

DIVERSIÓN Y EMOCIÓN EN EL QWELLNESS DE SABADELL, por Frank Fernández (Director Técnico del Qwellness)

Ambiente sano, distendido, agradable... Si a estos factores les sumamos matices competitivos, como resultado obtenemos la competición realizada en nuestro club el pasado martes 30 de junio con motivo del calendario de actividades de verano de nuestro club.

El sector "cardiovascular" fue un auténtico desafío para los participantes. Realizamos un calentamiento previo en nuestros remos Concept2, en el cual destacó el buen ambiente, tanto en los propios concursantes como los "curiosos" que no dejaron de mirar durante toda la competición.

Emoción, diversión y mucho, mucho sacrificio y esfuerzo por alcanzar la mejor puntuación.

Marc Sadorní fue el ganador de la regata de 2.000m. con un tiempo de 7:18, mientras que el segundo puesto fue para Bilal Lahwaidi con 7:23 y el tercero correspondió a Jordi Puig con 7:36.



Entrega de premios, risas, emoción y cansancio... ¡¡¡todo gracias a la cultura Concept2!!!

LA "XI REGATA POPULAR DE REMO INDOOR DE DONOSTIA", EL SÁBADO 14 DE NOVIEMBRE

Esta undécima edición de la *Regata Popular de Remo Indoor de Donostia* se presenta de nuevo apasionante, tras el enorme éxito participativo y organizativo de la edición anterior.

Si el pasado año fue el primero en que la prueba se disputaba en domingo, este año hemos decidido regresar al sábado y volver a organizar toda la regata en una tarde, para mayor comodidad de todos los participantes. Así, la *XI Regata Popular de Remo Indoor de Donostia* tendrá lugar la tarde del sábado 14 de noviembre de 2009 en el habitual escenario del Polideportivo Municipal de Benta Berri de San Sebastián.

De momento no hemos confirmado totalmente las distancias que habrá disponibles para competir, aunque están aseguradas la disputa de las explosivas regatas de 500 metros y la gran prueba reina del remo, los 2.000 metros. La prueba de 1 Hora que con tanto éxito se celebró en la edición anterior está todavía en el aire, ya que al volver al horario vespertino del sábado volveremos a estar constreñidos por el tiempo y a nivel organizativo supone una carga de trabajo – y de estrés – adicional importante.

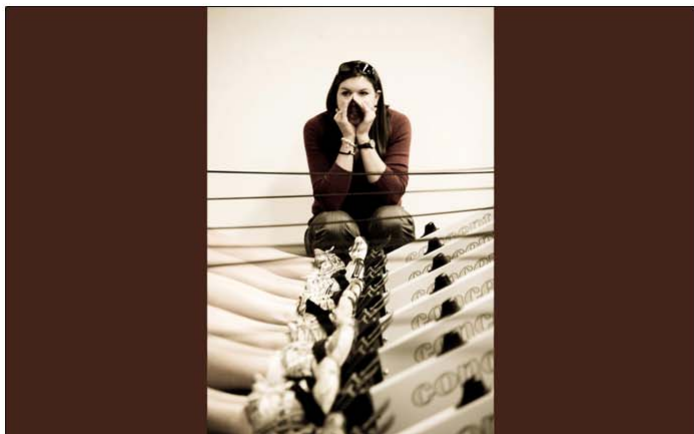
Así que ya lo sabes, marca con un grandísimo círculo rojo el sábado 14 de noviembre en tu calendario y prepárate para pasar un divertido y saludable fin de semana en San Sebastián. Anímate y comienza ya a entrenar para la *XI Regata Popular de Remo Indoor de Donostia*.



PERSONALIZA EL ESCRITORIO DE TU ORDENADOR CON FOTOGRAFÍAS DE REMO

Concept2 recibió más de 600 entradas en el primer concurso de fotografía de remo, Rowtography. Todas las fotos recibidas optaban al premio en cuatro categorías diferentes, llevándose cada ganador/a un Remo Indoor Modelo D.

Ahora Concept2 ha puesto a disposición de todo el mundo las cuatro fotografías vencedoras en cada una de las categorías de Inspiración y Motivación; Arte y Composición; Intensidad y Determinación; y Diversión y Humor. Puedes descargarte y disfrutar de estas imágenes en alta calidad visitando <http://www.concept2.com/us/company/photos/default.asp>.



Inspiración y Motivación

Jonathan Mulkey, Smoky Mountain Rowing Club, TN
Chelsea, entrenadora del Maryville Crew, anima a sus remeros durante una sesión invernal de entrenamiento.



Arte y Composición

Mark Lee, CrossFit Cape Cod, MA
Mark captura la imagen de una participante CrossFit preparando su Entrenamiento del Día.



Intensidad y Determinación

Trish Chase (photo by Beth Harp), Westerville Crew, OH
Las chicas y chicos del Westerville Crew compiten palada a palada.



Diversión y Humor

Shaun Williams, CT
Shaun va a donar su nuevo Remo Indoor Modelo D a Domus, un programa de gran alcance comunitario para las escuelas y residencias que reciben ayudas sociales en Stamford, CT.

CERRAMOS POR VACACIONES

Hoy mismo echamos la persiana, cerramos el chiringuito, finiquitamos el asunto, se acabó lo que se daba.

Tras meses de intenso y emocionante trabajo en la promoción del deporte del remo en todas sus variantes y con la satisfacción de lo que consideramos un trabajo bien hecho, hoy ponemos fin a la que ha sido sin duda una de las más intensas temporadas de remo indoor de la historia: muchas nuevas regatas indoor han visto su nacimiento durante los últimos meses, otras se han consolidado dentro del calendario, ha habido récords nacionales e impresionantes récords mundiales, cada vez más y más gente se ha animado a remar en los polideportivos y gimnasios, han surgido desafíos de remo para la obtención de fondos benéficos y los mayores han remado más kilómetros que nunca.

De modo que ha llegado la hora de descansar un poco para retomar el aliento de cara a la próxima temporada, que se presenta aún más emocionante y cargada de remo indoor que ésta.



Concept2 España permanecerá cerrado del 30 de julio hasta el 20 de agosto, tres semanas en las que podrás descansar de nosotros... o puede que incluso con nosotros, si tu destino coincide con el de alguno de los nuestros... Castellón, Girona, Irlanda, Escocia... ¡¡allá vamos!!

CARTAS Y NOTICIAS DE LOS LECTORES

¿Te mola el Newsletter de Remo Indoor? ¿Te repele? ¿Te gustaría escribir algo para el siguiente número? ¿Quieres mofarte de nosotros por haber metido la pata hasta el fondo? Sea lo que sea, asegúrate que nos lo haces saber escribiendo a david@vermontC2.com. Y si lo que quieres es tener un toma y daca, no dudes en poner tus preguntas o comentarios en nuestro renovado Foro en www.vermontC2.com/vermontforo.

PASANDO DEL NEWSLETTER

¿Cómo? ¿Qué te repele dices? Pues tenemos buenas noticias para ti, porque escribiendo un email a david@vermontC2.com poniendo en el asunto del mensaje "Paso del Newsletter" podrás borrararte del Newsletter de Remo Indoor y no volver a recibirlo nunca jamás. Pero ahora que le doy vueltas... ¡¿de verdad es tan repelente?!