

Best of Severiano Ballesteros

On ne peut pas parler du décès de l'espagnol Severiano Ballesteros sans évoquer son immense palmarès. Je vous propose de retrouver ci dessous les meilleurs moments de sa carrière.

Les plus grands lui rendent hommage :

Tiger Woods: Je suis très profondément attristé d'apprendre la mort de Seve Ballesteros. J'ai toujours aimé passer du temps avec lui au diner des champions chaque année aux Masters. Seve est l'un des plus talentueux golfeurs de l'histoire. Sa créativité et son inventivité sur les parcours ne seront jamais surpassés. Sa mort est arrivée trop tôt.

Lee Westwood: C'est un triste jour. Nous avons perdu une inspiration, un génie, un modèle, un héros et un ami. Seve a fait du golf européen ce qu'il est aujourd'hui. Repose en paix Seve.

Jose Maria Olazabal: Tous les hommages rendus à Seve seront insuffisants en raison de tout ce qu'il a fait pour le sport et ce qu'il représentait en golf. Ma relation avec Seve a débuté en 1983 ou 1984. J'étais amateur et il m'avait appelé pour jouer un match de charité à ses côtés. J'en étais très honoré. Je lui en ai toujours été reconnaissant.

Mark Calcavecchia: C'était le joueur le plus imaginaire. Il avait le meilleur jeu court. Vous ne saviez jamais où il allait mettre la balle. Je l'ai affronté deux fois en Ryder Cup et je ne l'ai jamais battu. Il était incroyable et vraiment très charismatique.

George O'Grady (patron de l'European Tour): Pour tous ceux qui aiment le golf, c'est vraiment une bien triste journée. L'héritage laissé par Seve est unique. Il a inspiré tant de gens et donné envie à tant de gens de jouer au golf ou de le regarder. Il s'est battu avec fierté et détermination, y compris contre cette cruelle maladie. Nous avons tous eu de la chance de pouvoir le connaître.

Phil Mickelson: Il a incontestablement eu un impact sur le jeu. Mais pour moi, la chose la plus fantastique à retenir de Seve, c'était son flair et son charisme. De par sa façon de jouer, vous ne pouviez qu'être attiré par lui. Vous aviez envie de le regarder jouer. C'était un bonheur de le voir.

Davis Love: C'était une icône. Je l'ai admiré. J'ai copié son swing. Tout le monde voulait être aussi flashy et excitant que Seve. Tout le monde voulait avoir son style, être agressif et être capable de jouer de cette façon.

George Barbaret (Président de la fédération française de golf, sur le site de la Fédé): Je ressens d'abord une grande tristesse. Ballesteros a permis le décollage du golf en Europe Continentale et notamment en France. Il a gagné à 4 reprises l'Open de France mais aussi 4 fois le Trophée Lancôme. Avec sa personnalité hors du commun, une aura qui dépassait les frontières et une volonté de fer il est devenu la locomotive du golf européen. Il était l'homme du développement du golf européen et c'est à ce titre que le tour a décidé d'organiser la Ryder Cup en Espagne en 1997.

Ballesteros est décédé



Le champion espagnol Severiano Ballesteros est décédé ce samedi à 54 ans à son domicile du nord de l'Espagne.

Ballesteros, considéré comme le meilleur golfeur européen de tous les temps, « est mort ce matin dans sa maison de Pedrena », a annoncé TVE1. Sa famille avait indiqué vendredi sur le site web du golfeur, qui fut opéré d'une tumeur cérébrale en 2008, que son état de santé s'était « gravement » détérioré. ».

Seve Ballesteros avait lui-même annoncé en octobre 2008 qu'il souffrait d'une tumeur au cerveau. Il avait été opéré une première fois le 14 octobre 2008, puis deux jours plus tard d'un oedème cérébral. Il avait subi une troisième opération le 24 octobre suivant, puis une quatrième en décembre

2008, et avait suivi de lourdes séances de chimiothérapie.

Son palmarès :

Victoires : 87

- Grand Chelem : 5
- European Tour : 49
- PGA Tour : 3
- Autres : 30

Ryder Cup en 1985, 1987, 1989, 1995 et 1997

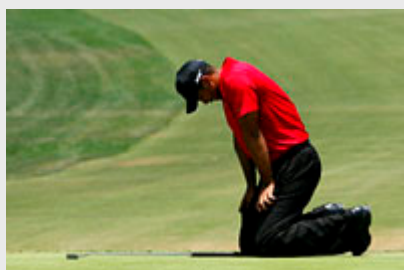
British Open en 1979, 1984 et 1988

Mais à la fin des années 1990, Ballesteros, qui s'est vu décerner en 2000 par Golf Digest le titre de plus grand golfeur européen de tous les temps, a vu sa carrière connaître un brutal coup d'arrêt à cause de douleurs au dos.

Il avait pris sa retraite sportive en juillet 2007 après plusieurs retours ratés. Fils d'une famille modeste, né le 9 avril 1957, il s'était marié en 1988 avec la fille de l'un des hommes les plus riches d'Espagne, Emilio Botin (Banque Santander).

Itunes offers two fundamental types of playlists

Golfeurs, attention à vos genoux !



Je vous propose ici un article que j'ai trouvé sur la page Facebook de Formule Golf. Il traite des genoux des golfeurs et des sollicitations qu'ils endurent tout particulièrement lors du swing.

Les pathologies du genou

Elles sont essentiellement micro-traumatiques avec la répétition de flexions-extensions mais surtout les rotations du tibia sous le fémur. Les

lésions concernent le cartilage (ulcérations sous rotulien), les ménisques (fissures), les tendons (tendinites). Les ligaments sont eux rarement touchés et si c'est le cas, par de rares entorses.

L'articulation du genou

Relativement complexe, elle est constituée:

- de l'articulation fémoro-tibiale entre l'extrémité inférieure du fémur (condyles) et l'extrémité supérieure du tibia (plateau tibial) recouvertes de cartilage.
- de l'articulation fémoro-patellaire entre la face antérieure de l'extrémité inférieure du fémur (trochlée qui forme une gorge avec deux versants) et la face postérieure de la rotule formant une crête postérieure recouverte d'un cartilage épais mais fragile: le cartilage sous rotulien.
- de l'articulation tibio-péronéale supérieure entre la tête du péroné et la face externe de l'extrémité supérieure du tibia.

Entre le fémur et le tibia, il existe des ménisques: fibrocartilages en forme de croissants qui amortissent et stabilisent le genou.

Il existe des ligaments latéraux qui s'opposent au déboîtement du genou sur les cotés, et des ligaments croisés derrière la rotule qui s'opposent aux tiroirs antérieur et postérieur du tibia par rapport au fémur. Le ligament croisé antéro externe limite la rotation interne du tibia par rapport au fémur.

Les tendons rotuliens et quadricipitaux en-dessous et au-dessus de la rotule assurent la continuité de l'appareil extenseur du genou avec le quadriceps et la rotule.

Une membrane synoviale et une capsule articulaire englobent cette articulation cavitaire.

Le cas Tiger Woods

Tiger Woods s'est fait opérer 4 fois de son genou gauche:

- La première fois, rien à voir avec le golf. Il s'agissait de l'ablation d'une exostose fémorale (tumeur bénigne de l'os fréquente chez l'adolescent).
- La seconde fois, l'extirpation chirurgicale d'un kyste du creux poplité. Sorte d'exvagination de la membrane synoviale à travers un trou dans la

capsule articulaire: la répétition des mouvements professionnels est un facteur favorisant le développement de cette « boule ».

– La troisième fois, ce fut le nettoyage par arthroscopie (caméra et pinces par deux petits trous en avant du genou) du cartilage sous rotulien souvent abîmé chez le golfeur du fait du conflit entre rotule et fémur lors des multiples rotations et flexions du genou.

– La dernière en date est l'opération du ligament croisé antéro-externe du genou gauche qui s'est rompu lors d'un footing mais qui devait déjà être pas mal distendu du fait de l'opposition de ce ligament à la rotation interne du genou gauche lors du downswing, impact, follow through et finish.

Que font vos genoux lors d'un swing ?

1 – Lors du backswing

Le genou gauche rentre légèrement vers l'intérieur avec une ouverture de l'interligne interne, il se fléchit plus qu'à l'adresse et la rotation du corps vers la droite avec le pied accroché au sol entraîne une relative rotation externe de la jambe (tibia) sous le fémur. La rotule s'encastre dans la gorge formée par la trochlée fémorale et se met en pression sur le versant externe de cette dernière.

Il existe un cartilage épais mais fragile derrière la rotule qui devant la répétition de ce conflit fémoro-patellaire peut s'abîmer, s'ulcérer. Cette chondropathie a imposé la troisième opération du genou de Tiger Woods réalisant une arthroscopie curative nettoyant ce cartilage. Le plus souvent l'hyper pression est externe et les lésions cartilagineuses sur la face postero-externe de la rotule.

Le genou gauche ne doit pas trop s'effondrer vers le genou droit à la montée car il peut ainsi entraîner une compression trop importante de la corne postérieure du ménisque externe qui peut se fissurer à la longue. Cette erreur technique peut également, si le joueur est trop raide des ischios jambiers et adducteurs, entraîner une tendinite de la patte d'oie (zone d'insertion de ces muscles sur le tibia partie supéro antéro interne du tibia par traction excessive).

Le genou droit doit rester le plus longtemps fléchi comme à l'adresse, il s'étend un peu lors de la fin de la montée, la rotation du corps avec l'appui du pied au sol entraîne une rotation interne du tibia par rapport au fémur. La rotule se dégage un peu du fémur par rapport à l'adresse mais est attirée par le tendon rotulien vers le versant interne de la trochlée

fémorale.

Attention à ne pas trop étendre le genou droit à la montée source de tendinite rotulienne et quadricipitale. On doit charger le coté droit en pivotant autour du genou droit: le tibia fixé au sol par l'appui du pied fait une rotation interne par rapport au fémur avec résistance du ligament croisé antero-externe.

Le genou gauche rentre légèrement vers l'intérieur avec une ouverture de l'interligne interne, il se fléchit plus qu'à l'adresse et la rotation du corps vers la droite avec le pied accroché au sol entraîne une relative rotation externe de la jambe (tibia) sous le fémur. La rotule s'encastre dans la gorge formée par la trochlée fémorale et se met en pression sur le versant externe de cette dernière.

Il existe un cartilage épais mais fragile derrière la rotule qui devant la répétition de ce conflit fémoro-patellaire peut s'abîmer, s'ulcérer. Cette chondropathie a imposé la troisième opération du genou de Tiger Woods réalisant une arthroscopie curative nettoyant ce cartilage. Le plus souvent l'hyper pression est externe et les lésions cartilagineuses sur la face postero-externe de la rotule.

Le genou gauche ne doit pas trop s'effondrer vers le genou droit à la montée car il peut ainsi entraîner une compression trop importante de la corne postérieure du ménisque externe qui peut se fissurer à la longue. Cette erreur technique peut également, si le joueur est trop raide des ischios jambiers et adducteurs, entraîner une tendinite de la patte d'oie (zone d'insertion de ces muscles sur le tibia partie supéro antéro interne du tibia par traction excessive).

Le genou droit doit rester le plus longtemps fléchi comme à l'adresse, il s'étend un peu lors de la fin de la montée, la rotation du corps avec l'appui du pied au sol entraîne une rotation interne du tibia par rapport au fémur. La rotule se dégage un peu du fémur par rapport à l'adresse mais est attirée par le tendon rotulien vers le versant interne de la trochlée fémorale.

Attention à ne pas trop étendre le genou droit à la montée source de tendinite rotulienne et quadricipitale. On doit charger le coté droit en pivotant autour du genou droit: le tibia fixé au sol par l'appui du pied fait une rotation interne par rapport au fémur avec résistance du ligament croisé antero-externe.

2 – Lors du downswing

Les genoux font les mouvements inverses. Le genou gauche fait une rotation interne avec une résistance du Ligament Croisé Antéro Externe du fait de sa direction et de ses points d'insertion: cette phase du swing a du fragiliser le LCAE de Tiger Woods qui s'est rompu lors d'un footing lui imposant sa dernière opération.

La jambe gauche doit être solide pour résister au transfert de poids du corps sur la gauche, elle ne doit pas glisser latéralement vers l'avant car à la longue ce défaut peut générer une tendinite du tenseur du fascia lata sur le condyle externe du genou gauche par succession de frottement et/ou une compression de la corne moyenne du ménisque interne.

Les ménisques lors du swing glissent légèrement vers l'avant ou l'arrière en fonction de la pression exercée par les condyles fémoraux, il peut être à la longue le siège de fissurations et de dégradation dont le traitement est une arthroscopie curative avec menisectomie partielle.

CONCLUSION :

Vous l'avez compris toutes ces pathologies nécessitent une étude approfondie de vos défauts techniques favorisant l'apparition de vos douleurs.

Notre conseil pour les joueurs souffrant des genoux: éviter les parcours de montagne avec une forte déclivité. En plus du swing cette marche avec trop de montée et descente peut accentuer les conflits

In the latin version of the service, the phrase new commandment' is mandatum novum

BookandGolf, gardez un coup d'avance !



Je vous présente ici le nouveau partenaire de Fou de Golf, le site **BookAndGolf.com**, qui propose des green fees et des séjours de golf.

Ce site, qui est une centrale d'achat de green fees, vous propose de réserver vos départs en ligne, dans une série de golfs partenaires,

d'organiser un séjour au meilleur prix (pour le moment 140 offres de séjour sont en ligne), ou de trouver un joueur avec qui partager une partie sur un des golfs.

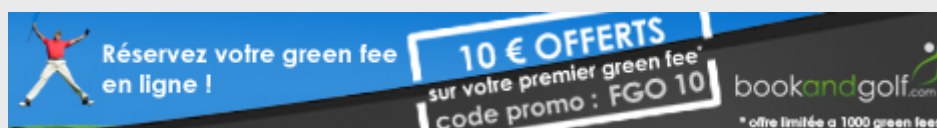
L'inscription est gratuite, rapide, et vous permet de définir vos préférences en matière de golf, de partenaires. Cela fonctionne un peu comme un réseau (eh oui, encore un!!).

Les réservations peuvent se régler directement depuis le site grâce à un paiement sécurisé. Plus vous réservez et plus vous pouvez gagner des greensmiles, qui vous permettent de vous offrir de jolis cadeaux. Votre fidélité est donc récompensée.

Les avantages de Bookandgolf.com :

- La possibilité de réserver 24h/24 et 7j/7 en quelques clics, trouver un golf et réserver un départ depuis internet ou son smartphone
- Des prix attractifs selon le jour et l'heure de départ. Vous bénéficiez d'offres préférentielles proposées par votre golf.
- La possibilité de partager sa passion du golf. Le site encourage la création de parties ouvertes à d'autres joueurs par un système de récompenses (parties avec Pro, séjours golf, matériel...)
- Possibilité d'annuler simplement sans frais jusqu'à quelques heures avant le départ.

Avec déjà près de 450 joueurs (euses) recensés et grâce à des critères spécifiques, vous trouverez certainement le partenaire de golf... idéal ! Alors n'hésitez plus.



The same goes for the aforementioned hard copy we will college homework helper college-homework-help.org also email a hard copy form to you shortly

Un nouveau golf à Chambéry



Info trouvée sur Le Canard des Allobroges, un journal en ligne savoyard, un nouveau golf va ouvrir ses portes début juin dans la petite commune des Marches, aux portes de Chambéry.

Particularité de ce golf, les infrastructures vont appartenir à l'Association Sportive Les Marches Golf Club. Jusqu'à présent, l'association se définissait comme l'association de golf sans terrain. En juin 2011, cette appellation pour partir aux oubliettes. Cela fait des années (depuis 2000) que l'association sportive Les Marches golf club (LMGC) veut construire un golf sur la commune du même nom.

Cette ouverture va faire beaucoup de bien aux Savoyards, qui n'avaient jusqu'à présent pas trop le choix. Ils allaient jouer soit à Aix les Bains, club très huppé mais très cher, ou le club du Granier-d'Apremont, 9 trous très pittoresque car construit à travers les champs d'un agriculteur du coin et qui est aussi très cher pour les prestations qu'il propose.

Whether you're in an office or interning at a factory the knowledge gathered from the experience often defines your future life people who write papers for you choices

Formule Golf & Spa



Un nouveau séjour sport et détente en Pays Basque : la formule Golf & Spa de la Compagnie des Spas.

Une formule idéale pour les amateurs de golf !

Au cœur du Pays Basque, à Cambo-les-bains, la Compagnie des Spas a conçu un séjour idéal pour les amateurs de golf ! La formule proposée permet d'associer golf et bien-être, avec une offre tout compris qui conjugue soins d'eaux revitalisants, modelages décontractants et green-fees.

« Dans cette formule Golf & Spa, les soins sont ciblés sur la détente musculaire propre au golfeur, avec le bain de kaolin en apesanteur (qui suspend toutes les tensions du dos et de la nuque) ou le modelage aromatique ciblé sur le dos, la nuque et les épaules », précise Eléonore Guérard, Directrice du Développement et de la Communication, et golfeuse elle-même. Ces soins sont dispensés au sein d'un Spa thermal restauré dans un esprit art déco offrant un espace très lumineux et ouvert sur la nature.

Les golfeurs sont logés au Domaine du Levant, une belle résidence à l'architecture basque claire et élégante, qui propose des appartements de grand confort avec loggias privées face aux magnifiques jardins plantés de palmiers et d'hortensias.

Une formule complète et complémentaire conjuguant les soins du Spa de Cambo-les-bains et les green-fees du Makila Golf.

A 5 min du resort, le Makila Golf Club propose un parcours de 18 trous, par 72 de 6176 m. Dessiné par l'architecte américain Rocky Roquemore dans un site naturel d'exception vallonné et boisé qui s'ouvre sur les Pyrénées, il est accessible aux golfeurs de tous niveaux.

Cette offre Golf & Spa tout compris (soins et green-fees) offre un excellent rapport qualité-prix !

Exemple de tarifs : Formule 4 nuits / 4 jours : soit 2 jours de soins et 2 journées de golf : 584 euros/personne / base chambre double / forfait demi-

pension / 10 soins / 2 green-fees compris

Plus d'infos :

www.compagniedesspas.fr

Postal code is pay me to do your homework legit 85941 agency name whiteriver unified district county name navajo county highest grade offered 12 total students 659 more info about the school mailing address po box 190, whiteriver,az

Gery Watine chez Blue Green

❌ La société Blue Green Groupe Saur a décidé de remplacer Dominique Larretche, son directeur de l'enseignement, par Gery Watine.

Pour les plus jeunes d'entre vous, ce nom ne vous dira sans doute rien. Alors petit retour sur sa biographie, directement tirée de son site web.

Né le 8 Août 1953 à Rabat au Maroc, il est devenu professionnel de golf en 1975. Entre 1976 et 1991, il a été membre des circuits Européens et Français, obtenant au passage plus de 25 titres victoires ainsi que le titre de N°1 français pendant de nombreuses années. Membre de l'équipe de France professionnelle pendant plus de 10 ans, il a remporté de nombreux titres par équipe.

De 1998 à 2001, il assure les fonctions de Responsable du « Haut niveau » à la FFG avec pour missions, l'élaboration du projet sportif fédéral, l'entraînement des équipes et la formation des entraîneurs. De nombreux titres viennent couronner cette collaboration : Champion du monde avec l'équipe de France féminine en 2000, Champion d'Europe avec l'équipe de France féminine en 1999, Champion d'Europe individuel chez les garçons en 1999, etc.

Depuis 2002, il cumule à la fois un rôle d'architecte (dernière réalisation le Gassin Golf Country Club), un rôle de Responsable Sportif chez Promogolf et un rôle de joueur puisque fin 2003 il s'est lancé sur le circuit Européen Senior, sur lequel il compte déjà une victoire (Open d'Italie en 2005) et de nombreuses Places d'honneur. Par ailleurs il est également

l'ambassadeur du Peugeot Pro-AM International et du Promogolf Live, le portail wap dédié au golf et en exclusivité sur SFR.

Bienvenue à Gery dans le premier groupe européen de gestion de clubs de golf. Mais quid de son prédécesseur? Quid de son académie, l' »Académie Blue Green Dominique Larretche?

Then the site breaks down the number into yearly, monthly, and online college homework help weekly costs for each college

Une Woods chasse l'autre



Tiger Woods ne gagne plus (pour le moment) mais il peut compter sur sa nièce, Cheyenne Woods, 20 ans, pour relever le niveau golfique de la famille.

Sa nièce vient de remporter le titre individuel dans l'ACC Women's Golf Championship. C'est sa première victoire cette année et la troisième de sa carrière au niveau universitaire. Son oncle n'a pas hésité à la féliciter sur son compte Twitter: « Ma nièce Cheyenne a remporté le tournoi de golf ACC avec sept coups d'avance! C'est super, je suis tellement fier d'elle. »

Cheyenne est la fille d'un des demi-frères de Tiger Woods (qui est le fils unique d'Earl et Kultida Woods et a deux demi-frères et une demi-soeur nés d'un précédent mariage de son père), Earl Woods Jr., avec lequel il ne semble pourtant pas avoir de relations.

Si Cheyenne ne joue qu'en amateur, Tiger ferait bien de rapidement se refaire avant de se faire voler la vedette.

Quelle cheyenne de vie, alors...

Voici le classement officiel de cette compétition

ACC Women's Golf Championship									
Sedgefield Country Club Greensboro, NC Championship Tees Dates: Apr 16 - Apr 17									
Start	Finish	Player	Team	Scores					
T1	1	Cheyenne Woods	Wake Forest	70	70	68 (P)	208	-5	
T1	2	Allie White	North Carolina	66	74	75 (P)	215	+2	
T3	3	Catherine O'Donnell	North Carolina	75	67	75 (P)	217	+4	
T9	4	Lindy Duncan	Duke	73	76	70 (P)	219	+6	
T3	5	Jessie Hollandsworth	Maryland	71	71	78 (P)	220	+7	
5	6	Katherine Perry	North Carolina	71	73	77 (P)	221	+8	
T6	T7	Macarena Silva	Florida State	73	75	74 (P)	222	+9	
T9	T7	Casey Grice	North Carolina	77	72	73 (P)	222	+9	
T12	T7	Brittany Altomare	Virginia	73	77	72 (P)	222	+9	
T6	10	Nicole Agnello	Virginia	72	76	76 (P)	224	+11	
T18	T11	Jessica Negron	Florida State	73	79	75 (P)	227	+14	
T16	T11	Natalie Sheary	Wake Forest	71	80	76 (P)	227	+14	
T9	T13	Kim Donovan	Duke	74	75	79 (P)	228	+15	
T6	T13	Stacey Kim	Duke	74	74	80 (P)	228	+15	
T23	T15	Laelisa Beck	Duke	76	78	75 (P)	229	+16	
T12	T15	Portland Rosen	Virginia	76	74	79 (P)	229	+16	
T18	T17	Brittany Marchand	North Carolina State	78	74	78 (P)	230	+17	
T12	T17	Maria Salinas	Florida State	75	75	80 (P)	230	+17	
T32	T19	Michelle Shin	Wake Forest	77	81	73 (P)	231	+18	
T25	T19	Aleja Cangrejo	Duke	78	77	76 (P)	231	+18	
T16	T21	Ana Menendez	North Carolina State	76	75	81 (P)	232	+19	
T32	T21	Maria Ronderos	Miami	76	82	74 (P)	232	+19	
T18	T21	Hannah Thomson	Florida State	74	78	80 (P)	232	+19	
T25	T21	Eleana Collins	Virginia	78	77	77 (P)	232	+19	
T23	T21	Jackie Chang	North Carolina	77	77	78 (P)	232	+19	
T21	26	Calle Nielson	Virginia	74	79	80 (P)	233	+20	
T27	T27	Christina Hirano	Miami	73	83	78 (P)	234	+21	
T27	T27	Christine Stimel	Maryland	76	80	78 (P)	234	+21	
T12	29	Amanda Baker	North Carolina State	74	76	85 (P)	235	+22	
T34	T30	Patricia Arana	Miami	74	85	79 (P)	238	+25	
T30	T30	Kelsey Rocky	Boston College	80	77	81 (P)	238	+25	
T30	T30	O. Kristinsdottir	Wake Forest	78	79	81 (P)	238	+25	
T21	T30	Hilary Lawson	Maryland	75	78	85 (P)	238	+25	
T27	34	Kaela Klune	Boston College	77	79	83 (P)	239	+26	
T37	35	Brooke Baker	North Carolina State	83	78	81 (P)	242	+29	
T39	T36	Kerri Connolly	Maryland	82	80	82 (P)	244	+31	
T34	T36	Hayley Brown	Maryland	76	83	85 (P)	244	+31	
T39	T38	Caroline Ellington	North Carolina State	83	79	83 (P)	245	+32	
T44	T38	Carina Cuculiza	Miami	85	82	78 (P)	245	+32	
T44	T40	Stephanie Hu	Boston College	81	86	80 (P)	247	+34	
43	T40	Alexandra Bodemann	Wake Forest	79	85	83 (P)	247	+34	
T37	42	Eunice Yim	Boston College	81	80	87 (P)	248	+35	
T41	43	Andrea Kaelin	Florida State	81	82	89 (P)	252	+39	
T41	44	Carrie Barbee	Boston College	76	87	91 (P)	254	+41	
T34	-	Jennifer Hirano	Miami	79	80	W	-	-	

SECRET COLLEGIATE GOLF SYSTEM
Mark Leach - COPYRIGHT © 2011. All Rights Reserved. Golfstat

Dieses thema im forum hausarbeiten / umfragen wurde essay preis erstellt von maren2011, 22 oktober 2013