



**CLUB DE VETERANAS
DE TENIS**

Año 5 - Número 5

En busca de nuevos

DESAFIOS



*Tu bienestar
en plenitud*



Revitalización Suiza
Nutrición
Estética
Stress



En Buenos Aires: Dardo Rocha 1130, San Isidro - Tel (011) 47980190 - urbanspa@qenti.com

Informes: (03541) 495715 / (011) 43140230 - laposada@qenti.com - www.qenti.com



Una vez más, y como sucede en estos últimos años, siento la necesidad de expresarles en mi nombre y de toda la C.D. del CVT DE BUENOS AIRES, nuestro profundo agradecimiento por la incondicional y permanente adhesión a nuestro andar y reiterarles que de no ser así nada sería posible.

La proximidad de nuestras fiestas de fin de año hace que con nuestro reconocimiento brindemos con y por todas las veteranas de nuestro noble y querido Club.

MUY FELICES FIESTAS!

JULIA BORZONE
Presidenta



COMISION DIRECTIVA

Presidenta	Julia Borzone	BALT
Vicepresidenta 1era.	Graciela L. de Alberro	Dep. Racionales
Vicepresidenta 2da.	Elba Via Méndez	Bco. Provincia
Secretaria	Dora Ciarrapico	Bmé. Mitre
Pro-Secretaria	Marisa Tallafiero	Martínez Tenis
Tesorera	Haideé Bettinelli	Harrod´s
Pro-tesorera	Alicia Vitale	Martínez Tenis
Vocales Titulares	Nelly Galuzzi	CASI
	Ema Bonet	GEBA
	Norma Ruiz	A. San Martín
	Mirna Mastronardi	Belgrano Athletic
Vocales Suplentes	Ana María Piotti	BALT
	Mónica Vinci	Ciudad de Bs. As.
	Gabriela Bensadón	CUBA
Revisoras de Cuentas	Edith Zabalo	Longchamps
	Marta Romero	GEBA
	Marina Benvenutti	Dep. Racionales
	María Ricchieri	Círculo Militar
Intendente	Angela Gagliano	Harrod´s

ÍNDICE

Saludo Lita	3
Comisión directiva	3
Editorial	5
Clubes	5
Encuentro de Clubes	6
Torneo Sudamericano.....	9
Torneo Nacional	11
Torneo Elena Eguiguren	13
Torneo Donnet Seaton	15
Super 8	19
Vitalicias	17
Torneo Vitalicias	17
Escuelas	21
Una reflexión	23
Un recuerdo	23
El Valioso tiempo de los maduros	27
Lesiones mas frecuentes de una actividad física no supervisada	31
Calendario Tentativo	33

Diseño y Diagramación: Mariana Caielli | 15.58.32.23.49
info@marianacaielli.com.ar | www.marianacaielli.com.ar

Foto de Tapa: Max Focus

Junto al Club de Veteranas

Por ser un Ejemplo de
Trabajo y Honestidad

¡Gracias y Adelante!

“Las Chicas del Trovador”

EDITORIAL

Un nuevo año nos encuentra reunidas y festejando todo lo realizado durante el 2010.

Luego de tantas editoriales en la que una y mil veces se ha repetido la necesidad que nuestro Club tiene que todas sus socias sigan impulsando sus acciones, solo queda decirles que gracias a ese impulso y al trabajo permanente de todas y cada una de sus integrantes y toda su COMISION DIRECTIVA seguiremos adelante, cada vez más convencidas que seguimos fieles al derrotero y esencia que impusieron sus fundadoras y que de los cuales, al margen del tiempo transcurrido y tantos cambios que día a día se producen en nuestra sociedad, no nos apartaremos.

Por fin decirles y repetirles que la tarea es permanente, que nuestro club asume los desafíos de todo tipo que la época presenta y que seguiremos avanzando en todos los frentes en que nuestras asociadas nos apoyen y ayuden.

Un recuerdo...



MIRNA MASTRONARDI

1935-2010

El ultimo 17 de setiembre de 2010 falleció nuestra querida consocia y miembro de Comisión Directiva: la Sra. MIRNA MASTRONARDI. Durante muchos años brindo su presencia y trabajo incansable al club de veteranas de tenis de buenos aires desempeñando siempre con éxito múltiples tareas.

Mirna ha partido dejándonos una gran tristeza pero su recuerdo estará siempre en nosotras como la gran amiga que fue.

CLUBES QUE REPRESENTAN NUESTRAS SOCIAS

A. C. y F. Alem. de Quilmes
A. F. A. L. P.
Arquitectura
Argentinos Juniors
Alt. Almte. Brown
Atl. Bernal
Atl. Lanús
Atl. Lomas
Atl. Monte Grande
Atl. San Martín
Bco. Nación
Bco. Provincia
Belgrano Athletic
Belgrano Social
Bartolomé Mitre
Buenos Aires Lawn Tennis
C. A. S. I.
C.R.E.C.A.
C. U. B. A.
Centro Naval
Círculo Militar
Círculo Policial

Círculo Trovador
Ciudad de Buenos Aires
Ciudad de Campana
Club de Campo
Club Italiano
Comercio
Comunicaciones
Cooperativos de Quilmes
Country Bco. Provincia
Darling
Deportes Racionales
El Porvenir
Empleados del Bco. Ciudad
F. C. Oeste
G. E. B. A.
G. E. B. A. Villa del Parque
HACOAJ
Harrod's
Hurlingham
Las Cabañas
Las Palmas
Longchamps

Martinez Tennis
Morón
Náutico Quilmes
Náutico San Isidro
O.S.N.
Olivos
Paraíso
Quilmes Tennis Club
Regatas de Avellaneda
S. A. Villa Ballester
S.I.T.A.S.
San Andrés
Socias Independientes
Solanas
Tennis Club Argentino
Temperley Lawn Tennis
The Garden Tennis Club
Universitario de La Plata
Urquiza
Vélez Sarsfield



ENCUENTROS

Con la convocatoria que los caracteriza, se han realizado los ENCuentros de Clubes.

Jugadoras de las categorías + 40; + 50 y + 60 han integrado los 105 equipos que tuvieron la posibilidad de demostrar sus destrezas durante el desarrollo de cada encuentro.

El Club de Veteranas de Buenos Aires valora la participación de todas las jugadoras y felicita a las ganadoras de cada categoría.

Clubes participantes (por orden alfabético)

A. F. A. L. P.	Círculo Trovador	Las Cabañas
Argentinos Juniors	Ciudad de Buenos Aires	Las Palmas
Atl. Almte. Brown	Ciudad de Campana	Martinez Tennis
Atl. Bernal	Club de Campo	Náutico Quilmes
Atl. Lanús	Club Italiano	Náutico San Isidro
Atl. Lomas	Comunicaciones	O.S.N.
Atl. San Martín	Cooperativos de Quilmes	Paraíso
Bco. Nación	Country Bco. Provincia	Quilmes San Jorge
Belgrano Athletic	Deportes Racionales	Quilmes Tennis Club
Belgrano Social	El Porvenir	Regatas Avellaneda
Bartolomé Mitre	Empleados Bco. Ciudad	S. A. Villa Ballester
Bs. As. Lawn Tennis	F. C. Oeste	Solanas
C. A. S. I.	G. E. B. A.	Universitario de La Plata
C.R.E.C.A.	G. E. B. A. Villa del Parque	Vélez Sarsfield
C. U. B. A.	Harrod's	
Círculo Militar	Hurlingham	

+ 40

CATEGORIA INTERMEDIA +40 (Zona única de 8 equipos)

Belgrano Social
C.R.E.C.A.
Ciudad de Bs. As.
Club Italiano
Las Cabañas
Náutico San Isidro
Paraíso Tenis
Solanas

CAMPEÓN: Ciudad de Bs. As.

Integrantes:
Albornoz Carolina
Scheinkman Laura
Vinci Mónica
Lago Laura
Blanco Nora
Rodriguez Fabiana
Braghini Cecilia
Averke Verónica
Pflaum Viviana
Hausemer Marcela

SUBCAMPEÓN: Paraíso Tenis

CATEGORIA SEGUNDA +40 (2 zonas de 7 equipos c/u)

Zona 1:	Zona 2:
Atl. Lomas	Almte. Brown
Cdad de Campana	Atl. Lanús
G.E.B.A.	C.R.E.C.A.
Hurlingham	Club de Campo
Las Palmas	Cooperarios
Náutico quilmes	Country Bco. Pcia.
S.A.V.Ballester	El Porvenir

CAMPEÓN: G.E.B.A.

Integrantes:
Renaud de los Angeles
Ravazzini Beatriz
Vicetto Susana
Palma Alejandra
Etchegaray Laura
Alvarez Susana
Hoan Mariana

SUBCAMPEÓN: Cooperarios

CATEGORIA TERCERA +40 (Zona única de 8 equipos)

A.F.A.L.P.
Almte. Brown "A"
Almte. Brown "B"
Ciudad de Campana
Cooperarios de Quilmes
El Porvenir
Hurlingham
S.A.V.Ballester

CAMPEÓN: Cooperarios de Quilmes

Integrantes:
Colombo Ma. Elena
Gomez Alicia
Carzoglio Susana
Rico Ana Lia
Chiavón Marta
Alzugaray Alicia
Fernandez Silvia
Osti Norma

SUBCAMPEÓN: S.A.V.Ballester

DE CLUBES



+ 50

CATEGORIA PRIMERA +50

(Zona única de 7 equipos)

Atl. San Martín
Círc. Trovador
Ciudad de Bs. As.
Martinez Tenis "A"
Martinez Tenis "B"
Obras Sanitarias
Paraíso Tenis

CAMPEÓN:

Integrantes:

SUBCAMPEÓN:

CATEGORIA INTERMEDIA +50

(Zona única de 6 equipos)

C.R.E.C.A.
Círculo Militar
Club Italiano
C.U.B.A.
Empleados Bco. Ciudad
G.E.B.A.

CAMPEÓN: C.U.B.A.

Integrantes:
Vitale Beatriz
Fontan Balestra Virginia
Lopez Isnardi Patricia
Iribarren María
Leyguarda Inés
Nizzen M. Teresa
Berterretche Marcela
Gonzalez Calderon Ana
Migus Isabel

SUBCAMPEÓN: C.R.E.C.A.

CATEGORIA SEGUNDA +50

(3 zonas de 8 equipos c/u)

Zona 1:	Zona 2:	Zona 3:
Argentino Juniors	A.F.A.L.P.	Atl. Bernal "B"
Atl. Lomas	Almte. Brown	Atl. Lanús
Bme. Mitre	Atl. Bernal "A"	Atl. San Martín
Ferrocarril Oeste	Círc. Militar	Belgrano Athletic
Las Palmas	Cooperarios	Comunicaciones
Náutico Quilmes	G.E.B.A.	Dtes. Racionales
Regatas Avellaneda	G.E.V.del Parque	Las Cabañas
S.A.V.Ballester	Solana	Quilmes Tenis

CAMPEÓN:

Integrantes:

SUBCAMPEÓN:

CATEGORIA TERCERA +50

(2 zonas de 8 equipos c/u)

Zona 1:	Zona 2:
Atl. Bernal	A.F.A.L.P.
Atl. San Martín "A"	Atl. San Martín "B"
Bme. Mitre	Atl. San Martín "C"
Círc. Militar	Comunicaciones
Deportes Racionales	Empleados Bco. Cdad.
G.E.B.A.	F.C.Oeste
S.A.V.Ballester	Las Cabañas
Velez Sarsfield	Quilmes Tenis S. Jorge

CAMPEÓN: Círculo Militar

Integrantes:
Navone Susana
Armano Natalia
Ramos Vértiz Susana
Cordero Mónica
Gutierrez Ma. Marta
Anún Hilda
Sotera Nora

SUBCAMPEÓN: G.E.B.A.

+ 60

CATEGORIA PRIMERA +60

(Zona única de 6 equipos)

Bco. Nación
Ciudad de Bs. As.
Deportes Racionales
Harrods
Martinez Tenis
Universitarios La Plata

CAMPEÓN: Deportes Racionales

Integrantes:
Ferrando Susana
Alberro Graciela
Centurion Marta
Dorella Ma.
Serafini Lucia
Prats Elsa
Gesusmaria Lucia
Vargas Tafur Lutwok
Fernandez Nilda

SUBCAMPEÓN: Ciudad de Bs. As.

CATEGORIA SEGUNDA +60

(Zona única de 6 equipos)

Atl. San Martín
Bme. Mitre
Círc. Trovador
GEBA
Náutico San Isidro
Regatas de Avellaneda

CAMPEÓN: Círc. Trovador

Integrantes:
Lombardo Beatriz
Mendiburu Hebe
Alvarenga Marta
Cortines M. Liliana
Fresia Wilda
Serra de Martín Inés
Bonfante Irene
Marino Beatriz

SUBCAMPEÓN: Regatas Avellaneda

CATEGORIA TERCERA +60

(Zona única de 10 equipos)

A.F.A.L.P.
Atl. Bernal
Bco. Nación
Belgrano Social
C.A.S.I.
Ciudad de Bs. As.
Harrod's
Quilmes Tenis Club
S.A.V. Ballester
Velez Sarsfield

CAMPEÓN: Quilmes Tenis Club

Integrantes:
García Norma
Groves Juana
Oro Ana María
Sanchez Esther
García Marta
Perez Graciela
Raggio Graciela
Blanco Lucía
Estevarena Lucía
Torres Juana

SUBCAMPEÓN: Bco. Nación

ADHESIÓN

**JUGADORAS VETERANAS DE
DEPORTES RACIONALES**

ADHESIÓN



Club Atlético F.C. San Martín

XIII CAMPEONATO SUDAMERICANO



CLUB ORGANIZADOR: Asociación Veteranas de Tenis Marplatense
SEDE DEL TORNEO: Club Náutico Mar del Plata

FECHA: 11 al 15 de abril de 2010

Esta nueva edición del XIII ENCUENTRO SUDAMERICANO DE CLUBES DE VETERANAS, si bien contó con una buena organización por parte de las marplatenses, tuvo un desarrollo muy irregular por las malas condiciones del tiempo que salvo el domingo 11 y lunes 15 se constituyó en su enemigo.

Nuestro Club participó en todas las categorías en que se clasificó en nuestro último nacional y llegó a todas las finales de las mismas, clasificándose campeón en cancha en las categorías de +70 y +75. Dadas las malas condiciones del tiempo los equipos de +40 y +60 fueron declarados finalistas y sortearon los primeros y segundos premios con sus contrarios lo mismo que las de +65.

Es importante destacar el gesto deportivo de Uruguay en la categoría +60, ya que como en el primer encuentro con nuestro equipo había perdido, consideró que el primer puesto de la categoría le correspondía a BS.AS. Quedó confirmada como sede del próximo Sudamericano el club de veteranas de tenis de SALTA.

Nuestras jugadoras:

Categoría	Clubes participantes
+40	Metola Mariana (Del Plata) Benzadon Gabriela (C.U.B.A.) Patron Liliana (Morón) Bergamo Carla (Ferro) Morales Marta (Ferro) Bergamo Diana (Ferro)
+60	Galli Marta F. (B.A.L.T.) Bleuzet Alicia (Comercio) Piotti Ana María (B.A.L.T.) Ferrando Susana (A.D.R.) Opassi Clara (Centro Naval) Galan Norma (Martinez Tenis)
+65	Rivera Inés (Tenis Club Argentino) Garcia Vera Diana (Martinez Tenis) Santamarina Inés (Tenis Club Argentino) Alvarenga Martha (Círculo Trovador) Gesusmaría Lucia (A.D.R.) Storni Isabel (Tenis Club Argentino)
+70	Perez Susana (Comercio) Alberro Graciela (A.D.R.) Perez Carmen (Círculo Trovador) Flint Viviana (Olivos) Vernet Analía (Belgrano Athletic) Castro Nancy (Harrods) Bonfante Irene (Círculo Trovador)
+75	Pla Ines (Regatas de Avellaneda) Minguez Amanda (C.A.S.I.) Obarrio Ana M. (Tenis Club Argentino) Buchanan Leda (Olivos) Borzzone Julia (B.A.L.T.)





ADHESIÓN
VETERANAS
BUENOS AIRES LAWN TENNIS



PASEO  *de las* **VICTORIAS**
El clásico de Cariló

*Divisadero entre Casuarina y Cerezo
Cariló, Buenos Aires*

XXVII CAMPEONATO NACIONAL



CLUB ORGANIZADOR: Club de Veteranas de Tenis de ROSARIO

FECHA DEL TORNEO: 3 al 6 de octubre de 2010

SEDE DEL TORNEO: Ciudad de ROSARIO

Esta 27ª edición del torneo nacional por equipos constituyó un muy agradable encuentro de alrededor de 600 participantes que integraron los equipos de las distintas categorías de los clubes de veteranas del país. Su organización fue perfecta y solo pudo empañar su finalización normal la lluvia caída el miércoles 6-10 que impidió se jugaran las finales.

El tema de la finalización de los encuentros y sus ganadores merece un párrafo aparte ya que algunos se definieron por sorteo y otros por parciales ya obtenidos hasta ese momento lo que no resultó ni justo ni equitativo y corresponde en el futuro arreglarlo en forma coherente.

Al cabo de idas y venidas nuestro club quedó 1º en +40, +50, +70 y +75 y 2º en +60 y +65.

Durante todos los días pasados en Rosario nuestros equipos vivieron un clima de mucha camaradería que se puso de manifiesto tanto en el cocktail de recepción como en la cena final de entrega de premios.

Quedó designado el CVT de MENDOZA como sede del próximo Campeonato Nacional 2011.

Resultados:

Categoría	Clubes participantes	Ganadores	Participantes Bs. As.
+30	13 EQUIPOS: Mar del Plata, Litoral, Río Cuarto, Aconquija, Rosario, Galvez, Córdoba, Jujuy, Río Negro, Salta, Tucuman, Bariloche, Neuquén	MAR DEL PLATA	Bs. As. no participa en esta categoría
+40	15 EQUIPOS: Buenos Aires, Salta, Córdoba, Bahía Blanca, Rosario, Mar del Plata, Litoral, Río Cuarto, Mendoza, Tucuman, Río Negro, Galvez, Aconquija, Bariloche, Neuquén	BUENOS AIRES ROSARIO	Metola Mariana (Del Plata) Patrón Liliana (Morón) Bensadón Gabriela (CUBA) Bergamo Diana (Ferro) Morales Marta Germiniani Marta
+50	16 EQUIPOS: Rosario, Córdoba, Buenos Aires, Bahía Blanca, Litoral, Aconquija, Bariloche, Salta, Mar del Plata, Galvez, Tucuman, Río Cuarto, Mendoza, Jujuy, Río Negro, Neuquen	BUENOS AIRES CORDOBA	Merello Patricia (BALT) Barbat Cecilia (BALT) Villaverde Beatriz (Atl.S.Martín) Sisca Alcira (GEBa) Hermas Elizabeth (Martinez) Rodriguez Cristina (Martinez)
+60	16 EQUIPOS: Buenos Aires, Rosario, Galvez, Mar del Plata, Litoral, Bahía Blanca, Tucuman, Salta, Córdoba, Río Negro, Neuquen, Río Cuarto, Mendoza, Aconquija, Jujuy, San Juan	ROSARIO BUENOS AIRES	Ferrando Susana (ADR) Opassi Clara (Centro Naval) Serra Inés (Trovador) Perez Casal Mabel (Univ.La Plata) Garcia Vera Diana (Martinez Tenis) Aguilar Margarita (Martinez Tenis)
+65	13 EQUIPOS: Buenos Aires, Rosario, Córdoba, Mar del Plata, Litoral, Bahía Blanca, Mendoza, Río Negro, Aconquija, Bariloche, Jujuy, Salta, Galvez	MAR DEL PLATA BUENOS AIRES	Alberro Graciela (ADR) Mendiburu Hebe (Trovador) Flynt Vivian (Olivos) Storni Isabel (T.C.A.) Possi Elisa (BALT) Gonzalez Saavedra Mabel (Bco. Nación)
+70	6 EQUIPOS: Buenos Aires, Rosario, Córdoba, Río Cuarto, Bahía Blanca, Del Litoral	BUENOS AIRES CORDOBA	Nicolino Alba (Bco. Nación) Vernet Analía (Belgrano Athletic) Frescia Wilda (Trovador) Renaud Silvina (Harrods) Fernandez Nilda (ADR) Castro Nancy (Harrods)
+75	3 EQUIPOS: Buenos Aires, Neuquén, Rosario	BUENOS AIRES NEUQUÉN	Sisca Irma (GEBa) Di Tomaso Zulema (Darling) Bressler Maria (Las Palmas) Borzzone Julia (BALT)

COPA ELENA EGUIGUREN



Nuevamente realizamos el torneo en el Tenis Club Argentino, sede Olivos, durante el mes de octubre donde se ponen en juego las categorías Individuales y Dobles Selección y Campeonato para diferentes edades. La paciencia de las organizadoras para compatibilizar horarios (en lo posible), suma para que todas las participantes puedan disfrutar sus partidos en un clima de camaradería.

Como siempre **nuestro agradecimiento especial al Sr. Fossati** y al personal del Club por su invaluable colaboración y muy especialmente a las autoridades del mismo por su gentileza al cedernos las canchas para la organización del Torneo.

SELECCIÓN	D. D. +40	1º ETCHEGARAY Laura -PALMA Alejandra
		2º MENTASTI Patricia - PAVESE Alejandra
	D. D. +50	1º BOETZER Mirta - TOSONI Susana
		2º MORVAN Silvia- GARCIA Mónica
	D. D. +60	1º COCA Silvia - RODRIGUEZ Rosario
		2º BARONE Cristina -RODRIGUEZ Beatriz
CAMPEONATO	I. D. + 50	1º BERTERRECHE Marcela
		2º RAMIREZ Liberata
	I. D. + 65	1º GARCIA VERA Diana
		2º GESUSMARIA Lucía
	D. D. +50	1º MORAN Graciela - YACUB Silvia
		2º BENVENUTTI Marina - HERMAS Elizabeth
	D. D. +60	1º OPASSI Clara - COLODRO Cristina
		2º FERREYRA Graciela- SMANIOTTI Alicia
	D. D. +65	1º STORNI Isabel - POSSI Elisa
		2º DERMAN Marta - MACCHIAVELLO Alicia



ADHESIÓN

TENISTAS VETERANOS

**ASOCIACIÓN DE
DEPORTES RACIONALES**

**JUAN C. ALBERRO
OSCAR CAVAGNA
BENITO FERRADAS
HÉCTOR KRAVIETZ
FRANCISCO J. LOMBARDI
OSVALDO PANZICA
MARTÍN ROSSI
ANDRÉS SCIOSCIA
LUIS SPPANGGEMBERCH**

C O P A DONNET-SEATON 2010

Se jugó en el Club Atlético del Rosario en la ciudad de Rosario durante los días 17 y 18 de mayo. Se conformaron cuatro zonas de 3 parejas locales y 3 de visitantes en cada zona. Se jugaron 9 partidos en cada zona. Cada partido se jugó a 3 sets siendo el último reemplazado por un super tie-break a 10 puntos con diferencia de 2.

Resultó ganador Rosario por 20 a 16. Todos los partidos se desarrollaron en un clima de gran cordialidad. Durante el almuerzo de cierre el CVT de Buenos Aires entregó una donación para las tareas de solidaridad que realiza el CVT de Rosario. Nuestras jugadoras entregaron un llavero de nuestro club a cada una de las jugadoras locales participantes.

Nuestro equipo estuvo representado por:

GABRIELA BENSADÓN	C.U.B.A
CRISTINA RODRIGUEZ	Martinez Tenis
MONICA VINCI	Ciudad de Bs. As.
LAURA LAGO	Ciudad de Bs. As.
ELIZABETH HERMAS	Martinez Tenis
MARIA RICCHIERI	Circulo Militar
MARISA FORMICA	San Martín
SILVIA PAZOS	San Martín
LILIANA BATISTA	Trovador
INES SERRA	Trovador
MABEL PEREZ CASAL	A.C.F.A.Quilmes
ALICIA PONCE DE LEON	Martinez Tenis
LIBERATA RAMIREZ	Monte Grande

ALICIA POCEIRO	Monte Grande
NILDA PARDO	Paraíso
CRISTINA HERNANDEZ	Paraíso
ADRIANA CIAI	Darling
MARIA E. RODRIGUEZ	Bco. Nación
PATRICIA MENTASTI	Campana
NATALIA ARMANO	Circulo Militar
INES AVENDER	Las Palmas
GRACIELA LEMOS	Las Palmas
CRISTINA SARDO	Paraíso
ROSA SOSA	G.E.V. del Parque
JULIA BORZONE	B.A.L.T.



car-check[®]

UNA DIVISION
DE:



- ***Equipamientos industriales***
- ***Alineación y balanceo***
- ***Control vehicular***
- ***V.T.V. - R.T.O. - I.T.V.***
- ***Servicio técnico oficial***

Contacto:

Tel.: +54 - 11 4723-4889

Fax: +54 - 11 4723-1032

carcheck@carcheck.com.ar

www.carcheck.com.ar



VITALICIAS

Si durante 20 años pagaste ininterrumpidamente tu cuota societaria y ahora tienes 65 años de edad, puedes ser VITALICIA.

Lista de Vitalicias 2010

Informamos que en el año 2008 y 2009 se suspendió el ingreso a esta categoría para entrar nuevamente en vigencia en el año 2010.

Benitez Celina	Oribe Carlota
Derman Marta	Perez Carmen
Galuzzi Nelly	Rivas Adelaida
Gesusmaría Lucía	Rodriguez Ma. Eugenia
Koberwein Ma. Teresa	Serantes Graciela
Mendiburu Hebe	Vernet Analía
Opassi Clara	Vigliani Marta

Reflexión...

Cada vez que intervenimos en un torneo o encuentro, ocurre un accidente feliz en tu vida.

Participamos de una lucha que te ayuda a vivir, a descargar tensiones y a templar el espíritu.

Deberíamos considerar que cada partido no es una batalla por el game y que tu rival podría llegar a ser una amiga.

Reconocer que el adversario ganador por algo ganó - ese día y en ese momento era el mejor - y como perdedor saber aceptar que no se pudo ganar.

Por fin....valorar la fortuna de tener buena salud y poder gozar del aire libre, del sol y ser una veterana "in gamba".

LITA BORZONE

TORNEO

JUEVES 11 DE NOVIEMBRE de 2010... Nos reunimos en el Club Ferrocarril Mitre con nuestras queridas socias VITALICIAS, las cuales han pagado 20 años ininterrumpidamente y cuentan con, al menos, 65 años de edad. Con un día espléndido y a pleno sol comenzó el Torneo, que contó, este año, con pocas parejas que jugaron todas contra todas a un set profesional.

GANADORAS:

1er. Premio: Zulema Di Tomaso- Marta Bardi

2do. Premio: Nancy Castro-Blanca Guirin

Luego de terminada la competencia, nos reunimos en el retaurante del Club donde disfrutamos de un refrigerio y de la



entrega de premios, productos de belleza de la firma FÁRMACO Argentina. Todo transcurrió en un clima cálido y bullicioso. Nuestras queridas "vitasocias" agradecieron el poder reunirse todos los años y prometieron ocuparse de ahora en más para poder ampliar el número de participantes en los años venideros.



ADHESIÓN



1913

TENIS CLUB ARGENTINO



ALIMENTOS DIETÉTICOS

Hebe Mendiburu
Teléfono: 4502-9355

ADHESIÓN



1913

Jugadoras Veteranas del Tenis Club Argentino

SUPER 8

del BICENTENARIO

Una propuesta divertida para jugar en tiempo "FUGAZ"

En el club CUBA, sede Núñez, se comenzó a jugar este torneo el pasado 15 de septiembre con una modalidad diferente, que ha tenido muy buena recepción entre las participantes por su dinámica, en la cual todas las jugadoras juegan con todas de pareja en partidos a 20 puntos.

Se buscó que las participantes, salvo su compañera, fueran de clubes diferentes para salir del partido habitual.

Ya se realizaron cinco fechas:

- El 15/09 en la que se clasificó:
1º: Virginia Fontán Balestra (CUBA)
2º: Mónica Capparelli (Atl.Monte Grande)
- El 17/09 en la que se clasificó:
1º: Patricia Minici (NSI)
2º: Mónica García (Ciudad de Bs.As.)
- El 24/09 en la que se clasificó:
1º: Cecilia Piñeiro (ADR)
2º: Alejandra Madina (BALTC)
- El 20/10 en la que se clasificó:
1º: Ricchieri María (C.Militar)
2º: Moreno Diana (C.Militar)
- El 22/10 en la que se clasificó:
1º: Nazca Estela (Martínez)
2º: Felpeto Olga (Cabañas)



ADHESIÓN

AMANDA MINGUEZ



Sarmiento 1194 - C1041AAX - Ciudad de Buenos Aires, Argentina
Tel.: 4381-7835 - Email: fabricadealianzas@hotmail.com

ADHESIÓN

RUBEN GIAYETO

**CONCESIONARIO
ASOCIACIÓN
DEPORTES
RACIONALES**

ADHESIÓN

**TENIS CLUB
LAS CABAÑAS**

Alsina 2115
Parque Leloir
4481-7575

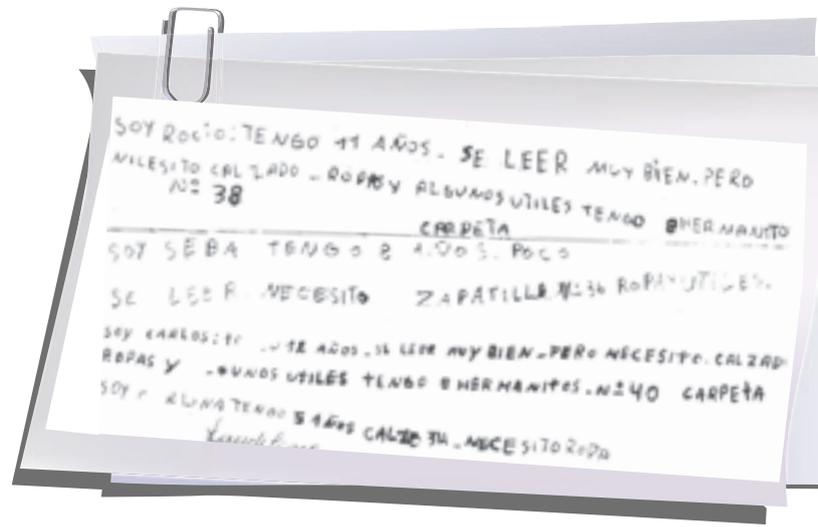
Marina Lavalle Cobo
Cel.: 5614-3356

J. A. Pacheco de Melo 2419
C1425AUA
Ciudad Autónoma de Buenos Aires
marina@laventanadecoracion.com.ar
www.laventanadecoracion.com.ar



ESCUELAS

Nuestro contacto con las escuelitas (que llamamos NUESTRAS) es permanente a través de sus respectivas directoras y en estos momentos a pedido de ellas nuestra acción solidaria está concentrada en reforzar el envío de alimentos que es su necesidad más urgente. Hemos enviado bolsas de leche en polvo, azúcar, fideos, yerba, arroz, harina, polenta, aceite, polvo para sopa (donación de la empresa PERCAL). El año que viene comenzaremos con los útiles escolares y trataremos también el tema del calzado.



Otras entidades de bien público que han recibido nuestras donaciones:

- * CILSA \$ 50 por mes (Centro integral del Lisiado de Santa Fe)
- * Cruz Roja Argentina..... \$ 45 por mes
- * Felices los niños \$ 50 por mes

Dra. Matilde L. Confalonieri de Quer

Abogada Previsionalista (C.P.A.C.F. Tº80- Fº15)

Registro Anses Nº 17116

JUBILACIONES Y PENSIONES- CON Y SIN APORTES
REAJUSTES JUBILATORIOS
ATENCIÓN PERSONALIZADA

Dr. Nicolás Repetto 17- P. 19 Dto. A - Capital Federal

T.E. 4432-5182 - Cel 1567600154

matildeludmila@gmail.com



Director Gastón Naón



Entrenamiento
intensivo para **damas**
'Professional method'

Prof. María Luz Marín

Prof. Verónica Szalontay

Club Círculo Militar Olivos

Consultas y reservas:

Av. Libertador y Villate - Vicente López
4790-8685

Programa:

- Entrada en calor, preparación física de tenis en cancha.
- Golpes: direcciones, correcciones técnicas.
- Videoanálisis de juego.
- Ejercicios de táctica y estrategia.
- Prácticas competitivas.
- Elongación final de entrenamiento.
- Incluye break natural.
- Grupos de 3/4 jugadoras
- 1 hora y media semanal

Niveles:

- Amateur (sin competencia oficial, recreativo)
- Competitivo (participa en interclubes, intercountries o simil, circuito senior A)

¡Sumate sola o con tu grupo de amigas!

ADHESIÓN

**EQUIPO + 50
NACIONAL**

Rosario 2010

Carmelo Mazza



Melo Import & Export

Fragancias Originales Importadas

Rodríguez Peña 195 - Buenos Aires - Argentina
Web site: personales.ciudad.com.ar/meloimport
E-mail: meloimport@ciudad.com.ar
Tel. Com.: 4382-4213
Cel.: 15 4473-1254
Fax Part.: (54 11) 4382-6756

CALENDARIO TENTATIVO

MARZO

9 miérc. Encuentro con Rosario-COPA DONNET- SEATON / RECIBIR
21 lunes Cierre inscripción 3era +40 +50
30 miérc. Encuentro con Mendoza - IR o RECIBIR

ABRIL

13 miérc. Entrega de sobres
26 martes Iniciación Encuentros cat- 3eras + 40 y +50
29 viernes ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA

MAYO

13 viernes Burako
7 al 12 **XIV CAMPEONATO SUDAMERICANO POR EQUIPOS
CVT. SALTA**

18 miérc. Encuentro con Cipolletti /IR
Continuación Encuentros

JUNIO

5 miérc. Encuentro con Rosario-COPA ELSIE LASSAGA-ALICIA PONCE
/ IR
27 lunes Cierre inscripción 2da. Intermedia y 1era + 40 y +50
29 miérc. Encuentro con San Juan / IR

JULIO

13 miérc. Encuentro con Bahía Blanca / IR O RECIBIR
27 miérc. Entrega de sobres

AGOSTO

2 martes Comienzo Enc. 2da. Interm y 1era. + 40 y + 50
2da. +60

SETIEMBRE XXVII CAMPEONATO NACIONAL POR EQUIPOS DE VETERANAS DE TENIS

7 miérc. Encuentro con Uruguay
Copas RIOPLATENSE-URUGUAY- S. TARGET
-AMISTAD y MADLON SOUZA / RECIBIR
12 lunes Cierre Inscrip. IX CAMP. ELENA EGUIGUREN

OCTUBRE

4 martes Iniciación X II CAMP. ELENA EGUIGUREN
T.C.A.
19 miérc. Encuentro con Paraguay / IR

NOVIEMBRE

10 jueves XVI Torneo Vitalicias

DICIEMBRE

2 viernes FIESTA FIN DE AÑO



Relojes
ORNET



vox tronic
Despertadores

ADHESIÓN

EQUIPO +40

**Campeonato Nacional
de
Clubes de Veteranas**

Rosario 2010

EMACO

Empresa de Construcciones

**EMACO S.A. ACOMPAÑA
AL CLUB DE VETERANAS DE TENIS.**

Florida 15 9° piso
Tel.: 4331-0561
E-mail: info@emaco-sa.com.ar



•

Todo para la Industria del Mueble y la Decoración

•

H. YRIGOYEN 13060 - ADROGUÉ (B1846ABR)
aglolam@mbox.servicenet.com.ar
4293-0066 - Fax y Rotativas



Lima 1697 - Capital Federal
info@cphotel.com.ar
4305-9010 / 9020

Excelentes Precios

CALEFACCIÓN CENTRAL
TV POR CABLE
AIRE ACONDICIONADO
TELEFONÍA DDN Y DDI
BAÑO PRIVADO
DESAYUNO INCLUIDO (AUTOSERVICIO)
A SOLO 30 MTS DEL SUBTERRANEO

Planes especiales para grupos con media pensión
Servicios
Consulte Tarifas Vía Mail o Teléfono



Palenque
100% argentino



> BOMBACHAS DE CAMPO - ROPA DE TRABAJO
UNIFORMES PARA EMPRESAS - INDUMENTARIA PROFESIONAL

> www.fadi.com.ar <

Fábrica - administración - ventas

Balcarce 166 - Gral Rodriguez

Tel. fax: 54 (0237) 4842000

Ventas

Tte. Gral. J. D. Perón 4211 - Cap. Fed.

Tel. fax: 54 (011) 4862-6701

e-mail: info@fadi.com.ar

ADHESIÓN

LOS RUANOS S.R.L.

el VALIOSO TIEMPO de los MADUROS

Mensaje de Mario de Andrade

(Poeta, novelista, ensayista y musicólogo brasileño)

*“Conté mis años y descubrí,
que tengo menos tiempo
para vivir de aquí en adelante,
que el que viví hasta ahora...”*

*Me siento como aquel chico
que ganó un paquete de golosinas:
las primeras las comió con agrado,
pero, cuando percibió
que quedaban pocas,
comenzó a saborearlas profundamente.*

*Ya no tengo tiempo
para reuniones interminables,
donde se discuten estatutos,
normas, procedimientos
y reglamentos internos,
sabiendo que no se va a lograr nada.*

*Ya no tengo tiempo
para soportar absurdas personas
que, a pesar de su edad cronológica,
no han crecido.*

*Ya no tengo tiempo
para lidiar con mediocridades..*

*No quiero estar en reuniones
donde desfilan egos inflados.*

*No tolero a maniobreros
y ventajeros.*

*Me molestan los envidiosos,
que tratan de desacreditar
a los más capaces,
para apropiarse de sus lugares,
talentos y logros.*

*Detesto, si soy testigo,
de los defectos que genera
la lucha por un majestuoso cargo.*

*Las personas no discuten contenidos,
apenas los títulos..*

*Mi tiempo es escaso
como para discutir títulos.*

*Quiero la esencia,
mi alma tiene prisa...
Sin muchas golosinas en el paquete..*

*Quiero vivir al lado
de gente humana, muy humana.
Que sepa reír, de sus errores.
Que no se envanezca,
con sus triunfos.
Que no se considere electa,
antes de hora.
Que no huya, de sus responsabilidades.
Que defienda, la dignidad humana.
Y que desee tan sólo
andar del lado de la verdad
y la honradez.*

*Lo esencial es lo que hace
que la vida valga la pena.
Quiero rodearme de gente,
que sepa tocar el corazón
de las personas....*

*Gente a quien los golpes
duros de la vida,
le enseñó a crecer
con toques suaves en el alma..*

*Sí... tengo prisa...
por vivir con la intensidad,
que sólo la madurez
puede dar.*

*Pretendo no desperdicia
parte alguna de las golosinas
que me quedan...*

*Estoy seguro
que serán más exquisitas,
que las que hasta ahora he comido.*

*Mi meta es llegar al final
satisfecho y en paz
con mis seres queridos
y con mi conciencia.
Espero que la tuya sea la misma,
porque de cualquier manera llegarás..”*

Vivamos intensamente hoy... Mañana es un tiempo que existe en nuestros sueños

ADHESIÓN

**ESTANCIA
"LA CELINA"**

Lic. LUZ VIEYRA CAPDEPONT

Nutrición

Pilar: Panamericana Ramal Pilar Km.: 52,5
(Colectora Oeste) - Tel.: (02322) 428755
consultas@deragopyan.com.ar - www.deragopyan.com.ar

COCOCENT

**LENCERIA MAYORISTA
CORSETERIA - MEDIAS**

ENVIO AL INTERIOR

lucerna

www.calzadoslucerna.com.ar



SHOWROOM Y FRANQUICIAS: AV. CORRIENTES 5-433, TEL 011 4854-5477 - WWW.CALZADOSLUCERNA.COM.AR

Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Av. Santa Fe 5243 - Av. Santa Fe 1458 - Av. Santa Fe 1871 - Av. Santa Fe 2224 - Florida 439 - Av. Cabildo 2044 - Av. Cabildo 2577 - Av. Córdoba 4814 - Av. Scalabrini Ortiz 2410
Av. J. M. Moreno 32 - Av. Rivadavia 5176 - Av. Rivadavia 6785 - Paraguay 1301 - Gurruchaga 821 - Pcia de Buenos Aires: Shopping San Justo, Local 11 - Interior del país: República 644 (Catamarca) - Gral. Obligado 812
(Rosario, Sta. Fe) - Independencia 185 (Santiago del Estero) - Muñecas 6 (Turumán) - Rivadavia 657 (San Luis) - 25 de Mayo 172 (San Martín, Mendoza) - España 118 (Mariluz) - 9 de Julio 322 (Córdoba)



arredo

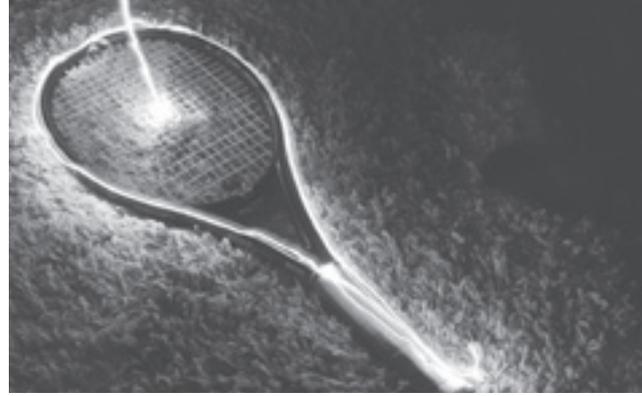
ELEGÍ TU LUGAR
primavera · verano 2011

LA CASA ARREDO, un espacio con sillones y objetos de decoración: Av. Santa Fé 3054 - Cabildo 2225 - Florida 632 - Punta del Este: Calle 24 esq. 28.
NUEVA APERTURA > Tortugas Open Mall | Consulta más direcciones en www.arredo.com.ar

ADHESIÓN

LIBRERÍA CIEN FUEGOS S.A.

LESIONES más FRECUENTES de una ACTIVIDAD FÍSICA NO SUPERVISADA



Es difícil englobar las múltiples lesiones que se pueden producir en una actividad física sin la correcta supervisión, pero trataremos de describir las más frecuentes en este corto apartado.

Dentro de las lesiones más comunes, o mejor dicho síntoma, se encuentra el característico **dolor lumbar**. También conocido como lumbago, lumbalgia o dolor de cintura, se presenta como un dolor en la parte baja de la espalda, entre las últimas costillas y la cadera. Muchas veces se confunde con dolor de origen renal; su intensidad suele ser variable según la localización o el tipo de lesión. Dentro de las lumbalgias pueden ser causadas por una simple contractura o espasmo muscular, originado en el esfuerzo inadecuado o poco entrenado de la zona. Esto puede llevar a otra complicación más grave como es la compresión radicular o de las raíces nerviosas a la altura del pedículo vertebral, lugar donde emergen los nervios. Se caracteriza por dolor de origen local (zona lumbar), como así también irradiado, hacia los miembros inferiores, debemos diferenciar a las hernias de disco, que tienen una sintomatología parecida, donde lo que varía es la intensidad del dolor. Las hernias de disco como su nombre lo indica, son las protusiones o abombamiento de las paredes del disco, dejando escapar el núcleo del mismo ocasionando la compresión de las raíces nerviosas.

La sintomatología es variada de acuerdo al nivel de la lesión, pero dentro de las comunes se encuentran las compresiones del nervio ciático, fácilmente identificable por su recorrido, dolor en glúteo, parte posterior de muslo y pierna.

Otras de las lesiones más frecuentes por actividad física inadecuada se encuentran las tendinitis o inflamación de los tendones por sobre uso. De estas hay que diferenciar las más frecuentes:

- **Tendinitis del supraespinoso** (músculo ubicado en el hombro) que se caracteriza por dolor al realizar los movimientos de elevación, separación lateral o rotación externa del brazo. Lesión muy común en golfistas o tenistas.

- **Tendinitis de los músculos epicondileos** (epicondilitis), se caracteriza por dolor a la extensión de muñeca, se localiza en el codo. Esta lesión es muy frecuente en personas que practican tenis, se produce por un mal gesto deportivo a la hora de afectar golpes de revés. Es por ello que es conocida como "codo de tenista"

- **Tendinitis de los músculos epitrocleares** (epitrocleititis), se manifiesta con dolor al realizar la flexión de muñeca, también el dolor se localiza en el codo pero en su parte interna. Esta lesión es común en personas que practican golf, de ahí el nombre de "codo de golfista"

Es aconsejable para que estas complicaciones no se presenten en la actividad tanto deportiva como recreativa, la supervisión de un especialista (deportólogo o kinesiólogo)

Lic. Mauro D'yntino

MP: 4461

Coordinador Área de Fisioterapia

Posada del Qenti

ADHESIÓN

VETERANAS DE CÍRCULO MILITAR

ADHESIÓN

L. B.

ADHESIÓN

**VETERANAS
BELGRANO
ATHLETIC**

H. PENA Y ASOCIADOS
CONSULTORÍA DE EMPRESAS

Dr. HORACIO R. PENA
CONTADOR PÚBLICO NACIONAL (UBA)
LICENCIADO EN ADMINISTRACIÓN (UBA)

ARAOZ 1978 (1425) - CAPITAL FEDERAL
TEL.: 4831-2818/ 4088/ 8999 / 833-6696 FAX: 4832-2908
e-mail: hpenaasoc@radar.com.ar

LABORATORIO
Séance-sal

ADHESIÓN

**VETERANAS
LAS PALMAS**

**FABRICANTE DE PRODUCTOS
COSMETICOS Y PERFUMERIA**

www.laboratorioseance.com.ar
seancepelliza@yahoo.com.ar
info@laboratorioseance.com.ar

EZANDRA

MARITE LA MACCHIA
Ventas

Pringles 1264
(1183) - Capital Federal
Tel ./Fax: (011) 4864-4939
e-mail: ezandra2001@yahoo.com.ar

Diseño y realización de
Alegorías - Estatuillas - Plaquetas.
Trofeos - Medallas - Acrílicos.
Llaveros y Pines Publicitarios.
Deportivos e Institucionales.
Regalos Empresarios.



 **SANTA ANA**
FARMACIA

Leeds

School of English

Directoras:
Laura Campagnoli
Mandy Marchetti

Abierta la inscripción 2011

Zabala 1686 - (1426) Capital Federal
Tel / Fax: 4788-5052 / 4783-4414
e-mail: leeds@ciudad.com.ar
www.leeds.school.com.ar

ALICIA BLEUZET - BOMBONERÍA

BOMBONES SUIZOS
CONFITURAS PARA NAVIDAD Y AÑO NUEVO
HUEVOS DE PASCUA
CATERING PARA EVENTOS



Cel. 15-5853-9374 Sra. Alicia
Cel. 15-5653-5649 Sra. Cecilia

ableuzetbomboneria@yahoo.com.ar
apuliaventas@arnet.com.ar

Entregas a domicilio

ELISA POSSI

Bed and Breakfast
Para Amigas Tenistas y Familia

Tel.: 4813-4637 / Celular: 15-3278-0003
Juncal 1945 - 6to. A
Capital Federal

Edith N. Regazzoni
CONTADORA PÚBLICA

Graciela C. Perez
CONTADORA PÚBLICA

CONSULTORES DE EMPRESAS
CONCURSOS PREVENTIVOS
LIQUIDACIÓN DE AVERÍAS

Tel.: 15 5176-7939 | 15 4540-1631
email: perezgrac@ciudad.com.ar
edith regazzoni@yahoo.com.ar

VISU

* *Platería*

* *Bijou*

Susana Ferrando

Victoria Galán

- Marca
- Imagen Corporativa
- Web
- Catálogos
- Editorial

MARIANA CAIELLI
comunicación visual

15 58 32 23 49 - info@marianacaielli.com.ar
www.marianacaielli.com.ar



Costa Salguero

G o l f C e n t e r

COSTA SALGUERO ACOMPAÑA
AL CLUB DE VETERANAS DE TENIS

Av. Costanera y Salguero - 4805-4732/34
www.costasalguerogolf.com.ar

HEAD®

TAN LIGERO COMO EL AIRE

"Por fin una raqueta diseñada por y para mujeres y sobre todo que se acopla a tus necesidades. Pruébala. Inspírate."



Steffi Graf,
miembro del equipo HEAD

airflow



Las raquetas HEAD Airflow son tan ligeras como las nubes, de perfecto balance y de manejabilidad excelente. Su grip especialmente diseñado para la mano de la mujer, proporciona confort y control. Diseñada por mujeres y para mujeres que están apasionadas con su juego. **HEAD Airflow. Inspírate.**

head.com/womentennis

TOUR

TEAM

WOMEN

POWER