

# El Socorro News

CLUB DE GOLF EL SOCORRO | Club de Golf El Socorro | @ElSocorroMVA | ElSocorroMVA

MANTENTE AL DÍA | DEPORTES | VIVE SALUDABLE | MONCLOVA HOY | TEAM KIDS SOCORRO | CULTURA EL SOCORRO | CLASIFICADOS

Horario	Temperatura	Condición
Hay	34° / 22°	☁
Mañana	37° / 20°	☁
Jueves	30° / 18°	☁
Viernes	28° / 16°	☁
Sábado	33° / 17°	☁
Domingo	38° / 20°	☁
Lunes	37° / 22°	☁
Martes	35° / 21°	☁
Miércoles	37° / 21°	☁
Jueves	33° / 22°	☁
Viernes	29° / 20°	☁
Sábado	35° / 22°	☁
Domingo	35° / 23°	☁
Lunes	35° / 25°	☁

## MANTENTE AL DÍA

### SIENTE EL TRIUNFO EN TU MANOS

### TORNEO FORD

— A GO GO 2021 —

8 Y 9 DE MAYO

CONVOCATORIA

El Comité de Golf del Club de Golf El Socorro A.C. se complace en invitar a todos sus asociados(as) clubes de la región a participar en su TORNEO FORD A GO GO 2021.

**BASES DEL TORNEO**

Podrán participar asociados(as), esposas e hijos(as) socios mayores de 16 años, que estén al corriente en el pago de sus cuotas y tengamos su hándicap registrado en la lista oficial del club; así como invitados de otros clubes, quienes deberán acreditar su hándicap con credencial de la FMG o en su caso con el Hándicap SFA.

El Hándicap que se utilizará para este torneo será el de Abril del 2021.

**SISTEMA DE JUEGO**

Se formarán equipos de 4 jugadores, sumando 55 de hándicap como mínimo. El equipo no podrá estar formado por dos jugadores de la categoría "A". Los jugadores de 60+ podrán salir de Tees Dorados y los de 70+ de Tees Verdes. Los Señores y Supers señores tienen que declarar que saldrán jugarán. Se jugarán 36 hoyas a GO-GO (18 el sábado y 18 el domingo).

A GO-GO MODIFICADO (Todos pagan en todas las salidas, habrá círculo de "dadas" en el green).

**INSCRIPCIONES: COSTO: \$1,000 Asociado, \$1,800 Invitado (POR JUGADOR)**

Estarán abiertas a partir de la publicación de esta convocatoria y CERRARÁN EL MIÉRCOLES 28 DE ABRIL LAS 18:00 HRS. o al completar los primeros 30 equipos con inscripciones pagadas. Deberá hacerse el pago correspondiente en las oficinas administrativas del club donde le entregarán un comprobante, el cual deberán entregar a Jaime Bernal para su registro. Sin este trámite no se admiten inscripciones.

Para los invitados fórmelos favor de solicitar informes a los teléfonos 866 633- 1374, 866 633 1369.

Habrán trofeos para los primeros tres lugares.

**PREMIOS ESPECIALES**

Se premiarán a los mejores Dyes en los días 27/11 y 6/15. Solo se puede ganar 1 O' vez por persona.

1º lugar \$5,000      4º lugar \$2,500  
2º lugar \$5,000      5º lugar \$1,500  
3º lugar \$4,500      6º lugar \$1,000

**HORARIOS Y SALIDAS**

Salidas por escopetazo y publicadas oportunamente en los tableros del club.

Para los jugadores fórmelos el campo estará abierto para practicar el día Jueves 6 o viernes 7 de mayo, siendo requisito indispensable que esté pagada su inscripción.

Para el desarrollo del Torneo se aplicarán las reglas de la FMG y las locales.

Durante los días del torneo el campo estará cerrado para los no participantes.

El Comité de Golf se reserva el derecho de hacer los cambios que juzguen necesarios para el buen desarrollo del torneo.

**DESEMPATES**

Se decidirán por el sistema 9, 6, 3, 1 tomando en cuenta los últimos 9 hoyos del Domingo, si persiste el empate se estarán tomando los últimos 6, los últimos 3, el último hoyo y si se persiste se jugará muerte súbita por tajeta (la del Domingo) empezando por el hoyo uno.

**GENERALIDADES**

Calculo el jueves 6 de mayo a partir de las 8:00 pm en la terraza del Club.

La entrega de trofeos se realizará en la Terraza de la Casa Club. NO HABRÁ CENA DE CLAUSURA. Los jugadores de los Dye "A" se podrán recoger en las oficinas del club a partir del martes 11 de mayo. Solo se puede ganar 1 O' vez por persona.

**COMITÉ DE GOLF**  
CLUB DE GOLF EL SOCORRO, A.C.

### CARRITOS DE GOLF EN RENTA

Reservaciones al teléfono: 8666 331 369

### LOS MEJORES INGREDIENTES

El auténtico secreto de nuestra cocina esta en las mejores materias primas que utilizamos, convirtiendo así los platillos en un delicioso resultado.

¡Disfrútalos en Restaurante El Socorro!

### APERTURA DE REGADERAS Y CASILLEROS

Sabemos la importancia de tu salud y la de tu familia, por ello mantenemos las más estrictas medidas de higiene para estas dos áreas, ayudamos a mantenerlas así por el bien de todos.

**ESPACIO SEGURO**

En Club de Golf El Socorro cuidamos de ti

## DEPORTES

### GOLF

#### Benítez cae ante José Toledo en desempate de Gira Profesional de Golf

En un final cardiaco, el guatemalteco José Toledo se llevó la victoria de la segunda etapa de la Gira de Golf Profesional que tuvo como escenario el Club Campestre de Puebla. El golfista centroamericano superó en dos hoyos de desempate al favorito local Juan Carlos Benítez. Ambos jugadores finalizaron su participación en la justa que repartió una bolsa de un millón 600 mil pesos con un acumulado de 204 golpes, 12 bajo par. "Le pido perdón a todo el público por no dejar ganar a su favorito", fueron las primeras palabras del campeón quien se hizo acreedor a un cheque de 265 mil pesos.

### TENIS

#### Berrettini conquista Belgrado tras batir en la final a Karatsev

El italiano Matteo Berrettini, segundo favorito, logró este domingo su primer título del año al vencer en Belgrado al ruso Aslan Karatsev, verdugo de Novak Djokovic en semifinales, por 6-1, 3-6 y 7-6(0).

El jugador transalpino, décimo del mundo, añadió el trofeo de Belgrado a los de Stuttgart y Budapest que consiguió en el 2019 y el de Gstaad un año antes. Es el cuarto título en el historial de Berrettini, que resistió a pesar de la reacción de Karatsev, que nunca se dio por vencido.

### NATAJÓN

#### Ganan mexicanas oro en Serie Mundial de Para Natación Lewisville 2021

La medallista de los Juegos Paralímpicos de Río 2016, Nely Miranda, y la campeona de Juegos Parapanamericanos Lima 2019, Vianney Trejo, conquistaron medallas de oro, mientras que Arnulfo Castorena y Juan José Gutiérrez, lograron de nueva cuenta el sitio de honor, esto en la segunda jornada de la Serie Mundial de Para Natación Lewisville 2021, que se realiza en Texas, Estados Unidos. De acuerdo a la Conade, en la final de 50 metros estilo libre S4-S3, México hizo el 1-2-3, gracias al campeón mundial de Londres 2019, José Arnulfo Castorena Vélez, categoría S4, quien logró el primer lugar, con un tiempo de 51.39.

### GYM

#### Plancha con press cerrado

Una nueva variante de isométricos. En este caso, y partiendo con los brazos estirados, se flexiona los codos uno a uno hasta que el punto de apoyo sean los antebrazos. Ozores aconseja "controlar la técnica para no golpear los codos al bajar, y empujar con los tríceps y el pectoral al extender".

## VIDA SALUDABLE

### SALUD

#### AGUA ALCALINA: LOS 5 PRINCIPALES BENEFICIOS

**Combate el reflujo ácido**  
El ácido clorhídrico que descompone los alimentos en nuestro estómago es muy ácido. Cuando el ácido del estómago salpica hacia arriba y hacia el esófago, se conoce como reflujo ácido. Las personas que sufren de reflujo ácido sienten una sensación de ardor.  
El agua alcalina es una gran solución para este problema. Actúa desactivando la enzima pepsina. Esto, a su vez, reduce la frecuencia del reflujo ácido.  
No obstante, demasiada basicidad y alcalinidad en el estómago no es buena. Su estómago necesita su acidez para combatir las bacterias y descomponer los alimentos.  
**Reduce la viscosidad de la sangre**  
La viscosidad de la sangre se describe como el grosor de su sangre. La sangre más fina y menos densa tiene más facilidad para circular. La sangre espesa y viscosa conduce a la deshidratación del cuerpo.  
Beber alcalino actúa para reducir la viscosidad de la sangre. Lo hace reduciendo el pH general de la sangre. Esto no solo permite que la sangre viaje más rápido, sino que reduce la tensión cardíaca. ¡El agua alcalina es excelente para beber inmediatamente después de un entrenamiento!  
**Agua alcalina, llena de minerales esenciales**  
Hay muchos tipos de aguas por ahí. Los más comunes son destilados, minerales y alcalinos. Todos se diferencian en su proceso de filtración y en lo que contienen.  
El agua alcalina no solo tiene un sabor superior, sino que también contiene la mayor cantidad de minerales. En agua destilada, aunque elimina muchas toxinas y sustancias químicas del agua, también la deja sin los muchos minerales que su cuerpo necesita. El agua mineral es agua de manantial que ha sido mejorada artificialmente. Las fábricas toman agua de manantial y le agregan más minerales. Algunos que tu cuerpo ni siquiera necesita. Esto le da un sabor extraño y no es tan refrescante como el agua alcalina. El agua alcalina es pura y obtiene sus minerales de las rocas y piedras que toca en el agua.

### Gourmet

RECETAS PARA ELABORAR EN CASA

#### JUGO PARA EL REFUERZO CEREBRAL

Mantener a nuestro cuerpo sano es esencial para tener calidad de vida. Prueba este jugo para el refuerzo cerebral y consiente a tu cuerpo día a día.

**INGREDIENTES**

- 1/2 tz de Espinaca picada
- 1/2 tz de Betabel en cubos
- 1 Manzana en cubos
- 2 Zanahorias en cubos
- 5 Almendras o nueces

**PROCEDIMIENTO**

AGREGA todos los ingredientes en una licuadora. LICUA durante 3 minutos o hasta que adquiera la consistencia deseada. TOMA a media mañana y tres veces a la semana para mejorar la memoria y potenciar la concentración.

**NOTAS**

El cerebro es el gran director de nuestro cuerpo que tiene relación directa con nuestra conducta, nuestras acciones, emociones y el correcto funcionamiento de la memoria.

Los beneficios de este delicioso jugo son:

Un magnifico revitalizador del sistema digestivo. Es un excelente ingrediente para limpiar, reconstruir y regenerar el tracto intestinal. Rico en Vitamina A, vitamina C, y Vitamina E.

Además si deseamos mantener el peso corporal por su bajo contenido calórico.

Ayuda a acelerar el metabolismo.

## MONCLOVA HOY

**Biblioteca Pape recomienda**

¿Has escrito un libro y deseas conocer los trámites para el registro de tu obra literaria o de investigación?

Te invitamos a descubrir el [portal oficial de Indautor](#), en donde encontrarás tutoriales y enlaces que esta dependencia ofrece para apoyar a los autores en nuestro país.

### ¡Festajemos a los reyes del hogar!

Por cada \$100 pesos de compra participa en la rifa de 5 bicicletas y 5 jerseys para niñ@ oficiales de Acereros de Monclova

participa en cualquiera de nuestras sucursales

### Maestro HELADERO

Servicio a domicilio  
TEL: 8661657397

## TEAM KIDS SOCORRO

### GELATINAS DE UNICORNIO

Estas lindas gelatinas son perfectas para una fiesta temática de unicornios. Son súper sencillas de hacer y lucen increíbles; todos tus invitados las amarán.

**Materiales:**

- Gelatina de coco
- Plantilla de cacao
- Pailitas
- Pegamento en barra
- Colorante en gel negro
- Pincel

1. Prepara la gelatina de coco siguiendo las instrucciones del empaque. Refrigera hasta cuajar por completo.
2. Descarga la plantilla, imprime y recorta.
3. Coloca un poco de pegamento en la barra, coloca el pailito en el centro y pega la otra parte de la corona.
4. Desmolda las gelatinas, pinta con el pincel y un poco de colorante los ojos.
5. Inserta las coronitas en la gelatina. Sirve.

### CULTURA EL SOCORRO

#### Los murales callejeros del artista visual brasileño Pablo Malafaia

Pablo es una de esas personas que no puede dejar de mirar a su alrededor y, de esa observación de la vida, brotan pinturas que plasma en muros y de manera casi orgánica.

Los pinturas de Pablo Malafaia tienen algo especial. Son de esas imágenes que no puedes dejar de mirar y que siempre que las ves te asombran, te emocionan.

Este artista pinta mujeres, casi siempre de niños y niñas con rasgos africanos. Se trata de unos retratos en blanco y negro que son atravesados o salpicados por manchas de colores colocados de manera deliberada por el artista. Unos retratos cuyos miradas, a veces tristes, otras desafiantes, no nos dejarán indiferentes.

MUSEO PAPE | BIBLIOTECA HAROLD E. PAPE | INDUSTRIAL ENDOR | Automotriz Monclova | FORD | PAPER & SUPPLIES | Grupo Industrial Monclova | San Miguel ACADEMIA DE TIEMPO | NATACIÓN EL SOCORRO | GYM EL SOCORRO