

RCA EN CASA

Actividades durante la cuarentena



LA CARPINTERÍA CAPÍTULO III

Continúan la enseñanzas de Néstor, el carpintero. Esta vez veremos cómo prepara una madera para ser utilizada en la reparación de un bote.

El gramil, la increíble colección de cepillos, el chanfle, la contrabeta!

Ver el video:

<https://vimeo.com/432718718>

YOGA



Bienestar y equilibrio cuerpo-mente con Ana

ENTRENAMIENTO REMO



Pedro y Lorena nos entrenan para volver al remo

RITMOS LATINOS



Alegría y salud con las clases de Wilson

TODAS ACTIVIDADES EN VIVO! Conectate!

LOS TRABAJOS EN EL CLUB

Durante esta cuarentena, el club no duerme, el club se recicla, el club se mejora, para que cuando volvamos, esté más lindo y más amigable que nunca y también, se pueda cumplir con el protocolo de limpieza y desinfección obligatorio para la vuelta al club.

Los Marineros, bajo coordinación y control del Capitán , están llevando a cabo esta tarea, junto con Daniel y Pato el herrero.

Algunas reformas facilitarán el futuro cumplimiento del protocolo de limpieza y desinfección, como por ejemplo la pintura total del gimnasio, incluyendo el piso, el arreglo de filtraciones y la inclusión de una rejilla en el sector de los ergos para permitir el desagote durante las tareas de limpieza.

Otras mejoras en ejecución son:

Portones nuevos de los galpones de cancha (1; 2 y 3). Cambio de chapas del techo de cancha 6

Pintura exterior del vestuario de hombres.

Pintura exterior y cambio de maderas de decoración de los galpones de cancha (4; 5 y 6). Parrillas del quincho nuevas.

Gracias a los que se están ocupando de esta tan importante tarea!!

MANTENETE ACTIVO/ CON LEO Y ANDREA



VER LOS VIDEOS
[https://vimeo.com/
showcase/7154703](https://vimeo.com/showcase/7154703)

CINE, TEATRO, LITERATURA, ARTE ... PARA PASAR EL TIEMPO EN CASA



Olga nos recomienda estas películas: "*La sociedad literaria y del pastel de cáscara de papa de Guernsey*" y "*La trinchera infinita*".

También nos sugiere mirar los documentales de viajes de *Simon Reeve*, en You tube.

CINE.ar : todo el contenido audiovisual nacional: te hacés un usuario y listo:
<https://play.cine.ar/play.cine.ar>

XICLOS.COM : Es un sitio de películas de un cinéfilo que tiene muy buenas películas, que no suelen ser fáciles de encontrar. Es pago, pero muy accesible



Silvia Nocetti amablemente nos envió un cuento narrado por ella: [ESCUCHAR AQUÍ](#)



ENRIQUE SIGUE GANANDO

La primera Regata Virtual de Remo Indoor organizada por la Asociación de Clubes de Remo de Entre Ríos se desarrolló con éxito del viernes al domingo último.

La prueba, en conmemoración del noveno aniversario de la ACRER, contó con la participación de más de 150 deportistas no solamente de Argentina, sino también de España, Brasil, Paraguay, Uruguay y México. Enrique Peralta, representando a nuestro club, participó de la Regata Virtual, obteniendo el primer premio en su categoría y segundo puesto en la general!! Felicitaciones Enrique!

Vean los resultados aquí:

<https://app.box.com/s/t4ydm0tognchdpyrhcwh7bin783g8m>

SABIAS QUE.....

La regata de "Resistencia al Paraná" organizada por el RCA, conocida como "La Naon" (las primeras ediciones llegaban hasta ese recreo) se corrió durante 55 años consecutivos, desde 1930 hasta la última en 1984?

.... y que fue producto de una apuesta entre amigos del club, aceptando un grupo de ellos la apuesta de quién llegaba primero al Paraná de las Palmas?

.... el grupo que lanzó tal apuesta le otorgó como una muestra de benevolencia, 14 segundos de ventaja a su oponente?

.... y que el grupo desafiado ganó la regata?

.... posteriormente y dado el entusiasmo que despertó esta confrontación, la Comisión Directiva organizó esta regata haciéndola oficial a partir del siguiente año (1930)

.... la prensa en general tomó nota de esta regata acudiendo a su primera edición cronistas de diarios de Buenos Aires y Rosario?

.... su presencia se debía sobre todo a que deseaban comprobar los argumentos que vaticinaban que los remeros no aguantarían el ritmo de regata durante las 2 horas y media; cálculo aproximado de su duración

EL CLUB LO HACEMOS ENTRE TODOS

Te invitamos a acercarnos propuestas de actividades para compartir durante la cuarentena . Escribinos a rowingclubargentino@yahoo.com

