

Contenido:

Mensaje del Presidente	1
Eventos de Competencias Piscina Larga	2
¿Sabías que.....?	2
Gotitas de Clorox... Conoce tu reglamento	3
Pececitos Master	4
1era. y 2da. Competencia Piscina Corta	6
¿...que hay de nuevo con el CCCAN...?	7
Nuestros peces opinan	7
Auspiciadores	8
Equipos	8

Mensaje del Presidente por: Arnaldo Perez

Al momento de escribir este mensaje estamos de camino a los Campeonatos de Piscina Corta, a celebrarse en el Colegio San José los días 12 y 13 de abril. El comienzo de nuestra temporada ha sido excelente: un total de 104 participando en la primera competencia en Turabo y 151 nadadores en la segunda competencia en Encantada. Estamos confiados que para los Campeonatos podamos superar los 200 nadadores participando. Para esto es importante que todos nos aseguremos de conseguir a los nadadores de nuestros equipos e invitarles a que participen. Como saben, durante los Campeonatos estaremos entregando a María Seijo, la viuda de Néstor Miyares, un reconocimiento a nombre de toda la Liga de Natación Master de Puerto Rico al

dedicársele esta temporada por todas sus contribuciones a la natación master de nuestro país. Un grupo de compañeros master también estamos muy activos en la organización del Primer Campeonato Centroamericano y del Caribe de Natación (CCCAN) Master a

¿Qué es lo más gracioso o curioso que te ha ocurrido como nadador?

Habermé tirado un 200 IM en un lane sin cronometrista. Sandra Méndez, YMCA

celebrarse del 18-21 de junio. Estamos muy entusiasmados con la recepción del evento ya que hemos recibido un sinnúmero de mails de equipos y nadadores de casi toda la region centroamericana. Será una competencia con un gran nivel competitivo y a la vez nos dará la oportunidad de confraternizar con nuestros amigos centroamericanos y caribeños. La información relacionada

a este campeonato la pueden encontrar en www.ccanmasterpr.com. Les exhortamos a que verifiquen la página con regularidad pues iremos anotando los últimos detalles a medida que se vayan confirmando. Una parte importante de este Campeonato es la oportunidad de levantar fondos para la Liga. Una de las formas para hacer esto es mediante la venta de anuncios para el programa de la competencia. Ya le hemos entregado a los delegados las hojas para éstos.

Les solicito hablen con sus delegados para que les entreguen copias y nos ayuden. Para esta competencia ya nos hemos comprometido a la compra de nuestro propio sistema de cronometraje electrónico, el cual se usará para el CCCAN Master y luego para todas nuestras competencias de la liga.

Por ultimo, y no menos importante, ya tu liga de natación master tiene su página en el

(Continúa en pag. 8)

Calendario 2003

- Abr 12-13 Campeonatos Piscina Corta
- May 24 1era. Comp. Piscina Larga
- Jun 17 Congresillo y Coctel de Bienvenida del CCCAN
- Jun 18/21 CCCAN
- Jun 21 Cena de Premiaciones CCCAN
- Ago 3 2da. Comp. Piscina Larga
- Ago 31 LATYCAR VII
- Sep 12/14 Campeonatos Piscina Larga

Eventos de Competencia – Piscina Larga

1era. Competencia Piscina Larga

Fecha: sábado 24 de mayo
Lugar: Encantada
Hora: Calentamiento 1:00 pm
Competencia 2:00 pm

Eventos:

1-2 200 libre
3-4 50 mariposa
5-6 100 pecho
7-8 200 mariposa
9-10 100 libre
11 4x50 relevo mixto libre
13-14 50 dorso
15-16 200 I.M.
17-18 50 pecho
19-20 100 espalda
21-22 50 libre
23-24 4x50 relevo combinado

Fecha límite para pago de cuotas y entrega de eventos (3 eventos individuales máx.): 17 de mayo a la 1:00pm. Entregar a José de Jesús. Tel:/Fax: 758-3858 ó e-mail: ilea@coqui.net

2da. Competencia Piscina Larga

Fecha: domingo 3 de agosto
Lugar: Levittown
Hora: Calentamiento 9:00 am
Competencia 10:00 am

Eventos:

1-2 400 libre
3-4 50 pecho
5-6 400 I.M.
7-8 200 dorso
9 4x50 relevo mixto comb
11-12 100 mariposa
13-14 50 dorso
15-16 100 libre
17-18 50 mariposa
19-20 200 pecho
21-22 50 libre
23-24 4x50 relevo libre

Fecha límite para pago de cuotas y entrega de eventos (3 eventos individuales máx.): 26 de julio a la 1:00pm. Entregar a José de Jesús. Tel:/Fax: 758-3858 ó e-mail: ilea@coqui.net

Campeonatos de Piscina Larga

Fecha: 12,13 y 14 de septiembre
Lugar: Piscina Olimpica del
Municipio de Caguas

viernes 12 de Septiembre:

Hora: Calentamiento 5:00 pm
Competencia 6:00 pm

Eventos:

1-2 800/1,500 libre

Sábado 13 de Septiembre:

Hora: Calentamiento 9:00 am
Competencia 10:00 am

Eventos:

3-4 200 libre
5-6 100 pecho
7-8 50 mariposa
9 4x50 relevo mixto libre
11-12 50 dorso
13-14 200 I.M.
15-16 100 libre
17-18 4x50 relevo combinado

Domingo 14 de Septiembre:

Hora: Calentamiento 9:00 am
Competencia 10:00 am

Eventos:

19-20 400 libre
21-22 100 dorso
23-24 50 pecho
25 4x50 relevo mixto comb.
27-28 100 mariposa
29-30 50 libre
31-32 4x50 relevo libre

Fecha límite : 30 de agosto a la 1:00pm. Entregar a José de Jesús. Tel:/Fax: 758-3858 ó e-mail: ilea@coqui.net

¿Sabias qué...?

... el “webpage” de la Liga está a punto de caramelo.

... habrá un minuto de silencio durante los Campeonatos de Piscina Corta en memoria a Néstor Miyares (recuerden que a él se le dedica la temporada completa).

... el Comité Ejecutivo de la Liga está preocupado por la poca asistencia de los nadadores a las competencias de “fogueo”, por eso



crearon la regla nueva de tener que nadar una competencia regular para poder nadar afiliado a un equipo en Campeonatos.

... la piscina de San José está confirmada para los Campeonatos de Piscina Corta, solicitan que la dejemos limpia y sin carrileras.

... un equipo de Ukraine Masters está interesado en venir a competir con nosotros este año.

¿Qué te motiva a competir en la Liga? o ¿Porqué sigues nadando?
Obviamente, las nenas de Escambrón.

por: Anónimo (varón)

**FINA RULE SW 4.4**

“Any swimmer starting before the starting signal has been given, shall be disqualified.”

En buen castellano: No habrá falsas salidas. Aquel competidor que salga antes de tiempo, será descalificado.

La Liga Master de Natación y sus Reglamentos

Recientemente, han habido algunas dudas con respecto a qué reglas utiliza la Liga para las competencias. Espero poder aclarar algunas dudas, y para futura referencia, los oficiales de la directiva y de las competencias siempre están disponibles para contestar cualquier pregunta que puedan tener.

FINA Rules- La Federación Internacional de Natación es el organismo que rige las competencias a nivel internacional de natación, nado sincronizado, polo acuático, clavados, nado en aguas abiertas, y natación master.

Reglamento de la Liga- Estas son las reglas de nuestra Liga, donde principalmente se describe la estructura de la Liga, definiciones, la asamblea de delegados, y otros asuntos que regularmente se incluyen en una constitución de una entidad sin fines de lucro. Para ser enmendadas, debe ser por la asamblea de delegados y siguiendo el procedimiento descrito en el reglamento.

Reglas para competencias de natación- Aquí se habla de las reglas que utilizamos para las competencias que auspicia la Liga: máximo de tres eventos por día, formato de protestas, nadadores afiliados y no afiliados, etc.

La primera regla y más importante para nosotros, que se utiliza de día en nuestras competencias es la primera de nuestro reglamento para competencias de la Liga y dice:

“Todas las competencias de la Liga Master de Natación de Puerto Rico se rigen por las reglas vigentes de la FINA al momento de celebrarse la competencia, excepto MGR 4. La edad del nadador es determinada por la edad que tenga el nadador el día de la competencia, o el último día si la competencia es de más de un día.”

¿Que dice FINA para natación? Pues lo que conocemos todos: por ejemplo, que en mariposa y pecho se toca con dos manos, que el combinado individual se nada en un orden en específico, que la carrera de espalda termina tocando de espalda, etc.

¿Por qué utilizamos a FINA para natación? En parte porque la Federación Puertorriqueña de Natación lo exige por nuestra afiliación, y en parte por que hace mucho sentido. Cuando participemos en el Campeonato Centroamericano y del Caribe , o en el Latycar y en las mundiales master, estas son las reglas que se utilizan. Como lo hacemos en todas las competencias, nos “acostumbramos” y evitamos ser descalificados. La Liga solamente prepara y participa en competencias que sigan estas reglas.

Próxima edición: El arbitro de la competencia y su función.



¿Qué es lo más que te gusta de tu equipo de natación?

Que no somos todos machos, pero si somos muchas. por: Anónimo (varón)

Peccecitos Masters

Hace poco le pedimos a los compañeros cibernéticos de la Liga que nos contestaran unas **preguntitas**. Estas son algunas de las respuestas que recibimos. Los que no las han constestado aún, están a tiempo ya que vamos a seguir publicándolas en las próximas ediciones. Las pueden enviar por correo, fax, e-mail o en persona en las competencias. Nos encantaría oír de todos. Gracias a todos los que contestaron.....

- a) ¿Cuándo aprendiste a nadar?
- b) ¿Qué te motiva a competir en la Liga? o ¿Porqué sigues nadando?
- c) ¿Qué es lo más que te gusta de tu equipo de natación?
- d) ¿Qué es lo más gracioso o curioso que te ha ocurrido como nadador?
- e) ¿Qué harías para mejorar la Liga?

Sandra Méndez (YMCA)

- a) Aprendí a la edad de 4 años...en la Phi Sigma.
- b) El hecho de compartir con la gente que uno conoce desde niño. Sigo nadando por que nací para nadar... quizás no soy la mejor, pero disfruto cada segundo que paso en la piscina. La natación es la mejor terapia que existe para cualquier dolencia tanto física como espiritual.
- c) Que queda cerca de mi casa.... Conservo buenas amistades que me están ayudando a recuperar.

- d) Habermé tirado un 200 IM en un lane sin cronometrista.
- e) Para empezar, cambiaría la nueva regla de tener que nadar menos una competencia para poder representar mi equipo en el Campeonato...creo que es injusto



para aquellos que solo vienen a nadar ciertas competencias (entiéndase ambos campeonatos). Yo vengo de un retiro de siete años (por motivos de salud); hace escasamente tres semanas volví a la liga y me encuentro que tengo que nadar en la próxima competencia para poder representar a mi equipo en el campeonato que se avecina.

Roberto Simonetti (Universidad Católica Ponce Masters)

- a) Aprendí a nadar en el año 1964 en la piscina de Round Hill, Trujillo Alto, P.R.
- b) Me motivó a competir en la Liga dos razones bien importantes para mí; mantenerme física y emocionalmente saludable, y la otra razón es compartir con amistades que conozco hace tiempo y con nuevas amistades que uno establece en cada competencia. Sigo nadando porque me fascina este deporte, es algo que lo llevo en la sangre.
- c) Lo más que me gusta del equipo de natación que estoy ahora es que puedo compartir con mi hermano Humberto, quien está en el mismo equipo (Universidad Católica Ponce Masters). Además, hay otros nadadores del equipo que aún no conozco y será un placer conocerlos.

- d) Lo más gracioso que me ha ocurrido como nadador fue un golpetazo que me di contra la pared en la piscina de 25 metros de Phi Eta Mu. Tenía 15 años y en los 100 metros estilo espalda me "espacié" en la primera vuelta y se me olvidó que estaba llegando a la pared. Me di tremendo cantazo en la cabeza y me salí del agua, no completé la carrera.



- e) La Liga va muy bien, entiendo yo. Posiblemente se necesite desarrollar más promoción en los 20 equipos afiliados a la Federación Puertorriqueña de Natación (F.P.N.). Cada equipo tiene padres y madres

suficientes para organizar un equipo Master. Una buena promoción sería explicarles los beneficios físico-emocionales de la natación. El Licenciado Arnaldo Pérez, Presidente de la Liga Masters, está asistiendo a las asambleas de delegados de la F.P.N., y eso se debe continuar.

Richard Torrella-(CCC)

- a) A los nueve años en la primera piscina del equipo Loyola, en el Colegio San Ignacio.
- b) Volví a nadar por mi condición de discos herniados pero siempre me ha gustado competir y compartir con viejos amigos de la niñez.
- c) Somos un grupo unido y de intereses comunes. Nos gusta competir y hacerlo mejor cada vez.

- d) Lo más gracioso que me ha pasado es haberme ahogado en la piscina de Caparra (1973) en un campeonato de Prepas.



Tragué agua al tocar la pared en el cambio de espalda a pecho y aguanté sin tener aire hasta casi mitad de piscina. En ese momento me empecé a hundir y el coach, Eduardo García, y mi padre (entre otros) se lanzaron a la piscina para sacarme. Ironías de la vida.....y tremendo susto para mí.

- e) Creo que hace falta más nadadores, auspicios y publicidad (en periódico). Creo que tenemos una oportunidad única con los Centroamericano Masters que se avecinan para darle publicidad al evento y aumentar la matrícula de nadadores. Este deporte contribuye al bienestar social y físico de todo individuo, además de que es para toda la vida y sin riesgo de lesiones (como otros deportes).

Fred Fels (YMCA)

- a) A los 7 años.
- b) Siendo fundador, es uno de los

(Continúa en pag. 5)

Pececitos Masters...

orgullos de haber dejado algo positivo en esta vida que es tan corta.

c) Siento estar tan alejados viviendo ahora en FLORIDA, pero espero ver a los que vienen a Sarasota el mes próximo.

d) Chocar contra la pared de la piscina en una competencia en Barranquitas y todos se rieron cuando salí con un chichón en la cabeza.

La primera competencia que tuvimos en San Pedro de Macorís en la República Dominicana donde todos se enfermaron bebiendo agua dominicana.

e) 1. Resolver contratiempos lo mas rápido posible. 2. Diferencias de opinión debe resolverse por mayoría. 3. Después de 20 años estamos haciendo algo bien. 4. Sigam como van que esto durará.

Janice Garcia (Levittown)

a) Cuando tenía 4 años.

b) Lo que me motiva a seguir es que me gusta el deporte y el compartir de los nadadores.

c) Hay muchas cosas para poder nombrar solo una, pero si tengo que hacerlo, son las amistades que tengo gracias a esto.

d) Lo único que me ha ocurrido fue en un campeonato que nuestro equipo ganó y yo tenía un traje corto blanco y me tiraron a agua y todo el mundo..... no creo que sea necesario abundar mas!!!

e) No sabia que decir...

Carlos Berrios (YMCA)

a) A los 5 años en el equipo de Rio Piedras, con Richard Skaggs.

b) Mantenerme en forma, y no aburrirme en casa, sin hacer nada.

c) Sandra Vazquez. (la señora que me deja dormir en su casa. Pero además de eso es mi esposa.)

d) En el torneo CANAMEX de 1978



en Ciudad Mejico, la selección nacional de Rusia de baloncesto se estaba quedando en la misma villa que nosotros en el

CEDOM. Nos escabullimos al ala donde ellos dormian y les cambiamos el botellón de agua, y le echamos un pote de talco, y cuando ellos probaron el agua nosotros no sabemos al dia de hoy que fue lo que dijeron, pero creo que puede incluirse en uno de los "car*#s" más famosos de la historia.

e) Creo que deberiamos hacer no solo el carnaval de relevos, sino un carnaval deportivo, en el que se hagan otros deportes para olvidarse un poquito del agua.

Signe Andrea DellaTorre (YMCA)

a) A los 6 años en la piscina de Hotel Condado con Carlos Sala. Me tiraron al agua en la parte honda y salí nadando como un sapito (pecho).

b) Por que me gusta compartir con los compañeros que comparten este excelente deporte, por salud y porque la pasamos muy bien antes, durante y después de cada competencia. Somos como una gran familia.

c) Los buenos compañeros que tengo.

d) Llegar al cajón y no saber el evento que estás a punto de nadar.

e) Buscar auspiciadores, hacer invitacionales que le generen ingresos a la liga y más competencias en el año.



Sandra Y. Menéndez (Encantada)

a) Aprendí a nadar en mi niñez, a los 8 años de edad.

b) Continuo nadando ya que el ejercicio sirve para canalizar las tensiones y el ajeteo del diario vivir. A su vez, ayuda a la salud física y mental. El compartir con otras personas y/o compañeros y el ejercitarme para mantenerme en

forma, es lo que me motiva a competir en la Liga.

c) Lo que más me gusta de mi equipo de natación (Encantada), es la confraternización y compañerismo que existe entre los integrantes. No obstante, hay otros equipos que aunque no pertenezcas al mismo, te hacen sentir parte de ellos.

d) No tengo ninguna anécdota que recuerde como lo más gracioso y/o curioso como nadador.

e) Entiendo que para mejorar la Liga, se deberían realizar más actividades sociales (en adición a las competencias) para tratar de establcer un compromiso mayor y confraternización por parte de los integrantes. El compartir en un ambiente no competitivo, nos ayuda a crecer como seres humanos, a conocernos mejor y a evitar las rivalidades (si alguna) durante las competencias.

Por otro lado, deberíamos comprometernos como individuo y/o como equipo a buscar nuevos integrantes para la Liga, para que esta siga creciendo y fortaleciéndose.

Ricardo Torres (Levittown)

a) En 1998 tomé clases de natación con Junior, aprendí en la piscina de Levittown. Fue por casualidad que me encontraba llevando mis sobrinos y habia una discusión sobre como se deberia enseñar a nadar, entre los padres y la administración de la piscina. Una persona sugirió que tomaran las clases primero antes de criticar.

b) Ver que tanto he mejorado y ser parte del Equipo. Porque me gusta.

c) Lo unidos que estamos (no importa las diferencias o malentendidos).

d) Me tiré en una práctica con los espejuelos a la piscina y nadie se dió de cuenta.

e) Mas actividades que unan a los nadadores sin



(Continúa en pág. 6)

Pecucitos Masters....cont.

competencias. Clínicas como la que se dió en casa de Vassallo.

Janice Santos-(YMCA)

a) Como a los 8 años con Mrs. Hauck en el Hotel Caribe Hilton.

b) A mí me encanta el agua, la natación, water polo y nado sincronizado. Yo me crié en la natación y muchos de los que nadaban conmigo desde el 1972 están aquí de nuevo. Son mi familia.

c) Casi todos los conozco de muchos años. Antes hacíamos muchas actividades juntos y aunque últimamente están medios aguacatones, yo los sigo

¿Qué harías para mejorar la Liga?

Enviarle una inscripción a Jennifer Lopez, Rosalyn Sanchez, Halle Berry, Penelope Cruz, Cindy Crawford, Salma Hayek, Dennisse Quiñones, Cameron Diaz, Nicole Kidman, Daisy Fuentes y Angelina Jolie.
por: Anónimo (varón)

queriendo mucho.

d) Fue en los campeonatos de Piscina Larga en Ponce '96. Arnaldo me puso en dos relevos mixtos para el mismo evento. Yo me enteré cuando terminé de nadar mi relevo, que me senté a descansar en la piscina de clavados y vino Carli agitado a preguntarme qué hacía y sentada allí cuando se suponía que estuviera nadando. Resultó ser que yo estaba supuesta a nadar en la primera pata de un relevo en el carril 5 y en la segunda pata de otro relevo en el carril 2, en el mismo "heat"!

Aunque yo estaba sin aire, porque de casualidad nadé rápido, pude gritarle a Carli que ya yo había nadado. Y ahí se dieron cuenta del error. Arnaldo ya no prepara los relevos de la "Y".

e) Yo encuentro que la Liga está bien. Lo que se podría hacer es tratar de darle más publicidad. Estoy segura que muchos nadadores no saben ni que la Liga existe.

Alberto Beniquez (Levittown)

a).. cuando tenia 10 y 11

b).. por que es parte de mí, sin natación no me siento yo

c).. la unidad, todas las personas, son todos especiales .

d).. son muchas...

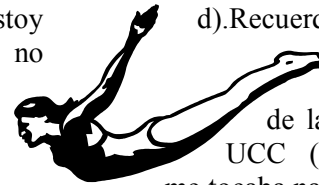
e).. las competencias los sabados, calmar a Carli, buscar mas unidad para los equipos.

Libia Perles (Levittown)

a)..Aprendí a nadar a los 8 años en la YMCA de Ponce. Comencé en la natación competitiva a los 11 años con el equipo Las Delicias (que es ahora Nadadores Ponce Leones) dirigido por el gran Fernando Delgado.

b)..Sigo nadando por los trialos. Me gustan mucho los trialos y se requiere que se esté en mas o menos buena condicion nadando. Lo que me motiva a seguir compitiendo en la liga se llama Alberto Beniquez. El me apunta en las competencias aunque yo no quiera :-)

c)..Lo mas que me gusta del equipo masters de Levittown es la camaraderia que hay en el grupo y lo bien que la pasamos nadando juntos. Tambien me gusta el hecho de que tenemos unos cuantos en el grupo que tambien participamos en trialo.



d).Recuerdo una vez en una competencia de la federacion en UCC (Carolina), que me tocaba nadar los 100 mts pecho (creo que estaba en 13-14 años). Dieron la salida y al tirarme al agua, mi nariz rozo el fondo de la piscina. Es que era bien llanito y parece que me hundi un poco (bueno... es la salida de pecho). Terminé el evento y no me habia dado cuenta hasta que alguien me dijo que tenia sangre en la nariz. No fue nada serio, solo un raspazo. De ese dia en adelante cuando me tocaba competir allí, me tiraba del bloque a quemarme y no me hundia ni un poquito.

Staff de Tintorera:

Janice Santos

787-751-6610

jsantos@tintorera.com

Ricardo Torres

787-922-4767

yuasapr@tintorera.com

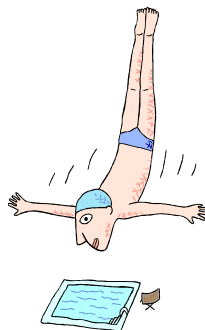
Jose de Jesús

787-758-3858

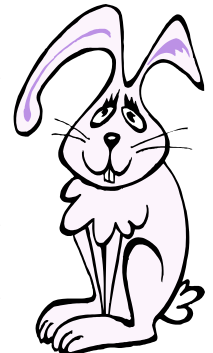
ilea@coqui.net

Primera Competencia Piscina Corta**RESULTADOS POR EQUIPO:**

1- YMCA Masters	501 pts.
2- Levittown Masters	475 pts.
3- Escambron Masters	392 pts.
4- Encantada Masters	136 pts.
5- Delfines de Santurce	127 pts.
6- Caparra Masters	114 pts.
7- Leones Ponce Catolica	30 pts.
8- Nadadores Ponce Leones	21 pts.

**Segunda Competencia Piscina Corta****RESULTADOS POR EQUIPO:**

1- Levittown Masters	678 pts.
2- YMCA Masters	610 pts.
3- Escambrón Masters	443 pts.
4- Encantada Masters	391 pts.
5- Delfines de Santurce	124 pts.
6- Caparra Masters	112 pts.
7- Leones Ponce Católica	70 pts.
8- Nadadores Ponce Leones	21 pts.



¿...que hay de nuevo con el CCCAN....?

Con el CCCAN...

... todo va viento en popa

...ya se formalizaron ofertas de hoteles, el Ambassador Plaza va a ser el hotel sede

... los anuncios para el Anuario del CCCAN están a la venta,

1 pág.= \$200

½ pág.= \$125

¼ pág.= \$75

Auspicio Formal \$1,500

... el nadador olímpico Sergei Fesenko de Rusia quiere venir a nadar exhibición al CCCAN, él



ganó el 400 IM en las Olimpiadas del '80 (sería lindo verlo competir contra nuestro Cheyenne Vassallo)

... ya varios equipos de Méjico se comunicaron con nuestra Liga pidiendo info del CCCAN

... el congresillo va a ser a las 6:00 pm el 17 de junio y a las 7:00 pm es el Coctel de Bienvenida

... se van a preparar “goodie

bags” para todos los nadadores del CCCAN.

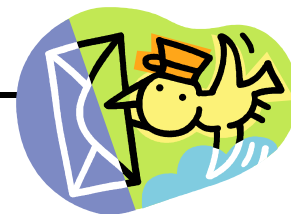
...NO HABRÁN TIEMPOS MÍNIMOS PARA NINGÚN EVENTO, no se preocupen por sus tiempos.

... se entregarán medallas de 1er. a 3er. lugar y cintas de 4to. a 8vo. lugar

... las medallas y trofeos de mejores anotadores del CCCAN van a ser auspiciados por el Depto. de Recreación y Deportes

... **fecha límite de inscripción es 15 de mayo**, inscripciones se pueden hacer por internet www.cccanmasterpr.com ó correo.

Nuestros Peces Opinan...



Estas son algunas de las reacciones que recibimos luego de que nuestra página “web” se inaugurara. Gracias a todos por sus comentarios y sugerencias.

“La Tintorera quedó muy bien. Les felicito!” Gracias, Marisol Delgado (YMCA) Vice-Presidenta Liga de Natación Master de PR

“Excelente trabajo. Los felicito!” Arnaldo Pérez (YMCA) Presidente Liga de Natación Master de PR

“Me encantó la página (web) de verdad quedó muy bonita, y le podemos incluir fotos, BRAVO!” Renee Alvarez (Levittown)

“Felicidades a los que hicieron

el esfuerzo. Es un éxito!”

Doris Acevedo (Escambrón)

“Ricardo y Janice, mis felicitaciones por la excelente labor de compilar y postear los resultados de la competencia del domingo en solo 2 días! Estan hechos unos gurus cibernéticos. Cuenten con mi apoyo en lo relacionado a seguir evolucionando el portal. Una humilde sugerencia es que usen tipografía blanca en “bold” si van a usar un transfondo azul ya que aunque los resultados son legibles en amarillo, el contraste entre azul y amarillo no es tan marcado. Nada una boberia comparado con la gestión titánica que han logrado.”

Un efusivo saludo y un reiterado agradecimiento, y reafirmación

de que estoy disponible para darles una mano!

Jaime Claudio (Escambrón)



El primer y último día de Moisés como socorrista



Mensaje del Presidente... cont.

internet: www.natacionmasterpr.com. Aunque la misma no está terminada 100% ya tiene información sobre la liga, la Tintorera, sus equipos, resultados y fotos de las competencias. Si tienes alguna idea para añadirle a la página déjanos saber.

Como siempre, agradezco su apoyo ya sea envuelto en los distintos comités y/o con su participación en nuestras competencias.

Nos vemos en San José y sigan practicando para el CCCAN Master.

Saludos;
Arnaldo



Auspiciadores

OFICINA DE SEGUROS JOAQUIN PALERM, INC.

William Prats Palerm, CIC
Gerente General

www.seguospalerm.com
wprats@seguospalerm.com
Cel.(787)630-4365

124 Marginal Sur
Ave. FD Roosevelt, San Juan PR 00917
Tel.(787)753-8287.Fax (787)772-9706

Nota Aclaratoria

Queremos aclarar que la página de “web” de la Tintorera no es la página oficial de la Liga. La página oficial de la Liga es www.natacionmasterpr.com. La página de la Tintorera www.tintorera.com es exclusiva de artículos de la Tintorera aunque sí estaremos incluyendo cualquier información relacionada a la Liga ya que somos el Boletín Informativo. Ambas páginas van a tener “links” entre una y otra, pero la oficial es la de la Liga.

EQUIPOS

Delfines de Santurce

Julio Cornier

787-810-6157 (cel.)

YMCA Masters

Arnaldo Pérez

787-272-5509 (trabajo)

arnaldo.perez@intl.fritolay.com

fritolay.com

Caparra Country Club

Juan Carlos Fortuño

787-751-5290 (trabajo)

jcfortuno@hotmail.com

Levittown Master

Ricardo Torres

787-922-4767 (cel)

yuasapr@tintorera.com

Escambion Masters

Alfonso Santiago

787-781-9292 ext.226

Nadadores Ponce

Leones

Luis Maldonado

787-812 -3178 (res.)

Encantada Masters

Ana Alvarez

787-748-3720 (res.)

rivcano@prct.net

Leones Ponce Catolica

Ani Pili Carro

787-848-1853 (res.)

¿Cuándo aprendiste a nadar?

Cuando se hundió el bote en el canal de la Mona.

por: Anónimo (varón)

Tintorera

Liga de Natación Master de Puerto Rico

P.O. Box 194201

Hato Rey, Puerto Rico 00919-4201