

CONEXIÓN GALERA



MAYO
2025



GOLF

05

CHISCO LAGARTO

CAMPEONATO INTERCLUBS CASTILLA Y LEÓN

**2ª JORNADA DEL CAMPEONATO PROMESAS
BENJAMIN Y ALEVIN**

SEGUNDA JORNADA DE LA XVI LIGA LADIES

OPEN SOCIAL PRIMAVERA

**MINI FANÁTIC DE
PÁDEL**

10

HOSTELERÍA

11

¿SABÍAS QUÉ?

13

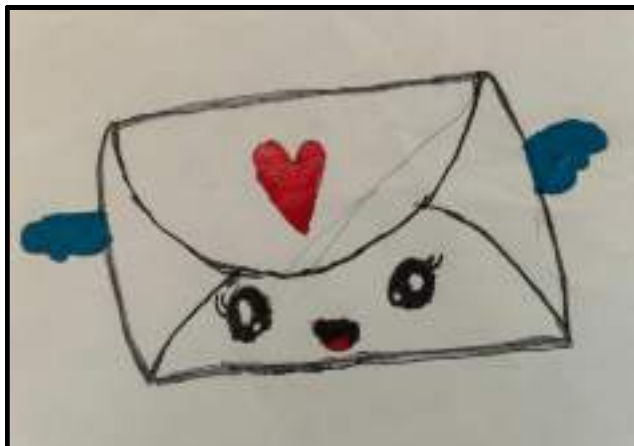
RECETAS

16

POSEÍA

21

PEQUEÑOS ARTISTAS



ALICIA RIBOT



ANA GONZÁLEZ



BRUNO GONZÁLEZ



DAVID FARRÁN



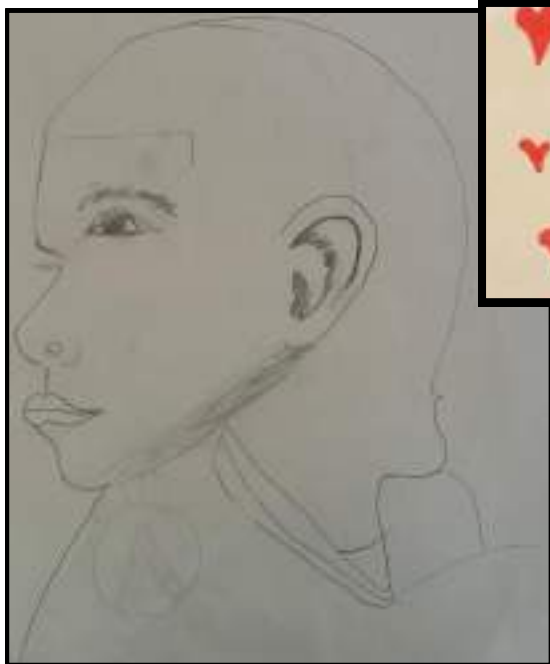
ISABEL ORTEGA



ISABEL ORTEGA



PEQUEÑOS ARTISTAS



LUIS GONZÁLEZ



ELENA FERRERAS



OLIVIA PÉREZ



JULIO HERRERO



SOFÍA FARRÁN



PILAR LÓPEZ



QUERIDO LECTOR

Han pasado ya cinco meses desde que comenzamos esta andadura y, sinceramente, la respuesta ha superado todas nuestras expectativas. Ver cómo seguís aquí, leyendo cada publicación, compartiendo vuestras opiniones y, lo más importante, aportando ideas frescas y valiosas, es el mayor motor que tenemos.

No es una frase hecha: Sin vuestra ayuda, esto simplemente no sería lo mismo. Vuestra participación ha transformado lo que era una iniciativa en algo vivo, dinámico y, sobre todo, mucho más enriquecedor para todos.

Esperamos, de corazón, que este espacio continúe creciendo y que, con el tiempo, se convierta en una pieza icónica de la historia de nuestro club, un testimonio de lo que podemos lograr cuando trabajamos juntos.

¡Gracias por ser parte fundamental de esto!



GOLF

CHISCO LAGARTO

¡Qué momento tan emocionante para todo el Club de Campo La Galera!

Tenemos el inmenso placer de compartir con todos ustedes una gran noticia directamente desde el Circuito de Profesionales de Madrid. Estamos profundamente orgullosos de la calidad y el talento que tenemos en casa.

Queremos extender nuestra más sincera y calurosa enhorabuena a nuestro querido profesor de golf, ¡Chisco Lagarto! que ha logrado un resultado absolutamente impresionante, consiguiendo una magnífica tercera posición con una vuelta espectacular de -4 en este prestigioso circuito.

Este logro no es solo un triunfo personal para Chisco, sino que representa un inmenso orgullo para toda la familia de La Galera. Su dedicación, su profesionalidad y su habilidad en el campo son un claro ejemplo a seguir para todos nuestros jugadores, desde los más pequeños que empiezan en la escuela hasta los más experimentados. Nos inspira a todos a esforzarnos y a amar este deporte con la misma pasión que él demuestra.

¡Felicidades, Chisco! Tu éxito es también nuestro éxito, y nos motiva a seguir creciendo juntos en el mundo del golf.

¡Estamos deseando verte de nuevo en nuestras instalaciones y celebrar contigo este fantástico resultado!



GOLF

RESULTADOS CAMPEONATO INTERCLUBS CASTILLA Y LEÓN

Nuestro equipo La Galera ha logrado una 6ª posición en la clasificación hándicap en el Campeonato Interclubs de Castilla y León, celebrado este pasado sábado 10 de mayo en Sotoverde Golf.

El club estuvo representado por un gran equipo compuesto por:

Carmen Garabito
Rodrigo Garabito
Covadonga López Millán
Carmen López Millán

Covadonga López Millán gana la 3 prueba de la Liguilla Alevín de FG CYL

¡Enhorabuena a nuestros representantes!



GOLF

SEGUNDA JORNADA DEL CAMPEONATO PROMESAS BENJAMÍN Y ALEVÍN HCP NO NACIONAL

RESULTADOS HANDICAP

POS	NOMBRE	TOT	STR	S	HCE	HGJ	R1	R2	R3	R4
1	COVADONGA LOPEZ MILLAN	20	-	F	54	18	20			
2	ALEJANDRA ECHARREN ELORRIAGA	19	30	F	54	18	19			
3	PALOMA DE NICOLAS PERAL	18	30	F	24.6	8	18			
4	CARMEN LOPEZ MILLAN	16	32	F	54	18	16			
5	NORA O'BRIEN ORTEGA	15	33	F	38.2	13	15			
6	CARMEN GARCIA ANAYA	15	33	F	54	18	15			
7	PEDRO GARRIDO MACHADO	14	-	M	38.8	10	14			
8	INES FRESNO BURGOA	14	34	F	30.5	10	14			
9	MIGUEL ALVAREZ VAZQUEZ	14	-	M	46.1	12	14			
10	SERGIO DE SEBASTIAN ARROYO	14	-	M	54	14	14			
11	ANA RODRIGUEZ GOMEZ	14	35	F	54	18	14			
12	RODRIGO GARABITO DE LAS HERAS	12	36	M	43.6	11	12			
13	OIER DE PRADO FERNANDEZ	12	-	M	54	14	12			
14	ALEJANDRA RODRIGUEZ GOMEZ	12	37	F	52.2	18	12			
15	JUAN NAVARRO MARTINEZ	11	-	M	33	8	11			
16	JULIO HERRERO AGUSTIN	10	-	M	54	14	10			
17	LUIS GONZALEZ BLANCO	5	44	M	54	14	5			
18	ENRIQUE CLERIGO GIL	4	-	M	26.5	6	4			
19	MATEO ALCALDE GARCIA	4	-	M	49.7	13	4			
20	PAULA PEDRAZA BESADA	2	-	F	54	18	2			



Covadonga López



Alejandra Echarren



Paloma de Nicolás



GOLF

SEGUNDA JORNADA DE LA XVI LIGA LADIES

RESULTADOS:

El pasado 20 de mayo, el Club de Campo La Galera acogió la segunda jornada de su tradicional Liga Ladies, que en esta edición es la número XVI.

El club ha destacado que la Liga Ladies XVI está transcurriendo con una gran participación de jugadoras y un excelente ambiente. Esto es habitual en este tipo de ligas femeninas que, además de la competición, suelen fomentar la camaradería y el disfrute del deporte.

RESULTADOS 1A HANDICAP

POS.	NOMBRE	TOT	STR.	S.	HCE	HQ	R1	R2	R3	R4
1	REYES ALCALDE MARTIN CALERO	41	97	F	20.3	38	41			
2	ERLEN RINAT DE CODES	48	70	P	17.7	20	38			
3	ALMUDENA HUERTA ALSARRAN	46	-	F	22.3	25	36			
4	VANESA PARRIL CASARES	46	72	F	23	29	36			
5	MACARENA MILLAN ADARO	45	73	F	0.7	11	35			
6	ANNE SINI JONCKER	45	73	F	21.5	25	35			
7	BERTA FRAU GOMEZ	44	-	F	16.3	18	34			
8	MARIA YOLANDA VALBUENA RODRIGO	43	73	F	7.7	8	33			
9	ELIENA POLVOROSA GOMEZ	41	-	F	21.4	24	31			
10	CECILIA MARTIN GUTIERREZ	39	-	F	22	35	29			
11	MONTSEPIAT MARTIN SANZ	38	-	F	17.8	20	28			
12	SILVIA MARTIN ARRANZ	38	-	F	17.7	20	28			
13	BLANCA LOPEZ GIMENEZ	38	-	F	17.4	20	28			
14	BEGONIA FERNANDEZ-LACULHOAT	35	83	F	20.4	21	25			
15	MARIA REYES MANTOCA GOMEZ-PALETTE	34	84	F	19.3	22	24			
16	AURORA LOPEZ-FRANCOS RUANO	33	-	F	13.8	16	22			
17	MARIA JOVE SOLIS YANEZ	32	-	F	21.1	25	22			
18	NEVES ALCALDE GARCIA	19	-	F	29.7	24	10			

RESULTADOS 2A HANDICAP

POS.	NOMBRE	TOT	STR.	S.	HCE	HQ	R1	R2	R3	R4
1	MR ANTONIA MARTIN GUERO DE LLANO	41	97	F	31.5	39	41			
2	ANA MACHADO HUBIA	40	99	F	32.3	37	40			
3	OLGA SOTO N PAGOAL	39	-	F	25.3	29	39			
4	ROSANA CUADRILLERO VEGAS	38	70	F	28.4	32	38			
5	SARA GARCIA MORETON	38	70	F	30.5	25	38			
6	PAULOMA SOTIL MARTIN	46	-	F	34.6	29	46			
7	MARIA EUGENIA SERRANO CHAMORRO	33	75	F	55.6	41	33			
8	LETICIA GARCIA URIBON	32	75	F	26.3	30	32			
9	MARIA JOSE PASQUAL FUENTE	30	78	F	25.7	29	30			
10	HENAR RODRIGUEZ GARCIA	30	-	F	35.8	41	30			
11	MERCEDES ROSALES LEON	29	-	F	35.2	40	29			
12	INES VILARINO FARRA	24	-	F	27	31	24			
13	LAURA BENAVIDES AGUIÑEZ	23	-	F	27.7	32	23			
14	PURIFICACION SEGAS GONZALEZ	21	-	F	26.6	30	21			
15	PIAR ARRANZ ESTEBAN	21	-	F	39.9	39	21			
16	ANDREA CRIBADO DEL REY SAEZ	19	-	F	30.3	35	19			
17	PIAR FERNANDEZ GARGO	19	-	F	20	20	19			
18	ANA TORANZO MORELLA	15	-	F	26.3	30	15			

RESULTADOS 3A HANDICAP

POS.	NOMBRE	TOT	STR.	S.	HCE	HQ	R1	R2	R3	R4
1	MR PEDRO MERINO ANDRES	34	-	F	37.4	43	34			
2	VERONICA MARTINEZ RODRIGUEZ	33	-	F	25.7	41	33			
3	MARIA SONIA ORTEGA GONZALEZ	32	-	F	37.5	43	32			
4	SARA BLANCO GARCIA	31	-	F	33.6	38	31			
5	CLA DE LAS HERAS ALONSO	30	-	F	36.4	42	30			
6	PIAR LOBO VALENTIN	28	87	F	30	41	28			
7	AMELIA PALACIOS PASTOR	27	-	F	37.3	43	27			
8	ISABEL RIBOT ALVAREZ	26	-	F	23.2	38	26			
9	SYLVE VACA SINI	26	-	F	36	41	26			
10	AURORA RUANO MORO	25	84	F	26.8	44	25			
11	PIAR OLMEDO OLMEDO	24	-	F	37.3	43	24			
12	ANA MARIA GARCIA-CASTAÑO GANDINO	20	-	F	37.4	43	20			
13	PIAR CABALLERO CONDE	19	-	F	30	41	19			

RESULTADOS SCRATCH

POS.	NOMBRE	TOT	STR.	S.	HCE	HQ	R1	R2	R3	R4
1	MACARENA MILLAN ADARO	25	84	F	8.7	11	25			
2	MARIA YOLANDA VALBUENA RODRIGO	26	84	F	7.2	8	26			
3	ERLEN RINAT DE CODES	29	90	F	17.7	20	29			
4	ALMUDENA HUERTA ALSARRAN	18	-	F	22.3	25	18			
5	BERTA FRAU GOMEZ	17	-	F	15.1	18	17			
6	REYES ALCALDE MARTIN CALERO	16	86	F	24.2	28	16			
7	OLGA SOTO N PAGOAL	13	-	F	25.3	29	13			
8	ANNE SINI JONCKER	13	98	F	21.5	25	13			
9	ROSANA CUADRILLERO VEGAS	12	100	F	28.4	32	12			
10	PAULOMA SOTIL MARTIN	12	-	F	24.6	29	12			
11	MONTSEPIAT MARTIN SANZ	12	-	F	17.8	20	12			
12	SILVIA MARTIN ARRANZ	12	-	F	17.7	20	12			
13	BLANCA LOPEZ GIMENEZ	12	-	F	17.4	20	12			
14	AURORA LOPEZ-FRANCOS RUANO	11	-	F	13.9	16	11			
15	ANA MACHADO HUBIA	10	106	F	32.8	37	10			
16	VANESA PARRIL CASARES	10	100	F	25	29	10			
17	CECILIA MARTIN GUTIERREZ	10	-	F	22	25	10			
18	ELIENA POLVOROSA GOMEZ	10	-	F	21.4	24	10			
19	MR ANTONIA MARTIN GUERO DE LLANO	9	108	F	41.4	36	9			
20	LETICIA GARCIA URIBON	8	108	F	29.5	30	8			
21	MARIA JOSE PASQUAL FUENTE	8	107	F	25.2	29	8			
22	SARA BLANCO GARCIA	7	-	F	33.6	38	7			
23	SARA GARCIA MORETON	7	106	F	30.9	25	7			
24	MARIA JOVE SOLIS YANEZ	7	-	F	21.1	25	7			
25	CLA DE LAS HERAS ALONSO	6	-	F	36.6	42	6			
26	INES VILARINO FARRA	6	-	F	27	31	6			
27	NEVES ALCALDE GARCIA	6	-	F	20.7	24	6			
28	MARIA REYES MANTOCA GOMEZ-PALETTE	6	106	F	19.3	22	6			
29	MARIA SONIA ORTEGA GONZALEZ	5	-	F	37.5	43	5			
30	HENAR RODRIGUEZ GARCIA	5	-	F	35.8	41	5			
31	MERCEDES ROSALES LEON	5	-	F	35.2	40	5			
32	BEGONIA FERNANDEZ-LACULHOAT	5	106	F	30.4	33	5			
33	MR PEDRO MERINO ANDRES	4	-	F	37.4	43	4			
34	PIAR OLMEDO OLMEDO	4	-	F	37.3	43	4			
35	VERONICA MARTINEZ RODRIGUEZ	4	-	F	35.7	41	4			
36	PIAR FERNANDEZ GARGO	4	-	F	30	38	4			
37	ISABEL RIBOT ALVAREZ	4	-	F	32.2	38	4			
38	ANDREA CRIBADO DEL REY SAEZ	4	-	F	30.3	35	4			
39	LAURA BENAVIDES AGUIÑEZ	4	-	F	27.7	32	4			
40	PIAR CABALLERO CONDE	3	-	F	36	41	3			
41	MARIA EUGENIA SERRANO CHAMORRO	3	116	F	26.8	31	3			
42	SYLVE VACA SINI	3	-	F	36	41	3			
43	PIAR ARRANZ ESTEBAN	3	-	F	30.3	35	3			
44	PURIFICACION SEGAS GONZALEZ	3	-	F	26.6	30	3			
45	AURORA RUANO MORO	2	138	F	34.8	44	2			
46	ANA MARIA GARCIA-CASTAÑO GANDINO	2	-	F	37.4	43	2			
47	AMELIA PALACIOS PASTOR	2	-	F	37.3	43	2			
48	PIAR LOBO VALENTIN	2	122	F	35	41	2			
49	ANA TORANZO MORELLA	0	-	F	26.2	30	0			



GOLF

OPEN SOCIAL PRIMAVERA

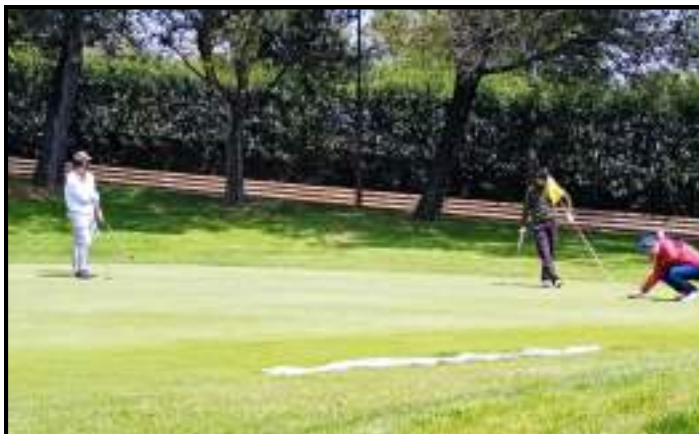
El Open Social Primavera de La Galera se celebró el pasado sábado 10 de mayo en el Club de Campo La Galera.

Este torneo es un evento destacado en el calendario del club y se caracteriza por su formato social, lo que significa que, además de la competición, busca fomentar la participación y el buen ambiente entre los golfistas.

Es un torneo abierto a jugadores y jugadoras con licencia de la Real Federación Española de Golf y un hándicap de 36.0 o inferior. El límite de participantes suele ser de 96, lo que indica una buena afluencia.

- Formato de Juego: Individual Stableford. Este formato es muy popular en torneos sociales porque permite que jugadores de diferentes niveles compitan de manera equitativa, ya que los puntos se ajustan al hándicap de cada uno.
- Horarios de Salida: Es muy probable que se utilizara el formato de salidas a tiro (shotgun) por la mañana (a las 9:00 AM) y, si la participación fue alta, también por la tarde (a las 2:00 PM), para agilizar el juego y que todos los participantes terminasen más o menos a la misma hora.
- Objetivo Social: Como su nombre indica, el "Social" enfatiza que, más allá de la competición, el objetivo principal es disfrutar de una jornada de golf, reencontrarse con otros socios y jugadores, y fomentar el ambiente de club. La entrega de premios suele ir acompañada de un aperitivo o comida para cerrar la jornada.

**EL OPEN SOCIAL
PRIMAVERA SE HA
CONVERTIDO EN UNA CITA
IMPORTANTE EN EL
CALENDARIO DE LA GALERA,
ATRAYENDO A MUCHOS
GOLFISTAS POR SU
CARÁCTER COMPETITIVO Y
A LA VEZ DISTENDIDO.**



**CONSULTA LOS RESULTADOS
ESCANEANDO EL CÓDIGO QR**



PÁDEL

MINI FANÁTIC DE ABRIL

Evento que se celebra el último sábado de cada mes, comenzando en diciembre y culminando con una gran final en junio. Esto proporciona una continuidad y permite a los pequeños mantener la práctica y la competición de forma regular.

¿Preparados para la gran final?



Detrás de cada pequeña gran jugada, de cada sonrisa y de cada aplauso, está la magia de nuestros profesores. Su entusiasmo les impulsa, su consistencia los guía, su infinita paciencia los define y su entrega es total. Son ellos quienes, con cada clase y cada "mini-fanátic", logran que nuestros jóvenes deportistas no solo aprendan y mejoren, sino que, sobre todo, vivan la alegría del pádel con una pasión contagiosa. Son el motor de su diversión.



HOSTELERÍA

DESCUBRE NUESTRA NUEVA CARTA

Este mes de mayo, en el Club de Campo La Galera estrenamos una carta renovada con propuestas que combinan el sabor de siempre con nuevas ideas para sorprenderte. Nuestro equipo de cocina ha preparado una selección de platos para el menú del día y el menú de fin de semana pensados para disfrutar en compañía, en un entorno único y al aire libre.

Desde opciones ligeras y frescas como el tartar de aguacate con atún rojo o las flores de alcachofa con jamón, hasta platos de cuchara y brasas como las carrilleras al vino tinto, el codillo asado o nuestros clásicos huevos rotos con guarnición personalizada.

Además, si buscas una experiencia más completa, puedes acompañar tu menú con alguna de nuestras sugerencias antes del menú: embutidos ibéricos, zamburiñas a la plancha o nuestra tabla de quesos.

Y para cerrar, nuestros postres caseros como la tarta de queso, el brownie con helado o la tarta aniversario, te dejarán con un dulce recuerdo de cada comida.

Reserva tu mesa en el 644 11 59 94 y déjate sorprender por el sabor de La Galera.



HOSTELERÍA

DELICIAS CULINARIAS Y AMISTAD EN EL GREEN

El pasado lunes 27, La Galera ha tenido una visita de lujo.

Es un honor haber recibido en nuestro campo a Manuel Vázquez, conocido cariñosamente como "Santi".

Un Maestro Culinario en Nuestra Casa.

Santi es un reputado chef de Cantabria que acaba de poner fin a una impresionante trayectoria de más de 20 años al frente de los fogones de "La Nogalea", uno de los restaurantes más prestigiosos de la región. Su jubilación marca el inicio de una nueva etapa, en la que, como él mismo dice, se dedica a lo segundo que mejor se le da: Ganar a sus amigos en el campo de golf.

Su visita a nuestro club no es una coincidencia. Recientemente, hemos tenido el placer de incorporar a nuestra carta uno de sus platos más emblemáticos y queridos. las deliciosas albóndigas de tudanca rellenas de queso sobre puré de patata trufado. Y para asegurar que este manjar se replique con la máxima fidelidad y sabor, Santi ha tenido la enorme generosidad de ofrecer sus valiosas recomendaciones a nuestro equipo de cocina.

¡Estamos inmensamente agradecidos por su visita y por compartir su sabiduría con nosotros! ¡Muchas gracias, Santi, por este gesto tan especial!

**SI QUIERES PROBAR LAS
ALBÓNDIGAS, RESERVA MESA
EN NUESTRO RESTAURANTE,
ESTÁN EN BUENÍSIMAS.**



¿SABÍAS QUE...?

COSAS QUE NO SABÍAS SOBRE EL NERVIIO VAGO

El nervio vago, también conocido como nervio craneal X, es uno de los nervios más importantes del cuerpo. Forma parte del sistema nervioso parasimpático y se encarga de muchas funciones automáticas vitales.

Funciones principales:

Controla funciones involuntarias como el ritmo cardíaco, la digestión y la respiración.

Transmite señales entre el cerebro y órganos como el corazón, los pulmones, el estómago, el hígado, los riñones y los intestinos.

También está involucrado en funciones como la deglución, el habla y el reflejo del vómito.

Activar el nervio vago ayuda a calmar el sistema nervioso y reducir el estrés. Aquí van formas naturales y sencillas de estimularlo:

1. Respiración profunda y lenta: Inhala por la nariz contando 4 segundos, exhala por la boca contando 6-8. Eso activa el sistema parasimpático.
2. Cantar, tararear o recitar en voz baja: Las vibraciones estimulan el nervio vago, especialmente en la garganta.
3. Exposición al frío: Salpicar agua fría en la cara o aplicar una toalla fría en el cuello puede activar el reflejo vagal.
4. Meditación y mindfulness: Enfocarte en el presente reduce la actividad simpática (de alerta) y potencia la parasimpática (de calma).
5. Masaje suave en el cuello o detrás de las orejas: Esa zona tiene ramificaciones del nervio vago.
6. Ejercicio moderado: Caminatas suaves o yoga ayudan a regularlo con el tiempo.
7. Conexión social segura: Hablar con alguien que te da calma también activa el vago.

**EL NERVIIO VAGO PRODUCE EL REFLEJO DE LA
TOS, LA DEGLUCIÓN O EL VÓMITO. ADemás,
TIENE GRAN IMPORTANCIA EN EL SISTEMA
DIGESTIVO, YA QUE COORDINA LOS
MOVIMIENTOS DE ESÓFAGO E INTESTINO, ASÍ
COMO, LOS ÓRGANOS VISCERALES.
INTERVINIENDO, TAMBIÉN, EN LA SENSACIÓN
GUSTATIVA E IDENTIFICACIÓN DE SABORES.**

¿SABÍAS QUE...?

COSAS QUE NO SABÍAS SOBRE EL NERVIOS VAGO

Rutina diaria para estimular el nervio vago:

1. Respiración diafragmática (3 min)

- Siéntate cómoda, espalda recta.
- Inhala profundo por la nariz en 4 segundos, sintiendo que se infla tu abdomen.
- Exhala por la boca lentamente durante 6-8 segundos.
- Repite durante 3 minutos.

2. Tarareo o canto suave (1-2 min)

- Tararea una melodía que te guste o simplemente di “mmmm” como si sintieras algo rico.
- Puedes cerrar los ojos y sentir la vibración en tu garganta
- Masaje (1 min)
- Con las yemas de los dedos, masajea suavemente detrás de tus orejas y a lo largo del cuello (a los lados de la tráquea).
- Hazlo con cariño, como si acariciaras a un animalito.

4. Agua fría (opcional, 30 seg)

- Lávate la cara con agua fría o coloca una toalla fría en el cuello.
- Respira normalmente mientras sientes el frescor.

5. Agradecimiento consciente (1 min)

- Piensa en una cosa por la que estés agradecida hoy, por pequeña que sea.
- Cierra los ojos y siéntela en el pecho, como si abrazaras ese momento.



COVADONGA LÓPEZ MILLÁN

EL TENIS VISTO DESDE LOS OJOS DE UNA NIÑA

El tenis es algo que me encanta, hago deporte y a la vez me lo paso genial.

Por su puesto que yo juego en La Galera.

Disponemos de 8 pistas de tenis.

Yo juego todos los miércoles con tres amigas más y Carlos es mi profesor. Carlos enseña muy bien y aprendemos mucho con él.

Otras muchas veces, entreno con mi padre y aprendo mucho con él.

En La Galera no solo hay tenis, hay muchas cosas más, como por ejemplo: Golf, pádel, fútbol, patinaje, ludoteca, parque infantil, frontón y a todo tú puedes jugar.



Gracias, Covadonga, por tu testimonio!

¡Qué alegría leer tus palabras! Nos llena de orgullo saber que el tenis en La Galera es para ti algo más que un deporte. Es una pasión, una fuente de diversión y una parte esencial de tu día a día. Tu entusiasmo es el mejor reflejo de lo que buscamos en nuestro club.

Nos encanta que aproveches nuestras 8 pistas de tenis y que disfrutes tanto de tus clases con Carlos. Nos unimos a tus palabras para reconocer su gran labor; profesores como él, con su dedicación y buena enseñanza, son el pilar fundamental para que aprendáis y os divirtáis tanto. Y qué decir de esos entrenamientos especiales con tu padre, ¡Esa es la esencia del deporte en familia!

Como bien dices, La Galera es mucho más que tenis. Es un espacio donde la diversión no tiene límites, con opciones para todos los gustos: Golf, pádel, fútbol, patinaje, nuestra ludoteca, el parque infantil y el frontón. Es un lugar donde todos pueden encontrar su actividad favorita y disfrutar.

Gracias por compartir tu experiencia con tanta sinceridad y cariño. Tu testimonio nos impulsa a seguir trabajando para que La Galera sea siempre ese lugar donde, como tú, todos los peques y sus familias se sientan como en casa y disfruten al máximo de cada momento.

¡Esperamos verte seguir disfrutando en las pistas y en todas nuestras instalaciones!

RECETAS

EL VERANO YA ESTÁ AQUÍ

¡El verano ya está aquí, y con él, el inconfundible y a menudo desafiante calor de Valladolid! Esos días en los que el sol aprieta y el termómetro sube sin tregua nos invitan a buscar refugio no solo en la sombra, sino también en el frescor de nuestros platos. Olvídate de los guisos contundentes y los sabores pesados. Ahora es el momento ideal para deleitarse con la ligereza y la vitalidad de la cocina estival.

Porque no hay nada más placentero que sentir cómo un plato fresco y vibrante nos revitaliza por dentro, disipando el bochorno y recargando nuestras energías para seguir disfrutando de las tardes vallisoletanas. Es la excusa perfecta para llenar nuestras mesas de colores, aromas y texturas que nos transportan a la brisa marina o a los huertos recién recolectados.

Pensando en esos días en los que el simple hecho de encender los fogones parece una tarea titánica, hemos seleccionado dos recetas que son sinónimo de alivio y delicia. Platos que se preparan con facilidad, que invitan a ser disfrutados fríos, y que, sobre todo, nos ofrecen una explosión de sabor sin la pesadez que el calor desaconseja. Prepara tu batidora y tu cortador, porque con estas propuestas, ¡Combatir el calor de Valladolid será un verdadero placer gastronómico!

GAZPACHO ANDALUZ TRADICIONAL: UN CLÁSICO ESPAÑOL, REFRESCANTE, NUTRITIVO Y LLENO DE SABOR.

Ingredientes:

- 1 kg de tomates bien maduros (pera o de rama son ideales)
- 1 pimiento verde italiano (pequeño)
- 1 pepino (mediano)
- 1/2 cebolla pequeña o 1/4 de cebolleta (opcional, si te gusta más suave)
- 1 diente de ajo pequeño (sin el germen central para que no repita)
- 50-70 ml de aceite de oliva virgen extra de buena calidad
- 20-30 ml de vinagre de Jerez (o vinagre de vino blanco, al gusto)
- 50-100 ml de agua fría (o más, según la textura deseada)
- Sal al gusto
- Opcional: 1 rebanada de pan del día anterior (remojado en agua) para espesar, si te gusta con más cuerpo.

Para la guarnición (picatostes o "picada"):

- Pimiento verde picado
- Pepino picado
- Tomate picado
- Cebolla picada (muy fina, si se usa)
- Picatostes de pan frito o tostado



Preparación:

1. Lavar y trocear los tomates, pimiento y pepino. Pelar el pepino. Añadir al vaso de la batidora.
2. Incorporar ajo y cebolla (si se usa).
3. Añadir pan remojado (opcional) y parte del agua.
4. Agregar aceite, vinagre y sal.
5. Triturar todo durante varios minutos hasta obtener una textura muy fina.
6. Colar (opcional pero recomendable) para eliminar pieles y semillas.
7. Rectificar de sal, vinagre o agua al gusto. Refrigerar al menos 2-3 horas.
8. Servir bien frío, acompañado de guarnición en cuencos separados.

RECETAS

EL VERANO YA ESTÁ AQUÍ

ENSALADA DE PASTA DE ATÚN Y VERDURAS FRESCAS. UNA COMIDA COMPLETA, FÁCIL DE PREPARAR CON ANTELACIÓN Y MUY VERSÁTIL.

Ingredientes:

- 250 g de pasta (macarrones, lacitos, caracolas, etc.)
- 2 latas de atún en aceite de oliva (escurrido)
- 100 g de maíz dulce en grano (escurrido)
- 100 g de guisantes cocidos (pueden ser congelados, cocerlos al dente)
- 1 pimiento rojo pequeño
- 1/2 pepino
- 1/4 de cebolleta tierna (o cebolla morada, muy fina)
- 6-8 tomates cherry
- Aceitunas negras sin hueso (al gusto, unas 10-12)
 - Para la vinagreta: 4 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
 - 2 cucharadas de vinagre de manzana o vinagre de vino blanco
 - Sal y pimienta negra recién molida al gusto
 - Opcional: 1 cucharadita de mostaza Dijon suave para emulsionar, perejil fresco picado.

Preparación:

- Cocer la pasta al dente en agua con sal, siguiendo las instrucciones del envase.
- Enfriarla pasándola por agua fría tras escurrirla. Dejarla bien escurrida y extendida para que no se pegue.
- Picar los vegetales: pimiento rojo, pepino, cebolleta o cebolla morada, tomates cherry y aceitunas.
- Montar la ensalada mezclando la pasta fría con atún, maíz, guisantes y los vegetales picados.
- Preparar la vinagreta con aceite de oliva, vinagre, sal, pimienta y opcionalmente mostaza o perejil.
- Aliñar bien la ensalada con la vinagreta.
- Refrigerar al menos 1-2 horas antes de servir para que se enfríe y se integren los sabores.



CONSEJOS ADICIONALES PARA AMBAS RECETAS:

PARA COMIDAS SENCILLAS Y FRESCAS, LA CALIDAD DE LOS INGREDIENTES ES CLAVE. USA TOMATES MADUROS, BUEN ACEITE DE OLIVA Y VERDURAS FRESCAS. ESTAS RECETAS MEJORAN SI SE PREPARAN CON ANTELACIÓN Y SE LES DA TIEMPO PARA ENFRIARSE BIEN EN LA NEVERA. AMBAS RECETAS SON MUY ADAPTABLES. PUEDES AÑADIR O QUITAR INGREDIENTES SEGÚN TUS PREFERENCIAS (POR EJEMPLO, HUEVO DURO AL GAZPACHO O AGUACATE A LA ENSALADA DE PASTA).

¡QUE DISFRUTES DE ESTAS COMIDAS REFRESCANTES PARA COMBATIR EL CALOR!

CONSEJOS ESPECIALES PARA NUESTROS AMIGOS DE CUATRO PATAS EN VERANO

Agua fresca y abundante siempre disponible:

- Imprescindible: Asegúrate de que siempre tengan acceso a agua limpia y fresca. Lo ideal es tener varios recipientes repartidos por la casa, especialmente si vives en una grande o con varias alturas.
- Cambio frecuente: Cambia el agua varias veces al día para que esté fresca y limpia.
- Hielos: Puedes añadir unos cubitos de hielo al agua para mantenerla más fría, especialmente en los días más calurosos. ¡A muchos les encanta!
- Fuentes de agua: Algunos gatos prefieren beber de fuentes de agua en movimiento, lo que también los mantiene más hidratados.



Zonas de sombra y frescor:

- Dentro de casa: Durante las horas centrales del día (aproximadamente de 12:00 a 18:00h), deben estar dentro de casa, en la zona más fresca. Cierra persianas o cortinas para evitar que el sol directo entre.
- Suelo frío: Anímales a tumbarse en suelos de baldosas o cerámica, que suelen ser más frescos.
- Camas refrescantes: Considera la compra de camas o alfombrillas refrigerantes (que no necesitan electricidad ni agua, solo se activan con el peso del animal).
- Habitaciones frescas: Si tienes aire acondicionado, asegúrate de que tengan acceso a una zona con temperatura agradable, pero sin que el aire les dé directamente. Un ventilador puede ayudar a mover el aire en una habitación, pero nunca lo dirijas directamente hacia ellos por mucho tiempo.

Evitar el ejercicio y paseos en horas de calor extremo (Especialmente perros):

- Paseos temprano y tarde: Saca a pasear a tu perro a primera hora de la mañana y a última de la tarde/noche, cuando el asfalto esté frío. ¡Importante! Pon la palma de tu mano sobre el asfalto, si no puedes aguantarla 5 segundos, es demasiado caliente para sus almohadillas.
- Evita el ejercicio intenso: Nada de correr o jugar a la pelota vigorosamente durante las horas de calor. Los perros pueden sufrir golpes de calor rápidamente.
- Gatos: Los gatos suelen ser más sabios y se quedan en casa durante el día. Si tienes un gato de exterior, asegúrate de que tiene acceso a una zona de sombra constante.

Higiene y cepillado:

- Cepillado frecuente: Un buen cepillado, especialmente en razas de pelo largo, ayuda a eliminar el pelo muerto y permite que su piel respire mejor, mejorando su ventilación.
- ¡No los rapas sin criterio! En muchas razas, el pelo actúa como aislante natural, protegiéndolos tanto del frío como del calor y de las quemaduras solares. Consulta con tu veterinario o peluquero profesional antes de rapar a tu mascota.
- Baños refrescantes (solo perros): Si a tu perro le gusta el agua, un baño rápido con agua fresca (no helada) puede ser muy refrescante. Asegúrate de secarlos bien después para evitar problemas de piel. Para los gatos, un paño húmedo puede ser suficiente.

CONSEJOS ESPECIALES PARA NUESTROS AMIGOS DE CUATRO PATAS EN VERANO

Atención a las señales de golpe de calor:

- Síntomas: Jadeo excesivo y muy rápido, dificultad para respirar, encías y lengua de color rojo brillante o azulado, babeo excesivo, debilidad, tambaleo, vómitos, diarrea, convulsiones o colapso.
- Actúa rápido: Si sospechas un golpe de calor, llévalo inmediatamente a la sombra, refréscalo con toallas húmedas (en cuello, axilas, ingles), ofrécele agua fresca (no helada) en pequeñas cantidades y acude de urgencia a tu veterinario.

Consideraciones especiales:

- Razas Braquicéfalas (nariz chata): Perros como bulldogs, pugs, bóxers o gatos persas tienen mayor riesgo de golpe de calor debido a sus vías respiratorias comprometidas. Extrema las precauciones con ellos.
- Animales mayores, crías o enfermos: Son más vulnerables al calor. Mantén una vigilancia extra.
- Ventilación en coches: ¡NUNCA dejes a tu mascota sola en el coche, ni siquiera con las ventanillas bajadas! La temperatura dentro de un coche sube de forma vertiginosa en pocos minutos, convirtiéndose en una trampa mortal.



SIGUIENDO ESTOS CONSEJOS, AYUDARÁS A TUS QUERIDOS PELUDOS a DISFRUTAR DE UN VERANO FRESCO, SEGURO Y FELIZ EN VALLADOLID.

¡ELLOS TE LO AGRADECERÁN CON TODO SU CARIÑO

POESÍA

DONDE LAS PALABRAS ENCUENTRAN SU RITMO

En el vasto y profundo universo de las letras hispanas, hay voces que resuenan con una fuerza y belleza inigualables, tejiendo versos que trascienden el tiempo y las fronteras. Nos adentramos hoy en la obra de un grupo de poetas cuyas palabras han marcado a generaciones, cada uno con un estilo y una visión del mundo que los hacen únicos.

Desde la lírica amorosa y la profunda melancolía que caracterizan la obra de Pablo Neruda, Premio Nobel chileno, capaz de hablarle al amor y a la naturaleza con una pasión desbordante, hasta la honda reflexión sobre el camino y la existencia de Antonio Machado, el insigne poeta español que nos invita a hacer camino al andar.

Nos maravillaremos con la sencillez y el compromiso de José Martí, el apóstol cubano cuya "rosa blanca" se ha convertido en símbolo de sinceridad y hermandad, y nos perderemos en los laberintos metafísicos y la búsqueda de la identidad que definen la poesía de Jorge Luis Borges, el genio argentino que convirtió el universo en una biblioteca.

Sentiremos la fuerza telúrica y la compasión universal de Gabriela Mistral, la primera mujer iberoamericana en recibir el Premio Nobel de Literatura, cuya voz resuena con la maternidad, el dolor y la tierra. Nos sumergiremos en la duende y el dramatismo de Federico García Lorca, el poeta granadino que pintó con palabras la esencia de lo jondo y lo trágico.

Descubriremos la ternura, el humor y la valentía en la poesía de Gloria Fuertes, la querida poeta madrileña que con su sencillez y su particular visión del mundo conquistó a niños y adultos por igual. Nos conmoverá la pasión y la resistencia de Miguel Hernández, el poeta cabrero de Orihuela, cuya obra es un grito de vida y libertad incluso en la adversidad.

Y, finalmente, cerraremos este recorrido con la cercanía y la cotidianidad cargada de sentido que nos ofrece Mario Benedetti, el maestro uruguayo que, con versos llenos de esperanza y realismo, nos invita a no rendirnos jamás.

Cada uno de ellos, con su pluma singular, ha enriquecido el alma de la poesía en español, dejándonos un legado de palabras que siguen vibrando en el corazón de quienes las leen.

A continuación, les dejamos algunos ejemplares de cada uno de ellos para que puedan adentrarse en su universo poético.



POESÍA

DONDE LAS PALABRAS ENCUENTRAN SU RITMO

"Me gustas cuando callas..." Pablo Neruda

*Me gustas cuando callas porque estás como ausente,
y me oyes desde lejos, y mi voz no te toca.
Parece que tus ojos se te hubieran volado
y parece que un beso te cerrara la boca.
Como todas las cosas están llenas de mi alma
emerges de las cosas, llena del alma mía.
Mariposa de sueño, te pareces a mi alma,
y te pareces a la palabra melancolía.
Me gustas cuando callas y estás como distante.
Y estás como quejándote, mariposa en arrullo.
Y me oyes desde lejos, y mi voz no te alcanza:
déjame que me calle con el silencio tuyo.
Déjame que te hable también con tu silencio
claro como una lámpara, simple como un anillo.
Eres como la noche, callada y constelada.
Tu silencio es de estrella, tan lejano y sencillo.
Me gustas cuando callas porque estás como ausente.
Distante y dolorosa como si hubieras muerto.
Una palabra entonces, una sonrisa bastan.
Y estoy alegre, alegre de que no sea cierto.*

"Si ves un monte de espumas..." José Martí

*Si ves un monte de espumas,
Es que el mar se agita y ruge.
Si ves un monte de espumas,
Es que el mar se agita y ruge.
Y un ave de pico rojo
En la cresta se sacude.
Si ves un monte de espumas,
Es que el mar se agita y ruge.
Si ves un monte de espumas,
Es que el mar se agita y ruge,
Y un ave de pico rojo
En la cresta se sacude.
Si ves un monte de espumas,
Es que el mar se agita y ruge.
Yo he visto el sol y la luna
Y no me he asombrado, no.
Yo he visto el sol y la luna
Y no me he asombrado, no.
Mas de verte a ti en el alma
El alma se me encendió.
Yo he visto el sol y la luna
Y no me he asombrado, no.*

"La Saeta" Antonio Machado

*¡Oh, la saeta, el cantar
al Cristo de los gitanos,
siempre con sangre en las manos,
siempre por desenclavar!
Cantar del pueblo gitano,
que es puro como la cal.
¡Oh, la saeta, el cantar
al Cristo de los gitanos,
siempre con sangre en las manos,
siempre por desenclavar!
Cantar del pueblo gitano,
que es puro como la cal.
¡Oh, la saeta, el cantar
al Cristo de los gitanos,
siempre con sangre en las manos,
siempre por desenclavar!
Cantar del pueblo gitano,
que es puro como la cal.
No es el cantar de quien reza,
ni el cantar de quien alaba,
sino el grito que se clava
en el pecho, como una espada.
El dolor del que no reza,
el dolor de quien no sabe
lo que dice, pero canta
con el alma que no tiene
más que el grito de la saeta*

"Identidad" Jorge Luis Borges

*A ti, que no conoces mi nombre
y que pasas frente a mí,
a ti te pregunto: ¿Quién soy?
¿Quién fui? ¿Quién seré?
Una voz en el desierto,
un eco en el mar,
una sombra en el camino,
un sueño fugaz.
No tengo patria ni casa,
ni memoria ni esperanza.
Soy el que va y no vuelve,
el que busca y no encuentra.
Soy el ayer que fue,
el hoy que no es,
el mañana que nunca será.*

POESÍA

DONDE LAS PALABRAS ENCUENTRAN SU RITMO

"Poema 20" (extracto) Gabriela Mistral

Puedo escribir los versos más tristes esta noche.
Escribir, por ejemplo: "La noche está estrellada,
y tiritan, azules, los astros, a lo lejos."
El viento de la noche gira en el cielo y canta.
Puedo escribir los versos más tristes esta noche.
Yo la quise, y a veces ella también me quiso.
En las noches como ésta la tuve entre mis brazos.
La besé tantas veces bajo el cielo infinito.
Ella me quiso, a veces yo también la quería.
Cómo no haber amado sus grandes ojos fijos.

"Cultivo una rosa blanca" José Martí

Cultivo una rosa blanca,
en julio como en enero,
para el amigo sincero
que me da su mano franca.
Y para el cruel que me arranca
el corazón con que vivo,
ni cardo ni ortiga cultivo:
cultivo una rosa blanca.

"Si la luna fuera de queso" Gloria Fuertes

Si la luna fuera de queso,
yo me bajaría a morderla.
Si el sol fuera de oro,
yo iría a fundirlo y venderlo.
Si las nubes fueran de azúcar,
¡qué dulces serían las lluvias!
Si las estrellas fueran bombones,
qué noche tan chocolatera.

"No te rindas" Mario Benedetti

No te rindas, aún estás a tiempo
de alcanzar y comenzar de nuevo,
aceptar tus sombras,
enterrar tus miedos,
liberar el lastre,
retomar el vuelo.
No te rindas que la vida es eso,
continuar el viaje,
perseguir tus sueños,
destrabar el tiempo,
correr los escombros,
y destapar el cielo.

"El sediento" Federico García Lorca

En el fondo del pozo
hay una niña
con una mano de agua
y otra de jazmines.
¡Ah, qué sed de agua!
¡Ah, qué sed de jazmines!
En el fondo del pozo
hay una niña
que está tejiendo su pelo
con hilos de araña.
¡Ah, qué sed de agua!
Ah, qué sed de jazmines!

"Caminante no hay camino" (de Proverbios y cantares) Antonio Machado

Caminante, son tus huellas
el camino y nada más;
caminante, no hay camino,
se hace camino al andar.
Al andar se hace camino,
y al volver la vista atrás
se ve la senda que nunca
se ha de volver a pisar.
Caminante no hay camino
sino estelas en la mar.

"Si he de morir..." Miguel Hernández

Si he de morir, que muera de una vez,
que muera ahora mismo,
si he de morir, que muera de una vez.
No me atormente la esperanza,
no me atormente la esperanza,
la de volver a verte, la de volver a verte.
Si he de morir, que muera de una vez.
No quiero ver el día,
no quiero ver el día,
que no me ilumine tu presencia.
No quiero ver el día,
que no me ilumine tu presencia.
Si he de morir, que muera de una vez.
Si he de morir, que muera de una vez.
Que mi alma se desprenda
de este cuerpo que sufre,
de este cuerpo que sufre.
Si he de morir, que muera de una vez.

PASATIEMPOS

**ESPACIO CREADO POR CARLOS CONCEJO,
IGNACIO ECHARREN Y CAMINO LÓPEZ**

HUMOR

¿Por qué los tomates se pintan?
Porque están en su salsa

¿Por qué las moscas son famosas?
Porque les aplaudimos cuando pasan.

¿Cuál es el colmo de un ladrón?
Que le roben el disfraz.

Si el mundo fuese un cubo,
¿Seríamos cubanos?

¿Cuál es el colmo de un electricista?
Que su mujer se llame Luz y que su
hijos le sigan la corriente.

¿Por qué los pájaros no usan Facebook?
Porque ya tienen Twitter.

¿Qué hace una vaca pensando?
Leche concentrada.

¿Qué hace una abeja en un gimnasio?
Zumba

¿Por qué Jaimito no fue a clase de Inglés?
Porque estaba inglesado.

¿Cuál es el colmo de un jardinero?
Que su mujer se llame Rosa y que
le deje plantado.

¿Cómo se dice pañuelo en japonés?
Saka-moko

¿Cómo se llama el campeón de escondidas?
No se sabe, aún no lo han encontrado.

¿Qué le dijo el cero al ocho?
¡Bonito cinturón!

¿Cómo se dice lluvia en chino?
Chin chin

¿Cuál es el colmo de un ladrón?
Llamarse Esteban Dido.

¿Qué es un pez en el cine?
Pues un mero espectador...

¿Qué le dice el mar a la ola?
¡(H)ola!

¿Cómo se dice fin en japonés?
Sakabó.



¿Por qué el maestro de música
necesita una escalera?
Para alcanzar las notas altas.

¿Qué le dijo la cuchara a la taza?
Nos vemos en el café.

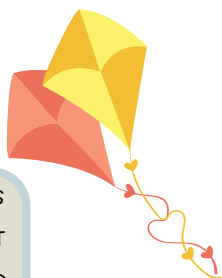
¿Qué le dijo la cuchara al plato?
Voy a La Boca y vuelvo.

¿Por qué los esqueletos no pueden ser detectives?
Porque no tienen huesos para investigar.

PASATIEMPOS

DESAFÍA TU INGENIO

COSAS DE NIÑOS



E M S B E B E T E R E S
F E E G N S A C L O S T
R N H L N W I H L E C D
T Z U P I E T U A T A G
E R O A F M E P N D R A
T N R Ñ M U O E T H P T
A A C A N D A T O D I E
L W A L B E H E I W N A
A O T E C I E N G I E R
R T B S B A B E R O S L
L E C H E N O C T U R S
R B J U G U E T E S A Y

bebé

gatear

teta

babero

chupete

pañales

escarpines

juguets



VEGETALES



ESPINACA	CHAUCHA
PIMIENTO	BERENJENA
PEPINO	ZANAHORIA
PALTA	LECHUGA
AJO	CEBOLLA
PAPA	BROCOLI

E X S E P I M I E N T O
F C A E S P I N A C A T
B E Z N N W A I P E R C
R B P A D P A P A A I H
O O L U N M E R O D D A
C L R E M A A E N O K U
O L K H C B H A T P R C
L A A O B H E O U E N H
I O J S C I U N R P S A
T T O E A C R G L I L I
E G C U P A L T A N A T
B E R E N J E N A O A Y

PASATIEMPOS

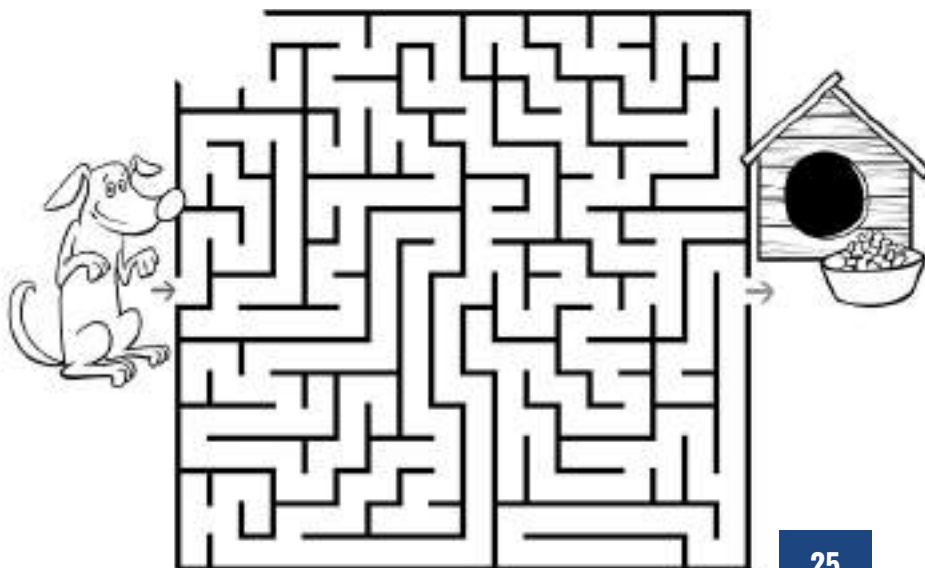
DESAFÍA TU INGENIO

LOS MESES DEL AÑO



MAYO	MARZO	SEPTIEMBRE	AGOSTO
JUNIO	ABRIL	DICIEMBRE	FEBRERO
JULIO	ENERO	NOVIEMBRE	OCTUBRE

EL LABERINTO



PASATIEMPOS

DESAFÍA TU INGENIO

SUDOKU # 01

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

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

SUDOKU # 02

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

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

UN PROYECTO DE TODOS

Y PARA TODOS

**¿QUÉ ES CONEXIÓN GALERA?
REVISTA MENSUAL DE LA GALERA.**

**¿A QUIEN VA DESTINADA?
A TODOS LOS PÚBLICOS.**

**¿QUIÉN PUEDE COLABORAR?
TODO AQUEL QUE TENGA ALGO QUE APORTAR.**

**¿CÓMO COLABORAR?
ENVIANDO UN EMAIL A : LUDOTECA@LAGALERA.NET**

Queremos que Conexión Galera siga creciendo y pueda llegar cada mes a todos nuestros socios, pero para hacerlo posible necesitamos de vuestra colaboración.

Si tienen un negocio o empresa y desean apoyar la continuidad de la revista, pueden hacerlo mediante una pequeña aportación que nos permitirá seguir imprimiendo ejemplares para el club. Como muestra de agradecimiento, su empresa o negocio aparecerá en nuestras páginas, dándole visibilidad entre los socios y amigos de La Galera.

Si desean más información o están interesados en colaborar, pueden contactar con nosotros en ludoteca@lagalera.net.

Juntos hacemos posible que Conexión Galera siga siendo una revista para todos.

¡Gracias por vuestro apoyo!

COLABORADORES

Alicia Ribot
Ana González
Bruno González
David Farrán
Isabel Ortega
Elena Ferreras
Luis González
Julio Herrero
Olivia Pérez



Pilar López
Sofía Farrán
Carlos Concejo
Ignacio Echarren
Camino López
Covadonga López
Chisco Lagarto
Óscar Hernández

Editora y maquetadora:
Mónica López



LA GALERA
CLUB DE CAMPO