

enREDa-T

EL BOLETÍN INFORMATIVO DEL RZCT

¿Sabías que...

... en el reciente Campeonato de España de Pádel de Menores, que se ha celebrado en nuestro Club, han participado más de **1.400** niños y niñas?

Síndrome postvacacional

La vuelta de vacaciones es siempre una experiencia contradictoria. Para algunos es frustrante volver a la rutina de cada día, mientras que para otros es el inicio de algo nuevo y prometedor.

En estas fechas el término en boga es el **síndrome postvacacional**. Con él nos referimos a la frustración que produce una mala adaptación entre la etapa de ocio y la vuelta a la actividad. Provoca trastornos físicos, como fatiga o insomnio, y síquicos, como la irritabilidad o la melancolía.

Hay otro efecto, casi contradictorio, coincidente con la vuelta de vacaciones: todos queremos empezar algo nuevo, cumplir objetivos que no alcanzamos en otro momento: aprender inglés (esta vez, sí); estudiar lo que en su día dejamos por otras circunstancias; o leer esos libros que hace meses reposan en la estantería. Septiembre es, con enero, el mes de los buenos propósitos. Y, si no, que se lo digan a las editoriales, que lanzan sus colecciones en esta época; o a las academias de idiomas, que hacen su agosto en septiembre.

A las entidades como nuestro Club les pasa algo parecido: sufrimos del temido síndrome. Se manifiesta esencialmente en una bajada de socios. Parece que algunos, al hacer la lista de nuevos propósitos, ponen el de disminuir gastos en un lugar de privilegio. Y, como resultado de un juicio probablemente poco meditado, optan por eliminar las actividades que ellos suponen prescindibles.

Afortunadamente, y quizá como profilaxis, nos acogemos este año al otro síndrome, al de la actividad y los buenos propósitos, y lanzamos una oferta inigualable de actividades que sembrarán todo este trimestre de dinamismo.

A las clásicas, como las escuelas deportivas, se les ha añadido valor con cambios de metodología que serán del agrado de todos, en especial de los más pequeños.

Habrà *quedadas* de tenis y de pádel, clases especializadas, actividades para los más pequeños, *pilates*, gimnasia, y un

largo etcétera que ya podéis consultar en nuestra página web.

Y también queremos hacer cosas nuevas que sean del agrado de nuestros socios y que les permita presumir de Club.

En octubre iniciamos **Chateando con la Ciencia**, charlas de divulgación científica al alcance de todos, pero en un formato entretenido y lúdico.

Se prepara también el **Club de Lectura** para los amantes de esta actividad. Escritores vendrán a comentarán con sus lectores las peculiaridades de su obra.

En fin, amigos, que estamos luchando a brazo partido para evitar que el síndrome postvacacional nos afecte de la forma habitual. Contamos con vuestra ayuda para hacer llegar a cuantos tengan dudas las bondades de ser parte de una gran entidad como es el **Real Zaragoza Club de Tenis**.



REAL ZARAGOZA
CLUB DE TENIS 1907

Contenido:

<i>La Junta Informa</i>	2
<i>Carpe Diem</i>	3
<i>Conversación con JI Larraz</i>	4
<i>Entrevista: Pepe García</i>	6
<i>La rodilla infantil en el deporte</i>	7
<i>Consejos de nuestro Chef</i>	8



La Junta informa

Nueva reunión de Junta Directiva el 13 de septiembre

JOSÉ IGNACIO CABRERA

La reunión del pasado día 13 sirvió para que los miembros de la Junta evaluaran la situación, tratando de recoger el sentir de la mayoría de los socios.

Para poder llegar hasta el día de hoy, hay que echar un poco la vista atrás.

A finales del pasado año, la situación económica era complicada. Teníamos una estructura cara y los ingresos iban claramente a la baja, en consonancia con el número de socios. Había que actuar en ambas vertientes con urgencia. Por un lado era necesario aligerar en lo posible la estructura, mientras que debíamos incrementar la oferta de actividad y mejorar el ambiente para evitar la salida de socios o poder captar otros nuevos. Nueve meses después, la situación está algo mejor, pero no se han alcanzado todos los objetivos.

En lo económico hemos hecho lo previsto, con el resultado de que actualmente los costes fijos han disminuido y la situación ha mejorado. Por ese lado, nada que objetar. Sin embargo, el lado de la demanda está estancado o sigue disminuyendo. Es evidente, según opinión de los asistentes, que no hemos sabido o no hemos podido mejorar el ambiente del club y evitar la salida de socios. Cierto que hay bastante rotación y que entran algunos nuevos, pero el balance sigue siendo negativo. Y no nos vale que sea un problema que afecta a todos los clubes de nuestro entorno; nosotros debemos aspirar a ser distintos y a mejorar, incluso en un medio tan hostil.

Lo cierto es que para dinamizar el Club sería necesario acometer las mejoras que se necesitan con urgencia.



Así, las pistas duras de entrenamiento precisan un arreglo lo antes posible. Lo mismo ocurre con el pabellón cubierto nuevo de tenis, cuya cubierta necesita una reparación. O las pistas 8 y 9, en un estado lamentable, probablemente porque su situación, al lado del antiguo pabellón de tenis, perjudica su mantenimiento.

"Se comentó en la reunión la posibilidad de mejorar la zona de pistas de entrenamiento, ..."

Se comentó en la reunión la posibilidad de mejorar la zona de pistas de entrenamiento, con un coste de renovación de alrededor de 40.000 €, aprovechando la aparición de dos patrocinadores que cubrirían aproximadamente el 50% de la inversión. Se acordó que se intentaría buscar la financiación para su acometida tratando de encontrar más patrocinadores o acudiendo a entidades bancarias.

Se lanzaron montones de ideas por parte de todos, todas ellas muy bienintencionadas y que, sin ser exhaustivo, podrían resumirse en: modifica-

ción de la estructura de cuotas, definición de los entrenamientos de las escuelas, promoción de la participación de niños en los equipos independientemente de su nivel, mejora de la política de comunicación, darle más vías de expresión y participación a los socios, promover la visita de colegios, abrir las infraestructuras de pádel al exterior, crear una figura comercial, mejorar nuestra participación en las redes sociales, promover un equipo de fútbol que pueda participar en competición de liga federada, tomar medidas económicas que permitan fidelizar a los socios, promover el alquiler de nuestras instalaciones para eventos o mejorar la presencia en redes sociales contratando publicidad.

Se aprobó limitar a siete el número de veces que un no socio puede ser invitado a jugar en nuestras instalaciones. Los socios no tienen límite en el número de invitaciones, pero un invitado solo puede serlo siete veces en el año, aunque lo sea por distintos socios. A partir de la séptima, el coste de la invitación se incrementaría a 30 €.

Se aprobó lanzar una nueva campaña por la que los socios puedan invitar a amigos y conocidos a participar en las actividades del club durante 45 días por un coste de 25 € por familia, similar a la que se hizo en junio.

Ignacio Gracia, miembro de la Junta, presentó su dimisión por razones personales. Todos los presentes agradecieron a Ignacio su colaboración y el interés que ha puesto en las labores llevadas a cabo en esta Junta. Para su sustitución, el Presidente propuso a **Alejandro López del Val**, lo que fue aprobado por la Junta.



Carpe Diem

A pesar de todo, disfrutemos de nuestro Club

ANDRÉS ORTÍN

Resulta difícil aunar conceptos, en principio antagónicos, como lo son pedir disculpas y no tener culpa. Sin embargo, no tener culpa es un hecho comprobable mientras que sentirse culpable es un estado emocional. De la misma manera que un famélico anoréxico se ve gordo en el espejo, alguien puede sentirse culpable sin tener culpa.

Es la sensación que a los trabajadores del Club de Tenis muchas veces nos invade cuando las cosas no están como deberían.

La demoledora realidad, el goteo incesante de pérdidas de socios arrastrado durante más de diez años, nos aboca a una mengua de plantilla que se ha visto reducida, en este periodo de tiempo, de doce trabajadores, a seis en la actualidad, por razones de supervivencia.

El *totum revolutum* de tareas, acondicionamiento de pistas, siegas regulares de césped, recorte de setos, poda de árboles, sustitución de aspersores, piscina, limpieza de calles, mantenimientos de depuradoras, chiringuito, terrazas, recogida de basura, averías, imprevistos, a lo que hay que añadir trabajos de fontanería, albañilería y pintura, antes realizadas por gremios externos, se antoja como una misión inabordable para una dotación de tres operarios de media diaria que cubren dieciocho horas al día, siete días a la semana, trescientos sesenta y cinco días al año.

De la misma manera que la ochentera campaña del PC de *Macintosh* contra

el de *IBM* rezaba doble *velocidad x mitad de precio*, aquí la fórmula sería *doble trabajo x mitad personal*.

Este escenario produce en los trabajadores una fatiga física y mental provocada por la exigencia de un rendimiento muy superior al normal, y



Parte del equipo de mantenimiento del Club

frustración debido a la imposibilidad de satisfacer todas las necesidades del Club. Frustración que aprendemos a canalizar para no caer en la desmotivación y abandono de metas.

"... otra realidad no menos objetiva es que nuestro Club de Tenis es espléndido"

Toda esta densa descarga de fusilería no busca excusas ni justificaciones de quienes deben asumir responsabilidades y ofrecer soluciones, sino empati-

zar con nuestro mecenas, el socio, y allanar el camino para transmitirnos nuestro mensaje. Lamentamos profundamente los inconvenientes que podemos causaros cuando las pistas no están en las condiciones deseables, por privaros de una ducha cuando tenemos una avería de agua, por ese

seto exánime, por esa zona calva o demasiado húmeda de la pradera, por la fuente que nada mana, por los caminos descuidados, por esas túnicas colgantes de telarañas... Os presentamos de forma sincera nuestras disculpas. Aunque en ocasiones el desaliento subyugue vuestro ánimo, sabed que estamos en ello. Sin acento tejanero.

Sin embargo, otra realidad no menos objetiva es que nuestro Club de Tenis es espléndido. Con excelentes instalaciones, extenso, hermoso, único. Con

grandes posibilidades y márgenes de mejora. Huyamos pues del pesimismo, de la tragedia griega, de la convicción de que los dioses nos han abandonado y acerquémonos más a Aquiles, el héroe de Troya, que arengaba así a sus mirmidones antes de la batalla:

"Los dioses nos envidian. Nos envidian porque somos mortales. Porque cada instante nuestro puede ser el último. Porque todo es más hermoso porque tiene un final. Nunca estaremos más vivos que en este momento. Nunca volveremos a estar aquí."

Disfrutemos pues de este día, disfrutemos de nuestro Club.



Conversación con...

Juan Ignacio Larraz, socio del RZCT

por FRANCISCO HERNÁNDEZ

Juan Ignacio Larraz representa a un sector de la masa social que, con su fidelidad y tesón, y superando situaciones críticas, consiguieron que el Club floreciera en un entorno hostil. Muchos de ellos se implicaron en el gran cambio que supuso el traslado de la sede desde el Paseo de la Mina a la ubicación actual. Un episodio de nuestra historia que fue clave para nuestra subsistencia como Club.

En lo personal, aún muchas cualidades que hacen que su voz y su opinión tengan un gran peso. Como por todos es conocido, Juan Ignacio Larraz ha sido jefe del servicio de Bomberos de la DPZ durante muchos años, y Presidente del Colegio de Ingenieros Técnicos Industriales de Aragón, lo que le dota de una visión y un sentido de la responsabilidad más que estimables. Y, en lo deportivo, además de que fue un gran jugador de fútbol, ha puesto siempre una inigualable voluntad y empeño en sus confrontaciones tenísticas.

Muy amigo de sus amigos, es un gran conversador. Por eso le hemos pedido que lo haga para nuestra revista.



¿Desde cuándo eres socio del RZCT?

Tendría que consultar con Secretaría; creo que fue entre 1975 y 76. O sea, 40 años.

Supongo que tienes mil recuerdos de todos estos años, pero, si tuvieras que sintetizar, ¿qué ha dejado en ti más huella? ¿Qué recuerdas con más cariño y qué te produjo más desazón?

La buena convivencia. Hubo un tiempo en el que nos quedamos muy pocos socios, nuestros hijos eran pequeños y las relaciones entre familias fueron magníficas y, a pesar de las carencias que presentaban las instalaciones, todo se superaba con alegría.

En cuanto a lo que me produjo más desazón, diría que la supervivencia del Club; lo veíamos muy difícil.

También has participado en las actividades deportivas como juga-

dor. ¿Recuerdas algún o algunos hitos importantes?

Me ha gustado mucho jugar al tenis, pero mi palmarés no tiene ninguna relevancia; únicamente gané el primer trofeo para debutantes ante mi buen amigo **Andrés Romanos**; posteriormente, él me ganó en muchas ocasiones.

¿Fue traumático el cambio de sede

(Continúa en la página 5)

desde el Paseo de La Mina hasta nuestra actual ubicación? ¿Cómo viviste eso como socio?

Nosotros, entonces jóvenes, lo vimos como una oportunidad para mejorar. Para los socios mayores significó, en muchos casos, el abandono del Club. Como socio, me pareció necesario; el antiguo club padecía limitaciones estructurales y de espacio; su ampliación y desarrollo eran tarea imposible; además, parte de los terrenos pertenecían al Ayuntamiento y por aquellas fechas vencía la concesión.

Debo hacer mención a la Junta Directiva que hizo posible la adquisición de terrenos y el posterior traslado, cuyo Presidente era **Angel Aisa** y Secretario **Enrique Toquero**, quienes, junto a otros, llevaron el peso de la gestión. Como puede suponerse, una transición así está llena de dificultades.

También has estado en la Junta Directiva, creo que con Manuel Escosa. Fueron tiempos complicados. ¿Qué recuerdas de esa época?

Si, fui directivo durante 14 años. Me pareció una etapa complicada pero ilusionante y la implicación de la Junta Directiva, junto a todos los socios, era total.

Manuel Escosa fue un Presidente Ejemplar; con su templanza y parquedad ante lo superfluo y banal, consiguió llevar adelante los proyectos y hacer del Club lo que es hoy, uno de los mas bonitos de España para la práctica del tenis.

Hablar de recuerdos en una etapa densa de acontecimientos es difícil de resumir. Para mí, el paso como vocal por la Junta significó un enriquecimiento humano, por el trato con los compañeros, donde aprendí de sus cualidades virtuosas. Nuestra relación de entonces se ha transformado en amistad.

Después del primer esfuerzo lle-

garon tiempos mejores. Este Club llegó a tener más de 3.000 socios en su actual ubicación, pero desde hace 30 años no dejamos de perder masa social. ¿A qué crees que se debe? ¿En qué nos equivocamos o qué parte hay que achacar a problemas externos?

Las crisis económicas tienen importancia y los cambios generacionales también. Pero si un contingente significativo de socios no sienten el Club como algo propio, y los dirigentes no transmiten ilusión... Quizás sean esos, sentimiento de pertenencia y capacidad para generar ilusión, los ingredientes necesarios para conseguir resultados.

"La apuesta debe ser la práctica del tenis y también de otros deportes ..."

¿Qué consejos darías a la actual Junta Directiva para enderezar el rumbo?

Los consejos son fáciles de dar y, cuando por la vida se ha pasado asumiendo responsabilidades, se es consciente de la dificultad que entraña la toma de decisiones, pero, como decía antes, cuando hay ilusión y entrega desinteresada, se está en situación de recoger resultados positivos; bajo esas premisas, en caso de errar en algún momento, los socios lo entenderán. Lo imperdonable es la pasividad y abulia.

¿Cómo ves la situación actual y cómo piensas que puede evolucionar?

Primero, hay que tener claro que El Real Zaragoza Club de Tenis es un club deportivo. Proporcionar ocio también tiene importancia, pero los clubes

casino o *balneario* tiene poco recorrido. La apuesta debe ser la práctica del tenis y también de otros deportes, y los esfuerzos dirigirlos hacia una óptima organización para facilitar la práctica deportiva a los socios y la escuela de tenis. Lo veo como el mayor atractivo de reclamo para aumentar la masa social. Por lo que sé, los clubes mercantiles de pádel hacen cosas interesantes. Fijémonos en esos detalles organizativos, por ejemplo.

¿Qué no te gusta de lo que se está haciendo y qué te gustaría que se hiciera y que no se está haciendo?

Para mí, la confianza en la nueva Junta directiva. Tengo esperanza en sus aptitudes y predisposición.

En respuesta a la pregunta, no voy a aportar nada nuevo de lo que no sea consciente la Junta; y no voy a plantear propuestas a mi medida acordes con mi edad y circunstancia llenas de subjetividad. Las cuestiones menores deben tratarse de forma directa y coloquial. Por mi parte, cualquier iniciativa planteada por la Junta será bien acogida; eso no es óbice para emitir opiniones y hacerlas llegar a los responsables.

Por último, ¿querrías enviar algún mensaje a nuestros socios, algo que te parezca importante?

A mí me gusta estar en los sitios con arraigo y esa cualidad lleva consigo la fidelización. Hagamos del club, mejorando en lo posible, lo que viene siendo un lugar abierto a las relaciones humanas, donde existe una buena convivencia, donde el aspecto deportivo sea imperante, ofreciendo nuestra colaboración y confianza a la Junta en la seguridad de sus buenas intenciones. No se olvide que su trabajo es altruista y desinteresado.

Muchas gracias, Juan Ignacio, por tu tiempo y tu atención.



Entrevista con... Pepe García, Director de la Escuela Fernando Iranzo

por INÉS BUIL

"Quiero que la Escuela "Fernando Iranzo" siga siendo un referente en Aragón"

Con dieciséis años ya daba clases de tenis a los más pequeños, y muy pronto se daría cuenta de que esa era su vocación. Pepe García tiene el título del TAFAD (Técnico Superior en Actividades Físicas y Deportivas) es monitor nacional de tenis, e instructor regional de pádel. Ahora afronta la dirección de la escuela de tenis "Fernando Iranzo" guiado por los pasos de Juan Morata.

¿Siempre has querido dedicarte a esto, es vocacional?

Siempre he querido dedicarme a la enseñanza del deporte, pero no tenía muy claro qué rumbo tomar. Hasta que, hace trece años, empecé a impartir mis primeras clases de tenis y, con el paso del tiempo, me di cuenta de que esto era mi vocación.

Tus primeras prácticas fueron en el RZCT.

¿Cómo te surgió esta oportunidad?

Vine personalmente al club a solicitar las prácticas, porque era un club referente en el ámbito nacional. Yo ya lo conocía porque de pequeño venía desde Calatayud a competir en torneos que se celebraban aquí. Las pistas de tierra y cubiertas era un "lujo" que en mi ciudad natal no tenía.

¿Cómo fueron tus comienzos, qué funciones tenías en el club?

Recuerdo mis comienzos con mucha felicidad, por la confianza que me dieron Frodi (anterior Director Deportivo) y Juan Morata para hacer mi trabajo. Por aquel entonces daba clases dos días a la semana y el fin de semana. Al poco tiempo me ofrecieron más horas y las acepté encantado.

Con el tiempo fuiste aumentando tus horas de trabajo y responsabilidades, hasta llegar a ser Director de la Escuela "Fernando Iranzo", referente en Aragón. ¿Cómo afrontas este reto?



Pepe García acompañado por algunos de sus alumnos de la Escuela Fernando Iranzo

Gracias a la oportunidad que me dio Frodi de poder trabajar en este club, y la confianza y aprendizaje que he recibido estos años de Juan Morata, me veo capacitado para desempeñar la gran labor que él hizo con esfuerzo e ilusión.

Este año la escuela tiene alguna novedad, ¿podrías contarnos qué cambios habrá principalmente?

El cambio más destacable es la implanta-

ción del método de enseñanza *Play & Stay*, donde contaré con la gran colaboración de Sabina Mediano, que se encargará de atender a los niños más pequeños (de cuatro hasta siete años) con un equipo de monitores a su cargo. Este método, apro-

bado por la Federación Internacional de Tenis, va a ser muy positivo dentro de nuestra escuela.

Uno de los pilares de la escuela es que compagina la enseñanza con la diversión, ¿seguiréis con esta dinámica?

Desde luego. No entendemos enseñanza sin diversión dentro de una escuela formada fundamentalmente por niños. En parte, en el método *Play & Stay* la diversión es la base del aprendizaje. Consiste en que los niños aprendan inconscientemente a través de juegos.

¿Qué objetivo principal como Director te propones de cara a este nuevo curso?

Seguir manteniendo la Escuela "Fernando Iranzo" como el referente de la escuela de tenis en Aragón, y seguir inculcando este deporte tan bonito a los más pequeños, viendo cómo crecen a nuestro lado.



La rodilla infantil en el deporte

Por la **Doctora Belén Seral, Trumatólogo infantil**
Hospital Clínico Universitario
Hospital Viamed Montecanal

Las lesiones deportivas en edades tempranas de la vida cada vez son más frecuentes. Esto es debido a varios factores. Por un lado hay más niños y adolescentes que practican deporte como actividad extraescolar, y por otro lado cada vez hay más niños que lo hacen de manera competitiva con un nivel de exigencia no siempre acorde con su edad.

Los niños son más proclives a sufrir lesiones deportivas por varias razones. De pequeños, la coordinación motora es peor. Conforme van creciendo, el riesgo de lesiones aumenta, en gran medida debido a su mayor fuerza física.

El dolor anterior de rodilla más frecuente que aparece al realizar actividades físicas, tales como fútbol, baloncesto, patinaje, correr.....se llama Enfermedad de Osgood-Schlatter. Es más frecuente en niños, con edades entre los 10 y 15 años. Se debe a la sobrecarga repetitiva del cuádriceps/tendón rotuliano sobre la placa de crecimiento de la tuberosidad tibial anterior. El dolor es intermitente, y en general desaparece por completo cuando el niño deja de crecer.

Es recomendable que se valore por un

traumatólogo infantil, pues el diagnóstico se puede realizar con un completo examen físico. Las pruebas de imagen se usan muy poco, a menos que se quieran descartar otras causas de dolor. Las opciones de tratamiento son varias: descanso y disminución de la actividad mientras el niño tenga dolor, aplicación de hielo protegido sobre la zona dolorida dos veces al día y después de las actividades, e ibuprofeno o paracetamol. Los síntomas mejorarán más rápido si la actividad se mantiene al mínimo. En general, es conveniente un descanso de la mayoría o de todos los deportes durante uno o dos meses.

La prevención es fundamental. El estira-

miento regular, tanto antes como después del ejercicio y las carreras atléticas, pueden ayudar a prevenir la lesión.

Esta enfermedad es autolimitada y suele resolverse por sí misma en un periodo de 12 a 18 meses.

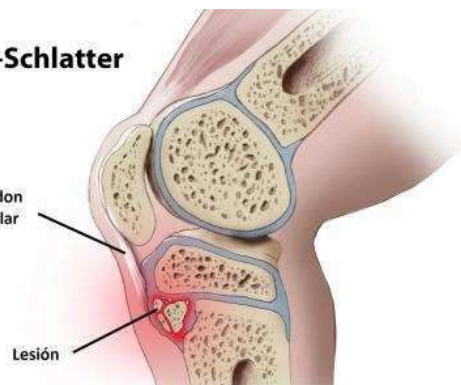
"El dolor anterior de rodilla más frecuente que aparece al realizar actividades físicas, (...) se llama Enfermedad de Osgood-Schlatter.



Osgood-Schlatter

Tendon Patelar

Lesión



La prevención, el mejor aliado

Año tras año, el problema más común que presentan los niños que juegan, sufre una sola con la Doctora Belén Seral, en la consulta de Ortopedia Infantil, ya sea la prevención, la rehabilitación y en caso necesario, la cirugía, en el Hospital Clínico Universitario de Zaragoza.

Hospital Viamed Montecanal

Franz Schubert, 2 · 50012 Zaragoza
 Tel: 870 241 818 · Fax: 870 241 819
 Líneas de autobús 41 y 54
www.viamedmontecanal.com

Ortopedia Infantil

La Ortopedia Infantil cubre el estudio y el tratamiento de múltiples patologías desde el nacimiento hasta la madurez: escoliosis, fracturas, tumores, síndromes y distrofias.

Diagnóstico y tratamiento precoz

El estudio del desarrollo de cada uno de los miembros infantiles, desde el nacimiento, el diagnóstico y tratamiento debe ser precoz, y debe realizarse por el ortopedista infantil desde el inicio de la vida con controles periódicos para ver el seguimiento durante el proceso de vida.

Ortopedia y Traumatología Infantil

También se ocupa de las lesiones del crecimiento en las deformidades o alteraciones angulares y relacionales de los miembros y del cuello, así como de los tumores musculoesqueléticos que son más frecuentes en pacientes menores de 20 años.

¿Cómo sé que mi hijo tiene un problema?

Los problemas de formación de las extremidades inferiores generan múltiples dudas entre los padres. La mayoría de las veces son procesos evolutivos, temporales y espontáneos que forman parte del proceso de crecimiento, tales como el desarrollo del calloso, andar con los pies hacia dentro o hacia fuera, el síndrome de pesco de ganso o las piernas en escuadrón, problemas que en la mayoría de los casos se resuelven con el progreso del crecimiento.

La importancia de su seguimiento

La traumatología infantil, traumática ocasional, deportiva, traumática infantil, etc. tiene la particularidad de que se requiere de un seguimiento inmediato, con mayor frecuencia sobre el crecimiento. La particularidad de aplicarse en el periodo de crecimiento y de desarrollo, supone una atención especial requiriendo un seguimiento en la consulta de la evolución del proceso para poder indicar el tratamiento oportuno. Para ello, los grandes beneficios que están sobre el tratamiento de las patologías infantiles.

Ortopedia Infantil

Dra. Belén Seral



Consejos de nuestro Chef

Ofertas de septiembre

Por **MANUEL RODRÍGUEZ**

¡Se acabó el verano!

Ya volvemos cada uno a la rutina.

Como les prometí en el pasado ejemplar, les presento unos me-

nús de bautizo. Como siempre, el equipo de hostelería se encargará de todos los detalles para que ese gran día siga siendo tan especial.

Desde estas líneas también quiero agradecer la gran acogida que ha tenido el chiringuito entre los socios.

¡Nos vemos el verano que viene!

MENÚ BAUTIZO SEPTIEMBRE 2016

OPCIÓN 1

BUFFET

Espejo de melón con jamón y ensalada de queso mozarella, tomate y aceite de albahaca

Migas con uva

Croquetas caseras

Paella de marisco

Bacalao a la riojana

Jamoncitos de pollo a la jardinera

Espejo de fruta y pastelería

Café

Vinos jóvenes de Aragón, cerveza, agua y refrescos

20 €

OFERTA ESPECIAL

MENÚ BAUTIZO SEPTIEMBRE 2016

MENÚ INFANTIL

Macarrones con tomate, pechugas de pollo a la plancha con patatas y helado

10 €

MENÚ BAUTIZO SEPTIEMBRE 2016

OPCIÓN 2

CÓCTEL DE BIENVENIDA

Bar: cerveza, refrescos, vinos jóvenes de Aragón, agua

Aperitivo: Brocheta de olivas con anchoas, montadito de jamón, montadito de cangrejo, croquetas caseras

MENÚ

Ensalada de salmón ahumado y langostinos a la vinagreta de mostaza

Entrecot de buey con patatas y piquillos

Mousse de tres chocolates con sorbete de frambuesa

Bodega: vinos jóvenes de Aragón, cerveza, refrescos

Café

25 €

