A.D. VILLA ROSA 1978

# VILLA ROSA NEWS

ABRIL, 2022 | Año 2 | Número 5 | EDICIÓN MADRID | **Precio: 0,00€**

# La temporada que viene será obligatoria la presencia de un entrenador titulado en los banquillos

*La RFFM informa que los equipos estarán obligados a disponer de entrenador titular diplomado al inicio de la temporada 2022-2023*

RFFM, **Madrid**

Como se ha informado en diferentes comunicaciones oficiales, la Real Federación Española de Fútbol (RFEF) está adherida al ambicioso 'Plan Estratégico' impulsado por la UEFA, y que implica la participación activa en el mismo de todas las federaciones territoriales, entre las que se encuentra la Real Federación de Fútbol de Madrid (RFFM).

Dentro de los compromisos adquiridos, está la obligatoriedad de que todos los equipos de las competiciones promovidas u organizadas por la RFEF o por las federaciones de ámbito territorial, como la propia RFFM, deban disponer de un entrenador titular diplomado al inicio de la competición, siendo de aplicación a partir de la temporada 2022/2023.

Para la consecución de dicho objetivo, desde la Escuela de Entrenadores de la RFFM, se lleva trabajando en la formación de técnicos en sus diferentes niveles para cumplir con la Convención de la UEFA sobre Titulaciones Técnicas según los siguientes criterios:

- UEFA C: Prebenjamin a Cadetes

- UEFA B: Juvenil y Regional

- UEFA A juvenil Nacional, Juvenil División de Honor, Tercera RFEF, Segunda RFEF y Segunda Femenina.

- UEFA PRO: Primera RFEF, Segunda A, Primera Femenina y Primera Masculina.

Además, se han recuperado los cursos de Técnicos Deportivos y Técnicos Deportivos Superiores en Fútbol con diferentes convenios, con la clara intención de conseguir el objetivo marcado en eI Plan.

Se ha considerado muy importante informar al fútbol de la Comunidad de Madrid sobre este objetivo que durante los dos ultimos años se ha ido recogiendo en las modificaciones reglamentarias con la clara intención que en los próximos meses todos vayamos adaptándonos a esta decisión tan importante y que desde la RFFM se seguirá avanzando para su consecución.

# Hidratación y nutrición en fútbol base en época de altas temporaturas

ANEFESCUELA.ES, **Web**

Es de fundamental importancia la hidratación del niño antes, durante y después de la realización de la actividad deportiva, pues las características ambientales de nuestra zona, como el calor intenso y la extremada humedad ambiental, exigen que los deportistas estén adecuadamente hidratados para prevenir un problema serio como la enfermedad por golpe de calor.

En una persona adulta de 70 kg de peso, el 57%, osea 39.9 kg está compuesto por agua; este porcentaje corporal de agua aumenta conforme disminuye la edad, así tenemos, por ejemplo, que el recién nacido tiene el 78% de su peso en agua, al año de edad el 60% y así sucesivamente. Por eso, si en el deportista adulto es importante la adecuada hidratación, en el niño lo es mucho más, ya que ésta es importante en la termorregulación corporal.

Es importante conocer algunas diferencias que hacen que los niños sean reguladores de calor menos eficientes que los adultos:

- La mayor proporción de agua corporal en relación al peso en el niño que en el adulto.

- El adulto suda menos y presenta menor excreción por cada glándula sudorípara que el niño.

- El niño tiene mayor área de superficie corporal, lo que propicia un mayor intercambio de calor entre la piel y el ambiente.

- El niño comienza a sudar al alcanzar temperaturas más altas que un adulto.

- A cualquier nivel de ejercicio, el niño produce mayor calor metabólico por kilogramo de peso que el adulto.

- El niño presenta menor expulsión de sangre por el corazón con cada latido.

- Menor riego sanguíneo a la piel, lo que interfiere con la convección del calor desde la parte central del cuerpo hacia la periferia en el niño.

En estudios practicados a deportistas adultos de alto nivel de competencia se ha comprobado que durante la actividad física se puede generar una temperatura rectal desde 38.5ºC hasta 40ºC al presentar estados de deshidratación del 3 al 5% del peso corporal, por lo que estas temperaturas corporales se pueden presentar en el niño que realiza deporte con estados de deshidratación aún menores y a esto agregamos que algunos entrenadores fomentan la restricción de agua durante los entrenamientos sin tomar en cuenta que la deshidratación provoca:

- Disminución de la capacidad de termorregulación corporal.

- Disminución en la capacidad del trabajo físico.

- Disminución de la fuerza muscular.

- Disminución de la sudoración.

- Agotamiento del glucógeno muscular, el cual sirve para proporcionar energía.

- Inestabilidad circulatoria por la disminución del agua corporal.

Además se ha comprobado que hay un efecto acumulativo de las pérdidas de líquidos en el rendimiento deportivo que no logran compensarse posteriormente aunque se restituyan los déficits de líquidos el día de la competencia.

Otros factores de riesgo para la producción de enfermedad por golpe de calor en el niño que realiza deporte además de la edad son:

1.- Falta de acondicionamiento y aclimatación. Es importante un período de aclimatación de 8 a 10 días cuando se va a competir de un clima templado o frío a un clima caluroso. Los cambios que hay durante la aclimatación son:

a) Aumento del flujo sanguíneo cutáneo.

b) Aumento de sudoración en forma más temprana.

c) Ampliación del volumen plasmático.

d) Mejor distribución del sudor sobre la superficie corporal.

e) Producción de sudor con menor cantidad de sales.

f) Disminuye la utilización del glucógeno muscular.

2.- Obesidad, ya que el niño obeso presenta:
a) Gasto cardiaco reducido.

b) Limitada distribución del flujo sanguíneo a la piel

c) Mayor elevación de la temperatura corporal que en personas delgadas.

d) Sudoración alterada por un menor número de glándulas sudoríparas en relación a la superficie corporal.

3.- Tomar medicamentos:

a) Antihistamínicos, usados también como antigripales, porque disminuyen la sudoración.

b) Hormona tiroidea o anfetaminas, pues incrementan la producción de calor.

4.- Enfermedades subyacentes que alteran los mecanismos termorreguladores, como:
a) Enfermedades febriles.
b) Enfermedades gastrointestinales.
c) Diabetes insípida.
d) Diabetes mellitus
.e) Insuficiencia cardiaca.
f) Desnutrición.
g) Anorexia Nerviosa.
h) Retraso mental

Por lo que todo niño enfermo o que esté ingiriendo medicamentos debe ser autorizado por su pediatra en el momento adecuado para reiniciar con su actividad deportiva habitual.

Los signos incipientes de la enfermedad por golpe de calor son:

a) Piloerección en tórax y brazos.
b) Escalofríos.
c) Dolor de cabeza.
d) Nauseas.
e) Sudoración excesiva.

Los signos de enfermedad por golpe de calor ya establecida en el niño incluyen:

a) Mareos.
b) Latidos cardiacos rápidos.
c) Fatiga muscular.
d) Inestabilidad.
e) Torpeza.
f) Apatía.
g) Alteración gradual del conocimiento.

Por lo que es preciso siempre evitar llegar a estos extremos con las siguientes medidas:

- No realizar actividades deportivas durante los horarios en donde el calor ambiental es más alto.

- Usar ropas apropiadas y de material absorbente, permitiendo la mayor cantidad de piel expuesta al ambiente para facilitar la evaporación del sudor.

- Hidratación adecuada previa al entrenamiento o competencia, de 15 a 30 minutos antes, con 150 a 200 ml de agua en niños menores de 40 kgs o con 250 a 350 ml niños mayores.

- Beber cantidades similares de agua fría cada 20 a 30 minutos durante la actividad deportiva.

- A los jóvenes que realizan competencia fuerte les ayuda mucho pesarse antes y después del entrenamiento o competencia, ya que por cada kilogramo de peso perdido se requiere beber un litro de agua.

- Recordar que aunque un niño no esté realizando actividad física, por el sólo hecho de estar sentado bajo los rayos del sol tiene aumento de temperatura y pérdida de líquidos por evaporación, así que se les debe tener en lugares sombreados.

En cuanto a la dieta de los niños que realizan deporte, debemos dejar claro que los niños están en una fase de crecimiento y desarrollo que les impone ingerir determinadas calorías por kilogramo de peso por día, a las que debemos incrementar las calorías que ameriten según el tipo de deporte que se realiza, para así evitar una baja de peso por la pérdida de grasa corporal y disminución de la masa magra que conduzca a estados de malnutrición.

Estas necesidades calóricas variarán según la edad, el sexo, así como el tipo de deporte y el tiempo en que se ejecute; aquí mencionaremos ejemplos de niños que ya actúan en entrenamientos y competiciones más intensas como los mayores de 12 años de edad. Estos niños no deberán recibir menos de 2000 calorías por día. En términos generales el niño deportista de 12 años debe recibir en promedio 60 calorías por kilo de peso y por día; de los 19 a los 24 años, 40 calorías, controlando que su nivel de crecimiento sea el adecuado, evaluando su desempeño escolar y su conducta, ya que de observarse alguna alteración en estos datos nos indicaría una probable ingesta calórica inadecuada, la cual deberá ser evaluada según las pérdidas energéticas que un deporte determinado exija; así por ejemplo, de acuerdo a la Enciclopedia Médico-Quirúrgica Francesa del año 1997, un joven de 70 kilos que practica baloncesto, gastará 9.66 calorías minuto de práctica. El ciclismo de competición en un joven de 70 kilos impondrá un gasto energético de 11.82 calorías por minuto. En carrera moderada se utilizan 9.45 calorías por minuto de práctica. En danza, una joven de 50 kilos gastará 8.4 calorías por minuto de práctica. En judo un joven de 60 kilos, 11.70 calorías por minuto de entrenamiento. En natación estilo libre, un joven de 60 kilos utilizará 9.72 calorías por minuto. En tenis, un joven con 60 kilos de peso gastará 6.54 calorías minuto de práctica.

En cuanto a la distribución de los alimentos hay que destacar que los carbohidratos deberán proporcionar un aporte energético del 55 al 60% del total de las calorías ingeridas, lo cual se logra con ingestas de carbohidratos de 10 gramos por kilo de peso y por día; la proporción de grasas se sitúa en el 30% del total del aporte energético diario; las necesidades de proteínas deben constituir del 12 al 15% del aporte energético total diario, esto es, ingerir de entre 1.2 hasta 1.8 gramos de proteínas por kilogramo de peso y por día. Se debe respetar una proporción de, al menos, el 50% de proteínas animales para asegurar un aporte suficiente de aminoácidos esenciales. En deportes tales como la halterofilia, lucha, fútbol americano y otros en donde el incremento de la masa muscular es importante para el desarrollo deportivo, pueden ser recomendables hasta 2 gramos por kilogramo de peso por día de proteínas y, de acuerdo a las clínicas pediátricas de Norteamérica del año de 1990, en estos deportistas la distribución calórica variará de la siguiente manera: carbohidratos, el 60%; grasas, del 15 al 20% y proteínas, del 15 al 20% de las calorías totales diarias.

En cuanto al reparto de los alimentos durante el día, el desayuno deberá contener el 25% de las calorías totales del día; la comida, 30%; la merienda, 25% y la cena el 20%.Hay que recordar que en los deportistas es muy frecuente la deficiencia de hierro, por lo que para mejorar la ingesta de hierro se recomienda acompañar con jugos de frutas (naranja, toronja, etc.) que aportan vitamina C, la ingestión de carnes rojas, ya que esta vitamina mejora la absorción de hierro. El adecuado aporte de vitaminas y minerales es proporcionado con la adecuada ingesta de frutas y verduras, de preferencia las que no necesitan cocinarse, las que sí necesitan cocinarse deben de ser cocidas al vapor y suspenderse la cocción al tornarse ligeramente blandas. Se debe evitar en lo posible la ingesta de “comida chatarra”, la automedicación de vitamínicos, sobre todo los compuestos de aminoácidos, ya que en éstos en particular presentan problemas tales como aumento de la grasa corporal, deshidratación, sobrecarga en el trabajo hepático y renal para eliminar el exceso de nitrógeno e incluso se ha reportado que pueden provocar nefritis intersticial.

Es muy importante ofrecer al deportista una dieta preparada higiénicamente, suficiente, equilibrada y adecuada. Ejemplo de una dieta de 2,500 calorías

*Sergio Gil. 2º Entrenador Cadete A y Benjamín A*

HOY CONOCEMOS A...

# Sergio Gil, segundo entrenador del Cadete A y Benjamín A

REDACCIÓN ADVR, **Place**

Hoy queremos acercaros a uno de nuestros entrenadores más jóvenes, Sergio Gil, segundo entrenador nuestro Cadete A y Benjamín A.

Que mejor forma de hacerlo que con una batería de preguntas a quemarropa. ¿Estás preparado Sergio?. Disparamos

**¿Qué valores consideras son importantes en el fútbol?**

Tener compañerismo entre todos.

**¿Estás dispuesto a transmitir estos valores en la formación de los niños, niñas y adolescentes?**

Si, para que desde pequeños ya aprendan a jugar en equipo y a tener compañerismo entre todos

**¿De qué manera intentas hacerlo?**

Dando ejemplo a los niños y teniendo la actitud adecuada para los niños.

**¿Qué señales te dan los niños, niñas y adolescentes de que estás haciendo bien tu trabajo de formación?**

Haciendo buenos entrenamientos para que los niños desde pequeños vean que les puede gustar el futbol

**¿Cómo mantienes la relación con los padres?**

Es una parte fundamental en la parte de formación para estar bien con su crecimiento.

**¿Qué errores consideras más comunes en la formación de los niños, niñas y adolescentes en el fútbol?**

Que los niños hay a veces que no les gustan los entrenamientos porque quieren jugar partidos

**¿Cómo podemos ayudar a los árbitros?**

Cuando tienen errores no decirles cosas ni meterse con ellos para que no se pongan nerviosos y no piten peor.

**¿Qué crees que es lo mejor del fútbol de formación?**

La pasión que tienen los niños por jugar al futbol y las ganas que tienen para venir a entrenar.

**Podrías recordar algún entrenador que te haya marcado en tu etapa como jugador en formación y ¿por qué este en especial?**

El que mas me marcó fue Paco porque fue mi primer entrenador y el que más me ayudó.

Muchas gracias Sergio por tu tiempo, estamos muy orgullosos de ti y, desde que eras jugador, te consideramos uno más de nosotros. Eres un claro ejemplo de amor a los colores y es súper interesante quer hayas desarrollado dos facetas distintas en nuestro club: la de jugador y la de entrenador.

**Sergio Gil**/ FOTO ADVR

ANUNCIATE AQUI

## Aficionado "A" 3 - 1 A.D. Henares D. IV

REDACCIÓN ADVR, **Madrid**

# Equipo ideal fútbol 11, abril de 2022

**Once Ideal de nuestros equipos de fútbol 11 del mes de abril.** / FOTO ADVR

Partido muy importante para los intereses de nuestro equipo , después del tropezón de la semana pasada , nuestros chicos querían volver rápidamente a la senda de las victorias para mantener intactas sus opciones de continuar la temporada 22-23 en la categoría de Primera Regional , el partido comenzó sin un claro dominador del encuentro pero se atisbaba que los jugadores del Henares estaban más cómodos sobre el césped de Villarosa y comenzaban a generar acciones de verdadero peligro fruto de esa sensación de superioridad en el minuto 20 a la salida de un córner Kaleem Nadim imponía su gran envergadura y adelantaba a su equipo en el marcador 0-1 resultado justo que hacia justicia hasta ese momento por lo demostrado sobre el terreno de juego , claro que esa acción hizo que los Villanos despertara y realmente fueran consciente de lo mucho que suponía que se pudieran escapar esta semana los puntos de nuestro feudo , podría ser definitivo para la moral del equipo

Así que manos a la obra, zafarrancho de combate, el equipo resurgió y en apenas 20 minutos consiguieron remontar el marcador adversos, con dos golazos el primero materializado por Pepe en una grandísima jugada colectiva y el segundo tanto anotado por Arnaiz después de un pase antológico de Fresneda que sirvió en bandeja para que Arnaiz se adelantara a la salida del Guardameta y situase un importantísimo 2-1 en el marcador, resultado con el que se llegaría al descanso.

Se reanudo el choque en su segunda parte con un cambio en el cuadro local García capitán de los Villanos lesionado en la última jugada de la primera parte , tenía que dejar su sitio a Marcos , el partido tuvo un claro dominador del encuentro en esta segunda parte que no fue otro que el equipo local los jugadores del Villarosa más tranquilos supieron controlar todos los aspectos del juego mejor en defensa y ataque , poco a poco esa tranquilidad se fue plasmando en un juego más vistoso y con bastantes ocasiones de poner más tierra de por medio y en el minuto 51 Víctor se encargaba de materializar un bonito gol superando al portero del Henares con una bonita vaselina el 3-1 era una realidad , la A.D. Henares se fue apagando poco a poco y apenas inquieto al equipo local que con un futbol control dejo trascurrir los minutos aprovechando para ir realizando los cambios y que el partido no cogiera en ningún momento un ritmo que pudiera poner en riesgo le importantísimo marcador conseguido y así el encuentro finalizo con Victoria Villana para el deleite de la parroquia local 3 puntos de Oro para seguir peleando hasta el final de la liga , eran 7 finales después de la derrota de la semana pasada y de momento 1 de 7.

Próximo destino Barajas

*Equipo Ideal de fútbol 7 de abril y crónicas Express*

MÁS FÚTBOL

# Equipo ideal fútbol 7, abril de 2022

**Once Ideal de nuestros equipos de fútbol 7 del mes de abril.** / FOTO ADVR

## Alameda de Osuna "B" 1 - 4 Juvenil "A"

REDACCIÓN ADVR, **Madrid**

Partido muy importante para ambos equipos, el Alameda de Osuna para certificar su salvación y el Villa Rosa para seguir luchando por la misma.

El partido empieza con ocasiones para ambos equipos, pero es el Villa Rosa el que golpea primero con un gol de su delantero Iván. El Villa Rosa sigue teniendo oportunidades, pero es en una falta inexistente en la que el Alameda Osuna marca gol de falta directa.

El equipo visitante se sobrepone al empate e inmediatamente marca el 1-2 en una jugada trenzada por medio de Dani. El Villa Rosa sigue atacando y en una contra el lateral derecho Pascual marca el 1-3 con el que nos iremos al descanso.

Primera parte dominada totalmente por Villa Rosa en el que la Alameda de Osuna tuvo sus oportunidades en balones largos al delantero. la segunda parte empieza con oportunidades para ambos equipos, el Villa Rosa sale un poco nervioso, pero pronto se meterá en el partido. Alameda Osuna tiene un par de oportunidades pero que no transforma y es el Villa Rosa en una falta el que consigue el 1-4 definitiva obra de Peinado, y el resto del partido oportunidades para ambos equipos, pero ninguna clara.

Partido para el Villa Rosa que con esta victoria se mete en la lucha por la salvación.

## S.A.D. Ocio y Deporte Canal "A" 2 - 3 Cadete "B"

REDACCIÓN ADVR, **Madrid**

Este fin de semana nuestro Cadete B se impuso por 2-3 al tercer clasificado y selló matemáticamente su ascenso a Preferente.

El partido arrancó de la peor manera posible ya que el equipo rival se puso por delante en el marcador nada más empezar en una desafortunada jugada para nuestra defensa.

Lejos de arrugarse, los nuestros demostraron el carácter y combatividad que los han llevado al lugar en el que se encuentran e impusieron su juego. Por mediación de Saputelli llegaron las tablas al marcador.

Las ocasiones se sucedían, pero el gol no terminaba de llegar hasta que Marcos enganchó una volea espectacular que hizo que nuestro equipo llegase por delante en el marcador al descanso.

La segunda parte siguió el guion esperado y el equipo rival comenzó a presionar aún más en busca del empate. Los nuestros siguieron a lo suyo hasta que en una formidable jugada al espacio Alejo puso tierra de por medio con el 1-3.

Los últimos minutos fueron de infarto ya que el equipo rival se volcó por completo y consiguió marcar el 2-3. Una gran demostración de resistencia defensiva hizo que los nuestros consiguiesen mantener el resultado hasta el final.

Un gran aplauso para este grupo que viene realizando una temporada espectacular y firma el ascenso con cuatro jornadas por delante en el que se presume será un gran sprint final por el título liguero contra los vecinos del Sporting de Hortaleza con los que vamos empatados a puntos.

Vamos Villa Rosa!!!

## Prebenjamín "B" 7-1 Colegio San Agustín "C"

REDACCIÓN ADVR, **Madrid**

El partido arranco de manera favorable para el A.D. Villa Rosa que dio el pistoletazo de salida en la Ciudad Real Madrid con un gol tempranero de Alejandro Torres, posteriormente David Popescu hacia el 2-0 en el marcador. El equipo local siguió intentándolo y casi llegado al descanso Samuel hacia el 3-0, pero tras un error de la defensa local el equipo rival metía el 3-1 con el que llegábamos al descanso.

Tras el descanso el delantero azulón volvió a ver puerta y marcaba el 4-1 en el marcador y se apuntaba un doblete en su cuenta particular.

Gran victoria del equipo que le sirve para seguir mejorando y trabajando con ilusión semana a semana.

## Águilas de Moratalaz 0-2 Benjamín "C"

REDACCIÓN ADVR, **Madrid**

Nuestros chicos del Benjamín C se enfrentaron al Águilas de Moratalaz para buscar su decimonovena victoria consecutiva y seguir luchando por el ascenso.

El partido se puso de cara para nuestros chicos ya que, gracias a Pablo Guijarro y Aitor González, nos pusimos ganando 0-2 en el minuto 3. El partido transcurrió como cualquier otro, presión alta buscando el error en defensa rival y transiciones rápidas. Sin embargo, por muchas llegadas que tuvimos, no era nuestro día de suerte, pero aun así, no dejamos de intentarlo.

El partido finalizó 0-2. Resultado positivo, pero sensaciones un poco negativas comparado con otros partidos. Con este resultado seguimos primeros de liga quedando ya solo tres partidos, tres finales.

*Cuestionario-Matón*

ENTREVISTAS CANTERA

# Bienvenidos a nuestro “cuestionario-matón” del mes de abril

## Esta es la batería de preguntas que este mes hemos hecho a alguno de nuestros jugadores

REDACCIÓN ADVR, **Madrid**

Hemos querido poner en un aprieto amistoso a alguno de nuestros jugadores, y hemos preparado una batería de preguntas para que ellos nos pudiera dar su particular visión. Esto es lo que les hemos preguntado:

1. ¿Con qué edad empezaste a jugar al fútbol? ¿Y a formar parte de algún equipo?
2. ¿Crees que el fútbol es un deporte difícil?
3. ¿Sueles jugar al fútbol en tu tiempo libre o únicamente cuando entrenas o juegas algún partido
4. ¿Qué posición desempeñas dentro de tu equipo?
5. ¿Existe compañerismo y buen ambiente entre los jugadores de tu equipo?
6. ¿Podrías nombrarnos al mejor entrenador que has tenido?
7. ¿Qué días entrenáis?
8. Además de jugar al fútbol, ¿practicas otro deporte?
9. ¿Cómo te sientes cuando ganáis algún partido?
10. ¿Sueles dedicar los goles que marcas a alguien en especial?
11. ¿Qué objetivos te gustaría alcanzar?
12. ¿Criticarías algún aspecto del mundo del fútbol?
13. ¿Quién es tu ídolo en el mundo del fútbol?
14. ¿Podrías definirnos en pocas palabras que signifi ca parati participar en este deporte?

Catorce preguntas, igual que el dorsal mítico de Cruyff, que nos han acercado un poco más a nuestros chicos. Infi nitas gracias por vuestro tiempo, predisposición y compromiso. Siempre seréis villanos

**MATEO ALONSO**
Jugador del Alevín A

1. 1 año. 5 años.
2. Si.
3. Siempre que puedo
4. Lateral Derecho y Central.
5. Si.
6. Paco y José.
7. Martes, jueves y viernes.
8. Si, el surf y el pádel.
9. Feliz y orgulloso.
10. Cuando marco, aunque casi nunca lo hago.
11. Poder dedicarme al futbol o ser entrenador.
12. No.
13. Cristiano Ronaldo.
14. Esfuerzo, compañerismo y constancia.

Muchísimas gracias por tu tiempo y tu amabilidad.

**FERNANDO ORLAND**
Jugador del Infantil B

1. Con 1 o 2 años. Con 3 años comencé en el equipo del colegio.
2. Si te esfuerzas no lo es demasiado
3. Siempre que puedo juego con mis amigos
4. Defensa central
5. No el mismo entre todo, pero en general si
6. Tato
7. Lunes y miércoles
8. Pádel
9. Contento por el esfuerzo del equipo
10. No marco, pero cuándo lo hago lo dedico si sucede algo especial
11. Lo máximo posible esforzándome
12. No
13. Messi
14. Esfuerzo y pasión

Muchísimas gracias por tu tiempo y tu amabilidad.

A.D. VILLA ROSA
1978

¿QUIERES ANUNCIARTE AQUÍ?

MÁS INFORMACIÓN

648 456 441

A.D. VILLA ROSA 1978
Down Madrid
dreamsoft Future School
premiummadrid