lekua | Polideportivo Fadura Kiroldesia**  
**Día/Eguna | Abenduak 3 Diciembre**  
**Hora/Ordua | 9.00**

**Categorías/Kategoriak**  
500 metros  
1.000 metros  
1.609 metros (milla)

**Premio metálico mejor absoluto masculino y femenino**

**Inscripción/Izen ematea**  
[www.remoindoorgetxo.com](http://www.remoindoorgetxo.com)

**Fecha límite/Muga eguna**  
Azaroak 27 Noviembre

**Más información/Informazio gehiago**  
[www.remoindoorgetxo.com](http://www.remoindoorgetxo.com)



Puedes inscribirte a través de la página oficial de la regata: [www.remoindoorgetxo.com](http://www.remoindoorgetxo.com). El plazo de inscripción ya está abierto y se cerrará el próximo 27 de noviembre, de modo que aún queda tiempo para prepararse y apuntarse a esta importante regata de remo indoor.

Las inscripciones ya están abiertas... ¡no esperes al final para inscribirte!

## LA CROSSFITTER SAM BRIGGS SE HACE CON EL RÉCORD DEL MUNDO DE 1.000 METROS EN CATEGORÍA 30-39 PESO LIGERO, por yosoyrx.com

Hace escasamente una semana que Sam Briggs consiguió batir un Récord mundial en remo sobre un Concept2. El remo que habitualmente encontramos en los box de CrossFit.

Sam Briggs remó la distancia de 1.000 metros en tan solo 3:23.9 estableciendo una nueva mejor marca mundial en la categoría de peso ligero femenino, división 30-39 años. Excelente noticia para Sam Briggs que acaba de recuperarse de una operación de hombro que la tuvo fuera de juego durante casi 4 meses.

Actualmente Sam ostenta el Récord en las distancias de 500m y también en 1000m. La atleta de CrossFit Games ha declarado tras



conseguir este reto que el siguiente paso será romper la marca de los 2.000m.

Sam Briggs ha competido en los CrossFit Games 5 veces desde 2010. Es una de las atletas con más calidad y experiencia. A pesar de ser una de las veteranas del plantel femenino de los CrossFit Games, Sam cosechó un 4º puesto en las dos últimas ediciones.



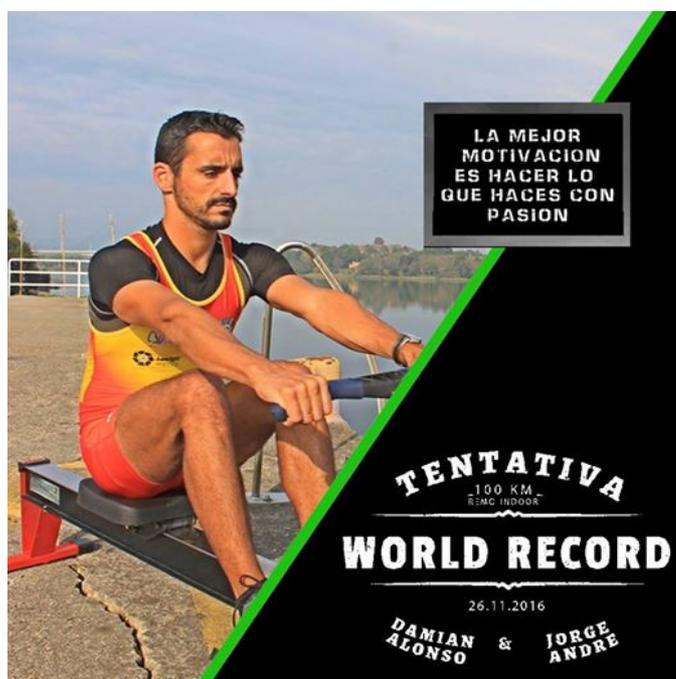
Puedes leer el artículo completo y ver un vídeo del récord visitando: <http://bit.ly/2ekEPnC>

## EL GUARDÉS DAMIÁN ALONSO, A POR EL RÉCORD MUNDIAL DE 100km EN TÁNDEM MASCULINO, por la vozdegalicia.es

Acostumbrado a «buscarse la vida» para conseguir recursos que le permitan acudir a los campeonatos mundiales y europeos, el remero guardés Damián Alonso tiene una nueva iniciativa entre manos, en este caso junto a André Carvalho. La pareja de deportistas se propone batir el récord del mundo de 100 kilómetros de remoergómetro, para lo cual tendrán que turnarse durante seis horas, cambiándose cada tres o cuatro minutos. La cita será en el Outlet de Tui el día 26 de este mes, y con ello pretenden dar visibilidad a su deporte y, a través de actividades paralelas todavía por determinar que probablemente incluyan la venta de rifas, recaudar fondos.

«En la última Copa del Mundo me quedé cerca del récord de 100 metros, que son 15 segundos. A raíz de eso me puse a buscar otras distancias que fueran factibles para batir y me pareció que esta podía serlo», señala el remero. Se lo propuso a su compañero y se pusieron a ello. Hasta ahora han hecho un ensayo de dos horas con buenas sensaciones, pero no será hasta el 26 cuando sepan si están en disposición de lograrlo.

«Lo que más hay que trabajar son los cambios, porque ahí se puede perder mucho tiempo», dice.



LA MEJOR  
MOTIVACION  
ES HACER LO  
QUE HACES CON  
PASION

TENTATIVA  
100 KM  
REMO INDOOR  
WORLD RECORD

26.11.2016

DAMIÁN ALONSO & JORGE ANDRÉ

Con lo que recauden quieren también financiar que algún remero con discapacidad del San Xerome pueda acudir a una competición internacional.

Puedes leer el artículo completo visitando: <http://bit.ly/2eOcyaz>

## FACEBOOK, NOTICIAS DE L@S LECTORES Y SUSCRIPCIÓN

Puedes encontrar muchas más noticias y curiosidades del remo indoor siguiéndonos a través de las redes sociales, Facebook ([www.facebook.com/Concept2Espana](http://www.facebook.com/Concept2Espana)) y Twitter (<https://twitter.com/Concept2Espana>). Para compartir comentarios, artículos, opiniones, entrenamientos, trucos o experiencias personales en el deporte del remo, por favor envía un email a [David@vermontC2.com](mailto:David@vermontC2.com). Para dejar de recibir el Newsletter de Remo Indoor envía un email a la misma dirección.