

COLEGIO MAYOR UNIVERSITARIO "ISABEL DE ESPAÑA"

Dirección : C/Ramón Menéndez Pidal, 5. 28040 Madrid. Telf. 915336104

Director :

Dtor. Técnico/Entrenador : Manuel Pombo del Amo

CONDICIONES GENERALES

- ↓ Todos los practicantes deberán disponer de Licencia de la Federación Madrileña de Boxeo y Seguro Médico Deportivo.
- ↓ Los menores deberán tener autorización escrita de sus Padres o Tutores.



ESCUELA de BOXEO EDUCATIVO



• **INFANTILES**
hasta 14 años (Sin Contacto)

• **JUNIORS**
15/16 años (Protecciones y Contacto Controlado)

• **JOVENES**
17/18 años (Protecciones y Contacto Controlado)

*Avd. Payaso Fofó, 1
Estadio Rayo Vallecano
28018 – Madrid
91 757 08 86
Email, fed_madrdbox@hotmail.com
www.fedmadboxeo.es*

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES
dirigirse a:

Fed. Madrileña - Tel. 91 757 08 086
(Tardes de 17 a 21 h. de Lunes a Viernes)

o
Srta. Marisol - Tel. 617 204 517



ESCUELA UNIVERSITARIA

COLEGIO MAYOR

ISABEL DE ESPAÑA

DIRECTOR TÉCNICO : MANUEL POMBO DEL AMO

BOXEO



Como cada jueves a las 20:00, mientras nos ponemos las vendas, recapitulamos sobre la semana y caminamos hacia el gimnasio. Allí nos espera Pombo, nuestro entrenador, siempre puntal, animoso y con una sonrisa en la cara, al saludo de nuestro mote.

Los más veteranos marcan la pauta, y todos juntos calentamos. Los recién llegados, aunque al principio perdidos, cogen rápidamente la dinámica del entrenamiento.

Me alegra el poder ver que no hay ninguna dificultad a la hora de hacer entrenamientos mixtos: siempre prima el respeto. Además, todos al empezar hemos agradecido la inmensa paciencia de los que más experiencia tenían tragándose nuestros pisotones, y nuestros golpes al aire.

Este puede parecer un deporte sin sentido, en el que se dan golpes al azar, y en el que prevalece la brutalidad, pero no es así. Lo que creo que ninguno esperábamos, era que tuviéramos que estar además ágiles con la mente, puesto que ningún golpe se da sin pensar. "El boxeo es un deporte para listos", dice nuestro entrenador: No gana el que más fuerte da, si no el que da el golpe preciso en el momento adecuado.

Es una disciplina en la que se trabaja todo el cuerpo, cosa que hemos podido comprobar todos por las agujetas del día siguiente. Sin embargo, fieles a la llamada del saco, volvemos todos los jueves, a pesar del cansancio, devolviéndole a Pombo la sonrisa que tan sinceramente nos brinda.

Tanto para los recién llegados, como para los que ya tenemos agujeros en los guantes, el boxeo ha sido una vía de escape en muchos sentidos del día a día, librándonos de preocupaciones, y mejorando los buenos momentos.

Chus: "Quería probar este deporte desde hace tiempo, y este año he tenido la oportunidad. He descubierto un deporte en el que el entrenamiento es completo y he aprendido a extrapolar el orden del boxeo a otros aspectos. Ha sido un gran descubrimiento".

Laura: "Empezó como una curiosidad, pensando que no sería para mí, pero me he dado cuenta de que aquí hay sitio para todos. Me gusta mucho, he encontrado en el boxeo el modo de canalizar el ajetreo del día a día".

Pombo: "seguimos avanzando, equipito. Desde que empezamos habéis ido mejorando sin parar, tanto los nuevos como los más veteranos. Espero que sigamos así los próximos años, disfrutando y aprendiendo".

Laura Navajas
Delegada de boxeo