



# Gaceta



Julio 2024

No | 466

# Hotel Villas Asturianas

Tarifas 2024



## Por habitación y por noche

### HOTEL UNO y DOS

Doble sin terraza	\$ 1,020.00
Doble con terraza	\$ 1,130.00
Junior Suite	\$ 1,190.00

cama/persona extra \$ 245.00

## Paquetes entre semana\*

### Desde domingo saliendo viernes (1 noche)

Doble sin terraza	\$ 550.00
Doble con terraza	\$ 590.00
Junior Suite	\$ 640.00

### Desde domingo saliendo viernes (2 noches o más)

Doble sin terraza	\$ 450.00
Doble con terraza	\$ 470.00
Junior Suite	\$ 510.00

\*No se aplica en vacaciones,  
puentes o días festivos.

I.V.A. Incluido 16 %



## DIRECTORIO

### Presidente de Honor

S.M. Don Felipe de Borbón y Grecia  
Felipe VI, Rey de España

### Presidente

Manuel Arias Díaz

### Vicepresidente

Domingo Daniel Feito Feito

### Secretario

José Manuel del Corro González

### Prosecretario

Juan Luis López y García

### Tesorero

Francisco Rodríguez Fuertes

### Protesorero

César Noval Garrido

### Contador Interventor

Pancracio Raúl Alonso Escudero

### GACETA DEL CENTRO ASTURIANO DE MÉXICO, A.C.

Órgano Oficial de esta Sociedad.

Circulación mensual gratuita en la sede Sociocultural, en el Parque Asturias y en el Club Campestre Ecológico.

Se publica el último viernes de cada mes.

Su edición se encuentra a cargo de la Comisión de Información y Propaganda con la colaboración de todas las comisiones del Centro Asturiano de México, A.C.

Los artículos y colaboraciones se reciben en Arquímedes 4, 5º Piso Administración, indicando nombre, teléfono, correo electrónico y número de socio del colaborador.

Revista elaborada por Ediciones Gernika, S.A.  
(Latacunga 801. Lindavista. Tel. 55 5586 5262)

La temporada vacacional aumenta de modo considerable la asistencia de socios entre semana al Parque Asturias, dando lugar a numerosos cambios en las rutinas del personal encargado de mantener todos los servicios en óptimas condiciones. La mayoría de los deportes imparten talleres de perfeccionamiento y la oferta es muy amplia, así que hay horarios y actividades para todas las edades y gustos.

En la galería de Arquímedes continúan las exposiciones periódicas que ya son una tradición y gozan de gran prestigio. En el auditorio se presentó un bello espectáculo del grupo de Coreografía Infantil. Asimismo, el gimnasio mantiene sin variación su incesante actividad matutina, además de los juegos habituales en las áreas de dominó y billares durante las tardes.

Este verano las Villas Asturianas también reciben grupos de amigos que se organizan para pasar unos días de asueto. En el Club Campestre Ecológico se impartirá un curso de golf infantil y juvenil para los socios que desean empezar a practicar este deporte.



Navaja gigante, Taramundi

Visita nuestra página web totalmente renovada:  
[centroasturianoemexico.com](http://centroasturianoemexico.com)

correo electrónico:  
[gobierno@centroasturiano.com.mx](mailto:gobierno@centroasturiano.com.mx)

Páginas informativas en la internet sobre Asturias:

[www.infoasturias.com](http://www.infoasturias.com)  
[www.archivodeindianos.es](http://www.archivodeindianos.es)  
[www.mumi.es](http://www.mumi.es)  
[www.asturies.com](http://www.asturies.com)  
[www.asturiasweb.com](http://www.asturiasweb.com)  
[www.teleasturias.com](http://www.teleasturias.com)

[www.ayuntamientodellanes.com](http://www.ayuntamientodellanes.com)  
[www.principadodeasturias.com](http://www.principadodeasturias.com)  
[www.uniovi.es](http://www.uniovi.es)  
[www.ayto-gijon.es](http://www.ayto-gijon.es)  
[www.ayto-oviedo.es](http://www.ayto-oviedo.es)



## Exposiciones en la galería de Arquímedes 4

### “Figuras y Texturas” de Nora García Stivalet (del 3 al 16 de junio)

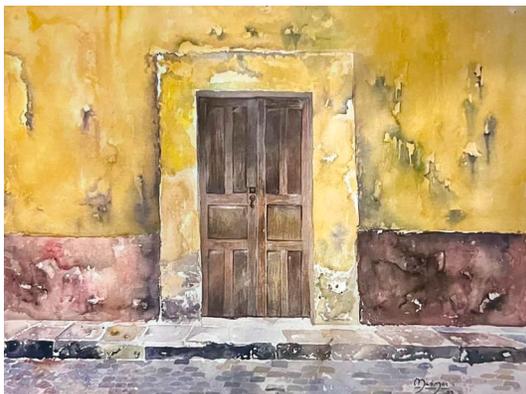
**A**rtista plástica mexicana cuyo trabajo se caracteriza por el uso vibrante del color y la incorporación de diversas texturas. Utiliza una rica paleta de colores que parecen cobrar vida en sus lienzos, que transmiten una gama de sentimientos, desde alegría hasta melancolía introspectiva. Además del color, las texturas juegan un papel crucial en su obra pues emplea técnicas y materiales variados, desde óleo o acrílico, hasta la incorporación de elementos como arenas y metales.



### “Color” de Marimer Pujol (del 17 al 30 de junio)

**L**a obra de Marimer Pujol deambula entre la pasión de crear a partir de la libertad de las acuarelas y un compromiso innegable con la estética de novedosas técnicas. El uso de materiales reciclados, así como la experimentación a través del color le llevan a construir una mirada apasionante y única en el mundo de la abstracción y los indelebles sueños.

La pueril necesidad de detener el tiempo le llevó a iniciarse en el camino del color y las sombras. La inquietud de plasmar la inmensa gama de tonalidades que acompañan sus formas le separan de lo tradicional y estático. En sus lienzos desafía una resonancia entre aquello que se vive intensamente y lo que se niega a olvidar eternamente.





## Jira Asturiana en el Club Campeste Ecológico

**E**l sábado 15 de junio se realizó la Jira Campeste, iniciando con la procesión encabezada por la Virgen de Guía, Patrona de los Emigrantes.

Se ofició una misa en el Asturdomo; al finalizar el Cuadro Artístico interpretó bailes folclóricos con gran entusiasmo y alegría acompañados de la Banda de Gaitas.

Posteriormente se ofreció una comida a base de "bollu preñau" y paella a todos los asistentes, quienes disfrutaron una agradable tarde al aire libre.

La Jira Campeste también marca el fin de los ensayos del Cuadro Artístico. Se entregaron los diplomas a los integrantes por su participación en los Festivales de Música, Coros y Danzas, tanto de mayores como de menores.



# Festejos



## La Noche de San Juan

**A**l caer la noche los invitados presenciaron el encendido de la hoguera monumental, en la que participaron personificaciones de los seres mitológicos asturianos.

Los asistentes disfrutaron de antojitos mexicanos y escucharon un concierto con música de gaitas; para finalizar bailaron con la música del "DJ Jacob".



# Acondicionamiento físico

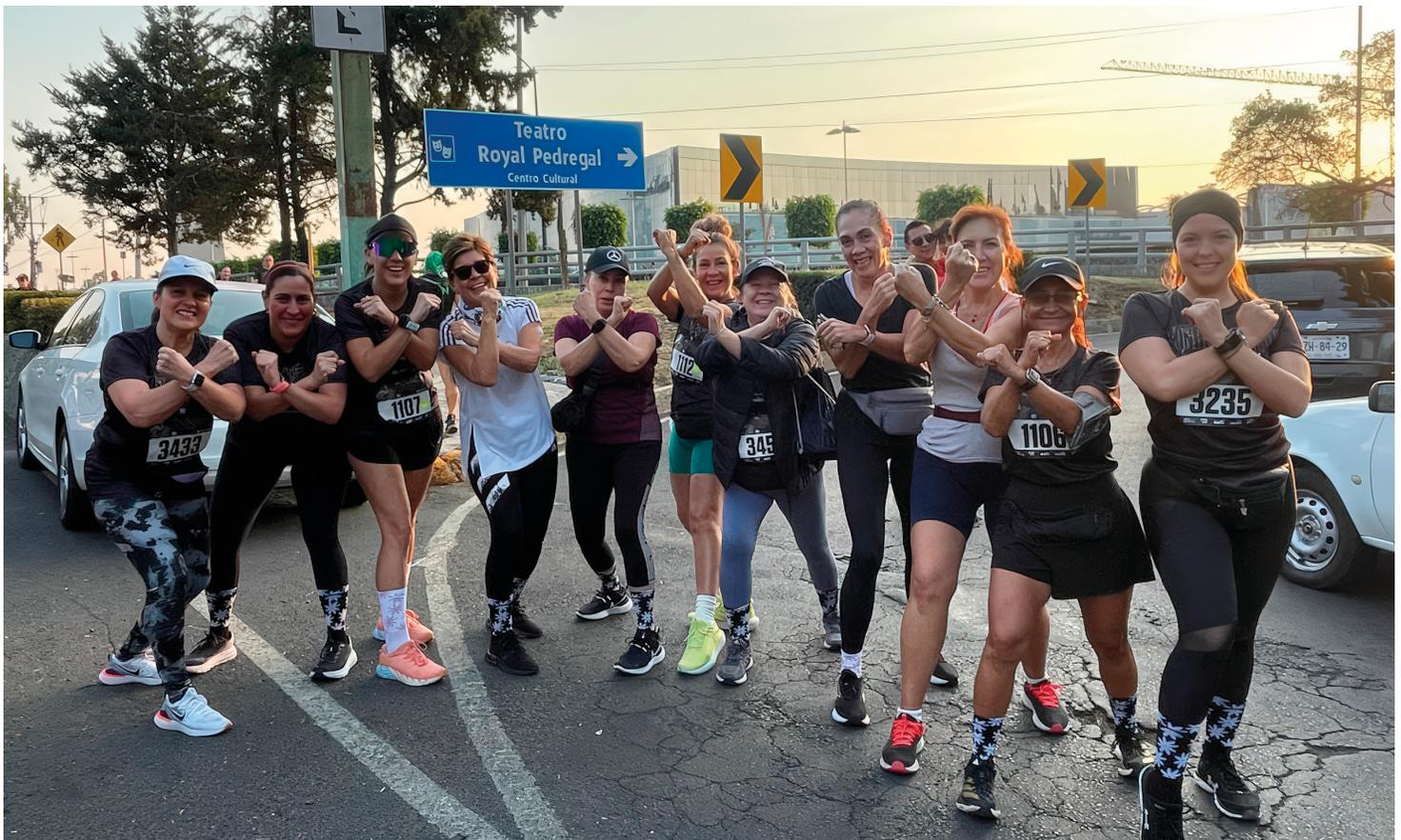
## Carrera "Mujer Maravilla"

El pasado 26 de mayo se realizó en el sur de la ciudad la Carrera "Wonder Woman" en la modalidad de 5 y 10 km, con una nutrida participación de alumnas de Acondicionamiento Físico, clase impartida por la profesora Rocío Anaya González en el Gimnasio Mixto.

En esta ocasión los hombres que asisten a la clase fueron a apoyar a sus compañeras, ya que es una carrera dirigida a mujeres; no por ello la competencia fue sencilla ya que la altimetría de la misma requiere un esfuerzo mayor de las corredoras debido a que cuenta con subidas pronunciadas.

Las 12 asistentes, incluida la maestra Rocío Anaya, son: Fernanda Meneses, Claudia Inostroza, María Meraz, Tere Noble, Saida Redondo, Alejandra Pino, Hortensia Paniagua, Roberta Coronado, Isabel Ceballos, Rosalba Reséndiz y Marcela Aupart.

Con este tipo de eventos se consolida el trabajo en equipo, la actividad deportiva del grupo crece y se fomenta la buena convivencia.





## Premiación del Torneo de Primavera 2024

**E**l 16 de junio concluyó el Torneo de Primavera 2024, una competencia intensa en nueve jornadas conforme al sistema Round Robin, donde todos los jugadores se enfrentan entre sí, elevando las posibilidades de juegos reñidos e interesantes. La duración de las partidas fue de una hora por jugador, formato lento que fomenta la reflexión profunda y estratégica.

La premiación se llevó a cabo con la presencia de Juan Antonio Ordóñez, directivo de la Comisión de Juegos del Parque, quien entregó a los ganadores de los tres primeros lugares unos trofeos con el emblemático caballo; además, todos los participantes recibieron la medalla alusiva.

Los ganadores fueron:

### Grupo 1

- 1º lugar – Mauricio Forzán
- 2º lugar – Francisco León
- 3º lugar – Francisco Julián Cedillo

### Grupo 2

- 1º lugar – Amadeo Escobar
- 2º lugar – Emilio Ángeles
- 3º lugar – José Pablo Quintana

## Testimonio del árbitro del Torneo

**J**osé Santiago González, árbitro y organizador del torneo, comentó: "Todos nos esforzamos para que saliera lo mejor posible, incluyendo a los ajedrecistas que accedieron a jugar entre semana o disputar dos y hasta tres partidas el domingo con tal de cumplir con su calendario de rondas. Esto último hizo posible que hubiera un alto porcentaje de partidas que se resolvieron jugando y no por default.

Por ejemplo, en el grupo 1, de las 45 partidas acordadas sólo dos se decidieron por default. Otra situación interesante en este grupo fue que no se registraron empates; es decir, los jugadores fueron a ganar sin especulaciones incluyendo, por supuesto, la emotiva partida de desempate por el primer lugar entre Mauricio Forzán y Francisco León.

Algo similar ocurrió en el grupo 2, aunque allí sí hubo dos tablas, curiosamente ambas por rey ahogado, una situación que raramente se presenta en una partida de ajedrez".

En resumen, el Torneo de Primavera 2024 no sólo fue una competencia reñida y emocionante, sino también una demostración del compromiso y pasión por el ajedrez de participantes y organizadores.

En septiembre se reanudarán las actividades con varios proyectos en desarrollo, entre ellos talleres temáticos de ajedrez, un torneo con un formato distinto, así como el desfile de la Romería del Socio en octubre.



# Badminton

## La Academia de Badminton celebra 45 años

La práctica del Badminton inició en el Parque Asturias hace más de 55 años en unas canchas externas localizadas en el área de las albercas con superficie de pasto, para después adaptarlas a concreto, aún al aire libre. En mayo de 1979 el Badminton se traslada al gimnasio olímpico, lo que permitió que se jugara de manera más adecuada ya que es un deporte de interiores, donde actualmente se sigue practicando.

En agosto del 1979 se crea la Academia de Badminton con la idea de apoyar a la población infantil en el desarrollo de esta disciplina. Con el respaldo de varios jugadores, entre ellos Eduardo Limón, Leopoldo Limón, Miguel López Valentín y Jorge Aguilar, se iniciaron las clases en horarios matutinos los sábados y domingos.

A la fecha la Academia de Badminton sigue operando tras 45 años de trabajo ininterrumpido, de donde han salido numerosos jugadores seleccionados tanto en la Ciudad de México como a nivel nacional e internacional.

Si te interesa este deporte y tienes de 6 a 8 años lo puedes aprender en los siguientes horarios:

Miércoles y viernes de 16 a 18 hrs en el Gimnasio Mixto Jorge Aguilar/Mariana Ugalde

Sábados de 11 a 13 hrs en el Gimnasio Olímpico Jorge Aguilar/Mariana Ugalde

Domingos de 10 a 12 hrs en el Gimnasio Olímpico Jorge Aguilar



Academia de Badminton en el 2012



Academia de Badminton en el 2014



Academia de Badminton en el 2015



Academia de Badminton en el 2017

## Juegos Nacionales CONADE

El equipo representativo de la CDMX partió a la ciudad de Campeche a disputar el Torneo Nacional, donde se enfrentan los mejores jugadores del país del 20 al 28 de junio; los atletas del Centro Asturiano que formaron parte de este equipo fueron: Giovanna Alonso, Alondra Juárez y Ghiberthi Alonso.



Equipo CDMX sub-13

# Basquetbol



**D**urante los meses de junio y julio de 2024 dimos por concluido nuestro Torneo de Primavera con juegos de finales muy parejos y algunos espectaculares en la mayoría de las categorías.

Los resultados finales fueron los siguientes:

## Torneo de Primavera 2024:

### Infantil mixto

Cares (Campeón)  
Principado (2° lugar)

### Femenil

Coruxa (Campeón)  
Principado (2° lugar)  
Sella (3° lugar)

### Juvenil

Cares (Campeón)  
Musel (2° lugar)  
Naranco (3° lugar)

### 1a fuerza

Principado (Campeón)  
Musel (2° lugar)  
Covadonga (3° lugar)

### 2a fuerza

Naranco (Campeón)  
Navia (2° lugar)  
Coruxa (3° lugar)

### Veteranos "A"

Costa Verde (Campeón)  
Navia (2° lugar)  
Río Oviedo (3° lugar)

### Veteranos "B"

Sella (Campeón)  
Principado (2° lugar)  
Ría Villaviciosa (3° lugar)



1° y 2° lugar Femenil



Cares, Campeón Juvenil



Costa Verde, Campeón Veteranos "A"



Musel, 2° lugar Juvenil



Naranco, Campeón 2° Fuerza



Navia, Subcampeón Veteranos "A"



Principado, 2° lugar Infantil



Principado 2° lugar Veteranos "B"



Principado, Campeón 1° Fuerza

Hacemos una cordial invitación a que más socios se integren a la Familia del Basquetbol y participen en nuestra Liga Interna para compartir y disfrutar la práctica de este gran deporte.  
¡Tenemos categorías adecuadas para todas las edades!

# Boliche



Equipos "A"



Equipos "B"



Individual "A"



Individual "B"



Individual "C"



Individual "D"



Chuy Villalva y Héctor Vázquez

Como recordamos, el pasado 9 de mayo Héctor Vázquez logró hacer un tiro perfecto de 300 puntos. Para conmemorar su gran hazaña sus amigos le obsequiaron un bolo de boliche decorado. Sin duda fue un evento especial.

Asimismo, el 20 de junio concluyó el 9º Torneo de Boliche de los jueves, después de 19 sesiones llenas de dedicación, esfuerzo y disciplina por parte de los 17 equipos participantes.

Tanto individualmente como en equipo todos demostraron ser grandes jugadores y los mejores obtuvieron las primeras posiciones:

## Equipos "A"

1º lugar: Pimiango  
 2º lugar: Pravia  
 3º lugar: Oviedo  
 Tiro Mayor: Oviedo  
 Serie Mayor: Pravia

## Equipos "B"

1º lugar: Coruxa  
 2º lugar: Balmori  
 3º lugar: Cares  
 Tiro Mayor: Cares  
 Serie Mayor: Cares

## Individual "A"

1º lugar: Héctor Vázquez (Cares)  
 2º lugar: Pedro Romero (Pravia)  
 3º lugar: Alejandro Berdejo (Oviedo)  
 Tiro Mayor: Héctor Vázquez (Cares)  
 Serie Mayor: Héctor Vázquez (Cares)

## Individual "B"

1º lugar: Alejandro Gatica (Pola)  
 2º lugar: Ricardo Troncoso (Bárcena)  
 3º lugar: Víctor Cruz (Pravia)  
 Tiro Mayor: Ricardo Troncoso (Bárcena)  
 Serie Mayor: Fernando Campos (Tineo)

## Individual "C"

1º lugar: Pablo Berdejo (Oviedo)  
 2º lugar: Ricardo Ayax (Naranco)  
 3º lugar: Javier Miranda (Coruxa)  
 Tiro Mayor: Pablo Berdejo (Oviedo)  
 Serie Mayor: Pablo Berdejo (Oviedo)

## Individual "D"

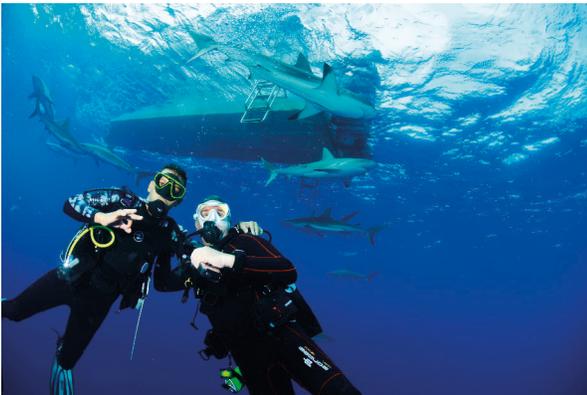
1º lugar: Marielena Ríos (Mieres)  
 2º lugar: Federico Rangel (Purón)  
 3º lugar: Fernando Carrasco (Coruxa)  
 Tiro Mayor: Manuel Moyrón (Principado)  
 Serie Mayor: Federico Rangel (Purón) y Fernando Carrasco (Coruxa)

# Buceo



## Convivio del equipo

Con motivo del día Mundial de los Océanos que se conmemora el 8 de junio y tiene como objetivos crear conciencia sobre la importancia de los mares en la vida cotidiana y difundir el impacto de las actividades humanas en ellos, el equipo de buceo decidió aprovechar la ocasión para reunirse en una grata convivencia y honrar a los océanos que tantas aventuras memorables nos brindan. La celebración fue muy amena y ni la lluvia torrencial que cayó ese día pudo mermar el ánimo de los buzos que planeaban entusiastas sus siguientes cursos y aventuras submarinas.



## Viaje a Jardines de la Reina, Cuba

Finalmente nos fuimos a esta reserva mundial, ubicada al suroeste de la isla. Jardines de la Reina es un archipiélago del mar Caribe ubicado frente a la costa de las provincias de Camagüey y Ciego de Ávila. Fue llamado así por Cristóbal Colón en honor a la reina de España, Isabel I de Castilla. Hoy en día es uno de los parques nacionales de Cuba y una de sus áreas protegidas más grandes, que abarca una extensión de 2,170 km<sup>2</sup>. Desde tiburones hasta arrecifes vírgenes, hay algo para cada tipo de buceador en Jardines de la Reina. En este mar hay avistamientos de tiburones casi garantizados.

La modalidad de viaje fue tipo vida a bordo "Liveaboard", el barco es la base de operaciones con todos los servicios necesarios, tiene camarotes, comedor con excelente servicio, áreas de descanso y asoleadero, sala de estar con pantalla. Es un crucero acondicionado con tanques y compresores de aire suficientes para atender hasta 40 buzos; además tiene 2 embarcaciones de servicio para llevar a los buzos hasta los sitios de inmersión. Participaron en el viaje Maritza Nandayapa, Carlos Rubio y Fermín García.



## Torneo Interclubes de Segunda Fuerza

**D**urante el último fin de semana de junio y los dos primeros de julio se realizó el Torneo Interclubes de Segunda Fuerza, evento que tiene una gran tradición y es muy esperado por los jugadores y aficionados al frontenis, toda vez que se trata de una justa en la que participan deportistas con alto nivel competitivo y de extracción básicamente de clubes.

Este certamen se disputó entre los principales clubes deportivos de la Ciudad de México. Además del Centro Asturiano, intervinieron el Real Club España; el Club Mundet; el Deportivo Chapultepec; el Centro Libanés; el Club Futurama y el Deportivo Tecamachalco.

Nuestra selección estuvo integrada por las siguientes parejas:

1. Roberto Amilpa y Octavio Díaz
2. Alejandro González y Miguel Ledezma
3. Mauricio Yris y José Ramón Canales
4. Erick Ramírez y Guillermo Meave Jr.
5. Daniela Hermida y Paolo Campolongo
6. Eduardo García y Carlos García
7. Fidel Delgado y Roberto González
8. Carlos Amaya y Sergio Barbieri
9. Mauricio Rivera y Eduardo Chávez
10. Iñigo Martínez y Jorge Pérez

Suplentes: Ricardo Rivera, Fernando Ortiz, Arturo Rojas, José Antonio López, Armando González, Félix Carreño, Salvador Zendejas, Arturo Olavarri, Ricardo Almorejo, Víctor M. Jiménez y Ernesto Ortiz.

A la fecha en que se escribe esta nota no ha concluido el torneo por lo que no hay resultados finales; sin embargo, nuestra selección ha tenido un favorable desempeño por lo que se espera entregar buenas cuentas.



# Gimnasia aérea



**E**l 21 de junio se realizó la segunda competencia interna de Gimnasia aérea. En esta ocasión participaron 13 alumnas divididas en tres categorías individuales; también incursionamos en la modalidad de duetos.

Las alumnas mostraron en todo momento una excelente actitud y compañerismo. Los padres y madres de familia disfrutaron la exhibición de sus hijas. En esta ocasión tuvimos un grupo limitado de participantes debido al periodo de fin de cursos.

Extendemos una felicitación a los entrenadores Rafael Hernández y Stephania Chávez, así como al grupo de competidoras:

Erika Téllez, Luciana Hernández, Valentina Rojas, Jimena Montoya, Julia Wasser, María Fernanda Leyva, Emilia Morales, Valeria Mena, Tania Medina, María Renata López, Renata Carreón, Antonella Meján, Camila Fromow, Daniela Casasola, Valentina Hernández, Constanza Meján y María José Grifé.



# Gimnasia artística

Del 19 al 23 de junio se llevó a cabo la “Segunda Copa Mitz 2024” en la que participaron alrededor de 1,500 gimnastas en su mayoría de la Ciudad de México, pero también de otros estados, como Morelos, Baja California, Puebla y Chiapas.

Además de ser preparativa para el Campeonato Regional de Zona, es una competencia clave para evaluar el desempeño de



nuestras gimnastas. Este año se tomó la iniciativa especial de premiar a las atletas con plantas para sensibilizar a todos sobre el cuidado del medio ambiente.

En esta ocasión participaron 42 alumnas de Gimnasia Artística del Centro Asturiano acompañadas de seis entrenadores, quienes estuvieron presentes en la ceremonia de inauguración plantando un árbol en la Ciudad Deportiva.



# Gimnasia de trampolín

Como complemento al artículo publicado en junio sobre el Campeonato Nacional de Gimnasia de Trampolín realizado en Mérida, Yucatán, del 7 al 11 de mayo, se incluye información adicional, además de reiterar los excelentes lugares que lograron nuestras atletas: 5 Campeonas Nacionales.

Los resultados por categoría fueron:

**Nivel 4 categoría B:** Helena Romero García Bada y Luciana Ruiz Licea obtuvieron el tercer lugar, mientras Sofía Gutiérrez Fasekas y Rebeca Carreón Porrás Navarro se posicionaron en el segundo lugar.

**Nivel 4 categoría C:** Nuestras atletas se adueñaron del pódium: el primer lugar y Campeona Nacional 2024 lo obtuvo Mila Landeros Santillán, seguida por Carolina Mora Aránzazu que se ubicó en el segundo lugar y el tercer puesto lo obtuvo Salma Landeros Santillán.

**Nivel 5 categoría B y C:** Luisa Valdés Pascalín en la categoría B y María Fernanda Loranca Domínguez en la C se ubicaron en el primer lugar en sus respectivas categorías, siendo Campeonas Nacionales 2024.

**Nivel 5 categoría D:** Regina Carreón Porrás Navarro se ubicó en el tercer lugar, mientras Isabella Gottfried Gugnheimer obtuvo la primera plaza y es la Campeona Nacional.

**Nivel 6 categoría D:** Alexia Villanueva Campos obtuvo el tercer lugar.

Además, tenemos otras muy buenas noticias. Cinco atletas del Centro Asturiano compitieron en el Campeonato Nacional de Mérida para buscar su clasificación a Los Juegos Nacionales CONADE y los cinco clasificaron:

**Categoría 11-12 varonil:** Sebastián Rendón Torres en el lugar 17°, así como Isaías Adrián Pérez Suárez en el lugar 11°.

**Categoría 15-16 varonil:** Patricio Rosado de León en el 3° lugar.

**Categoría Senior femenil:** Emilia Becerril en el lugar 11° y Julia Becerril en el lugar 16°.

Cabe mencionar que en Los Juegos CONADE compiten los 20 mejores atletas amateur de México en cada categoría y modalidad. En el evento participan los 32 estados de la República Mexicana, el Instituto Politécnico Nacional (IPN), la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) y el Instituto de Mexicanos en el Extranjero (IME), con el objetivo de detectar talentos deportivos para estimular y conformar las selecciones nacionales que nos representan en Juegos Panamericanos, Centroamericanos, Copas Mundiales, Campeonatos Mundiales y Juegos Olímpicos.



## Torneo del Día del Padre 2024

Con un día fenomenal para jugar golf, el sábado 22 de junio se llevó a cabo este evento que ya es tradicional. Como cada año y con numerosos golfistas, nuestros entusiastas aficionados a este gran juego compitieron por equipos para pasar a la historia como grandes ganadores.

A partir de las 08:45 am cada grupo se posicionó en el hoyo correspondiente para salir por escopetazo a las 09:00 am. Conforme se desarrollaba el juego el día mejoró y permitió una agradable convivencia de los familiares y amigos.

Al finalizar el torneo todos se dieron cita en el salón Arcina para degustar una rica comida antes de la entrega de trofeos y premios que se obtuvieron.

Agradecemos a Gravity, L'Entregu y Adidas México, patrocinadores de nuestro Torneo del Día del Padre 2024.



### Premiación de la competencia

#### 3° lugar

Humberto Morán Y Cobayasi  
Humberto Morán Bracamontes  
Juan Francisco Morán Bracamontes  
Miguel Ángel García Lastra

#### 2° lugar

Mario Rochell  
Daniel Rochell  
Gabriel Iñesta  
Oscar Chávez

#### 1° lugar

Gastón Esquivel Santos  
Juan Carlos Revuelta Diez  
Javier Esquivel De Ávila  
Gastón Esquivel De Ávila



### Premiación a los 5 mejores OYE's del Hoyo 11 y 17

#### Hoyo 11

5° Juan Carlos Revuelta Diez  
4° Ángel Isidro Peña Menéndez  
3° Mario Rochell  
2° Gonzalo Camargo Revuelta  
1° José Ernesto Ibarra Deras

#### Hoyo 17

5° César Noval Garrido  
4° Carlos Alan Guzmán Guereca  
3° Gastón Esquivel Santos  
2° Lourdes Carrasco Ruiz  
1° Humberto Morán y Cobayasi



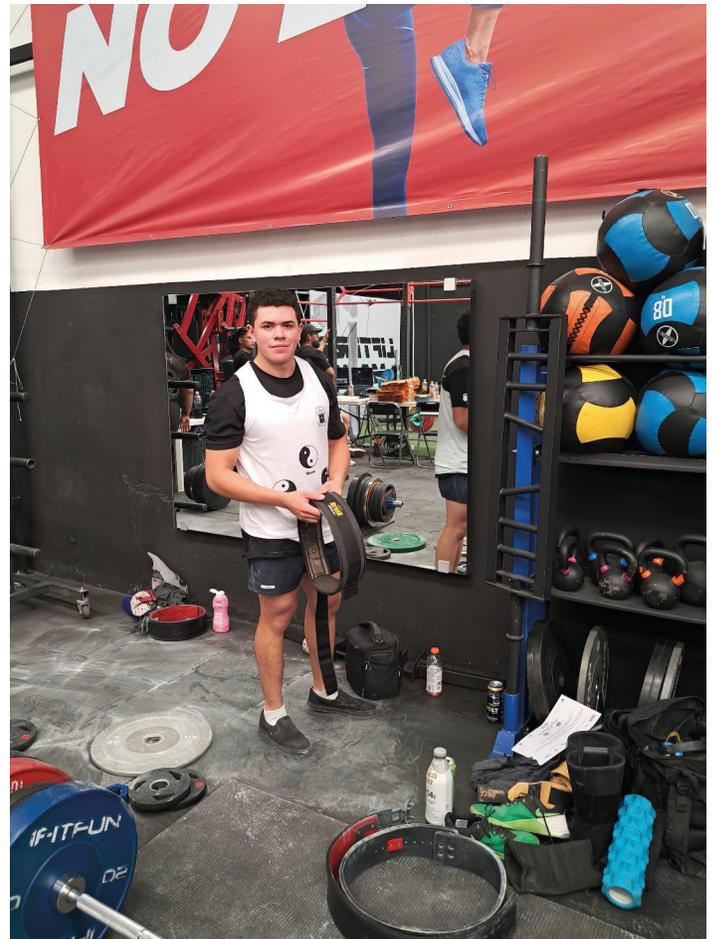
# Halterofilia

**E**l 22 de junio se llevó a cabo el Torneo Estatal de Powerlifting, avalado por la Liga Mexicana de Powerlifting, en las instalaciones de Ranking Training Center, en la Alcaldía Benito Juárez.

Jorge Vázquez García, atleta que representó al Centro Asturiano, participó en la competencia en la categoría de 75-82 kg y su

desempeño fue sobresaliente; sus puntuaciones fueron las siguientes: en levantamiento de pecho (*bench press*) 107.5 kg, en sentadilla (*squats*) 160 kg y en peso muerto (*deadlift*) 192.5 kg.

Con esos resultados Jorge quedó en primer lugar y se proclamó Campeón del Torneo.



# Padel



**P**ara celebrar a los papás jugadores de Padel, el sábado 8 de junio se realizó el Torneo Padres e Hijos con la asistencia de más de 40 parejas.

En un ambiente de festividad y armonía participaron los papás y sus hijos de todas las edades con gran entusiasmo. Este evento fortaleció la actividad deportiva familiar, además de la convivencia con los demás socios del Centro Asturiano.

Las parejas ganadoras recibieron un obsequio para que siempre recuerden este torneo con sus hijos.

Nuevamente agradecemos la participación de los socios y felicitamos a los ganadores.



# Patinaje artístico

La Competencia Recreativa y Técnica "Fun Skate" 2024 se llevó a cabo del 24 al 28 de abril del presente año, en la Ciudad de México, en la Pista de Hielo "Cielo Abierto", Alcaldía Coyoacán, en la cual participaron grupos de patinadores de pistas como: La Pista Coyoacán, Lakeside Querétaro, ISK8 Interlomas, Winter Sports Metepec, Ice World Santa Fe, City Towers, Ice Town Esmeralda y Eden Ice Academy.

El Centro Asturiano fue representado por 10 alumnos en diferentes niveles y categorías en dos eventos distintos; el evento técnico y el evento recreativo "Solo Spotlight", con los siguientes resultados:

- María Jorja O'Cádiz Herrera, en técnico obtuvo el primer lugar en categoría Infantil A, nivel Skate 1 y en "Solo Spotlight" obtuvo quinto lugar en nivel low 3.
- Romina Meza Alcocer, en "Solo Spotlight" y obtuvo el cuarto lugar en el nivel low 3.
- Pía Díaz Rodríguez, en "Solo Spotlight" obtuvo el quinto lugar en el nivel low 5.
- Valentina Castro Altolaquirre, en técnico obtuvo el segundo lugar en su categoría Pre-Infantil B nivel Skate 1.
- Luz Camila Salazar Rivas, en "Solo Spotlight" obtuvo tercer lugar en nivel low 2.
- Olivia Corona Arriaga, en técnico obtuvo el tercer lugar en su categoría Infantil A nivel Skate 1.
- Emilia Cortés Velasco, en "Solo Spotlight" obtuvo cuarto lugar en nivel low 2.
- Helena Cortés Velasco, en técnico obtuvo el primer lugar en categoría Infantil B, nivel Skate 1 y en "Solo Spotlight" obtuvo cuarto lugar en nivel low 4.
- Regina Chama García en técnico obtuvo el primer lugar en categoría Infantil B, nivel Skate Inicial y en "Solo Spotlight" obtuvo el cuarto lugar en el nivel low 5.
- Natalia Márquez Bañuelos en técnico obtuvo el tercer lugar en su categoría Infantil C nivel Skate 2.

Queremos felicitar a nuestras patinadoras por su gran desempeño y esfuerzo, poniendo en alto a la Academia de Patinaje del Centro Asturiano.





## Torneos Internos

**D**urante junio continuamos con las competencias de la Clase "B" con los torneos de Dobles Mixtos en los que participaron 10 parejas y el de Singles Damas con 8 tenistas.

El domingo 16 de junio se llevó a cabo la final de Dobles Caballeros Clase "B" resultando campeones Alfredo Mercado y Víctor Vivas, así como finalistas Luis Carlos Viramontes y Mario García.

El sábado 22 de junio se jugó la semifinal de Singles Damas Clase "B" en la que Claudia Pacheco venció a Paola Díaz.



Final Dobles Caballeros Clase B. Alfredo Mercado y Víctor Vivas vencieron a Mario García y Luis C. Viramontes



Claudia Pacheco venció a Natalia Gutiérrez



Cucus Nava venció a Ma. del Carmen Chávez



Nacho Briones y Zoe Acevedo vencieron a Natalia Gutiérrez y Paco Camarena



Directiva y Comisión B de Tenis en la entrega del reconocimiento al profesor Manuel Feria

## Despedida del profesor Manuel Feria Pedraza

**E**ste mes se retiró el profesor Manuel Feria Pedraza de las actividades tenísticas del Centro Asturiano de México después de prestar sus servicios a nuestros socios por más de 50 años.

Con este motivo, el domingo 30 de junio se celebró un desayuno en las instalaciones del Parque Asturias en el cual la Comisión de Tenis, integrada por Luis López y García y Angel H. Díaz Núñez, la Administración, representada por Héctor Torales, así como Francisco Javier Mendoza, Aline Feria y Elizabeth Rodríguez, miembros de la Comisión "B", le entregaron una placa conmemorativa como reconocimiento a su trayectoria.

Por otra parte, el viernes 28 de junio numerosos socios también festejaron al profesor Feria con una comida celebrada en los jardines del Parque, en la que más de 90 tenistas le expresaron su gratitud por los años dedicados a la enseñanza y organización del tenis en nuestro Centro.

# Taekwondo



El pasado sábado 29 de junio se llevó a cabo el segundo examen de esta disciplina para cambio de cintas en el año. En esta evaluación tuvimos la suerte de contar con asistencia del profesor Germán García Martínez, cinta negra 7º Dan, como sinodal del examen.

El profesor Germán es integrante de la asociación de Taekwondo Jangseung y aprovechó la ocasión para dirigir unos mensajes de motivación a todos los asistentes.

Presentaron examen los siguientes atletas:

- Alan Almazán Roca 10 kup
- Darío Ribera González 10 kup
- Omar Villagómez Bulos 10 kup
- Emilia González Aritzemendi 10 kup
- Amaia López Cárdenas 9 kup
- Arantxa Rodríguez Castillo 9 kup
- Luciano Guzmán Hurtado 9 kup
- Sebastián González Aritzemendi 9 kup
- Renata Maitret Reyes 9 kup
- Gala Ramírez Pozas 8 kup
- Luis Emilio Rosas Calera 8 kup
- Nicolás López Rivera 7 kup
- Emilia Zumarán Afcha 7 kup
- José Emiliano Martínez González 6 kup
- Carlos Eduardo Romero Ricarte 6 kup
- Patricio Díaz Guillén 5 kup
- Zoé Espinosa Dalesme 2 kup
- Daniel Sánchez Espinosa 2 kup
- Sebastián Rivera Martínez 2 kup
- Sofía Valeria Díaz Pérez 1 kup.

Como se puede ver, tenemos una nueva generación que se está iniciando en esta disciplina.





## Triatlón, Aguas abiertas

### Historia de la vuelta a Manhattan, por Diego Aragón

#### Los 20 puentes

**E**l calor era durísimo. Camino al "Pier A", de donde me lanzaría de la embarcación para comenzar, sentía como el menjurje de vaselina, lanolina y óxido de zinc se derretía y resbalaba por mi cuello y axilas. Es lo que uso para no rozarme. Me preocupaba el choque térmico antes de entrar al agua, pero también la resistencia al frío es una de mis fortalezas; me urgía empezar lo más rápido posible.

El equipo que completó la vuelta estaba integrado por el capitán Ken, Cami como observadora, Polo, Mon y Alex, kayakista y voz de mando de cómo sería el nado. Sobre las 3 pm salimos del muelle y a las 3:05 pm me pidieron que me echara al agua.

Ese día inaugurábamos temporada Polly, de Estados Unidos, y yo. Le di un puñito estando ya en el agua, comenzó la cuenta regresiva y a las 3:07 pm arrancamos.

La primera parte es de las únicas que tiene contracorriente en todo el nado; se bordea la isla y una vez llegando al East River la corriente se pone a favor. También debía cruzar rápido la vía del ferry para no tener que esperar a que éste pase. Trato de comenzar a buen paso para después controlarlo e ir de menos a más en este tipo de travesías y en esta ocasión valía la pena meterle fuerza desde el principio. Más o menos en 20 minutos estaba en el puente de Brooklyn (el primero de los 20) y como 10 minutos después en el puente de Manhattan; la corriente ya estaba a nuestro favor y podía sentir como volaba por el río. Blas (un querido amigo que me enseñó el mundo de las aguas abiertas) y su esposa nos quisieron seguir en bicicleta y no nos alcanzaron por la corriente a favor que tuvimos en esa parte.

Algo increíble e impresionante de este nado es el contraste de las maravillas creadas por el hombre y las creadas por la naturaleza. Edificios ultramodernos, edificios clásicos, paisajes verdes de verano, embarcaciones, parques, luces, el atardecer. Todo se combina para siempre tener algo que ver y analizar. La perspectiva va cambiando de una de las ciudades más complejas y transitadas del mundo a parques y bosques con extrema calma, luego dar la vuelta y ver todo del otro lado y, mientras se hace de noche, regresar a la modernidad e iluminación de la ciudad.



Lo que más disfruté fue ver el Yankee Stadium desde el agua, los cambios de corriente, de olor, o incluso los cambios de sabor del mar (es agua salada todo el tiempo). Esta vez no vi vida marina, pero el mayor reto, a mi parecer, son la cantidad de embarcaciones y medios de transporte que hay. Tuvimos que cambiar de lado varias veces para sortear construcciones, motos acuáticas, ferris, lanchas y demás.

A las 5 horas habíamos pasado 19 puentes, dos ríos (East y Harlem) de los tres y podíamos ver el puente George Washington al entrar al Río Hudson. Iba un poco antes que el plan y, si las corrientes

ayudaban, estábamos apuntando a un nado de menos de 8 horas. Ésa es la parte mágica y bella de este deporte, donde se necesita fortaleza física, mental, y espiritual. Las corrientes del Hudson no nos favorecieron y ese último trayecto tuvo que ser más con fuerza interior que aprovechando el apoyo de la naturaleza.

Muchas personas me preguntan: "¿en qué piensas cuando nadas?". En estos casos va desde poner en mi cerebro las canciones que aceleran el corazón hasta "ya nada más me faltan 7 capítulos de Los Simpson y una Casita del Terror" para llegar a la meta, en la gente que estuvo durante todo el ciclo de entrenamiento, en que va alguien más rápido adelante, en cuidar la técnica y las brazadas, en la hamburguesa que te vas a comer al final, en la maravillosa vista que tienes enfrente, en agradecer lo que eres capaz de hacer con tu cuerpo y en estar de noche en esta ciudad tan impresionante disfrutándola desde donde pocas personas lo han hecho.

Ocho horas, cuarenta y ocho minutos y diecisiete segundos después de haber iniciado le di un puñito al pilar desde donde arrancamos y escuché el silbato y los gritos de alegría por haber terminado. Estoy 100% satisfecho por lograr un nado que para mí fue perfecto. Me sentí excelente durante todo el recorrido y salí extremadamente feliz.

Gracias a Bonki y Polanski, a Tere y Clau, así como a Blas y Ale por hacer este viaje hasta acá para apoyar. A los Huachinangos por ponerme en este nivel de natación tan fuerte; los sábados valieron la pena. A Ivo y al equipo del Centro Asturiano Aguas Abiertas, a Manuel mi coach, a mi mamá por enseñarme a nunca rendirme y a tener siempre la mejor actitud, a mis muchos amigos y, en general, a las personas que me han apoyado, me han dado cariño y me ayudaron a hacer este nado posible.

Hoy en día somos menos de 50 mexicanos que lo hemos hecho, espero que en poco tiempo seamos el doble... nada es imposible.



**E**l 28 de mayo se celebró el Día Mundial del Juego. Se organizó un festejo y se decoraron la Ludoteca y la Peque-ludoteca con referencias alusivas. Hubo 7 asistentes que se integraron en las actividades propuestas y 2 de ellos realizaron la manualidad.

Para el 5 de junio, efeméride del Día Mundial del Medio Ambiente, se colocaron en la mampara recomendaciones para cuidar nuestro entorno.



## Festejo del Día del Padre

**E**l 16 de junio se invitó a los pequeños de ambas áreas a realizar una manualidad que consistió en plasmar sus manos en una hoja y decorarlas. Después los niños eligieron un dulce para obsequiarlo a sus papás junto con su creación. Los niños que asisten a la Ludoteca elaboraron 25 manualidades y los de la Peque-ludoteca trabajaron en 13.





## Cachopo de ternera tradicional

Preparación: 15 minutos  
Tiempo de cocción: 15 minutos  
Tiempo total: 30 minutos

Raciones: 1  
Categoría: Plato fuerte  
Cocina: Asturiana

### Ingredientes

- 2 filetes de ternera (120 gr cada uno)
- 4 rebanadas finas de jamón ibérico
- 4 rebanadas finas de queso (Cheddar, Edam)
- 100 gr de harina blanca
- 2 huevos grandes
- 200 gr de pan molido
- Una pizca de sal
- Pimienta negra
- Aceite de girasol (el necesario para freír)

Para la guarnición:

- 4 papas medianas
- 400 gr de pimientos
- Una pizca de sal
- Pimienta negra
- Aceite de girasol

### Elaboración

Se sazonan los dos filetes de ternera con sal y pimienta al gusto.

Sobre un filete extendemos 2 rebanadas de queso. Después colocamos las 4 rebanadas de jamón y arriba las otras 2 rebanadas de queso.

Para terminar, se pone el otro filete encima. Se presionan bien los laterales de los filetes para que no se salga el relleno.

Los huevos se baten; la harina se pone en un recipiente grande y el pan molido en otro.

Con cuidado, se pasan los filetes por la harina, después por el huevo y finalmente por el pan molido para cubrir bien.

Se fríe el cachopo en abundante aceite bien caliente. Cuando se dore por una parte, se voltea para que quede crujiente por ambos lados.

Al sacarlo del sartén se coloca sobre papel absorbente para que escurra y no quede aceitoso.



## Las madreñas

Las madreñas son zapatos tradicionales asturianos que se elaboran a partir de una sola pieza de madera. Su origen se debe a que permitían andar sin llenarse los pies de barro cuando los caminos de los pueblos estaban sin asfaltar. Por esa razón solían llevar clavos.



Hablar de madreñas es hablar de la cultura rural asturiana que convivió durante decenios con caminos de barro y caleyas encharcadas que requerían un calzado autóctono en su vida diaria. El clima lluvioso de Asturias hizo necesario crear las madreñas, idóneas para cruzar por las veredas fangosas y trabajar en los campos mojados que caracterizan las zonas de la Cornisa Cantábrica.



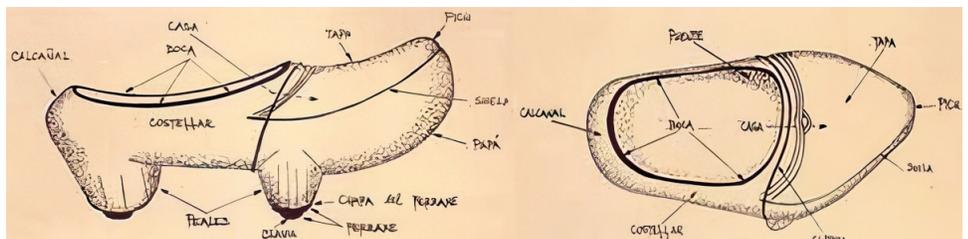
En el pasado se desarrolló la madreña de escaipín, robusta y de boca cerrada, en comparación con las actuales madreñas

de zapatilla. Su característica era un taco corrido en la parte delantera y sobre todo la abundante decoración, excepcional en las madreñas, que se extiende en bandas concéntricas y tiene claros motivos de la cerámica castreña.

La voz madreña pudiera connotar referencias sólo regionales, rústicas, locales... pero, a juzgar por la raíz de la palabra, nada más lejos de los hechos, pues las referencias se remontan a un pasado muy lejano y numerosos lugares. Hay madreñas y madreñeros en cualquier región, país, continente, sin más diferencias que las formas, los usos, la terminología para describirlas y usarlas... El Museo de la Madera y la Madreña, en Caso, Asturias, es un buen ejemplo.



Pues la raíz de la palabra es evidente: madreña viene de madera, que a su vez deriva de materia, que a su vez procede de mater, el origen, la madre de todo en lenguas indoeuropeas, milenios atrás, cuando casi todo se hacía de madera, material relativamente mejor de trabajar que la piedra y los metales; además al alcance de cualquiera: la madera abundaba entonces por todas partes.



## El oficio de madreñero

José vive en Villoria, un pueblo de Asturias con 912 habitantes. José es madreñero por tradición familiar; siguió los pasos de su abuelo y aprendió el oficio poco a poco: "Estás con tu abuelo, él está trabajando, te deja un día una herramienta, otro día otra y así vas mejorando hasta que ya puedes hacer tus propias madreñas". En su casa tiene máquinas antiguas donde elabora las madreñas, sobre todo con madera de abedul.



"Yo vivo de la madera, pero no de la madreña", afirma el madreñero, remarcando que este trabajo te debe gustar, porque no se gana mucho. Además, el proceso de fabricar las madreñas es lento pues se trabaja en varias fases. "No es una cosa que empezamos por la mañana y por la tarde ya la podemos vender", apunta José.



# Cultura asturiana



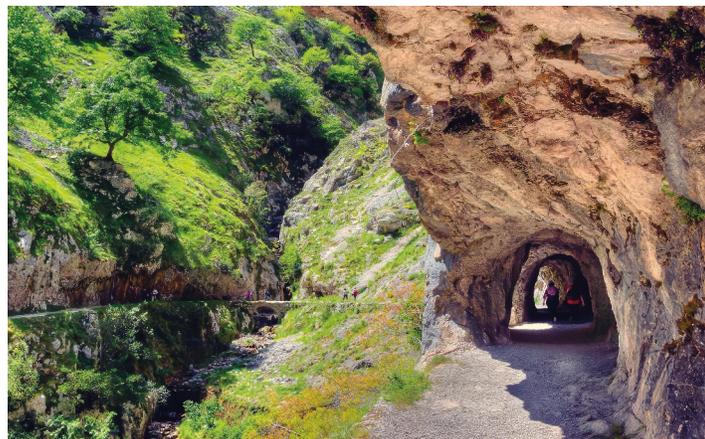
## Portada

### Navaja gigante, Taramundi

**E**n la entrada del Museo de la Cuchillería, en Pardiñas, cerca de Taramundi, se exhibe una insólita navaja que mide 7.20 metros de largo, 40 veces el tamaño de una navaja de bolsillo; además pesa unos 1,600 kilos y se apoya sobre una piedra de seis toneladas.

La idea surgió en 2011 con la ayuda de un vecino de la villa, Alberto Calvín, quien donó al museo un roble para elaborar el mango. El tamaño del árbol marcó finalmente las dimensiones de esta navaja.

<https://www.abc.es/viajar/destinos/espana/abci-navaja-mas-grande-mundo>



## Contraportada

### Ruta del Cares, Cabrales, Peñamellera y Ribadedeva

**L**a Ruta del Cares es uno de los itinerarios de montaña más populares del Parque Nacional de los Picos de Europa. Discurre por una garganta de gran altura que sigue el cauce del río Cares. El sendero está excavado en la roca, se adentra entre túneles, es estrecho y su superficie está compuesta de piedras sueltas de diferentes tamaños.

Estas características, aunadas al entorno que la rodea, le han aportado la fama de ser uno de los itinerarios más bonitos de Asturias. También uno de las más concurridos.

La Ruta del Cares se abrió entre 1945-1950 para que los operarios de la central hidroeléctrica de Camarmeña pudiesen acceder a los canales de agua que llegan hasta la presa de Caín, León. Fue una obra difícil en la que trabajaron más de 45 personas. Y es que, igual que los canales, el camino está tallado en la roca, a 50-60 metros de altura sobre el río.

Su orografía ha hecho que también sea conocida como Garganta Divina del Cares. Para cruzar de una roca a otra sobre las aguas del río, además de puentes, se abrieron alrededor de 73 túneles, muchos de ellos entre el segundo tramo de la ruta y el último kilómetro antes de llegar a Caín.

<https://rutacares.org/>

**“Toda biblioteca es un viaje; todo libro es un pasaporte sin caducidad.”**

***Irene Vallejo***



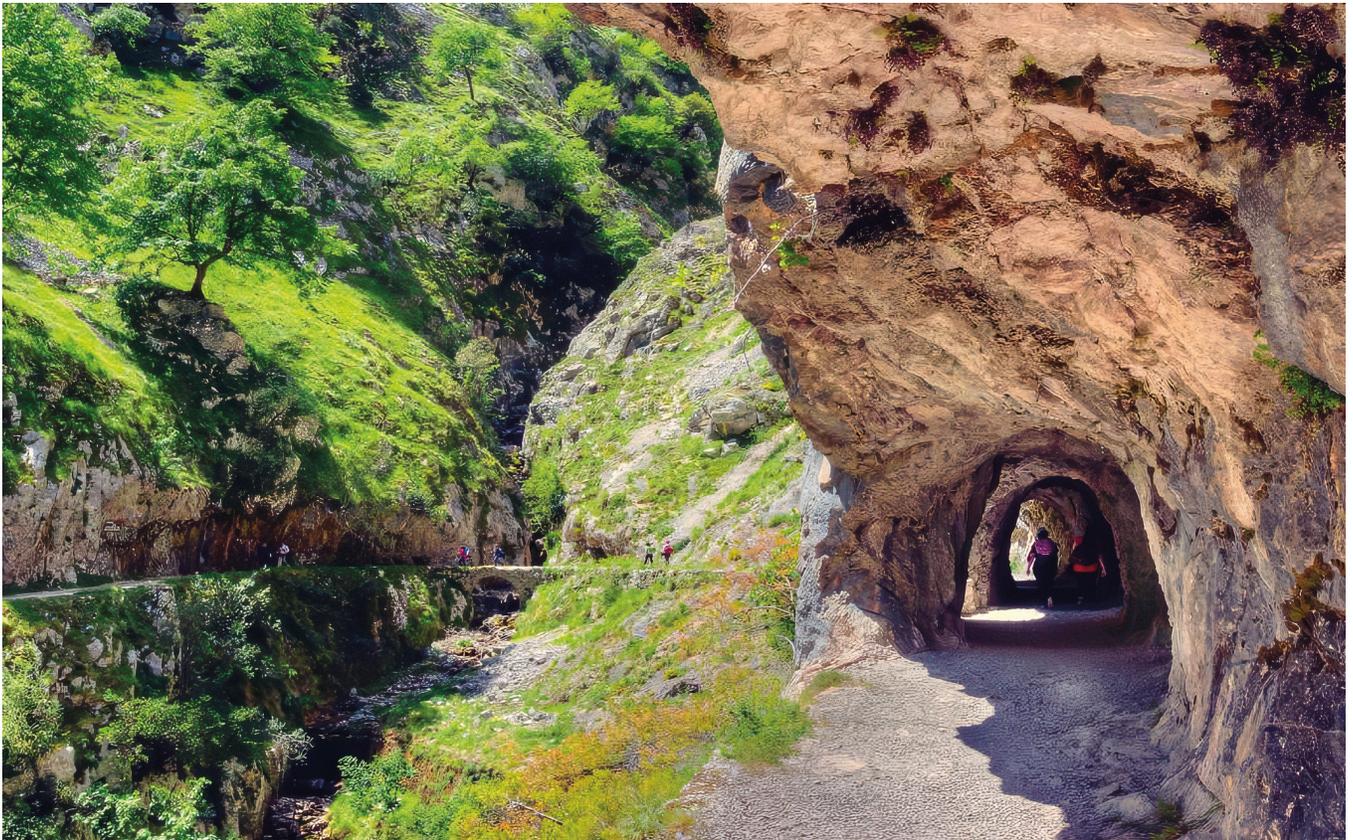
# Biblioteca

Aurelio González y Pérez

Horario:  
Martes a Domingo de 10:00 a 17:45 horas.

**“Si junto a la biblioteca tienes un jardín, ya no te faltará nada.”**

***Cicerón***



Ruta del Cares, Cabrales, Peñamellera y Ribadedeva