

ANÁLISIS AL MÉTODO ALLYANE, DE PAUL DOROCHENKO

El sistema que busca cambiar el deporte de élite

Con trabajo cerebral, permite mejorar la técnica de un atleta.

Quitar dolores que molestan hace tiempo y mejorar la técnica, para prevenir lesiones y ganar en rendimiento. Y todo, con cortos tratamientos. Eso busca Allyane, sistema desarrollado por

Paul Dorochenko que, a través del uso del cerebro, permite cambiar gestos y también ayuda a quienes presentan dolor o molestias tras lesionarse. Dorochenko y el kinesiólogo local

Iván Franco, que fue el primer en capacitarse a nivel nacional y tiene una clínica en Concepción, explicaron detalladamente en qué consiste este revolucionario método.

TD PÁGS. 6-7



FOTO: CAROLINA ECHAGÜE M.



Más de 5 mil personas congregó la Corrida Cuatro Lagunas

TD PÁG. 5



FOTO: AGENCIA UNO

UdeC se alejó del título y sigue en deuda como visitante

Con su caída ante U. Católica en Santiago, el equipo del Campanil sumó su quinta derrota consecutiva fuera de casa, la más dolorosa, ya que quedó a cinco puntos de los precordilleranos que dieron así un paso gigante rumbo a coronarse como monarcas de la Primera División. Tarea pendiente de los auricielos para las últimas cuatro fechas del torneo.

TD PÁG. 4

COLUMNA: BÍO BÍO SE AFIANZA COMO REFERENTE DE GRANDES EVENTOS

Escolar y universitario



FOTO: RAPHAEL SIERRA P.



UBB y UdeC destacan en el rugby universitario

Mientras la primera lidera con tranco firme la competencia de Adesup, el Campanil logró una actuación histórica en el nacional Fenaude.

TD PÁGS. 10-11

Martín Aravena, la figura del rugby en la UBB

Pertenece a un clan compuesto por tres hermanos que compiten hace años en la disciplina local y hoy brilla con luces propias en el torneo Adesup.

TD PÁG. 9




post&twits

@FutbolUdeC

Como @FutbolUdeC queremos agradecer el apoyo incondicional de nuestra hinchada. Pese al resultado, alentaron todo el partido y demostraron que juntos, podemos ir por todo. Sabemos que todos nos acompañarán el viernes frente @UEoficial.

@Cristian_Munoz

El peso ofensivo de la UdeC de visita ha sido malo en esta rueda. Difícil hacerle daño a la defensa mejor trabajada del país. No hubo mucho q hacer esta noche. Una pena. Se esfumo todo.

@Andreszovp

Me gusta @Huachipato a la Sudamericana, es un gran equipo, y siempre que va a Libertadores o Sudaca hace buenos papeles!

@seba_andrade10

Buen triunfo de Huachipato, ante un rival complicado que no pasa por un buen momento, pero los partidos hay que ganarlos... Considerar que no estuvo Sepúlveda (capitán) ni el mayor asistidor del torneo, el gato Valenzuela, ambos estaban suspendidos por acumulación de amarillas

@P_SaavedraV

Huachipato salió de una racha mala que nos dejó fuera de Copa Chile frente a rivales asequibles y con 11 fechas sin ganar en primera. Larcamón dio dos partidos, si no ganaba se iba. Cambió su forma de juego y los jugadores y se dio vuelta todo. No me digan que siempre jugamos así



Nos sentimos orgullosos por el resultado de los JDE que se realizaron en la Región. La política asociada funcionó perfectamente en materias de alimentación, transporte, conectividad y organización de partidos, lo que fue reconocido por las delegaciones.



Bío Bío se afianza como referente en grandes eventos

Como Región no podemos sentir más que orgullo, satisfacción y alegría por los resultados de los Juegos Deportivos Escolares (JDE) que se llevaron a cabo en la Región. Tuvimos dos sedes, Concepción y Chillán, con más de 700 deportistas que pudieron desenvolverse sin problemas.

La política asociada funcionó de manera perfecta en materias de alimentación, transporte, conectividad y organización de los partidos, lo que fue reconocido por las distintas delegaciones. Incluso, mencionaban lo significativo que fue haber jugado partidos en un lugar tan histórico y simbólico como es La Tortuga de Talcahuano.

En ese sentido, debemos destacar que nuevamente nuestra Región se consolida como un referente en lo que es organización de eventos deportivos; no solamente por la capacidad del Mi-

nisterio del Deporte (Mindep) y el IND, sino que por todos los servicios públicos asociados en lo que es logística. Y, por supuesto, el fundamental apoyo del Gobierno Regional liderado por el intendente, Jorge Ulloa.

En lo deportivo, también tuvimos cuentas bastante alegres, sacando la cara en ambas disciplinas. Un oro tremendamen-

te significativo del básquetbol varones, con el Colegio San Ignacio ganando una final durísima contra Los Lagos, hecho que nos ilusiona bastante porque se trata de un plantel que será la base del equipo que nos representará próximamente en los Juegos de La Araucanía

Y, por otra parte, logramos un primer lugar en atletismo damas y el tercero en varones, junto a un meritorio sexto puesto de nuestras niñas en el básquetbol. Asimismo, a nivel general, se hace necesario destacar que en Sub 14, con la pérdida de Ñuble, la provincia de Bío Bío se comienza a configurar como un polo de desarrollo que debemos mirar con mucha atención.

con los programas para deportes formativos y, principalmente "Promesas Chile", son los sistemas a través del cual vamos a detectar los futuros talentos que nos van a representar en las distintas instancias sudamericanas, panamericanas y ojalá olímpicas. Hablamos del semillero de Chile, ese que nos dará la sustentabilidad deportiva competitiva a largo plazo; por eso estamos orgullosos.

El desafío por delante es grande. Tenemos una responsabilidad de aspirar a más, e internacionalizar deportivamente nuestra Región. En ese aspecto, el próximo año será una prueba de fuego para nosotros poniéndonos en los ojos del continente con el Sudamericano Universitario, y en los del mundo entero con una fecha del Mundial de Rally. El reto es grande, pero cuando toda la Región se une logramos grandes cosas.

En lo deportivo sacamos cuentas alegres en las dos disciplinas, donde resaltó el oro del básquet varones y la gran actuación del San Ignacio.

Lo mismo a nivel de deportes colectivos, con un tremendo logro en lo que fue el oro del balonmano femenino, donde se desarrolla un trabajo de largo aliento con el CER de Los Ángeles.

Por todo aquello, el balance es tremendamente positivo, sobre todo porque según el plan de trabajo del Mindep, los JDE junto

con el Colegio San Ignacio ganando una final durísima contra Los Lagos, hecho que nos ilusiona bastante porque se trata de un plantel que será la base del equipo que nos representará próximamente en los Juegos de La Araucanía

Y, por otra parte, logramos un primer lugar en atletismo damas y el tercero en varones, junto a un meritorio sexto puesto de nuestras niñas en el básquetbol. Asimismo, a nivel general, se hace necesario destacar que en Sub 14, con la pérdida de Ñuble, la provincia de Bío Bío se comienza a configurar como un polo de desarrollo que debemos mirar con mucha atención.

Resumen semanal

FOTO: ARCHIVO / DIARIO CONCEPCIÓN



Lya Wimmer sumó podios en la Copa España de natación

Otra descolante actuación tuvo la nadadora local, Lya Wimmer, quien logró tres oros en la Copa España, uno de los torneos más grandes del circuito master. Ahora, se alista para el Sudamericano en B. Aires.

Martín Scuncio se tituló monarca en la Fórmula Total by Dunlop

Faltando una fecha para el final de la temporada, Martín Scuncio (RS Motorsport) se coronó campeón indiscutido de la Fórmula Total by Dunlop 2018. El penquista ganó prácticamente todo lo que corrió, desde la primera fecha desarrollada en Temuco a principios de año, triunfando en seis de siete fechas, incluyendo las dos últimas realizadas en La Serena, donde ganó la pole, la manga clasificatoria y los 20 giros, para transformarse en el flamante monarca.

"Estoy muy feliz de ser por fin campeón de una categoría, fue un torneo durísimo, largo y trabaja-



FOTO: FÓRMULA TOTAL

mos mucho por el título", sostuvo Scuncio sobre su logro.

Esta es la primera vez que el casco gana una categoría. Ha corrido

la Fórmula 3, la Fórmula Renault en Italia, la USF 2000, la Star Mazda Championship de EE.UU. y hoy se luce en el rally.

Penquistas dieron pelea en Mundial de Pelota Vasca

Un correcto desempeño tuvo la selección chilena de frontenis que disputó el Mundial de Pelota Vasca en España. El equipo integrado por jugadores del Estadio Español, se mantuvo como el sexto mejor del orbe.

FOTO: ISIDORO VALENZUELA M.



VOTA POR LA SELECCIÓN DE PYMES



INGRESA A WWW.SEMANADELAPYME.CL Y
VOTA POR TU EMPRENDEDOR FAVORITO

Elige a los que representarán mejor
el espíritu emprendedor de Chile

Los 11 más votados serán parte de la
Selección Nacional de las Pymes

#PymesMotordeChile



Ministerio de
Economía,
Fomento y
Turismo

Gobierno de Chile

CHILE LO
HACEMOS
TODOS



Lilas sufrieron sorpresiva caída ante Pilmahue en el Ester Roa

Tropezó en casa. Deportes Concepción no pudo mostrar su poderío en el Ester Roa Rebolledo y cayó por 1-2 ante Pilmahue, en un duelo válido por la octava fecha de la liguilla de ascenso del Torneo de Tercera División B.

Los lilas comenzaron mejor y estuvieron a muy poco de abrir la cuenta al minuto 10 con un tiro libre de Matt Lagos que se estrelló con fuerza en el horizontal.

Sin embargo, los dirigidos por John Benavente fueron más efectivos y lograron abrir la cuenta a los gracias a Johan Navarrete, quien

Estadio: Ester Roa Rebolledo
Público: 4.834 espectadores
Árbitro: Norman Barrientos

	1		2
CSD CONCEPCIÓN		PILMAHUE	
GOLES			
66' D. Cerda		29' J. Navarrete 35' F. Peñaloza	

aprovechó su buena ubicación en el área rival y capitalizó una serie de rebotes con un sutil toque (29').

Los visitantes se adjudicaron el dominio de las acciones tras la anotación y a los 35' lograron aumentar la ventaja con un preciso cabezazo del defensor Felipe Peñaloza.

Los felinos sintieron el golpe y generaron dos importantes oportunidades para revertir el marcador. A los 35', Brian Fuentes probó los reflejos de Sergio Torres con un testazo a quemarropa, pero el goleador forastero estuvo atento y envió el balón al córner. Y a los 39', el



FOTO: LUKAS JARA M.

goleador Ignacio Hermosilla eludió rivales y despachó un ajustado disparo que impactó en el vertical izquierdo.

Los dirigidos por Esteban "Chi-

no" González entraron con un planteamiento más ofensivo en el complemento y consiguieron el descuento a los 66' con gol olímpico de Darwin Cerda.

UNIVERSIDAD DE CONCEPCIÓN CAYÓ ANTE LA UC EN SANTIAGO

El Campanil confirmó que la deuda para hacer historia es de visita

20

horas

De este viernes volverá a la cancha la U. de Concepción que abrirá la vigésimo séptima fecha recibiendo a Unión Española, en el Ester Roa Rebolledo.

La caída ante los cruzados significó la quinta derrota consecutiva de la UdeC como visitante, la más dolorosa pues se alejó cinco puntos de los punteros.

Samuel Esparza Muñoz
samuel.esparza@diarioconcepcion.cl



Quedan todavía cuatro fechas para el término del Torneo de Primera División, pero en la noche del sábado se definió buena parte del certamen. Se medían el primero y el segundo, los dos equipos más regulares, la UC y la UdeC, simetría que se notó en la cancha de San Carlos de Apoquindo, donde ambos elencos no se dieron tregua en un duelo disputado en todos los rincones del gramado ¿La diferencia? Un rebote, un pequeño error que dejó los puntos en el bolsillo de los precordilleranos que dieron un paso gigante al título.

Para la U. de Concepción, en tanto, quedó el gusto amargo de que el partido estuvo para cualquiera pero que finalmente, y como viene siendo costumbre en calidad de visitante, se fue para el lado del rival. Cinco son las derrotas consecutivas que completaron los auricelos en campo ajeno, una estadística rotunda y contundente, que en el recuento final quizás signifique la diferencia entre ser campeón o no, por más que el DT Francisco Bozán repita hasta el hartazgo que la corona nunca ha sido el objetivo, que eso le cabe a los "grandes".

Cuatro fechas para mejorar

"Hemos estado mal de visita, no nos ha ido bien en esta segunda mitad



FOTO: AGENCIA UNO

Estadio: San Carlos de Apoquindo
Público: 12.249 espectadores
Árbitro: Eduardo Gamboa

	1		0
U. CATÓLICA		U. DE CONCEPCIÓN	
GOLES			
64' A. Vilches			

de año y es un tema a mejorar en estas últimas fechas. El equipo no pudo sostener el buen desempeño de local, lo que provocó que no hayamos podido concretar las opciones para dar ese gran salto. Pero debemos seguir, quedan cuatro fechas muy importantes para nosotros, nuestras metas siguen bien firmes, e intentaremos corregir lo que no hicimos bien", dijo al respecto el meta, Cristián Muñoz.

Una realidad que tampoco pudo eludir Francisco Bozán. "No hemos logrado ganar de visita, ni siquiera empatar, y es curioso porque plan-

teamos los partidos tratando de ganarlos. Probablemente, en el mea culpa está esa generación de espacios que quedan a nuestra espalda por salir a plantear todos los partidos de igual manera. Hay lugares donde no nos hemos logrado acomodar, aunque esta vez no fue ese el tema, porque perdimos un partido muy trabado y con un desarrollo que quizás no tuvo relación con anteriores encuentros", sentenció.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

TD Polideportivo

Ignacio Abad P.
contacto@diarioconcepcion.cl

Una verdadera fiesta del deporte se vivió en Barrio Norte, donde más de 5 mil 600 corredores respondieron al llamado de la Municipalidad de Concepción para animar la cuarta edición de la Corrida de las Cuatro Lagunas, uno de los eventos más atractivos del calendario de competencias atléticas del Bío Bío.

Al igual que en las versiones anteriores, esta cita congregó a deportistas de todas las edades y puso a prueba sus capacidades en tres distancias: 3, 5 y 10 kilómetros. Además, cumplió con el objetivo de promover el cuidado del medioambiente al trazar rutas por emblemáticos cuerpos de agua de la comuna, como las lagunas Lo Galindo, Lo Custodio, Tres Pascualas y Lo Méndez.

“Esta corrida se instaura con la finalidad de poner en valor un sector emblemático de Concepción. Un ejemplo de ello fue la Fiesta del Volantín de la semana pasada con más de 10 mil asistentes. También es importante mencionar el proyecto Parque Lo Galindo que alberga estos eventos y permite recuperar un espacio natural para las vecinas y vecinos”, explicó Óscar Ramírez, delegado municipal de Barrio Norte.

Por su parte, el alcalde de Concepción, Álvaro Ortiz, no sólo se mostró conforme con la gran con-



FOTO: CAROLINA ECHAGÜE M.

RUNNERS SE TOMARON BARRIO NORTE

Trotaron con el más bello marco natural

Unos 5 mil 600 deportistas se dieron cita en la 4ª edición de la Corrida de las Cuatro Lagunas de Concepción.

vocatoria que tuvo esta cuarta corrida, sino que también resaltó que, “esta competencia se realiza en el mes de aniversario de la comuna penquista, donde ya son 468 años desde su fundación. Y, por si fuera poco, estamos celebrando también que la capital regional fue elegida sede del Campeonato Mundial de Rally WRC 2019, dando un fuerte impulso a las distintas disciplinas deportivas, pero también al desarrollo turístico y económico de Concepción”, detalló.

Flamantes ganadores

El podio del 3K damas estuvo integrado por Alejandra Calabrano, Belén Silva y Florencia Villa, quienes obtuvieron el primer, segundo y tercer lugar, respectivamente. Los primeros lugares del 3K varones, en tanto, fueron para Cristopher Alvear, Luis Obando y Sergio Díaz.

Los 5k tuvieron como líderes a Jimmy Ramos, Mauro Barahona y Cristian Hidalgo en hombres, y a Andrea Jiménez, Eva Escobar y Angélica Segura en mujeres.

En tanto, los primeros puestos de los 10K femeninos fueron para Carmen Ortega, Victoria Cantergiani y Jeanette Ramírez.

Asimismo, el ránking general fue completado por Jean Roa, Hans Guevara y César Medina, quienes lograron el primer, segundo y tercer lugar del 10K masculino.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

NUEVA
MAXUS T60 / PARA TODOS LOS TERRENOS DE TU VIDA.

PRECIO ESPECIAL Desde \$ **8.990.000** + I.V.A.*
\$ **10.698.100** I.V.A. INCLUIDO

INCLUYE BONO HASTA \$1.300.000

- DISEÑO DE VANGUARDIA.
- GRAN ESPACIO INTERIOR.
- 2 AIRBAGS.
- FRENOS DISCO + RUEDAS + ABS.
- ANCLAJE ISOFIX SILLA NIÑOS.
- COMPLETO EQUIPAMIENTO ELÉCTRICO.
- GRAN CAPACIDAD DE CARGA.
- CAPACIDAD DE REMOLQUE 2.5 TN.

Imagen corresponde a versión Maxus T60 GLX 4x4 AT *Precio corresponde a Maxus T60 DX MT 4x2 \$10.698.100 iva incluido, Precio incluye bono Marca de \$300.000 con todo medio de pago y bono Financiamiento de \$1.000.000. Precio sin bono Financiamiento de \$11.888.100 IVA incluido. Condiciones de Financiamiento: 40% de pie máximo y mínimo 24 cuotas. Bono de financiamiento solo para financiamiento con Kaufmann servicios financieros. Bono aplica para créditos convencionales excluye Leasing. Solo para unidades con entrega en región metropolitana, no válido para zona franca. Oferta válida desde 01 de octubre hasta el 31 de octubre de 2018. No incluye flete. No acumulable con otras ofertas y promociones. (1) Rendimiento en ciudad de 8,5 km/l versión mecánica 4x4, y 8,4 km/l versión automática 4x4. Valor obtenido en mediciones de laboratorio según ciclo de ensayo de la comunidad europea, homologadas en el MTT, más información: www.consumovehicular.cl



Encuétranos en: **Andes Motor** (Quilicura). **Red de concesionarios:** Carmona (Ovalle - La Serena - Copiapó); Mecomotors (Los Andes); Dominica (Recoleta); Gellona (Movicenter - La Cisterna); Gaut (Chicureo); City Motor (Vitacura); Noack (Providencia); Talciani & Basualdo (Providencia); Dibusa (Pudahuel); Alcor (Pudahuel); Fronza (Quillota); Ayr (Viña Del Mar); Romanini (Melipilla); Gellona (Rancagua); Antivero (San Fernando); SK Motors (Curicó); Covema (Chillán); Julio Aubele (Concepción); Tecnosur (Valdivia); Tecnocid (Osorno); Automotora Klein (Puerto Montt); Varona (Coyhaique) y en nuestras 32 sucursales Kaufmann de Arica a Punta Arenas.



MAXUS
LA DECISIÓN INTELIGENTE

www.maxus.cl

ALLYANE, MÉTODO DESTINADO A PERSONAS CON TRASTORNOS DE NEUROMOTRICIDAD

Un sistema que busca revolucionar la medicina y la práctica deportiva

 Ricardo Carcamo U.
 ricardo.carcamo@diarioconcepcion.cl


Parece magia. Que de manera tan rápida se mejoran patologías, dolores o bien se cambien aspectos técnicos en un deportista, lo que le ayuda a potenciar de forma importante su rendimiento. Nuestra fuerza, y también nuestra debilidad, son los resultados, pues son extraordinarios", aseguró Paul Dorochenko, entrenador, preparador físico y fisioterapeuta de origen argelino que es la mente detrás de Allyane. Un revolucionario método que ayuda a personas con trastornos de neuromotricidad, y donde el cerebro tiene un rol clave.

En los noventa, Dorochenko de un sistema inventado por un dentista francés. "Era también profesor de Neurofisiología, y hacía cirugías maxilofaciales sin anestesia, con sonidos de baja frecuencia. Se dio cuenta que algunos pacientes tenían tics en la cara, los perdieron o bajaron su nivel cuando se realizaba este tratamiento. Por eso, pensó que los sonidos tenían un efecto sobre la motricidad", señaló.

En ese sentido, Dorochenko agregó que "empezó a investigar, en los años '90, y durante varios años desarrolló un sistema de reprogramación neuromotriz, que en su momento fue llamado Activa Concepts. Luego, vendió su invento a Bernard Gasquet, que era director de la selección francesa de tiro. Él me conocía, y me llamó adonde trabajaba en París, un edificio que era como el CAR de Chile. Me enseñó unos videos de personas, de antes y después de usar este método, y quedé impactado. Tener resultados en una sesión era impresionante, y le compré el 25% de su empresa. Me fui con una máquina a Valencia, y empecé a trabajar por mi cuenta, modifiqué un poco los protocolos igual. Eso fue en 2005, y en ese momento Gasquet no consiguió un inversor para hacer más grande el proyecto, pues había que pagar patentes y otros costos todos los años. Al final, la compró un dueño de laboratorios de homeopatía".

Sin embargo, ahí se produjo un cambio importante, según contó el entrenador y fisioterapeuta. "El método pasó de un enfoque solo deportivo a uno médico. Al final, estuve dos años (2016 y 2017) yendo por tres semanas a Lyon, y ahí desarrollé protocolos médicos que tenemos hoy para el parkinson, para la esclerosis múltiple y que se pueda mejorar, desde la actividad cerebral, los procesos de recuperación de lesiones de rodilla y estabilidad de tobillo, por ejemplo. En 2017, abrimos un centro de 400 metros cuadrados en Lyon, han entrado más inversionistas como Franck Riboud, que era dueño de Danone. Somos ahora unas 15 personas, y es una empresa".

Alo largo de su trayectoria, Dorochenko ha trabajado con figuras de la talla de Roger Federer, Carlos Moyá, Dinara Safina y Juan Carlos

Desarrollado por Paul Dorochenko, técnico, preparador físico y fisioterapeuta, permite tratar problemas físicos tras una lesión, sobre todo inhibiciones mentales, y mejorar la técnica de atletas de alto rendimiento, a través de un procedimiento donde el cerebro es fundamental.

Ferrero. Últimamente, con Allyane, ayudó a la recuperación de Ivan Rakić cuando sufrió una fractura de un dedo del pie.

"En este momento, tenemos dos enfoques: uno médico, para tratar a las personas que tienen retraso de motricidad, inhibiciones después de lesiones, neurología, y otro para el deporte de alto nivel, donde se cambia la motricidad de deportistas de elite para mejorar el rendimiento", indicó.

Cómo funciona

Dorochenko explicó la manera en que opera el sistema. "Se basa en sonidos de baja frecuencia. Cuando la persona tiene un defecto gestual, por ejemplo, una mala preparación de derecha en el tenis, o no dobla el codo, toma conciencia de eso. Lo grabamos, y luego lo conversamos con él mismo y su entrenador, y les decimos qué se debe cambiar. Una vez que sabemos lo que hay que modificar, la persona la ponemos fuera de la acción: si es nadadora, la sacamos de la piscina, si es futbolista le quitamos el balón, si es tenista lo mismo. Le quitamos lo que le puede estresar".

Al respecto, agregó que "vamos a una habitación, y la persona hará el gesto sin presión, intentando sentir lo mismo que al realizar el movimiento ya sea en el agua o con balón, y percibirá sus sensaciones propioceptivas. La propioceptividad es lo que percibe una persona cuando está haciendo un gesto: una tensión, relajamiento, trabajo muscular, sensación de facilidad. Cuando la persona lo hace a gusto, tiene una percepción con varios indicadores musculares o articulares. Luego, cierra los ojos y visualiza el gesto correcto, lo imagina. Y para el cerebro, imaginar es lo mismo que hacer, no hay diferencia: se activan las mismas áreas de la corteza cerebral que si lo hace de verdad".

Una vez que se avanza en este proceso, se obtienen resultados impresionantes en la mayoría de las oportunidades. "Cuando la persona es capaz de visualizar el nuevo gesto, la tumbamos en una camilla, le ponemos un casco (alphabox) que emite sonidos de baja frecuencia, que tienen dos papales: la hipovigilancia, modo alfa de

su cerebro, muy relajada, tranquila, respira profundamente; y por otro, activar las áreas de la motricidad. La persona imagina su defecto, por ejemplo, el codo doblado, va a cortar su brazo derecho. Cuando tiene esa imagen, enviamos un sonido asociado. Después, debe visualizar el nuevo gesto, con el brazo estirado, la tensión en el tríceps, por ejemplo, realizando el gesto correcto, y se manda otro sonido. Luego, cuando retiramos el casco, el cerebro fabrica lo siguiente, el nuevo gesto. Es una sesión, y casi

siempre es definitivo. Parece magia".

El fisioterapeuta agregó al respecto que "la sesión dura entre una y dos horas. Cuando cambias el revés de Federer puede ser media hora, pues es un tipo listo e imagina bien todo es más fácil(...) Hace un tiempo, trabajé con Iván Rakić, jugador del Barcelo-

na, que se había roto el quinto metatarsiano del pie izquierdo y después no pisaba igual. Con una sesión, volvió a correr, pisar y saltar normal. Depende de la calidad de visualización del deportista y de su habilidad mental para borrar un brazo y poner el nuevo gesto, por ejemplo".

Además, destaca la importancia de la práctica para lograr el mejor efecto. "Cuando haces un cambio técnico, ahorras mucho tiempo, pero la persona debe trabajar mucho para hacer un anclaje más profundo. Pero cuando tiene un sentido más de cuerpo, fisiológico, generalmente se queda. En Argentina hice un congreso de nadadores, su estilo principal era espalda, y tenía problemas en su brazo derecho. Durante siete años intentaron cambiar, incluso con hipnosis, y con Allyane lo cambió y nunca más tuvo el problema".

Borrar barreras

Cuando una persona, sea o no deportista de alto rendimiento, sufre una lesión complicada, más allá de tener el alta médica, en muchos casos cuesta volver a tener la misma confianza previa a la dolencia. Según Dorochenko, Allyane también ayuda en este tema.

"Cuando tienes una lesión, de forma inconsciente metes unas inhibiciones, protege la zona dañada. Por ejemplo, te lesionas el ligamento cruzado de una rodilla, y automáticamente fabricas un flexo (sic) para protegerla. El problema es que el cerebro sabe cómo proteger, pero no cómo levantar, sacar esto cuando se está recuperado. Aprender es fácil, desaprender (sic) es muy difícil. En el caso del Parkinson, es una enfermedad auto inmune, el cuerpo la sabe fabricar, pero no salir de eso. Por eso, cuando tienes una lesión de hombro, de rodilla o de otra zona, ponemos estas protecciones y es muy común que sea complicado levantarlas".

Por ello, aseguró que "lo bueno de Allyane es que va directo en tu mente, y si te lesionas de la rodilla derecha, pasamos la sensación que tiene la izquierda, que está sana, y engañamos al cerebro, así se fabrica el mismo gesto para la parte que está dañada o en recuperación. Ayuda en aspectos que a veces no puede la fisioterapia, levantando inhibiciones motrices".

¿Puede pasar que alguien se sienta bien tras la lesión y luego reaparezcan las molestias? "Normalmente, cuando una persona levanta una inhibición, no suele volver al estado inicial. Pero cuando haces un cambio de técnica, en un tenista por ejemplo, cualquier adquisición se puede perder. Si tienes una muy buena derecha por dos meses, luego la percibes menos, fallas más, pierdes confianza, y quieres volver a buscar la buena sensación. En deportes como el golf o tenis, se necesita un trabajo diario", dijo.

ILUSTRACIÓN: ANDRÉS OREÑA P.





FOTO: GENTILEZA PAUL DOROCHENKO

PAUL DOROCHENKO, en la imagen junto a Nicolás Massú, ya hizo capacitaciones en Chile.

También destacó que “en nuestras consultas, la gente llega con problemas motrices. Por ejemplo, hace poco vi a una mujer que se sentía fatal de la rodilla. Tiene miedo de apoyar, de estirar, y una vez que levantas estas inhibiciones todo vuelve a ser normal. No trato el dolor, sino la motricidad. Al tener un gesto correcto, desaparece el dolor”.

En ese sentido, comentó además que “cuando tienes una lesión es evidente que, si es muscular, debe cicatrizar, pero vamos a quitar el miedo que sigue después, el temor de lesionarse otra vez de lo mismo. Cuesta volver a correr, a saltar con normalidad. Le decimos al cerebro ‘esta pierna funciona normal’, y si se retoma la normalidad el riesgo de una nueva dolencia es mucho menor. Si tienes una lesión de rodilla, haces la rehabilitación y dentro de un plazo ya está bien, pero falta la sensación para frenar, saltar, correr de forma normal. Allyane te hace ganar mucho para esto”.

Dorochenko igual comentó que el Lyon de Francia y el Atlético de Madrid de España comenzarán a trabajar pronto con el sistema. “Los clubes empiezan a entender que se trabaja mejor teniendo a Allyane. La Federación francesa de tenis y de fútbol van a probarlo pronto, también hay interés del rugby. Es un proceso largo, pues aparece como algo casi mágico y eso genera dudas, incredulidad. Ahora estamos haciendo más estudios, más publicaciones”.

Está en Concepción

Dorochenko viaja por el mundo mostrando el sistema, y capacitando a personas que se interesen en aprenderlo. Así lo conoció Iván Franco, kinesiólogo penquista que este año asis-

tió a una actividad que el fisioterapeuta de origen argelino realizó en Santiago.

“Fue una búsqueda de harto tiempo. Habíamos hecho osteopatía, tenido contacto con profesores de España, de Italia, del extranjero básicamente. Había leído también ‘El ojo director’ de Dorochenko, sabía quién era, pues es un osteópata, kinesiólogo y coach deportivo famoso a nivel mundial. Me enteré que venía a Chile, y quise ir a conocerlo cuando estuvo en la Federación de Tenis. Ahí presentó este método, e hicimos el contacto pues volvería al país a capacitar”, contó.

Del proceso de aprendizaje, Franco detalló que “está dividido en dos procesos. Uno intensivo, de una semana en Santiago, donde se

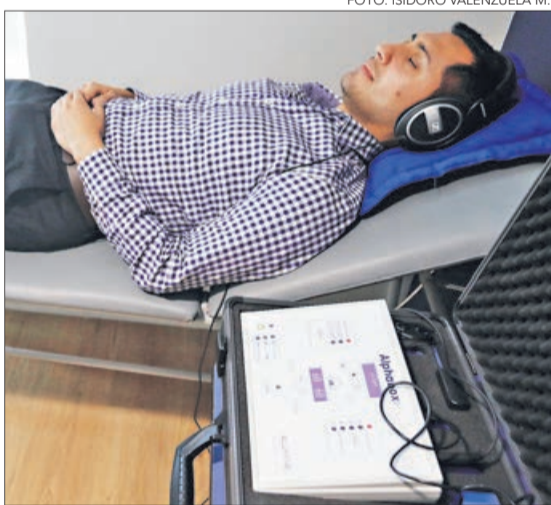


FOTO: ISIDORO VALENZUELA M.

EL SISTEMA tiene como elemento central *Alphabox*, método que trabaja a nivel cerebral con sonidos de baja frecuencia.



ILUSTRACIÓN: ANDRÉS OREÑA P.

1 sesión

Se necesita, en la mayoría de los casos, para tener resultados en este tratamiento.

muestra el sistema y se capacita en la parte técnica. Luego, en un periodo de dos meses, uno tiene que mostrar los avances que logra con el método. Ya estamos certificados, y ahora viene otra etapa que haremos el otro año, que es conocer el centro Allyane en Lyon, Francia, para ver toda la tecnología, qué podemos traer y capacitarnos en un deporte específico con Dorochenko”.

El kinesiólogo fue el primero en capacitarse a nivel nacional en el sistema, y junto a su socio Felipe Paredes dio vida a Isso Clinic Sport, proyecto que funciona desde este año en la Torre O'Higgins (O'Higgins 241, oficina 721).

“Mi vida profesional casi siempre se ha desarrollado desde el ‘boca a boca’, y en este momento tengo una cartera interesante de clientes, gracias a esto mismo. Y las personas que he tratado notan una diferencia importante de lo que venían entendiendo como tratamiento. Se trabaja con videos, con el alphabox y la parte final, que cambiamos el típico informe por la entrega de un video con los avances y las indicaciones del paciente”, comentó.

De cómo percibe los beneficios del sistema, aseguró que “está enfocado en dos cosas. Primero, tratar lesiones, en el área musculoesquelética, neurología, con avances importantes por ejemplo

en los pacientes que tienen accidentes cerebrovasculares. Permite en un corto tiempo lograr una recuperación de mucho mejor calidad que con los métodos tradicionales. Y segundo, en la parte del gesto deportivo permite dos cosas: mejorar la técnica, por ejemplo, si alguien que juega fútbol es derecho y nunca le pudo pegar con la otra pierna, ayuda a avanzar en eso en dos a tres sesiones, y en el plano de las lesiones analizar el gesto y cómo eso incide en alguna dolencia”.

Al respecto, agregó que “hay dos tipos de lesiones principalmente en el área musculoesquelética: están las agudas, que tienen procesos fisiológicos que siempre hay que respetar. En ese tiempo, sí podemos provocar algunos cambios que ayuden a mejorar la calidad de vida del paciente, como los tiempos de marcha. Y también las crónicas, donde es posible cambiar bastante, porque hay un mecanismo muy anómalo de movilidad que el sistema rápidamente puede normalizar, como artrosis de rodilla, de cadera o temas posturales. Ahí ayuda un montón”.

Sobre la proyección de Allyane, Franco señaló que “la primera prueba de fuego que tuvimos acá fue con el doctor Alberto Sánchez, neurólogo de la UdeC. Somos amigos, le conté y con mucha desconfianza vino a conocer el sistema, y quedó impresionado. Básicamente, el tratamiento es aplicar las neurociencias, y como centro isoclínico queremos dar un toque distinto a lo que se hace en el país y en Sudamérica, y enfocados en la neurociencia desde ahí queremos provocar rehabilitación. El hecho de mostrar tu mal gesto, de aplicar técnicas para corregirlos y mejorar la motricidad es lo que propone, y el sello que queremos dejar a nivel regional. Nos centramos en cómo funciona el cuerpo y desde ahí recuperarlo”.

Para quienes quieran conocer más en detalle el sistema, pueden agendar una sesión llamando al teléfono +56973301721.

Felipe Paredes, socio de Franco en Isso Clinic Sport, indicó que “invitamos a la gente a conocer este método, que es rápido, efectivo y entrega muchos beneficios a los pacientes. Es un trabajo personalizado, donde se le dedica una hora a un paciente de promedio, y puede ser para pacientes con patologías neurológicas y otros que simplemente quieren mejorar su rendimiento deportivo, del ámbito profesional o amateur”.



FOTO: ISIDORO VALENZUELA M.

IVÁN FRANCO (izquierda) es de los pocos kinesiólogos chilenos certificados en Allyane. Junto a Felipe Paredes (derecha) iniciaron este año un proyecto con el sistema.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

\$2.800.000
CASA 120 mts., 6 aguas con vigas a la vista
Precio Normal \$4.420.000

\$1.900.000
CASA 74 mts., 6 aguas con vigas a la vista
Precio Normal \$ 2.180.000

Quality Summit Award 2018

CASAS LOS ROBLES
construimos tu hogar

LLÁMENOS ☎ 22399 6550 - 22399 6592 📱 9 5859 7062 - 9 4441 9044 - 9 6120 6072

KM 471 PANAM. 5 NORTE CON 4 ESQUINAS - LA SERENA

PANAM. SUR KM 24 CALETERA J.ALESSANDRI 1501 - SAN BERNARDO

PANAMERICANA NORTE SUR KM 258 PONIENTE - TALCA




Medicamentos y estrés

Señor director:
El estrés crónico puede provocar insomnio, dolores musculares, dolor abdominal, taquicardia, entre otros efectos. El Ministerio de Salud (Minsal) señala que alrededor del 40% del ausentismo laboral es provocado por enfermedades mentales ocasionadas, muchas veces, a las condiciones de trabajo.

Según datos del Instituto de Salud Pública (ISP), se han incrementado en los últimos años en Chile las ventas de medicamentos utilizados para aliviar contracturas musculares como la ciclobenzaprina y los ansiolíticos como las benzodiazepinas. Se estima que al año se venden cerca de 4 millones de cajas, siendo el alprazolam, clonazepam y diazepam los más solicitados. Somos el cuarto país de Latinoamérica que más consume este tipo de fármacos, después de Venezuela, Uruguay y Argentina.

El estrés es un mecanismo de protección que si no se maneja adecuadamente

puede generar efectos muy nocivos, existen estrategias para controlarlo como hacer ejercicio, alimentarse adecuadamente, dormir bien, entre otros. Si estas medidas no son suficientes, se debe acudir a un especialista, pero nunca automedicarse, ni acceder a fármacos a través del mercado ilegal, ya que puede generar efectos muy dañinos en su salud.

Valeria Jorquera
Académica Escuela
Química y Farmacia U.
Andrés Bello

Energía solar en Chile

Señor director:
Recientemente estuve en Chile, y entre distintas actividades pude visitar plantas de energía solar. Al regresar a Praga (mi ciudad de origen) no tuve más remedio que encender completamente el aire acondicionado dadas las altas temperaturas.

En un verano tan caluroso tiendo a pensar que tal vez la energía fotovoltaica fue cancelada demasiado pronto en Europa. Tanta

luz y energía no tan solo se desperdicia en aire acondicionado, refrigeración y congelación, sino que también causa enormes pérdidas para la agricultura y la gestión del agua.

Pero Chile tiene una gran oportunidad. Los paneles solares que actualmente se instalan en varias plantas son un tercio más eficientes que los que inundaron la República Checa en 2010, cuando el auge solar alcanzó su punto máximo.

Esta eficiencia implica que el actual suministro de IMW proporcionado por una planta de energía solo necesita un área de 1.7 hectáreas, en comparación con las 2.5 hectáreas que se requerían hace ocho años.

Generar energía limpia, eficiente y al alcance de todos ya es una realidad, y la enseñanza de otros países en la materia es algo que Chile debiera aprovechar, para verse ampliamente beneficiado por las nuevas tecnologías.

Zdenek Sobotka
CEO y fundador
de Solek Group

Agenda Semanal

Fútbol

Primera División Masculina Fecha 26

- Universidad de Concepción vs Unión Española, viernes a las 20 horas, estadio Ester Roa
- Huachipato vs O'Higgins, sábado a las 20 horas, estadio Huachipato- CAP Acero

Primera División Femenina Fecha 17

- Universidad de Concepción vs Curicó, estadio Universidad de Concepción
- Fernández Vial vs Rangers, estadio Municipal de Boca Sur de San Pedro de la Paz

Primera B Masculina Fecha 29

- La Serena vs Ñublense, sábado a las 16.30 horas, estadio La Portada de La Serena

Tercera División B Liguilla ascenso Fecha 9

- Deportes Concepción vs Comunal Comunal Cabrero
- República Independiente de Hualqui vs Buenos Aires de Parral



Básquetbol

Liga Nacional de Básquetbol Primera División

Fecha 9
- CD AB Temuco vs Universidad de Concepción, sábado, gimnasio Olímpico Ufro

Fecha 10
- Universidad de Concepción vs CD AB Temuco, domingo, Casa del Deporte

Liga Nacional de Básquetbol Segunda División

Fecha 6
- Deportivo Alemán vs Stadio Italiano, domingo, gimnasio de Polideportivo del CDA

Corridas

Gran Corrida Aniversario 25 Ceat

- Competencia está programada para este domingo, desde las 10 horas. Organizada por Centro Educativo de Alta Tecnología para la Región del Bío Bío (Ceat), tendrá su punto de inicio en Los Acacios 1755 (Liceo Mauricio Hochschild de Ceat). Distancia única de 5K, inscripciones gratuitas en el sitio oficial. Más información en el correo avalenzuela@ceat.cl

Corrida 25 Años Colegios Almondale

- Programado para este domingo, tendrá su inicio a las 10 horas en el Parque Bicentenario de Concepción. Organizada por el Colegio Almondale, tendrá distancias de 2,5 y 10 kilómetros. Inscripciones gratuitas en el sitio www.almondale.cl. Más información en el correo ncarrasco@almondale.cl

Rugby

Top 8, torneo central Partido por la permanencia
- Old John's se medirá en Santiago frente al ganador del duelo entre Sporting de Viña con Old Reds

RADIO UDEC

Esta semana destacamos en nuestra programación

Libros al Aire. Un diálogo para acercarnos a la actualidad literaria, con entrevistas, reseñas y, como siempre, libros para nuestros auditores. Hoy, desde las 20.00 horas con la conducción de Priscila Ormeño, Amarilis Rojas y Eduardo Unda.

Ex Professo. Juan Cid, Juan López y Pablo Martínez presentan cada semana un espacio para dar a conocer el mundo de las humanidades y el arte. Miércoles, desde las 20.00 horas.

Conversando con la Historia. Un programa para la difusión del conocimiento histórico. Conducen los académicos Monserrat Fraile y José Manuel Ventura. Jueves, desde las 19.30 horas.

Radio Universidad de Concepción, 59 años innovando junto a los clásicos.

Síguenos en Facebook, Twitter e Instagram
www.radioudec.cl – 95.1 FM

Remate de Bienes Raíces por deuda de Contribuciones

El Servicio de Tesorerías en cumplimiento de sus funciones de cobranza y ante el no pago del impuesto Territorial correspondiente a las cuotas vencidas de los años 2017 y 2018 por parte de los contribuyentes que se indican, ha solicitado el remate de los inmuebles que se individualizan, el que se llevará a efecto en el Primer y Segundo Juzgado Civiles de Talcahuano, ubicados en Colón N° 1115, 4° y 5° piso, respectivamente, en los días y horas que a continuación se señalan. Segunda Publicación.



Bienes raíces de la comuna de Talcahuano, ante el 1° Juzgado Civil de Talcahuano, ubicado en Avda. Colón N° 1115, 4° piso Talcahuano, causa rol C-3206-2018, expediente administrativo rol N° 10397-2018 de Talcahuano, el día 07 de Noviembre de 2018, a las 12:00 horas.

Rol	Nombre	Ubicación	Tasación
189-00162-027	CARTES VALENZUELA LEONARDO	CASTELLON 32 40 TALCAHUANO	99.070.552
189-03657-007	BANCO SANTANDER CHILE	AMERICO VESPUCIO 795 TALCAHUANO	388.003.880
189-03657-012	SAINZ E HIJOS INVERSIONES LTDA	ALONSO DE OJEDA 215 TALCAHUANO	603.043.115
189-05310-054	FIDELLI ALMONACID JUAN HERALDO	AV J ALESSANDRI CALLE 2 LT 12 TALCAHUANO	58.731.124
189-07023-035	SOC PESQUERA ORION LIMITADA	PARCELA 3 LT 1 B FUNDO CARRIEL TALCAHUANO	205.188.984
189-07023-085	INVERSIONES Y RENTAS OHIO LTDA	HIJUELA 5 LOTE 5-C TALCAHUANO	958.438.000
189-07412-004	SOCIEDAD COMERCIAL E INDUSTRIAL TECNOLOGIAS DE APLICACION INDUSTRIAL Y CIA LIMITADA	GRAN BRETTANA 4479 TALCAHUANO	283.303.445

Bienes raíces de la comuna de Talcahuano, ante el 2° Juzgado Civil de Talcahuano, ubicado en Avda. Colón N° 1115, 5° piso Talcahuano, causa rol C-3213-2018, expediente administrativo rol N° 10208-2018 de Talcahuano, el día 24 de Octubre de 2018, a las 10:00 horas.

Rol	Nombre	Ubicación	Tasación
189-00164-019	CAMPOS DEOCARES ALICIA AURORA	SAN MARTIN 471 LT B TALCAHUANO	12.096.106
189-01540-001	JARA VENEGAS CLAUDIO RENE	GOMEZ CARRENO 3101 TALCAHUANO	48.931.058
189-01843-024	SERVICIOS E INVERSIONES CLUB LOMAS LIMITADA	JAIME REPULLO 3855 LT 23 TALCAHUANO	1.013.978.593
189-08005-009	VILLEGAS CAMPO HELLEN CATHERINN	CALLE 3 EQUIP 1 589 TALCAHUANO	18.740.309

Bienes raíces de la comuna de Talcahuano, ante el 1° Juzgado Civil de Talcahuano, ubicado en Avda. Colón N° 1115, 4° piso Talcahuano, causa rol C-3212-2018, expediente administrativo rol N° 10092-2018 de Hualpén, el día 24 de Octubre de 2018, a las 12:00 horas.

Rol	Nombre	Ubicación	Tasación
346-04850-040	REYES NAVARRO JORGE EDUARDO	IRLANDA 3693 HUALPEN	65.329.263
346-05309-123	INMOBILIARIA FERSA S.A.	ARTEAGA ALEMPARTE 8787 LT F 1-D 6 HUALPEN	143.043.698
346-07028-004	PEREIRA SOTO ANGEL GUILLERMO	AVDA LENGA 370 HUALPEN	50.520.490
346-07484-010	HERNANDEZ HULIN ANA MARIA	COSTANERA OCEANO PACIFICO LT 10 HUALPEN	1.221.488.148
346-07484-011	HERNANDEZ HULIN ANA MARIA	AV GRAN BRETTANA LT 35/N HUALPEN	121.585.916

Señor Contribuyente: Evite los inconvenientes propios de la morosidad. Cumpla oportunamente con sus obligaciones tributarias. Prefiera el pago a través de www.tesoreria.cl
Bases de Remate: Bases y antecedentes en Secretaría de los Juzgados Civiles respectivos, o en la Tesorería Provincial de Talcahuano, San Martín 151, Talcahuano.


Escolar y Universitario

Carlos Campos A.
carlos.campos@diarioconcepcion.cl



MARTIN ARAVENA, PIEZA CLAVE DE LA UBB

“Soy chico y flaco, pero el rugby es pura actitud y para mí es un estilo de vida”

Dicen que la práctica hace al maestro y aquello bien lo puede explicar Martín Aravena. Tiene 21 años, va en su tercer año de carrera en la UBB y con gran éxito representa a su universidad jugando rugby en Adesup.

Su técnico, Juan Pablo Beretta, por lo menos, lo alabó y comentó que “ha andado muy bien no solo este año, sino que también en la temporada pasada, al estar en una terna donde escogerían a los mejores del año. Es uno más del “clan Aravena”, tres hermanos muy destacados y conocidos en el rugby local”.

Y justamente el inicio de Martín Aravena en el rugby se explica por una tradición familiar que él mismo explica. “Comencé en esto, porque tengo dos hermanos mayores. El primero es Felipe, que tiene 30 años, y me llevó muy chico a jugar a un equipito de Mineros. Tenía solo cinco años y en ese tiempo éramos los cachorros. Después de eso, dejé de jugar rugby y volví a los 16 años”, comenta Aravena, que en la UBB estudia ingeniería civil en industria de la madera. “Me ha ido bien, voy en tercero y ya pasé todos los ramos de ciencias básicas y solo me van quedando los de carrera. Con una hora de estudio al día, siempre hay tiempo para todo”, agregó Martín, que vive en Lomas Coloradas.

Tradición familiar

Martín es el menor de sus tres hermanos, y no compite solo en Adesup. “Mi hermano mayor me trajo a Toros, donde debuté con 16 años siendo titular, pero por la mesa donde ven los carnets, me sacaron, ya que era menor de edad. Entré, pero a los cinco minutos ya estaba fuera”, recordó, sobre una anécdota que le permitió dar un salto en su corta carrera.

“Como Toros no tiene juveniles, me fui a jugar a Troncos, donde viajamos al Colegio Craighouse, jugamos torneos y ahí aprendí a jugar bien, tackleando y todo. Me formé en Toros y Troncos, luego me vine a la UBB casi a los 18 años”, agregó el deportista. Juan Pablo Beretta, su entrenador, señaló que “lleva tres años junto a nosotros y juega de centro o apertura. Lleva dos años realizando un impecable trabajo físico, ya que no es grande por contextura, pero ahora está muy fuerte y ágil”.

Martín confirmó aquello y al ser preguntado por lo mejor que tiene la tremenda campaña de la UBB,

Pertenece al “clan Aravena”, compuesto por tres hermanos que compiten hace años en el rugby local. Martín dio sus primeros pasos en aquel deporte con solo cinco años. Hoy, brilla en Adesup con la camiseta del puntero invicto.

que marcha puntera e invicto en Adesup, respondió sin dudar que “los entrenamientos, porque el año pasado, en diciembre, entramos a un box de crossfit, lo que no solo me sirvió a mí, sino que a todo el grupo lo potenció muchísimo”.

Su entrenador agregó que “eso lo ha ayudado mucho. Es el goleador del equipo en Adesup y uno de los mejores en Aruco, donde juega por Toros. Es titular indiscutido y no ha mejorado solo individualmente en cuanto a su destreza, sino que lo principal que ha potenciado es su agilidad y velocidad. Se ha notado mucho que entrena aparte en un box, preparándose mucho más de lo que ya entrena acá”.

¿Qué significa para Martín el practicar y competir junto a sus hermanos? No es algo frecuente ni que todos puedan contar. “Franco lleva seis años en la UBB y el más grande, Felipe, ya egresó, aunque igual jugamos en el club, donde mi otro hermano (Franco) ingresará el próximo año. Es entretenido y bueno estar compartiendo ahí con ellos, porque uno conoce las capacidades que tienen, hay más confianza en comunicarnos y eso es muy importante en la cancha. El juego así se hace más fácil”, dijo Aravena, que aunque a los cinco años tuvo su primer acercamiento con el rugby, expresó que “jugué fútbol, hándbol y básquet,

todos los deportes siempre me gustaron, pero me quedé con el rugby porque me gustó más. Cuando partí era tan chico, que ni siquiera después me acordé que había jugado, solo lo recordé cuando volví a practicar rugby a los 16 años”.

Este año sí

Prejuicio o no, para ser rugbista se cree que debes ser corpulento, al margen del buen estado físico que puedas tener. Martín destaca y es todo lo opuesto a lo mencionado anteriormente. “Hay que tener actitud y personalidad. Yo soy chico y flaquito, mido 1,70 metros y peso 75 kilos, pero en la cancha eso no es lo que importa. Hay que ser técnico, rápido y ágil, obviamente, pero todo te lo va dando el tiempo”, dijo él.

Y esa personalidad Martín busca plasmarla en un logro este año. Son tres las temporadas que lleva con su universidad, período donde las campañas han estado muy lejos de ser malas, pero no les han bastado para quedarse con el título. “Para mí el rugby es un estilo de vida y este año saldremos campeones. Antes estábamos de segundos, pero ahora vamos punteros e invictos. Este tiene que ser nuestro año”, señaló muy seguro y convencido. Martín no solo quiere gritar campeón por una satisfacción personal, sino que quiere dedicarle aquella victoria a sus hermanos. “Ellos me llevaron al rugby y me formaron en esto. Yo doy la cara por la UBB gracias a mi hermano mayor principalmente. Este año salimos campeones sí o sí”, cerró el deportista.

Son diez fechas de campeonato, ya han pasado seis y la UBB sigue más sólida que nunca. Martín no quiere que se les escape la copa de las manos otra vez y luchará hasta el final por ello.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl



FOTO: RAPHAEL SIERRA P.

Carlos Campos A.
carlos.campos@diarioconcepcion.cl

Fue por años una lucha más que reñida entre ambos. UdeCy UBB pelearon por la punta en los últimos tres torneos de rugby Adesup, pero la corona terminó siendo siempre auricelo.

Por como se ha dado hasta este momento el campeonato y, si no pasa nada raro, el título debería ser levantado por una nueva casa de estudios. "No es por falsa modestia, pero es el cuarto año consecutivo en que estamos peleando el primer lugar. Esta vez vamos punteros en exclusiva y no compartiendo la punta, como lo había sido en otras ocasiones. Van seis fechas y quedan cuatro aún, pero estamos invictos. He tenido la suerte de mantener a un gran grupo de jugadores en toda la temporada", valoró el entrenador del equipo de rugby de la U. del Bío-Bío, Juan Pablo Beretta.

El técnico del equipo que lidera la tabla de posiciones, asumió eso sí que "el rugby Adesup ha bajado el nivel, principalmente porque son varios los jugadores de UdeC que egresaron y ya no pueden jugar. Esa ha sido una importante razón por la cual ellos no han mantenido el ritmo que los tuvo ganando en los años anteriores. UdeC ya perdió tres partidos en esta temporada, lo que los aleja de toda posibilidad de pelear por el título".

Emilio Hormazábal es el DT del Campanil, elenco que se ubica en el cuarto lugar de la tabla. El técnico ratificó que "en esta temporada no nos interesan los resultados, ya que estamos pasando por una etapa de recambio, con muchos 'mechones' y otros nuevos, que recién se están integrando. Este año la idea es que nos afiatemos como grupo. Se ha dado un buen ambiente de mucha unión".

Sacando provecho

Tanto UdeC como UBB, tuvieron generaciones doradas que en los últimos años les permitieron ser animadores de intensos torneos. "Esta generación ha sido segunda

Adesup se tiñe azul mientras el Campanil brillaba en Fenaude

Universidad del Bío-Bío, dirigida por Juan Pablo Beretta sigue con campaña perfecta a nivel universitario, buscando a paso firme levantar un esquivo título. UdeC, de Emilio Hormazábal, terminó segunda en encuentro Fenaude, resultado histórico pese a caer en la final.



FOTOS: RAPHAEL SIERRA P.

TABLA DE POSICIONES	LUGAR	EQUIPO	PJ	PG	PP	PE	WO	GF	GC	DIF	PTOS
1		UBB	5	5	0	0	0	282	5	277	15
2		UNAB	5	4	1	0	0	141	78	63	13
3		UDLA	4	2	2	0	0	61	93	-32	8
4		UDEC	5	1	4	0	0	68	107	-39	7
5		DUOC UC	5	0	5	0	0	12	281	-269	5



tres años seguidos y, en un 80% es el mismo plantel. Además, fuimos dos veces segundos por diferencia de puntos, ya que UdeC anotó más tries. Nos ha afectado bastante aquello. Recién el año pasado la UdeC se coronó campeón después de ganarle a todos", lamentó el coach de la UBB.

"Efectivamente, aunque suene algo feo decirlo, ellos estuvieron cuatro años bajo nuestra sombra. Ahora están imparables y sólidos en el liderato, son un equipo que hace rato se conoce de memoria", dijo Emilio Hormazábal, sobre el gran momento que vive la U. del Bío-Bío.

En el Campanil saben bien lo que es partir desde cero en un proceso nuevo. "Nuestra etapa anterior fue muy exitosa y conseguimos varios títulos, pero todo partió en 2011 y 2012, donde al principio también fueron malos los resultados. Ahora se nos fue la generación completa y, por lo mismo, es más relevante que en este momento compartan y se conozcan. Los resultados ya van a llegar", agregó el coach de UdeC.

Favoritos, pero pensando

Van invictos con un juego muy sólido y, pese a que hay equipos que los acechan como la Unab, en la UBB hay

15

puntos

acumula la UBB en el torneo de rugby Adesup, donde ha ganado todo lo que ha jugado. El equipo de Beretta es el principal favorito para ser campeón.

confianza absoluta en levantar el título a fin de año. "Sin pecar de falsa modestia, nuestro nivel es superior al de ellos (Unab). El otro día perdieron y eso los dejó dos partidos abajo. Nosotros, en todo el año, no hemos perdido. Este año, mercedamente deberíamos ser campeones. Esta generación de alumnos quiere revancha, ya que casi todos son de 2015 o 2016 y han salido dos o tres veces segundos".

Eso sí, el entrenador del elenco que marcha puntero, ya proyecta lo que podrían ser los futuros torneos, anticipando que "seguramente en unos años más, si no ingresan alumnos nuevos que sostengan el nivel, tendremos un bajón por el año 2020 o 2021. Egresarán varios alumnos y debemos retroalimentarnos. Dependiendo de la carrera que estudien los chicos, podemos sostener al equipo a un nivel competitivo por lo menos cinco años.

¿Cuesta mucho el recambio? "Sí, porque no tienen información de un año para otro sobre quienes van a ingresar a la universidad. Además, no todos quienes juegan rugby en Aruco vienen a la UBB, ya que la gran mayoría va a la UdeC u otras universidades privadas. Quienes salen de colegios como Saint John's, The Wessex, Thomas Jefferson, Charles de Gaulle, muy pocos de esos alumnos y futuros jugadores vienen para acá. La mayoría va a la Unab, Udla, o USS, lugares donde les ofrecen beneficios o becas en los aranceles", analizó Beretta, quien disfruta el buen presente, pero no deja de preocuparse en relación al futuro.

Aún falta para definir al campeón y, pese al gran momento de la UBB, puede pasar cualquier cosa. Van jugadas seis fechas de un total de diez y recién en la semana del 19 al 24 del próximo mes se conocerá al flamante monarca de un torneo que ya tiene eliminado a Inacap por acumular dos W.O (walk over).

Histórico

Si bien el Campanil atraviesa por una etapa de recambio en Adesup, la realidad es distinta en Fenaude (Federación Nacional Universitaria de Deportes). Allí,

4

duelos ganó

el Campanil en el Fenaude disputado en Temuco, llegando a la final y obteniendo así su mejor resultado histórico en tal competencia.

Fecha 1	Fecha 2
UdeC 15-24 Unab	UBB 47-7 Inacap
Inacap 10-17 Udla	UdeC 14-19 Udla
UBB 87-0 Duoc UC	Unab 43-5 Duoc UC
Fecha 3	Fecha 4
Inacap 0-14 UdeC	UBB 36-0 Udla
Duoc UC 0-35 Udla	UdeC 29-7 Duoc UC
UBB 46-0 Unab	Unab 10-19 Inacap
Fecha 5	Fecha 6
Duoc UC 0-56 Inacap	UdeC 5-31 Unab
Udla 7-43 Unab	Inacap 0-14 Udla
UBB 26-5 UdeC	UBB 87-0 Duoc UC

el equipo que Emilio Hormazábal también dirige, cayó 24-0 en la final ante Unab.

“Fueron dos días de torneo con 12 universidades. De tres partidos ganamos dos y perdimos uno, lo que nos significó clasificar a la Copa de Oro”, comentó el coach de UdeC, sobre un campeonato que se jugó en modalidad seven. A diferencia del nivel Adesup, los partidos en Fenaude se disputan con plantales donde hay jugadores que los fines de semana compiten en clubes de Primera División, por lo que es todo mucho más exigente.

Una vez clasificados a la Copa de Oro que se disputó el jueves, el Campanil venció a la U. Católica de Valparaíso por 15-10. luego se impuso a la U. San Sebastián por un estrecho 12-7, clasificando a la final donde se inclinó 0-24 ante Unab. Los duelos en fase de grupos fue-

ron ante la U. de Antofagasta, U. del Maule y U. Católica, compromisos donde UdeC triunfó en los primeros dos, cayendo solo ante el cuadro de la capital.

“El balance es muy positivo. Lo más lejos que habíamos llegado, desde que empezamos a asistir en 2014, era tener una Copa de Plata, que corresponde a un sexto lugar. Haber terminado segundos sin duda es muy valorable, ya que en el plantel también hay chicos que compiten en Adesup, por lo que el roce es valioso para ellos. Antes de la final les mencioné que estar ahí ya era una victoria para nosotros, independiente del resultado. Este segundo lugar es notable”, cerró Emilio Hormazábal, coach del Campanil.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

Salud y Deporte

Actividad física e inclusión

Paulina Rodríguez Reyes
Directora Pedagogía en Educación Física
Universidad de Las Américas

Cuando hablamos de inclusión en el contexto escolar, hablamos de una nueva manera de mirar la escuela, donde inclusión y educación se conciben inseparablemente, no pueden considerarse de manera excluyentes.

Bajo esta concepción, la realidad escolar debe transitar a producir múltiples cambios, que van desde la adecuación de las instalaciones escolares hasta la mejora de las herramientas pedagógicas con que el docente trabaja la diversidad y multiculturalidad que se vive en el mundo globalizado de hoy.

En la actualidad, son muy pocos los establecimientos donde se vive la esencia del proceso enseñanza – aprendizaje bajo contextos verdaderamente inclusivos, donde todos los alumnos tengan el mismo derecho a acceder al currículum, con las mismas oportunidades y vivencias sociales. Lamen-

tablemente, no existe un panorama igualitario, donde todos tengan cabida independiente de sus particularidades sociales, étnicas, culturales, físicas y/o cognitivas.

La actividad física, especialmente la escolar, es parte importante de esta nueva mirada, de esta concepción que quiere incorporarse en el sistema. Es por ello, y conscientes de esta realidad en los establecimientos educa-

cionales de nuestro país y especialmente de la Región, que como carrera nos centramos en desarrollar un importante coloquio de inclusión y educación física, abordado desde la infancia, que recientemente se realizó como primera instancia de capacitación en esta línea.

El tema concentró el interés de expertos, académicos, profesores y futuros profesionales del área, que bajo el ejercicio de la refle-

Tener panorama bien detallado

Es importante que seamos capaces de identificar cuáles son las características que nos hacen distintos, conocer y respetar esas diferencias.

ción, situaron el momento y el estado en que se encuentra la inclusión en las clases de educación física en Chile.

Sin duda, uno de los principales y primeros pasos fue identificar las situaciones más frecuentes a las que el profesor de esta asignatura se enfrenta en su día y día, y compartimos desde la experiencia, algunas estrategias que han sido útiles y que han permitido ser más inclusivos.

En ese sentido, es muy importante ser capaces de identificar las características que nos hacen distintos, conocer y respetar esas diferencias, para finalmente atenderlas desde su particularidad, pero integradas bajo un mismo objetivo de aprendizaje.



Telefónica del Sur

PRESENTA

EXPADOGAME

EL EVENTO DE VIDEOJUEGOS MÁS GRANDE DEL SUR DE CHILE

26 | 27 | 28 OCTUBRE | 2018

SURACTIVO | CONCEPCIÓN

Diario Concepción ENTRADAS A TRAVÉS DE: **puntoticket.com** PRODUCE: **HUPE**



LORETO JIMÉNEZ,
Gabriel Urrutia y
Carolina Neira.

Lanzamiento Los Niños Corren 2018

En Plaza de la Independencia, se realizó el lanzamiento de la cuarta edición de la Los Niños Corren. La corrida se desarrollará el 2 de diciembre en el Parque Bicentenario, bajo el slogan "Por una vida más sana".



ANDREA SALDAÑA y
Constanza Concha.



LUCAS BETANZO,
Rodrigo Ponce,
Rubén Váldez y
Fabiola Palomino.

NOELLE ROUSSET
y Laura Vidal.



DOMINGO VEGA, Camila Bizama y Eskarlen Baeza.



ALEXANDER MORILLO y Rodrigo Madera.



CONSUELO SOTOMAYOR y Catalina Cabrera.



MAURICIO BREVE y Benjamín Pavon.



MAGDALENA DÍAZ y Alonso Oliver.



MOTORES '18

Nuevo Hyundai i20: Con espíritu WRC



Daniel Kuschel Díaz
dkuscheld@gmail.cl

Coincidentemente con la gran noticia que recibió Concepción de que, en mayo de 2019, recibirá una fecha del Campeonato Mundial de Rally (WRC por su sigla en inglés), la marca coreana Hyundai estrenó la semana pasada en el mercado nacional el nuevo i20, modelo con clara inspiración en el torneo mundialista.

Lo anterior, debido a que el nuevo diseño está inspirado directamente en el i20 WRC, auto que hoy lidera la clasificación de la temporada 2018 del Mundial de Rally, y que llega a Chile con un alto nivel de equipamiento, que incluye frenos ABS en todas sus versiones y hasta seis airbags, como algunas características de seguridad.

El i20 llegó para competir en el segmento B, en una versión urbana del modelo que hoy conduce el belga Thierry Neuville en el WRC, y que en Chile tiene cuatro versiones con dos motorizaciones disponibles, todas ellas bencineras.

La versión de entrada tiene una unidad de 1.2 litro con 82 HP y 115 Nm. de torque a 3.500 rpm, asociado a una caja manual de cinco velocidades. En tanto, las tres restantes poseen un motor de 1.4 litro con 99 HP y 133 Nm. de torque. Dependiendo de la versión, este puede ir asociado a una caja manual de seis marchas o a una automática de cuatro.

Sus dimensiones alcanzan los 3.958 mm de largo, 1.734 mm de ancho y 1.485 mm de alto. Su distancia entre ejes es de 2.570 mm, ofrecien-

do una capacidad de carga de 294 litros en su maletero, ampliable hasta 1.010 litros con asientos traseros abatidos.

Uno de sus puntos altos es el equipamiento. El All New i20 incluye desde su versión de entrada un kit eléctrico completo que incorpora alzacristales, espejos exteriores y cierre centralizado, junto con radio táctil de 7" con puerto USB, entrada AUX, comandos al volante y conectividad con Android Auto / Apple Car Play.

En las versiones más equipadas se añade aire acondicionado, apoyabrazos central delantero, guantera refrigerada, llantas de aleación de 16", llave plegable, neblineros, luz de mapa con guarda lentes y volante regulable en altura y profun-



FOTO: HYUNDAI CHILE

dididad, entre otras características.

En lo relativo a seguridad, incorpora en todas sus versiones doble airbag frontal, frenos de disco en las cuatro ruedas con ABS, control de frenado en curva (CBC), cierre automático de puertas en movimiento, anclaje para silla de niños y cámara de retroceso; además, las versiones Value suman seis airbags y

sensor de retroceso.

El nuevo Hyundai i20 estará disponible para el mercado nacional con precios que van desde los \$7.890.000 de la versión 1.2 MT SEL, hasta los \$10.990.000 de la 1.4 AT Value.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

27 | 23
OCT | HRS

FIESTA TRIBUTO A
the Police

La experiencia the police con... **DE COPS**

TARDES DEL RECUERDO
LOS VINILOS
28 OCTUBRE

FIESTA HALLOWEEN
31 OCTUBRE

BONO HALLOWEEN
10 MILLONES
31 OCTUBRE

MARINA CLUB
DISCOTHEQUE
marinadelsol.cl

31 OCT
23 HRS.

FIESTA
HALLOWEEN

REVIVAMOS LOS CLASICOS DEL TERROR

SOCIOS DISFRAZADOS GRATIS HASTA LAS 01 HRS.

MARINA CLUB
DISCOTHEQUE
marinadelsol.cl

EN CONCURSO "SELECCIÓN NACIONAL DE LA PYME" EN EL MARCO DE LA SEMANA DE LA PEQUEÑA Y MEDIANA EMPRESA.

Ministro Valente llama a empresas del Bío Bío a votar por participantes locales

Edgardo Mora Cerda
edgardo.mora@diarioconcepcion.cl

Un llamado a votar por los representantes locales que ya están participando en el concurso "Selección Nacional de la Pyme" realizó José Ramón Valente, ministro de Economía.

Lo anterior, en el marco de la promoción de la Semana de la Pyme que se llevará a cabo entre el 12 y 18 de noviembre próximos.

Cabe detallar que se entienden por Pyme aquellas empresas que declaran ventas anuales inferiores a 100.000 UF y/o que empleen menos de 200 trabajadores.

Según estadísticas del Servicio de Impuestos Internos, en Chile las Pymes superan las 920 mil, constituyendo el 99% del total de empresas formales existentes en el país. En cuanto a su contribución en empleo, actualmente son 67% de los ocupados los que trabajan en una empresa de menor tamaño.

- ¿Cuál es el objetivo del concurso "Selección Nacional de las Pymes"?

- El Gobierno del Presidente Piñera y nosotros desde el Ministerio de Economía desde el día uno hemos tenido especial preocupación por apoyar a las Pymes y el emprendimiento. Y como estamos llegando a fin de año la verdad es que queremos premiar a las mejores Pymes chilenas. No queremos elegir las nosotros sino que queremos que la gente vote y escoja a las mejores. Es una forma de celebrar el hecho de que hay un espíritu emprendedor muy grande en Chile entonces es una forma de celebrar a todas aquellas Pymes que les cuesta tanto durante todo el año mantenerse con vida, conseguir sus consumidores y manejar sus negocios y que ahora nosotros los podamos celebrar.

- ¿En qué consiste el concurso?

- Queremos hacer una Selección Nacional de Pymes, así lo hemos llamado y consiste



FOTO: RAPHAEL SIERRA P.

Pymes ganadoras obtendrán una cantidad importante de dinero para difusión de su negocio en televisión y en medios masivos de comunicación en Chile. Además, representarán a Chile en el encuentro Go Global en EE.UU.

en que las Pymes puedan subir videos cortos al sitio www.semanadelapyme.cl o a través del Ministerio de Economía en www.economia.gob.cl, donde los videos pueden subirse hasta el martes 23 y que expliquen que es su Pyme y las 11 Pymes que saquen mayor votación, serán elegidas como la Selección Nacional de Pymes y tendrán premios.

- ¿Qué ganan las Pymes?
- Los premios serán entregados por el Presidente de la

República el 12 de noviembre en el comienzo de la Semana de la Pyme el cual consiste en que la Pyme tendrá una cantidad importante de dinero para difusión de su negocio en televisión y en medios masivos de comunicación en Chile. Adicionalmente, la Selección Nacional de Pymes representará a Chile en un encuentro de Pymes en EE.UU. que se llama Go Global que está organizado ProChile, con Sercotec y Corfo donde

la idea es que estas Pymes no solo puedan quedarse en el mercado chileno, sino que además tengan la posibilidad de internacionalizarse y vender en otros países.

- ¿Cómo se escogerán los ganadores?

- Simplemente por votación, de hecho hoy existen cerca de 300 videos de Pymes y van más de 50 mil personas que ya han emitido su voto en la web y la Pyme que va ganando ya tiene 6 mil votos.

- ¿Qué importancia debe tener para las Pymes la internacionalización de sus bienes y servicios?

- En el fondo Chile es un mercado que a veces le queda pequeño a muchas empresas, incluso a las Pymes porque a lo mejor su mercado es muy específico con un producto cuyo grupo de consumidores es relativamente chico entonces el hecho que las Pymes se puedan internacionalizar les abre un mercado muy grande y hoy

día eso es factible gracias a las plataformas tecnológicas. De hecho, parte de lo que vamos a hacer en la Semana de la Pyme es la capacitación a muchas Pymes en plataformas tecnológicas, a través de un acuerdo que como Gobierno firmamos con la gente de Facebook, Google y con la gente de Amazon quienes estarán capacitando a las Pymes chilenas en la adopción de tecnologías y el uso de plataformas tecnológicas.

- ¿El concurso podría mejorar la imagen externa de las Pymes Chilenas?

- Básicamente, lo que buscamos es que muchas más empresas chilenas se entusiasmen a emprender, a seguir adelante y obviamente darle una oportunidad de crecimiento lo que probablemente les hubiera salido muy caro o imposible de obtener sin este concurso. Para una Pyme pagar un viaje a EE.UU. para promocionarse es una cosa muchas veces inalcanzable o pagar minutos de televisión para promocionarse también puede ser algo que esté fuera de su alcance financiero entonces, ese es el objetivo principal.

- ¿Qué mensaje daría a las Pymes de Bío Bío para motivarlas a votar?

- Que lo que queremos es que esto no sea un tema de Santiago y que el hecho que hoy día muchas Pymes puedan vender sus productos en plataformas digitales y que la conectividad nos hace más cercanos y la geografía influye menos implica que todas las Pymes de Chile, están en igualdad de condiciones para poder participar y ganar este concurso y bueno, los que sean de Concepción voten por sus Pymes de Bío Bío para que ojalá tengan una Pyme en la Selección Nacional, lo cual me encantaría.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
contacto@diarioconcepcion.cl

OBITUARIO



Comunicamos el sensible fallecimiento de nuestra querida madre, suegra, memé, abuelita Tina, doctora

MARIA CRISTINA STUARDO LUENGO (Q.E.P.D)

Su velatorio se realiza en la Parroquia San Agustín donde hoy lunes se oficiará una misa a las 13:30 hrs., donde luego saldrá el cortejo en dirección al Cementerio Parque del Recuerdo, Santiago.

Claudia Ascencio Luengo y Familia
Jorge Ascencio Luengo y Familia

Concepción, 22 de octubre de 2018



"Y limpiará toda lágrima de sus ojos y la muerte no será más, ni existirá ya más lamento, ni clamor, ni dolor. Las cosas anteriores han pasado" (Rev. 21.4). Se ha dormido en la paz del Señor nuestro querido y amado hijo, hermano, primo, tío, padre y amigo, Sr.

SERGIO CARLOS VASQUEZ ROSAS (Q.E.P.D)

Su velatorio se realiza en domicilio, Andrés Lama N°300, Pedro del Río y sus funerales se oficiarán hoy lunes, saliendo el cortejo a las 9:15 horas, en dirección al Cementerio General de Concepción.

Familias Vásquez Rosas y Vásquez Soto

Concepción, 22 de octubre de 2018.



Juntos en el amor y el recuerdo

La Paz
FUNERARIAS

B. Arana 1387, San Martín 1501, Concepción - Av. Colón 1210, Talcahuano.

Siempre estaremos con usted,
gracias al especial servicio. **223 48 25**

Entretención & Servicios

Santoral: Sara

EL TIEMPO

HOY **9/15**

MARTES 10/14 MIÉRCOLES 9/14 JUEVES 10/14

LOS ÁNGELES 7/17

RANCAGUA 8/25

TALCA 8/20

SANTIAGO 9/27

CHILLÁN 8/18

ANGOL 4/19

TEMUCO 3/17


P. MONTT 3/12

RADIACIÓN UV

RIESGO	TIME*	ÍNDICE
EXTREMO	10	11 o más
MUY ALTO	25	8 A 10
ALTO	30	6 A 7
MODERADO	45	3 A 5
BAJO	60 o más	0 A 2

*Tiempo Máximo recomendado de exposición (minutos).

PUZZLE



RIÑA	PURO AVERNO	SONSACAS	PESE REVUELTO	PONIENTE GRINGO	LA MUDA
JARABE					RAYA MORSE
SOLDADOS INFANTES					VOCAL DIEZ
FRIJOL PEQUEÑO		AQUEL SODIO	TIRA SIN AREA PELAR		
LENE	VALORE	UNA EN CAOS	RADAR OPINARIA		OSMIO COTORRA
			CANOA ENROQUE CORTO		FOSFORO SIGNO ZODIACAL
ERIZO MARINO			PROGRAMA LUNAR		
ATESORO			MOLESTIA A FAVOR		
PEREZOSO	2 DE 5 LAVAR		HOGUERA ALHELI		AZOE
FOGON		BINE X POR X			JENNIFER EDIRVA MIRARIAN PT RIRINI LA ATEOS
SUMA ESTACION POLICIAL		COPIA AZOE			OCTOPODO ASIT IIRASSSRO NABA AHENAN EMULACION NY YA ADMN TRADUCIR ELR OTA LIBERTAD EVISIONO
ULTRA-MONTANA		DIRIGIO LA ROJA VOCAL			

SUDOKUS

FÁCIL

			1	5			6
8				7	3	5	9
5	1	6		4		7	8
	3		7	8			2
		4	2			8	3
2	8		3	6		4	1
4		7	5		6	1	2
	2	1	8		7	6	
6	5		4				7

DIFÍCIL

1	7		4				
						2	8
3				2			5
							4
2				7	5		
7			1				8
8		3					
	1		8		9	6	
			6	4	5		

TELÉFONOS

Ambulancias:	131	Inf. Toxicológica:	2- 635 3800
Bomberos:	132	V. Intrafamiliar:	800 220040
Carabineros:	133	Delitos Sexuales:	565 74 25
Investigaciones:	134	Defensa Civil:	697 16 70
Fono Drogas:	135	Fono VTR:	600 800 9000
Inf. Carabineros:	139	Fono Essbío:	600 33 11000
Fono Familia:	149	Fono CGE:	600 -777 7777

FARMACIAS DE TURNO

CONCEPCIÓN

Salcobrand
• Barros Arana 458-472

SAN PEDRO

Salcobrand
• Michimalonco 1300

CHIGUAYANTE

Salcobrand
• Manuel Rodríguez 575

TALCAHUANO

Redfarma
• Las Amapolas 68, Los Cóndores



ARRIENDA TU CANCHA



/CD CAMPANIL UDEC

APROVECHA LAS SIGUIENTES PROMOCIONES

20% DESCUENTO
LUNES A VIERNES

50% DESCUENTO
SÁBADO, DOMINGO Y FESTIVOS

SOBRE PRECIO NORMAL
\$28.000 POR HORA

4 FORMAS DE ARRENDAR

- WEBAPP CDCAMPANILUDEC.CL
- DE FORMA PRESENCIAL CAMINO A PENCO KM 1.4
- RESERVA TELEFÓNICA 9 4027 7963
- WHATSAPP +56 9 4027 7963

3 FORMAS DE PAGO


 TARJETAS DÉBITO | CRÉDITO


 TRANSFERENCIA BANCARIA


 PAGO EN EFECTIVO

VÁLIDAS HASTA EL 31 DE OCTUBRE | 2018