

VERSIÓN IMPRESA Y DIGITAL

GALICIA^{EDICIÓN} SPORT^{TIME}

EL PERIÓDICO DEL PARTIDO

LA PUBLICACIÓN DEL DEPORTE GALLEGO

EDICIÓN ESPECIAL

II PREMIOS GALICIA SPORT MEJORES DEPORTISTAS GALLEGOS 2021

GALICIA SPORT N.º 27 • FEBRERO 2022 • EJEMPLAR GRATUITO

DESCARGA LA
VERSIÓN DIGITAL



LUXEVAN



GUÍAS DXT GALEGO

VOLVENDO CON SENTIDIÑO



Elaboradas pola Secretaría Xeral para o Deporte e expertos universitarios, as guías poñen á disposición do tecido deportivo a información que permita acelerar a volta á normalidade na práctica deportiva con seguridade e cumprimento das normativas



PODES CONSULTALAS AQUÍ
<https://deporte.xunta.gal/gl/guias-dxt-galego>

“DICEN QUE ESTAMOS LOCOS DE LA CABEZA”

El pasado año 2021 nacía la primera edición de los premios Galicia Sport, y lo hacía con la firme intención de consolidarse y ser un evento fijo en el calendario cada temporada. La acogida ha sido sensacional, tanto por parte de deportistas, como de clubes, como de aficionados, lo que nos llenó de orgullo y nos dio aún más fuerza para seguir trabajando duro. A partir de ahí, volvieron a ser muchas las publicaciones confeccionadas con el máximo mimo, los artículos escritos, las entrevistas con los protagonistas o las primicias relatadas, lo que llevó a la evolución constante de un grupo editorial, “JL Publicaciones”, que ya lleva casi 6 años con todos ustedes y desde hace unas semanas también a través del portal digital, “galiciasport.com”, el cual será potenciado durante los próximos meses del año 2022, pues la innovación y las novedades estarán a la orden del día, y además lo estarán en todas las disciplinas deportivas y categorías que podamos alcanzar, ya que si por algo nos caracterizamos es por dar voz a los deportes y divisiones más minoritarias o con menos repercusión en los medios tradicionales.

No nos cansamos de dar las gracias a todas las empresas privadas que nos apoyan, es evidente que sin ellas, nada de esto sería posible. También las instituciones públicas apuestan cada vez más por nosotros y solo podemos agradecerles su confianza y recordarles que estamos a su disposición, eso sí, siempre siendo “libres” y dejando claro que nuestra principal lucha y misión es mejorar el mundo del deporte de manera conjunta. Unos tiramos de los otros y todos juntos somos insuperables, formamos un ecosistema maravilloso, en el que la ilusión cada fin de semana es la clave de todo. Y es que el deporte es pasión, es esa dosis de adrenalina que hace que nos olvidemos de todo lo malo, que no exista en nuestra mente nada más durante esos momentos en los que nuestro equipo o el deportista al que apoyamos está en plena competición. Parece una locura absoluta, dicen que estamos locos de la cabeza, muchos no nos entienden, pero amigos lectores, no lo olviden nunca, no saben la suerte que tenemos por ser felices así.

Álvaro Aldrey



STAFF



EDITA

JL PUBLICACIONES S.L.

E-MAIL: INFO@JLPUBLICACIONES.COM

WEB: WWW.JLPUBLICACIONES.COM

DIRECCIÓN

JOSÉ LUIS FERNÁNDEZ

REDACCIÓN

ÁLVARO ALDREY

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

MARCOS VILAR

PUBLICIDAD

M^a JOSÉ TENREIRO

CRISTINA OTERO

SALVADOR GONZÁLEZ

ADMINISTRACIÓN

EVELIN RUBERTE

COLABORADORES

PILY PARDO

DONATO GAMA

RAÚL INFANTE

JORGE URIACH

FERNANDO BLANCO

JORDI URIACH

FOTOGRAFÍA

CESIÓN CLUBES

DEPÓSITO LEGAL: C-1555-2018



GRACIAS

QUEREMOS DAR LAS GRACIAS A TODOS NUESTROS LECTORES POR LO CUAL HEMOS ALCANZADO TAN ALTA CUOTA DE PARTICIPACIÓN EN LAS REDES SOCIALES.

HEMOS SUPERADO LAS 550.000 IMPRESIONES ENTRE LAS 3 REDES SOCIALES.

J.L. PUBLICACIONES S.L. informa que: Al amparo del Art. 32.1 de la Ley de Propiedad Intelectual, queda totalmente prohibida la reproducción total o parcial de artículos, fotografías y anuncios de esta publicación, sin autorización escrita de la Editorial. La Editorial no se responsabiliza de las opiniones, fotos y contenidos de sus colaboradores.

Si deseas expresarnos tu opinión sobre nuestros números, comentarnos alguna sugerencia o te interesa encontrar algún tema en especial, por favor, háznoslo saber en la dirección de correo electrónico: info@jlpublicaciones.com

Síguenos en www.timesport.eu y en las Redes Sociales:



HUMEDADES - FRIO - CALOR

TODO TIENE SOLUCIÓN

VENTA Y APLICACIÓN EN TODA GALICIA

DECÍDASE POR LO CONOCIDO Y DURADERO



www.teais.es

981 60 21 11

986 37 42 11

988 21 40 42

982 65 00 25

NOMINADOS Y GALARDONADOS

MEJOR CLUB GALLEGO A LA GESTIÓN DEPORTIVA

- 🏆 **PESCADOS RUBÉN BURELA (FÚTBOL SALA).**
- HOCKEY CLUB LICEO (HOCKEY PATINES).
 - CLUB BALONCESTO BREOGÁN (BALONCESTO).

FÚTBOL

MEJOR JUGADOR PROFESIONAL:

- 🏆 **IAGO ASPAS (RC CELTA)**
- JOSELU MATO (ALAVÉS)
 - DIEGO LÓPEZ (ESPANYOL)

MEJOR JUGADORA PROFESIONAL:

- 🏆 **TERESA ABELLEIRA (REAL MADRID)**
- NURIA RÁBANO (REAL SOCIEDAD)
 - MARI PAZ VILAS (REAL BETIS)

MEJOR JUGADOR SEMIPROFESIONAL:

- 🏆 **LUISMI (ALONDRAS CF/AROSA SC)**
- VÍCTOR EIMIL (ARENTEIRO)
 - PABLO AGULLÓ (BERGANTIÑOS)

MEJOR JUGADORA SEMIPROFESIONAL:

- 🏆 **EVA LÓPEZ (UMIA)**
- TATI BARCIA (DEPOR ABANCA "B")
 - ÁNXELA TORRES (VICTORIA FC)

MEJOR ENTRENADOR/A:

- 🏆 **RUBÉN ALBÉS (CLUB DEPORTIVO LUGO)**
- ÓSCAR GILSANZ (CANTERA RC DEPORTIVO)
 - MICHEL ALONSO (CORUXO FC/FORMENTERA)

MEJOR CANTERA NO PROFESIONAL:

- 🏆 **VICTORIA CF (CONCELLO DE A CORUÑA)**
- VAL MIÑOR (CONCELLO DE NIGRÁN)
 - URAL CF (CONCELLO DE A CORUÑA)

BALONCESTO

MEJOR JUGADOR:

- 🏆 **SERGI QUINTELA (CB BREOGÁN)**
- ALBERTO ABALDE (REAL MADRID)
 - JONATHAN BARREIRO (ZARAGOZA/UNICAJA MÁLAGA)

MEJOR JUGADORA:

- 🏆 **RAQUEL CARRERA (VALENCIA BASKET)**
- TAMARA ABALDE (ARASKI/ENSINO)
 - PAULA GINZO (LOINTEK GERNIKA BIZKAIA)

MEJOR ENTRENADOR/A:

- 🏆 **LINO LÓPEZ (BAXI FERROL)**
- MONCHO FERNÁNDEZ (OBRADOIRO CAB)
 - MONCHO LÓPEZ (OPORTO)

HOCKEY PATINES

MEJOR JUGADOR:

- 🏆 **PABLO CANCELA (BASSANO)**
- IGNACIO ALABART (FC BARCELONA)
 - DAVA TORRES (HC LICEO)
 - JUAN FARIZA (MONTEBELLO)

MEJOR JUGADORA:

- 🏆 **MARÍA SANJURJO (TELECABLE GIJÓN/HC LICEO)**
- LUCHY PAZ (HC LICEO)
 - NAIARA VAAMONDE (HC LICEO)

MEJOR ENTRENADOR/A:

- 🏆 **CARLOS LOUREIRO (HC LICEO FEMENINO)**
- EDU CASTRO (FC BARCELONA)
 - JUAN COPA (HC LICEO MASCULINO)

BALONMANO

MEJOR JUGADOR:

- 🏆 **JAVI DÍAZ (FRIGORÍFICOS DO MORRAZO)**
- RODRIGO CORRALES (MKB VESZPRÉM)
 - VÍCTOR RODRÍGUEZ (BIDASOA IRÚN)
 - PEDRO RODRÍGUEZ (BALATONFÜREDI)

MEJOR JUGADORA:

- 🏆 **AITANA SANTOMÉ (CONSERVAS ORBE RUBENSA PORRIÑO)**
- ALICIA FERNÁNDEZ (RAPID DE BUCAREST)
 - ESTELA DOIRO (BM COSTA DEL SOL)
 - LORENA PÉREZ (ATLÉTICO GUARDÉS)

MEJOR ENTRENADOR/A:

- 🏆 **ISMAEL MARTÍNEZ (CONSERVAS ORBE RUBENSA PORRIÑO).**
- QUIQUE DOMÍNGUEZ (ANAITASUNA)

VOLEIBOL

MEJOR JUGADOR:

- 🏆 **JORGE FERNÁNDEZ (CHAUMONT/UNICAJA ALMERÍA)**
- VÍCTOR BOUZA (EMEVEÉ)
 - PABLO BUGALLO (CV TERUEL)
 - ADRIÁN ALVES (ROTOGAL)

MEJOR JUGADORA:

- 🏆 **JIMENA FERNÁNDEZ (CAJASOL JUVASA/EMEVEÉ)**
- HELIA GONZÁLEZ (GRAN CANARIA URBASER)
 - LUCÍA PROL (CV EMEVEÉ/CV HARIS)

MEJOR ENTRENADOR/A:

- 🏆 **DIEGO TABOADA (EMEVEÉ MASCULINO)**
- JOSÉ VALLE (EMEVEÉ FEMENINO)
 - PABLO PARGA (CANTERA SAN SADURNIÑO/CLUB VIGO VOLEIBOL)
 - JORGE BARRERO (CV ZALAETA)

FÚTBOL SALA

MEJOR JUGADOR:

- 🏆 **DIEGO QUINTELA (BURELA PESCADOS RUBÉN)**
- ADRI (O PARRULO)
 - POLA (SPORTING BRAGA)

MEJOR JUGADORA:

- 🏆 **JESSICA DIÉGUEZ "CHIKI" (ENVIALIA)**
- ALE DE PAZ (PESCADOS RUBÉN BURELA)
 - ANA RIVERA (POIO PESCAMAR)
 - LUCÍA GÓMEZ "LUCI" (POIO PESCAMAR)

MEJOR ENTRENADOR/A:

- 🏆 **BRUNO GARCÍA (SELECCIÓN DE JAPÓN)**
- DIEGO RÍOS (LEVANTE)
 - IVÁN CAO "LUCAS" (PESCADOS RUBÉN BURELA)

MEJOR JUGADOR EN EL EXTRANJERO (PREMIO DIRECTO SIN VOTACIÓN):

- 🏆 **ADRIÁN ALONSO "POLA" (SPORTING BRAGA)**

NATACIÓN

MEJOR NADADOR:

- 🏆 **PABLO CABANA (CN PONTEAREAS)**
- MIGUEL MARTÍNEZ (REAL CANOE)
 - MARIO MÉNDEZ (CV RÍAS BAIXAS)
 - BRAIS NOVO (PORTAMIÑÁ)

MEJOR NADADORA:

- 🏆 **CARLA CARRÓN (CN ARZÚA)**
- PAULA OTERO (CN ARTEIXO)
 - ANA CERNADAS (CLUB FLUVIAL)
 - ROSALÍA MARÍN (CN CORUÑA)

MEJOR CLUB:

- 🏆 **CN PABELLÓN OURENSE (CONCELLO DE OURENSE)**
- CN GALAICO (CONCELLO DE PONTEVEDRA)
 - CN PONTEAREAS (CONCELLO DE PONTEAREAS)
 - CLUB FLUVIAL (CONCELLO DE LUGO)

A LOS PREMIOS GALICIASPORT 2021

REMO BANCO FIJO

MEJOR CLUB:

- CR CABO DE CRUZ (CONCELLO DE BOIRO)
- SD SAMERTOLAMEU (CONCELLO DE MOAÑA)
- CR RIANXO (CONCELLO DE RIANXO)

ATLETISMO

MEJOR ATLETA MASCULINO (PREMIO DIRECTO SIN VOTACIÓN).

- ADRIÁN BEN (FC BARCELONA)

MEJOR ATLETA FEMENINA (PREMIO DIRECTO SIN VOTACIÓN).

- ANA PELETEIRO

MOTOR

MEJOR PILOTO RALLYES

- IVÁN ARES
- JAVI PARDO

MEJOR PILOTO MOTOCROSS

- JORGE PRADO
- RUBÉN FERNÁNDEZ

HOCKEY HIERBA

MEJOR JUGADOR:

- XURXO CID (CH BARROCÁS DE OURENSE)
- MANUEL PROL (TILBURG DE HOLANDA)
- ANTÓN PARENTE (CLUB DE CAMPO DE MADRID)

MEJOR JUGADORA:

- ADRIANA DORRIBO (BURGAS OURENSE)
- CARLOTA ÁLVAREZ (CH ALBOR DE OURENSE)
- YURENA VELOSO (CH ALBOR DE OURENSE)

MEJOR ENTRENADOR/A:

- ROBERTO OLIVEIRA (CH BARROCÁS DE OURENSE)
- JOSÉ RAMÓN VELOSO (CH ALBOR DE OURENSE)
- COQUE DEL RÍO (ESCOLA HC DE A CORUÑA)

GIMNASIA RÍTMICA

MEJOR GIMNASTA FEMENINA:

- SOFÍA SOUSA (CLUB XIMNASIA PORRIÑO)
- CANDELA MARTÍNEZ (CLUB MARÍA BARBEITO DE A CORUÑA)
- IRIA ÁLVAREZ (CLUB ACORDES OLEIROS)

MEJOR GIMNASTA MASCULINO:

- HERNÁN SIO (CLUB XIMNASIA PORRIÑO)
- UNAI SÁNCHEZ (CLUB MANIOTAS DE VIGO)
- RUBÉN BRAÑA (CLUB MARÍA BARBEITO DE A CORUÑA)

MEJOR ENTRENADOR/A:

- WENDY REY (CLUB VIRAVOLTA SANTIAGO)
- ANAÍS FREIRE (XIMNASIA ACORDES OLEIROS)
- MARTA LÓPEZ (XIMNASIA ACORDES PONTEDEUME)

JUDO

MEJOR PROMESA MASCULINA:

- PABLO RICO (JUDO CLUB CORUÑA)
- ALEJANDRO PATIÑO (JUDO CLUB ARTEIXO)
- ÁLEX MORAL (AD FAMU DE FRUTOS DE VIGO)
- ANDERSON COTON (JUDO CLUB ARTEIXO)

MEJOR PROMESA FEMENINA:

- NATALIA RODRÍGUEZ (JUDO CLUB ARTEIXO)
- ANA VIZOSO (AD FAMU DE FRUTOS DE VIGO)

MEJOR CLUB:

- JUDO CLUB CORUÑA
- AD FAMU DE FRUTOS DE VIGO
- JUDO CLUB ARTEIXO

GOLF

RECONOCIMIENTO PÓSTUMO (PREMIO DIRECTO SIN VOTACIÓN):

- DANI FERNÁNDEZ

MEJOR GOLFISTA MASCULINO (PREMIO DIRECTO SIN VOTACIÓN):

- SANTI TARRÍO

MEJOR GOLFISTA FEMENINA (PREMIO DIRECTO SIN VOTACIÓN):

- FÁTIMA FERNÁNDEZ

MEJOR CLUB:

- REAL CLUB DE GOLF DE LA CORUÑA
- REAL AERoclUB DE SANTIAGO
- REAL AERoclUB DE VIGO
- REAL CLUB LA TOJA

VELA

MEJOR REGATISTA MASCULINO:

- IAGO LÓPEZ- MARRA
- NICO RODRÍGUEZ

MEJOR REGATISTA FEMENINA:

- PATRICIA SUÁREZ
- TAMARA ECHEGOYEN

PIRAGÜISMO

MEJOR PALISTA MASCULINO:

- CARLOS AREVALO
- RODRIGO GERMADE

MEJOR PALISTA FEMENINA:

- TERESA PORTELA
- ANTÍA JACOMÉ

PREMIO A LA TRAYECTORIA DEPORTIVA

(SIN VOTACIÓN)

- JAVI DÍAZ (PORTERO DE 46 AÑOS QUE SE MANTIENE JUGANDO A UN GRAN NIVEL EN LA ÉLITE DEL BALONMANO NACIONAL EN LAS FILAS DEL FRIGORÍFICOS DO MORRAZO, ALGO IRREPETIBLE E HISTÓRICO)

- TERESA PORTELA (MEDALLA OLÍMPICA EN TOKIO A SUS 39 AÑOS, EN LO QUE FUE SU SEXTA PARTICIÓN EN UNOS JUEGOS).



JOSÉ RAMÓN LETE, SECRETARIO XERAL PARA O DEPORTE

El amor de José Ramón Lete Lasa por el deporte viene de lejos, no es algo únicamente unido a su actual cargo, es una relación que dura ya muchas décadas, pues no podemos olvidarnos de que estamos hablando con un reconocido ex jugador de baloncesto, modalidad deportiva en la que destacó, llegando a alcanzar el estatus de deportista profesional, tras pasar por clubes de la talla de CB Breogán, CN Helios, Náutico de Tenerife, Estudiantes, Obradoiro CAB o Bosco de Vigo. Los años fueron pasando y nuestro invitado vela actualmente por el interés del deporte gallego desde un puesto de máxima responsabilidad como el de "Secretario Xeral para o Deporte" en la Xunta de Galicia. José Ramón cuenta con una formación intachable y al alcance de muy pocos, pues estamos hablando de una persona Licenciada en Derecho, Licenciada en Psicología, Licenciada en Filosofía y Ciencias de la Educación y Diplomada en Magisterio, además de cursar también distintos cursos de posgrado en los ámbitos de los recursos humanos y la gestión pública.

GALICIA SPORT: José Ramón, lo primero enhorabuena por la parte que le toca, las cosas marchan en el mundillo del deporte gallego y el año 2021 podemos calificarlo con un notable muy alto, rozando el sobresaliente, ¿está de acuerdo?

JOSÉ RAMÓN LETE: No cabe ninguna duda de que 2021 ha sido un año histórico. Un año extraño, con una situación de pandemia que hemos ido combatiendo como buenamente hemos podido y que el deporte gallego ha encarado de una forma ejemplar. Todo el tejido deportivo se ha volcado en la elaboración de los protocolos FISICOVID y se ha comprometido con su estricto cumplimiento, lo que ha provocado que el deporte gallego nunca se haya frenado. El mejor ejemplo de un año repleto de éxitos son los Juegos Olímpicos y Paralímpicos. En los primeros, una de cada tres medallas y uno de cada cuatro diplomas nacionales tuvo acento gallego. En los segundos, el 87,5% de nuestros deportistas volvieron entre los ocho mejores del mundo.

GS: Galicia sigue demostrando que está al nivel competitivo más alto en España y también en el Mundo, sólo tenemos que ver clubes como Pescados Rubén Burela y a nuestros deportistas en los Juegos Olímpicos, donde brillaron con luz propia en Tokio el pasado verano ¿Por dónde pasan los nuevos planes de la Xunta para seguir apoyando a nuestros clubes y a nuestros deportistas en general?

JRL: Está claro que lo conseguido por el Burela, ser nombrado dos años consecutivos como el mejor equipo del mundo, está al alcance de muy pocos. El deporte femenino es uno de los pilares del deporte gallego y uno de nuestros ámbitos de acción más señalados. En 2021 destinamos 1,8 millones de inversión directa al deporte femenino, con medidas como el Plan de Patrocinio de los Equipos de Alta Competición Femeninos que ya va por su segunda edición. Sin embargo, nuestros mayores esfuerzos, como le comentaba anteriormente, estuvieron dirigidos a facilitar la actividad deportiva en este contexto tan especial. En 2021 destinamos cerca de 8 millones de euros para la reactivación del deporte gallego en ayudas directas para federaciones y clubs deportivos. La línea de actuación no ha de cambiar mucho porque está funcionando. Los convenios con las federaciones deportivas gallegas para 2022, anticipados todos ellos casi en su totalidad, alcanzan su dotación más elevada desde 2010 con 4,7 millones de euros y el Plan de Patrocinio Publicitario para los Equipos de Alta Competición de Galicia tendrá su presupuesto histórico más elevado con 3,5 millones de euros.

GS: Llevamos ya unos meses hablando del nuevo ciclo olímpico que culminará en París 2024, ¿ilusionado con los chicos y chicas que vienen



empujando fuerte?, ¿Apuesta ya por medallas para alguno de los nuestros nuevamente?

JRL: El papel gallego en los últimos Juegos, tanto olímpicos como paralímpicos, ha sido sobresaliente. Pero no es un hito nuevo, sino algo que viene siendo tradición. Conviene recordar que Galicia cuenta con el deportista nacional más laureado de la historia, David Cal, y con la mujer que más veces ha ido a unos Juegos en España, Teresa Portela, que en París intentará la odisea de participar en sus séptimos Juegos. Esto se consigue gracias a una apuesta decidida y estratégica en la que todos los peldaños, desde el deporte de base hasta el alto nivel son importantes. Por ejemplo, en París 2024 el break dance será disciplina olímpica. Pues bien, este año, la Xunta ya ha creado la Liga Galega de Breaking que ha sido un rotundo éxito. De medallas prefiero no hablar, porque el año pasado se superaron todos los registros con seis medallas y diez diplomas olímpicos y cinco medallas y 12 diplomas paralímpicos. Pero si hablamos de participación, el objetivo está en intentar superar o al menos acercarnos a los 20 deportistas gallegos (más 5 con licencia gallega) que acudieron a los Juegos Olímpicos y los 14 deportistas gallegos (más 2 guías) que acudieron a los Paralímpicos.

GS: Si miramos a las instalaciones, la Xunta ahí se moja y cada vez tenemos más recintos para poder desarrollar la preparación de los diferentes deportes, hace unos años llegó Expourense con una pista de atletismo hidráulica homologada que se encuentra entre las tres mejores de España, ahora vuelven a dar un paso más, apoyando las instalaciones que se construirán en A Estrada, ¿satisfecho o aún queda mucho por hacer?

JRL: La apuesta por el atletismo es inconcusa. Además de la mejor pista cubierta de España en Ourense en la que ya se invirtieron 4,3 millones de euros y que con tan sólo cuatro años de vida volverá a acoger un Campeonato de España Absoluto en 2022 y la nueva pista de A Estrada, también trabajamos en la renovación de la pista de atletismo de la USC (Santiago) con un convenio de colaboración de medio millón de euros; la licitación del módulo cubierto de atletismo en Ribeira (A Coruña); los compromisos de la primera pista homologada de la Mariña, en Cervo (Lugo); la adjudicación del módulo cubierto del IFEVI en Vigo así como las intervenciones en la pista de Negreira (A Coruña) o Cangas (Pontevedra).

En este ejercicio 2022, la Secretaría Xeral para o Deporte cuenta con un presupuesto inicial de 32.489.463 euros que sube ligeramente sobre lo inicial de 2021 (32.474.216 euros). De este total, la cuantía destinada para obras de construcción y reforma de infraestructura deportiva alcanza los 11,3 millones de euros, un 24% más que el destinado en 2021 (9,15 millones) y que ya había ascendido un 118% con respecto a 2020.

GS: Por otra parte, quería preguntarle en particular por el mundo del piragüismo, un deporte que nos trae gloria a Galicia cada vez que hay un evento importante. Ahora la Selección Española femenina de Kayak se viene para Galicia para preparar la Olimpiada de 2024 y así estar cerca de nuestra Tere Portela, me consta que usted ha sido decisivo para lograrlo, ¿Cómo lo ha conseguido?

JRL: El piragüismo es la joya de la corona en el deporte gallego. Este año, el convenio de colaboración -ya firmado- asciende a 365.000 euros que representa un incremento del 10% con respecto al año pasado y el convenio para el mantenimiento de Verducido, con un presupuesto de 120.000 euros, también sube un 4,3%. Sumadas las dos cuantías, 2022 será con 485.000 euros el año que la Federación Gallega de Piragüismo reciba mayor presupuesto de toda la serie histórica y hace falta resaltar también que se trata de la federación que más dinero recibe de la Xunta. Además, conviene destacar la apuesta que hemos hecho recientemente por los canales de aguas bravas con los estudios preliminares para uno en el río Xallas y otro en Bora (Pontevedra). Teresa Portela es una mujer que lleva en la élite más de 20 años y que en París luchará por los que serán sus séptimos Juegos, superando su propio récord con seis participaciones olímpicas, algo que no ha logrado ninguna otra mujer española. Es lógico que muchos de nuestros esfuerzos vayan dirigidos a su carrera y a su bienestar. Que Teresa Portela siga compitiendo a un alto nivel beneficia a muchas otras y muchos otros que viene detrás y pueden seguir aprendiendo de ella, que es lo que está ocurriendo en Verducido con las concentraciones de las selecciones nacionales tanto de kayak como de canoa.

GS: Usted es un hombre de deporte y en este caso fue un gran base en el mundo del baloncesto, ¿Qué nos dice de la temporada del CB Breogán?, ¿Tendrá un huequito en su apretada agenda para desplazarse a Granada a la fase final de la Copa del Rey?, ¿Podemos soñar con algo grande aún a sabiendas de lo complicado que es todo cuando están por medio Real Madrid y FC Barcelona?

JRL: El baloncesto ha sido y es mi debilidad, a pesar de que cada fin de semana intento estar en todos los sitios en los que puedo: voleibol, fútbol sala, atletismo, motociclismo, hockey... el deporte gallego es tan extenso que es imposible llegar a todo. Lugo y el Breogán fueron mi primera casa aquí en Galicia, los lugares en los que me hice gallego y como puede entender, guardo esos recuerdos con mucho cariño. La temporada que está haciendo el Breo es digna de alabar, con un bloque muy sólido y grandes estrellas ya confirmadas como Musa o Haynes, pero no nos podemos olvidar del importante componente gallego que juegan en la plantilla lucense los hermanos Quintela. La Copa para el Breogán y para su gente ya es un premio. Se cruzan con uno de los huesos duros de roer, el Real Madrid, un equipo capaz de ganarle a cualquier conjunto de Europa, pero el Breogán ya ha demostrado que nada es imposible.

GS: Hablemos ahora de salud a través del deporte y de esa "Galicia Saludable" con la que usted siempre ha soñado. El fomento de todo esto en la población ha sido un éxito, pues a través de las cohesiones grupales cada vez más gente tiene por hábito el hacer deporte diariamente, ¿Contento por cómo va todo en ese campo?

JRL: El Plan Gallego para el Fomento de la Actividad Física Galicia Saudable es una iniciativa del Gobierno autonómico, que se articula e impulsa a través de la Secretaría Xeral para o Deporte y la Fundación Deporte Galego, como oficina técnica del Plan. Este Plan nace en 2011 para hacer frente a

uno de los grandes desafíos de la salud pública de comienzos del siglo XXI: el aumento de las muertes, enfermedades y discapacidades provocadas por el sedentarismo y la práctica insuficiente de actividad física. Desde entonces, la Xunta no ha parado de trabajar para dotar a los gallegos de mejores hábitos y de una mejor calidad de vida. Son muchos los proyectos que hemos llevado a cabo desde aquí, en colaboración con otros departamentos como Sanidad o Educación, pero sin lugar a dudas, uno de nuestros campos de actuación más destacados es DAFIS (Datos de Actividad Física Saludable) que se ha convertido en una referencia no solo nacional sino también internacional, gracias al reconocimiento de la oficina europea de la Organización Mundial de la Salud como ejemplo de buenas prácticas para la promoción de la actividad física en el ámbito escolar, en 2018.

Con 36.500 valoraciones realizadas la cerca de 20.500 alumnos y alumnas de 6-16 años que incluyen datos de IMC, perímetros de cintura y cadera, desde su puesta en marcha (2013), DAFIS es un ejemplo de coordinación entre diversas entidades con el objetivo común de la mejora de la salud de los escolares gallegos a través de práctica regular de la actividad física y deportiva. Además, desde 2020 y gracias a un convenio firmado a tres bandas, los servicios de pediatría de los centros de salud se incorporan a DAFIS, pudiendo acceder, con la aprobación previa de las familias, a los resultados de las pruebas y así colaborar en esta labor pedagógica y de seguimiento de la salud de los escolares. DAFIS tiene un potencial de crecimiento enorme, incluso para llegar a otros segmentos de la población y a todos los concellos de Galicia, unos objetivos que recuperamos poco a poco tras la situación de pandemia.

GS: Ya para poner el broche final, ¿Qué le parece la iniciativa de la revista Galicia Sport con respecto a los premios que entrega anualmente a los deportistas y a los clubes gallegos de las diferentes modalidades deportivas?

JRL: Toda iniciativa deportiva es buena y los medios de comunicación tenéis una gran responsabilidad a la hora de trasladar al público la información deportiva de interés que genera nuestra comunidad, que es mucha. Una sociedad bien informada también es una sociedad saludable, por lo que valoro en gran medida vuestro trabajo. Reconocer los éxitos de nuestros clubs y deportistas es también una forma de animarlos para que no se rindan y continúen trabajando para alcanzar grandes logros, así que, enhorabuena por vuestro compromiso.



AGAXEDE
ASOCIACIÓN GALEGA DE XESTIÓN DEPORTIVA

Beone
FITNESS & SPORT CLUB

FAGDE
Federación de Asociaciones de
Gestión del Deporte de España

ASOCIACIÓN GALEGA DE XESTIÓN DEPORTIVA

Si tienes interés o ejerces una tarea directiva en el sector deportivo público o privado, de carácter profesional o de voluntariado

CUENTA CON AGAXEDE

¿QUIERES SABER?

TE INFORMAMOS



¿TIENES DUDAS?

TE ORIENTAMOS



¿REQUIERES ALGO?

TE AYUDAMOS



NUESTRA SEDE EN OLEIROS

Calle Darwin, nº1, 15172, Oleiros, A Coruña



CONTACTA CON AGAXEDE

www.agaxede.org

coordinacion@agaxede.org



MARÍA SUSANA LÓPEZ ABELLA, SECRETARIA XERAL DA IGUALDADE

María Susana López Abella, Secretaria Xeral da Igualdade
(14 de mayo de 1967)

Fue delegada y locutora de Radio Faro de Chantada entre 1990 y 1999

Estudios en Derecho y en Ciencias Empresariales.

Susana trabajaba como periodista antes de ser política. Da el salto de la mano del PP local en el año 1999.

Entre el 1999 y el 2003 fue concejala de Cultura y Relaciones Institucionales en el Ayuntamiento de Chantada y en el 2001 fue elegida diputada en el Parlamento de Galicia.

En la actualidad trabaja como Secretaria Xeral da Igualdade.

GALICIA SPORT: Susana, son ya más de dos décadas trabajando por y para todos los gallegos, consiguió muchos logros en diferentes ámbitos en este periodo ¿de cuál se siente más orgullosa?

MARÍA SUSANA LÓPEZ ABELLA: Sin duda, el poder haber contribuido dentro del Gobierno gallego a consolidar e incrementar los programas y recursos para dar una mejor respuesta a las mujeres víctimas de la violencia de género.

GS: Comienza el año 2022 pero su agenda sigue siendo igual de intensa, ¿por dónde pasan los siguientes retos de la "Secretaría Xeral da Igualdade" en lo relativo a cultura, comunicación y deporte?

MSLA: Desde la Secretaría Xeral da Igualdade trabajamos coordinadamente con los departamentos a los que se refiere para visibilizar a las mujeres en esos ámbitos, y romper con estereotipos que todavía persisten. Las niñas y niños necesitan referentes femeninos en la cultura y en el deporte. En los últimos años ha habido cambios muy positivos y esenciales. Tenemos, entre otros, varios programas de visibilización divulgativos y organizamos exposiciones para concienciar sobre la importancia de romper con los estereotipos y poder avanzar hacia una igualdad efectiva entre hombres y mujeres.

GS: El trabajo en los últimos años fue fenomenal, cada vez está más concienciada la población de los problemas de las mujeres y aunque falta mucho, ¿podemos decir que el avance ha sido satisfactorio?

MSLA: Efectivamente. En el año 2012 hicimos una encuesta entre la población gallega sobre la percepción de la violencia de género, y otra en el año 2021. La evolución en la concienciación, sensibilización y conocimiento de recursos es tremendamente positiva.

GS: Mirando al deporte, ahí el problema sigue siendo grande y eso que los clubes están volcados en favor de la igualdad pero el deporte ha sido un foco enorme de discriminación a la mujer durante décadas y décadas, parece que poquito a poco se va avanzando pero aún tenemos que escuchar barbaridades de manera bastante habitual cada vez que nos acercamos a ver eventos, ¿por dónde piensa usted que pueden pasar las soluciones?

MSLA: Hemos avanzado muchísimo en este ámbito. El trabajo de la Secretaría Xeral para el Deporte ha sido enorme y de un gran esfuerzo, apoyando a nuestras deportistas, y a los clubes femeninos. Además hemos desarrollado en conjunto campañas en los ámbitos de la prevención y sensibilización contra la violencia de género. Programas como Coñece As Nosas Deportistas son muy necesarios para que la sociedad y, sobre todo, los más pequeños tengan referentes femeninos en el ámbito deportivo.

GS: El reparto de fondos es importante cada año por parte de la Consellería de Emprego e Igualdade, ahí sí que yo creo que nadie se puede quejar, ¿satisfecha o aún se necesita más inversión anualmente?

MSLA: Los presupuestos efectivamente se han incrementado año a año desde



2009, lo que nos ha permitido reforzar programas para promover la Igualdad, impulsar el emprendimiento femenino y la conciliación; así como llevar a cabo programas dirigidos a la atención de mujeres vulnerables y, por supuesto, para luchar contra la violencia de género. Nunca se puede estar satisfecho, porque los retos son innumerables año tras año, pero la implicación de todo el Gobierno, la transversalidad de la perspectiva de género y presupuestos es un hecho objetivo.

GS: Susana, no me gustaría despedir la entrevista sin que nos hable de aquellos tiempos en los que trabajaba en Radio Faro de Chantada, ¿era el periodismo su vocación?

MSLA: Sin duda, mi trabajo en Radio Faro-Ser fue una de las épocas más bonitas. "Desde el otro lado" se ven las cosas de una forma diferente, aunque poder estar en un departamento como éste o anteriormente, como Secretaria Xeral de Familia e Benestar Social, te pone en el centro de los problemas de la sociedad, y en la responsabilidad de hacer lo posible dentro de tus competencias para ayudar a mejorar. No puedo estar más agradecida por esta oportunidad.

GS: Qué diferencias ve entre el periodismo de antaño y el que se realiza en la actualidad?

MSLA: Creo que ha cambiado muchísimo desde el año 1999. Aunque desde la radio todo era inmediatez ya en aquel momento, ahora el fenómeno de las redes sociales lo está transformando todo: los formatos televisivos o la prensa escrita que ha tenido que trasladarse al ámbito digital para poder ofrecer una respuesta inmediata, que es lo que está demandando la sociedad.



MANUEL BLANCO: “QUEREMOS SEGUIR CONSIGUIENDO TÍTULOS”

El presidente del Pescados Rubén Burela repasó la actualidad para Galicia Sport, dejando clara su ambición.

El Pescados Rubén Burela se impuso en las votaciones a la gestión deportiva como mejor club gallego del año 2021 en los premios Galicia Sport, tras otro curso para la historia, en el que el conjunto femenino volvió a ganarlo todo, siendo declarado como mejor equipo del mundo en los últimos Futsalplanet Awards. Manuel Blanco, presidente de la entidad naranja, repasó la actualidad en exclusiva para nuestro medio.

SATISFACCIÓN MÁXIMA

“Es para estar muy orgullosos de dónde estamos, con el equipo femenino es imposible conseguir más títulos, fue nombrado mejor equipo de fútbol sala del mundo en los Futsalplanet Awards 2021, eso lo dice todo. Es un trabajo de tiempo, lleva dos temporadas consecutivas ganándolo todo y yo creo que es un merecido reconocimiento al trabajo que hacen las jugadoras, el cuerpo técnico y el club en general”.

MOTIVACIÓN

“Cuando ganas y ves posibilidad de seguir ganando, todo el mundo sigue apostando por llegar lo más arriba posible. Todo lo que engloba al club, lo

que quiere es ganar, no se cansan de ganar, nosotros lo apoyamos en la medida de lo posible, intentamos tener un equipo competitivo y a ver si podemos seguir llegando a las finales y ya si las ganamos muchísimo mejor”.

FICHA TÉCNICA

PESCADOS RUBÉN BURELA

2001
Burela
(Lugo)

PRESIDENTE: Manuel Blanco

PABELLÓN:
Pabellón Muncial de Vista Alegre

CAPACIDAD: 1500

PALMARÉS SECCIÓN FEMENINA:

- 4 Ligas Españolas
- 4 Copas de la Reina
- 3 Supercopas
- 6 Copas Xunta
- 1 Recopa
- 1 Copa de Europa

OTROS RECONOCIMIENTOS:

- Mejor club del Mundo en los Futsalplanet Awards 2021.

CLÍNICA
Dra. Pilar Martínez Fernández
Oftalmóloga
Oftalmología general e infantil

Trapero Pardo 14 | Foz - Lugo Telf.: 982 133 108

¿HUMEDADES?

HUMENOR.es
INGENIERIA EN HUMEDADES
Diagnóstico Gratuito 981 105 053

El Tío Juan

Disfruta de todo el deporte, Fútbol, Moto GP, Fórmula 1, Premier League
AMPLIA TERRAZA

C/ Rafael Alberti A Coruña
Tel: 881 067 613

CENTRO VETERINARIO A Piringalla

Angelo Colocci, 25 baixo
982 809 526 - 628 100 752

contacto@veterinariapingalla.es
www.veterinariapingalla.es



ÚNICO EQUIPO PROFESIONAL EN PRIMERA FEMENINA

“Como tú sabes, somos el único club profesional que hay en Primera División femenina, las jugadoras tienen convenio colectivo pero pienso que en el mundo no hay un convenio colectivo de trabajadoras de fútbol sala femenino, eso está claro que es un coste para los clubes pero nosotros lo asumimos porque creemos que tiene que ser así. Aquí en Burela están todas las jugadoras contentas y a todo esto es a lo que se tiene que ir llegando poco a poco, a que cada vez sean más equipos los profesionales”.

EL EQUIPO MASCULINO

“El equipo masculino está un poquito concebido para salvar la categoría, sabemos dónde estamos, es difícil mantenerse pero creo que tenemos una plantilla competitiva para estar más arriba. Este año la realidad tocó así y ahora tenemos que luchar mucho para mantenernos en Primera División. También hay que darse cuenta de que tenemos el presupuesto más bajo de la categoría, esa es la realidad. Nosotros cada año hacemos los presupuestos, nos adaptamos a lo que hay y hasta donde podamos llegar vamos a hacerlo pero eso sí, no podemos intentar dar dos pasos para adelante sin cimientos, porque entonces en pocos años igual tenemos que dar cinco para atrás. Estamos ahí, vamos a seguir luchando hasta el último segundo y tenemos claro que nosotros llegamos hasta donde podemos con el presupuesto, más no podemos”.

A MARIÑA DISFRUTA

“No es solo Burela, toda A Mariña se siente cada vez más orgullosa de tener un club que los represente por España. Ahora mismo somos referencia a nivel mundial y se habla de Burela pero también se habla de A Mariña, se habla de Lugo y se habla de Galicia en un montón de sitios y un montón de países, eso lo que hace es que se conozca A Mariña muchísimo, estamos en un sitio privilegiado y cada vez que se ve todo esto, la gente viene a visitarnos”.

HISTORIA

“La gente que está en el club, la gente que está a mi lado, muchos de ellos ya estuvieron en el antiguo Cefire, que era de Burela. De aquella llegara a estar en Primera División, hablamos de fútbol sala masculino en este caso. El femenino nació en su momento en Foz, un amigo que teníamos en común comenzó a entrenar a las niñas, fue ascendiendo, fue ascendiendo y después se decidió trasladar a Burela, pues había más gente, más afición, en aquel momento había una concelleira de deportes que también llevó todo a Burela y bueno, fue eso. Después, se vieron posibilidades, se ascendió a Primera Di-

visión, se fue apostando cada vez un poquito más y se lograron traer buenas jugadoras, tanto de aquí, como también de fuera y se consiguió todo lo que hemos vistos estos años. Nosotros somos un pequeño club en el que hay un montón de gente trabajando para el club y son imprescindibles. Todo eso es lo que también hace que todo esto siga funcionando y siga para adelante con éxito. Y por supuesto, hay que hacer referencia a nuestro patrocinador, Pescados Rubén que sin eso sería inviable todo esto, al igual que tenemos que agradecer a la Fundación Deporte Galego, a la Diputación Provincial de Lugo, al Concello de Burela y a todas las instituciones, pero sobre todo a Pescados Rubén, que apostó por el equipo femenino desde el primer momento”.

EL FUTURO DEL CLUB

“La cuestión es que sigamos en esta línea, sería una gran alegría que el equipo masculino se quedase en Primera División y con el femenino cuanto más se pueda ganar pues mejor, pues es historia, eso queda para la historia. Es difícil dar un nivel tan alto, los clubes también van creciendo, cada vez hay más competitividad pero el que gana es el que queda en la historia y el que sale ahí. Ahora estamos en un momento que tenemos que aprovechar al máximo”.




ACRÓPOLE
GESTIÓN INMOBILIARIA INTEGRAL

982 100 046
647 811 905
www.acropolelugo.com
info@acropolelugo.com
San Roque, 69
27002, Lugo



DEPORTES
LIVING
SPORT
FOZ

SPONSOR TÉCNICO OFICIAL C.D. BURELA F.S.

REIGOSA
MARMOLES Y GRANITOS

Más de 50 años a su servicio, ofrecemos un servicio integral, asesoramos, medimos, fabricamos e instalamos cualquier tipo de pieza de:
Mármol, Granito, Compac, Silestone, Dekton, Pizarra, Calizas ...

Tlf.: 610 24 11 68 - 982 55 86 29 - email: mygreigosa@hotmail.com - Alfoz - Lugo

Sumedsl.com

Empresa gallega líder en el sector láser



- ▶ **Láser para podología y fisioterapia**
- ▶ **Tratamientos más efectivos para deportistas de élite**



Sumedsl.com



982 109 983



comercial@sumedsl.com



Avda. de Madrid,65 Lugo

IAGO ASPAS: EL GENIO QUE NUNCA DECEPCIONA

El gran ídolo del celtismo continúa codeándose con los mejores delanteros del panorama mundial.



FICHA TÉCNICA

IAGO ASPAS JUNCAL

01/08/1887
Moaña (Pontevedra)

APODO:

El príncipe de las bateas

TRAYECTORIA:

- RC Celta
- Liverpool
- Sevilla
- RC Celta

PALMARÉS:

- UEFA Europa League (Sevilla, 2015)

LOGROS INDIVIDUALES:

- Trofeo Zarra (máximo goleador nacional) en las temporadas 11/12, 16/17, 17/18 y 18/19, el primero de ellos fue en Segunda División.

Si un premio parecía que iba a estar claro en esta edición de 2021, ese era el de mejor jugador profesional en el mundo del balompié. Y los pronósticos no fallaron, pues una vez más, el gran ídolo del celtismo se llevó el gato al agua y además lo hizo con total justicia, tras otro año en el que dejó sensaciones nuevamente de estar al nivel de los mejores del mundo en su posición, marcando goles de genio, todos ellos determinantes para que los suyos estuviesen muy cerca de clasificarse para jugar en competiciones europeas en el curso 2020/21. La temporada actual vuelve a caminar por los

mismos derroteros y el Real Club Celta marcha y disfruta al son que marca el de Moaña, escalando en la tabla en las últimas fechas y estando ya muy cerca de poder pelear de tú a tú por el sueño de regresar a Europa.

Volviendo a los premios Galicia Sport, los otros dos nominados fueron en esta ocasión, el portero del Espanyol, Diego López, determinante para el regreso de los pericos a Primera División, y el delantero del Alavés, Joselu Mato, otro jugadorazo que pasa por uno de los mejores momentos de su carrera deportiva, sonando para reforzar a equipos grandes como el Sevilla.



Dime el lienzo y yo pongo el arte

622 25 10 58

Paradellas, 18 - 36350 - Nigrán (Pontevedra)

www.miguelrodriguezpintor.com

info@miguelrodriguezpintor.com



DEVELOPMENT SOLDADURA, S.L.

Especialistas en soldadura

675 420 398

www.devsol.es - info@devsol.es

Avda. José Abal Rúa, Nº 23 - 1º C - Meira - Moaña (Pontevedra)



INSTALACIONES FONTECLIMA

Alcalde Fandiño 8 - 2º B
36950 MOAÑA · Pontevedra
info@fonteclima.es

- FONTANERÍA
- CALEFACCIÓN
- CLIMATIZACIÓN
- ASPIRACIÓN CENTRALIZADA
- ENERGÍA SOLAR

620 980 128



CONCELLO DE MOAÑA

Moaña, móvenos o deporte!



TERESA ABELLEIRA: LA NIÑA DE ORO SE HIZO MAYOR

La jugadora pontevedresa se convirtió en una de las mejores del país y ya alcanzó la Selección absoluta.

Acaba de cumplir tan solo 22 añitos pero ya es una estrella del fútbol nacional, después de quemar etapas a pasos agigantados y siempre con mucho éxito. Y es que parece que fue ayer cuando Teresa Abelleira deleitaba en el humilde AJ Lérez de su ciudad natal, Pontevedra. En el año 2016 llegó su primer gran salto, momento en el que dio el OK a Manu Sánchez para pasar a formar parte del RC Deportivo. De blanquiazul se consagró muy pronto, debutando en el primer equipo y haciéndose la líder del grupo. El ascenso a Primera fue el premio colectivo y ya en la élite, su Depor se convirtió en la sensación de la temporada, no importando que fuese un debutante, pues se coló en la cuarta plaza de la liga, ilusionando a una afición que abarrotó Abegondo en cada partido. La hazaña fue aún mayor en la Copa del Rey, pues tras colarse en cuartos de final, aguantó al FC Barcelona hasta el último minuto de la prórroga. Al término de ese curso, el 19/20, Teresa ficha por el Real Madrid y en su primer año como merengue fue pieza fundamental para que las suyas lograran la clasificación para la Champions, torneo en el que debutó el pasado mes de septiembre y además dejando grandes sensaciones.



FICHA TÉCNICA

TERESA ABELLEIRA DUEÑAS

09/01/2000

Pontevedra

DEBUT DEPORTIVO: AJ Lérez.

DEBUT PROFESIONAL:

RC Deportivo de la Coruña

CLUB ACTUAL: Real Madrid.

DEBUT SELECCIÓN ABSOLUTA:

27 de Noviembre de 2020

PALMARÉS:

- Campeona de Europa sub 19 (Selección Española)
- Subcampeona de Europa sub 17 (Selección Española)
- Ascenso a Primera División (RC Deportivo de la Coruña)



DBS MOTOR
MECÁNICA Y ELECTRICIDAD DEL AUTOMÓVIL
DAVID BOUZAS SOUTO
649 493 936

TITANIO, PARC. 7 · NAVE:4 · 15105 · POL. IND. BÉRTOA · CARBALLO



Nima
EXCAVACIONES - CONSTRUCCIONES

Tel./Fax 981 831 123

Móviles: 650 436 568

650 458 390

correo@excavacionesnima.es www.excavacionesnima.es

C/ Tomada - 15940 P. DO CARAMIÑAL - (A Coruña)



*Carnes y pescados a la brasa
Comidas de empresa, bautizos y comuniones
Comida para llevar*

Avda. Florida, 241 - T. 986 20 14 21 - 36213 UQO



LUISMI RINCÓN: "EN EL AROSA SOMOS UNA VERDADERA FAMILIA"

El atacante se hizo con el galardón a mejor jugador gallego semiprofesional en los premios Galicia Sport.



Luis Miguel Rincón Fontán, más conocido en el mundo del fútbol como "Luismi", se llevó el gato al agua en las votaciones a mejor jugador gallego semiprofesional del año 2021 en los premios Galicia Sport, superando a otros dos nominados que también están brillando con luz propia; el jugador del Arenteiro, Víctor Eimil, y el del Bergantiños, Pablo Agulló.

GALICIA SPORT: Luismi, año 2021 muy bueno en lo personal, primero siendo una pieza fundamental en ese Alondras que terminó por jugar play off y posteriormente con tu llegada de nuevo a categoría nacional, esta vez de la mano de un Arosa SC al que te has adaptado muy pronto.

LUISMI RINCÓN: "La verdad es que el año pasado fue un gran año tanto en lo personal como en lo colectivo, entrar en play off en una liga tan competitiva como fue la Tercera, con equipos tan buenos, no es nada fácil, de hecho se ve ahora en Segunda RFEF, pues están todos compitiendo muy bien. Después, aquí en el Arosa las cosas me están yendo también muy bien, estamos en una zona bastante tranquila y estoy muy contento en el equipo desde el principio".

GS: Ahora ya toca confirmar esa permanencia, llega la hora de la verdad como se suele decir.

LR: "Sí, obviamente cuando eres un recién ascendido el objetivo prioritario pasa por salvar la categoría, ahora marcará la liga el devenir de lo que venga, más o menos estamos en una zona tranquila, si ganamos un par de partidos te puedes ver arriba, si los pierdes te puedes ver abajo y al final está todo muy igualado y no se sabe muy bien lo que puede pasar. El primer objetivo es la permanencia pero luego si podemos pelear por algo más, pues ojalá".

GS: ¿Hay mucha diferencia de Segunda a Tercera?

LR: "A ver, al final, sí que hay diferencia, los equipos están más profesionalizados en Segunda, se nota mucho, ya no a nivel jugadores, que en Tercera hay jugadores que pueden jugar perfectamente en Segunda, pero sí en cuanto a instalaciones, equipamiento, forma de trabajar, días de entrenamiento, viajes... Al final es todo más profesional y sí que se nota mucho el cambio".

FICHA TÉCNICA

LUIS MIGUEL RINCÓN FONTÁN "LUISMI"

22/04/1992

Vigo (Pontevedra)

CLUB ACTUAL: Arosa SC

CANTERA: Casablanca

ENTRENADOR FAVORITO: David de Dios.

TRAYECTORIA EN FÚTBOL BASE:

- Casablanca
- Arosa
- Celta

TRAYECTORIA COMO SENIOR:

- Cultural Areas
- CD Ourense
- Pontevedra
- Cultural Areas
- Real Avilés
- Cacereño
- Alondras

www.landin.es · landin@landin.es · 986 858 858



MenuL@n[®]
SOFTWARE HOSTELERIA

Enlazado con:
Módulo Delivery
GESTIÓN DE PEDIDOS, ENCARGOS
Y REPARTOS PARA HOSTELERÍA



CashDro

OrderL@n[®]
TELECOMANDAS

L@ndín[®]
SOFTWARE

www.landin.es · landin@landin.es · 986 858 858



GS: ¿Cómo ves el nivel del fútbol gallego?

LR: “El fútbol gallego tiene un nivel extraordinario, de lo mejorcito de España. En Galicia hay equipos muy buenos, hay jugadores que tienen mucho talento, tanto en Primera División, como en Segunda, como en Segunda B, en Tercera o en Preferente incluso y es un nivel muy, muy bueno. Hay jugadores con muchísimo nivel y de hecho en los play off siempre algún equipo gallego suele subir de Tercera a Segunda B”.

GS: Volviendo al Arosa, hálbanos de ese vestuario un poquito.

LR: “La verdad es que somos una familia, todos nos llevamos muy bien, de hecho, al final, la mayoría de los jugadores te conoces entre sí, de jugar con ellos, de jugar contra ellos y esa complicidad existe desde el primer momento y la verdad es que no puedo estar mejor”.

GS: Villagarcía, una ciudad que vive el fútbol de manera apasionada, eso siempre se agradece.

LR: “Sí, la verdad es que el ambiente de fútbol que hay en la ciudad es impresionante. Vas paseando, ves banderas, camisetas, bufandas del equipo y aún por encima ahora, que estamos en una categoría más importante, pues eso se nota y la verdad es que se siente mucho que es una ciudad muy futbolera”.

GS: Un sueño por cumplir en esto del fútbol.

LR: “Llegar a profesional pues yo creo que no lo voy a conseguir, tengo ya 29 años y aunque la ilusión no se pierde hay que ser realistas, entonces, un sueño más real sería jugar el play off con el Arosa al final de la temporada”.

GS: Un entrenador especial a lo largo de tu carrera.

LR: “Pues te voy a decir David de Dios, que lo tuve en la cantera del Celta y me entendía muy bien con él, lo tuve durante tres años. Después, ya como senior, todos me aportaron cosas nuevas y de cada uno que tuve aprendí”

GS: ¿Cuántos años habías estado en la cantera del Celta?

LR: “Fueron ocho años, llegué en infantiles y fui pasando cortes hasta el filial”.

GS: ¿Y en qué cantera te formaste cuando comenzabas?

LR: “Yo empecé en el fútbol en el Casablanca, después estuve en el Arosa durante dos temporadas y de ahí ya pasé al Celta”.

GS: Ya para terminar, un mensaje para la afición, para que apriete ahora que viene el tramo más decisivo del curso.

LR: “Sí, ahora vienen partidos clave, estamos ya en la segunda vuelta, cada punto es importantísimo, y yo solo les digo que sigan como hasta ahora, si puede venir más gente al campo mejor todavía, siempre que el covid lo permita, y que animen al equipo tal como están haciendo que seguro que todos juntos cumpliremos el objetivo y lucharemos por cosas grandes”.



Laya montaxes eléctricos

Luis Laya
 Tf.: 686 955 311
 Avd. Cambados, 157 - Vilagarcía
 layamontaxeselectricos@gmail.com

Moncho

Av. Rosalía de Castro, 105 B
 Vilagarcía de Arousa

986 505 312
 mail@mueblesmoncho.com

MUEBLES / DECORACIÓN / COLCHONERÍA

Construcciones CONSTRUGAL

Camión de 18.000 kg con contenedores para escombro y servicio de grúa

REFORMAS Y RESTAURACIÓN DE TODO TIPO DE CONSTRUCCIONES | REFORMAS INTEGRALES | REFORMAS INTEGRALES | PISCINAS DE OBRA
 TRABAJOS DE OBRA NUEVA | FONTANERÍA, ELECTRICIDAD Y PINTURA | NAVES INDUSTRIALES | ALQUILER DE ANDAMIO EUROPEO

Camiño das Barreiras, 2 - GUILLAN - 36613 - Vilagarcía de Arousa (Pontevedra) - 620 249 739 - www.construgal.es

 **XACOBE ABAL**
FISIOTERAPIA Col. Nº 2597

M. 659 932 881 - CITA POR 

Rúa José Caamaño Bounacell, 16 Baixo 1 • CAMBADOS
xacobeabalfisioterapia@gmail.com
www.xacobeabalfisioterapia.es


TRABAJOS DE ALBAÑILERÍA Y CONSTRUCCIÓN

C/ Lordelo, 19
36980 Grove (Pontevedra)
Telf. 615 25 80 05
cnes.amendez@gmail.com

COLOCACIÓN DE VINO EN FACHADA

CARNICERÍA CHARCUTERÍA

Elaboración propia
sin gluten:

Hamburguesas
Jamón Asado
Zorza - Pinchos
Criollos - Etc,...


merka
carne

Cerdo alimentado
con castañas
CRIADO DE FORMA TRADICIONAL EN GALICIA

Avda. Vilariño, 112 • 36630 Cambados (Pontevedra)
Tel.: 692 134 000

“Tu salud nos importa”

Asesoramiento nutricional:

- Nutrición saludable.
- Sobrepeso y obesidad.
- Incremento de peso.
- Nutrición infantil, adolescencia, embarazo, adulto y tercera edad.
- Alergias e intolerancias.
- Vegetariana y vegana.
- Dietoterapia: hipertensión, diabetes, hipercolesterolemia e hipertrigliceridemia, alteraciones gastrointestinales, cardiopatías, gota, alteraciones renales, déficits vitamínicos.

Estudios y reequilibrio de composición corporal

Estudios de Sarcopenia.

Charlas de educación nutricional.

www.jennifercores.com

info@nutricionjennifercores.com

Jennifer Cores

Col. GA00164



649 326 782



Centro de Asesoramiento nutricional Jennifer Cores: Plaza de Galicia, 5 - 2ºB - Villagarcía de Arosa - Pontevedra.
Espacio Arroelo Pontevedra: Michelena, 11 - 3º - Pontevedra

O mar de preciosa

Slow tourism



La vivienda, una antigua casa de pescadores, ha sido cuidadosamente restaurada, y en ella hemos querido rendir homenaje al mar, la pesca artesanal y la vida de cerca de un pueblo marino, creando un vínculo entre el visitante y la cultura marinera.

El hotel se encuentra en el centro de Camariñas en un paisaje único inmerso en la belleza y la fuerza del Océano Atlántico.

Experimente la naturaleza, la cultura marinera y la magia de A Costa da Morte.



El lugar donde nacemos marca nuestro carácter.

O MAR DE PRECIOSA es un refugio exclusivo en el corazón de A Costa da Morte. Sólo cuatro habitaciones, una suite y zonas comunes que fusionan la arquitectura con la naturaleza, brindando una atmósfera de sencilla elegancia, belleza natural y tranquilidad.



Sólo cinco habitaciones. Todas únicas y cuidadas hasta el mínimo detalle para que el alojamiento sea una experiencia para todos los sentidos. Espacios claros, acogedores y materiales naturales que invitan al descanso.

Inspiradas y orientadas en y hacia el mar que nos ofrece unas vistas privilegiadas a través de amplios ventanales, y con una decoración minimalista y ecléctica que busca la belleza en la luz y la simplicidad.

Ramón Noguera, 12; Camariñas - info@omardepreciosa.com - 657063739

[@omardepreciosa](https://www.instagram.com/omardepreciosa)



“LO BONITO EN ESTO DEL FÚTBOL ES QUE NO HAY TECHO”

La jugadora del Umia, Eva López, se hizo con el galardón a mejor jugadora semiprofesional del año 2021.

Eva López continúa su gran proyección en el mundo del fútbol y pasa por un momento brillante en su trayectoria deportiva, siendo pieza fundamental en un Umia CF que está dejando unas sensaciones inmejorables en el presente curso 2021/2022. La de Meis se ha llevado el galardón a mejor jugadora gallega del año 2021 en los premios Galicia Sport, tras imponerse en las votaciones a otras dos cracks como Ánxela Torres (Victoria FC) y Tati Barcia (Depor Abanca “B”).

TRAYECTORIA

“Empecé con 8 años en el Armenteira, que es el equipo de mi pueblo y estuve allí hasta la temporada 2013/2014, momento en el que me fichó el Arousana. En Villagarcía estuve compaginando Local con Nacional, ya que me subieron a entrenar con las mayores y disputé algunos partidos. Después,

FICHA TÉCNICA

EVA LÓPEZ

19/04/2000
Valle de Arán (Lleida)
(Afincada en Meis desde los primeros años de su infancia).

CLUB ACTUAL: Umia CF

TRAYECTORIA:

- Armenteira
- Atlético Arousana
- Umia CF

PALMARÉS:

- Ascenso a Primera Nacional con el Atlético Arousana.
- Ascenso a Primera Nacional con el Umia CF.

SUEÑOS:

- Ascenso con el Umia CF
- Jugar en Reto
- Vivir experiencias con el fútbol.



lo que quería era jugar más, creo que es lo que más necesita una niña y fue cuando decidí venirme para el Umia, hace ya siete temporadas y desde entonces estoy aquí”.

UMIA CF

“Llevamos dos campañas en las que estamos muy bien. Esta temporada seguimos en la misma línea en la que terminamos la pasada, hicimos algunos fichajes, que además están aportando un montón y se están dando los resultados”.

OBJETIVOS

“Nosotras somos un equipo muy humilde, sabemos de nuestras limitaciones pero también sabemos lo que podemos dar. Al final llevamos mucho tiempo jugando juntas, eso es un hándicap a nuestro favor y luego se van haciendo fichajes de zonas cercanas a Pontevedra y básicamente vamos partido a partido, sabemos que podemos dar mucho, sabemos que podemos llegar a estar más arriba y estamos trabajando para ello. Queremos tener los pies en la tierra, partido a partido y si se puede soñar pues mejor todavía”.

VESTUARIO

“Yo venía de estar con chicas más mayores, que también llevaban mucho tiempo juntas y pesa esa timidez de entrar en un vestuario cuando eres más niña y no terminas de encontrar tu sitio del todo. Cuando me vine para el Umia, la verdad es que me sentí siempre muy a gusto. Al final, lo que también hace mucho que los resultados se reflejen en el campo es la familia que tenemos. La mayoría llevamos mucho tiempo jugando juntas y es porque al final aquí encuentras tu sitio, te sientes bien, las compañeras hacen que te sientas cómoda y yo estoy encantada en este vestuario”.

LA PRIMERA NACIONAL

“La liga de este año es súper disputada. Al final, quitando los equipos de arriba que sí que te pueden llevar algo más de puntos y para eso tampoco tantos, el resto de equipos estamos muy igualados. En esta liga como pinches un partido, dos o tres equipos te pasan por encima esa jornada. Eso está muy bien porque hace la liga más competitiva, te motiva más, hay más intensidad, etc. Hay equipos muy buenos y cualquiera puede dar la sorpresa y al final eso es lo bonito de un campeonato, que cualquier equipo le pueda ganar a cualquier equipo”.

SUEÑOS DE FUTURO

“Soñando un poco, me encantaría que el Umia pudiese subir a la nueva categoría que se va a confeccionar a partir de la temporada que viene, me encantaría subir con el equipo en el que llevo tanto tiempo jugando y en el equipo que es como mi casa. Lo bonito en esto del fútbol es que no hay techo, al final, con trabajo y dedicación mejoras y puedes llegar muy alto. Después, también me gustaría optar a poder jugar en Reto, conocer otros sitios, viajar con el fútbol...”.

MEJOR JUGADORA EN LOS PREMIOS GALICIA SPORT

“Estoy muy contenta con todo el apoyo que recibo todos los días, de la afición del Umia, de la gente que desde su casa me votó para poder ganar este premio, incluso de gente que es de fuera y que yo no conozco y sentí su calor muy cerca. Me sentí muy arropada y estoy muy agradecida con todos ellos”.



ESIME INSTALACIONES
 GAS
 ENERGÍA SOLAR
 FONTANERÍA
 CALEFACCIÓN
 616 479 616
 Igrexa, 6 - San Salvador de Meis
 36637 - Meis (Pontevedra)
fontanerospontevedra@gmail.com

CORBISAN, C.B.
 INSTALACIONES
 FONTANERÍA
 ELECTRICIDAD
 CALEFACCIÓN
 Tragove, 52 - Corbillón
corbisancb@hotmail.com
 Fontanería: 620 241 297
 Electricidad: 620 241 296

Pablo Paz
 Tif.: 981 718 149
 627 769 336
www.alareira.es
direccion@alareira.es
 Rúa Mestre Platas n.º 25 · 15150 Baio (Zas) · A Coruña
 “Cociña á brasa”
 @alareiraabrsa



RUBÉN ALBÉS: UN TÉCNICO DE MODA EN EL FÚTBOL NACIONAL

El olívico triunfa en un Club Deportivo Lugo que comienza a soñar con el play off a Primera División.

El técnico del CD Lugo, Rubén Albés, fue reconocido como mejor entrenador gallego del año en los premios Galicia Sport, imponiéndose en las votaciones a Óscar Gilsanz (Depor juvenil/Fabril) y Michel Alonso (Coruxo/Formentera). Rubén llegó a la capital lucense el 20 de abril de 2021, substituyendo a Luis César, convirtiéndose así en el cuarto técnico del curso 20/21. La situación era absolutamente desesperada, quedaban solo siete jornadas y obrar el milagro parecía una utopía pero el vigués hizo creer a los suyos y a base de mentalidad, autoestima y trabajo defensivo, sumaron once puntos, los últimos diez de manera consecutiva, que permitieron a los rojiblancos conseguir la permanencia en Segunda División, tras una última jornada de infarto en la que tuvieron que ganar en casa de un Rayo Vallecano que se jugaba el play off de ascenso, logrando entrar de igual manera tras la

FICHA TÉCNICA

RUBÉN ALBÉS YAÑEZ

24/02/1985

Vigo
(Pontevedra)

CLUB ACTUAL:

CD Lugo

DEBUT COMO ENTRENADOR:

2010, Burjassot CF

TRAYECTORIA:

- Burjassot CF
- Wydad de Casablanca
- Novelda CF
- CD Eldense
- Valladolid Promesas
- Celta B
- UCAM Murcia
- FC Hermannstadt
- CD Lugo

PROMOCIÓN ESPECIAL

LLAVEROS GRABACIÓN LÁSER INCLUIDA

PEDIDO MÍNIMO 100 UNIDADES

9e

gráficas esteiro



Ref.01 1,45€



Ref.02 1,50€



Ref.03 1,75€



Ref.04 1,80€



Ref.05 1,80€



Ref.06 1,99€



Ref.07 2,30€

METAL Y POLIPIEL INCLUYEN CAJA PRESENTACIÓN

I.V.A NO INCLUIDO

Santiago de Compostela · info@graficasesteiro.com · www.graficasesteiro.com 981 570 749 · 659 958 145



derrota del Sporting de Gijón y ascendiendo posteriormente a Primera División, lo que habla por sí solo de la gesta lograda por el Lugo. Todo ello llevó al presidente a ofrecer la renovación al técnico de manera inmediata, la cual fue aceptada, comenzando a forjarse desde entonces el proyecto del curso 21/22.

CAMPAÑA 2021/2022

La temporada actual está siendo una de las mejores del Club Deportivo Lugo desde el ascenso a Segunda División hace ya casi una década. Rubén Albés está sacando jugo a una plantilla que es capaz de competir de tú a tú contra todos los equipos del campeonato y cerró el mes de enero sin saber lo que es la derrota desde el 6 de noviembre, día en el que la Ponferradina asaltó el Anxo Carro. Lejos de temblar por la permanencia, pues el margen con la zona conflictiva es de diez puntos tras la jornada 25 del campeonato, la afición vuelve a ilusionarse con un play off de ascenso a Primera División, algo que aunque hasta hace bien poco parecía una locura hablar de él, a día de hoy está a tan solo cinco puntos.

UN TÉCNICO JOVEN Y QUE APUNTA A PRIMERA

Ya había dejado unas gratísimas sensaciones dirigiendo a los filiales del Real Club Celta y del Real Valladolid y en la ciudad de las murallas está volviendo a demostrar que es uno de los técnicos nacionales de más nivel y con un futuro más halagüeño. Rubén Albés dota a sus equipos de carácter, de una fuerza mental difícil de superar y a su vez tiene esa barita mágica para plantear un plan en el terreno de juego y que los jugadores lo sigan al pie de la letra. Sus equipos son visibles y reconocidos por plantear defensas férreas sin que pierdan ni un ápice de peligro a la hora de atacar. Es un entrenador fabuloso, espectacular, de esos que terminan dirigiendo en la élite del fútbol nacional tarde o temprano, porque el talento se tiene o no se tiene, y el olívico va sobrado de eso y además tiene el carácter suficiente para ser dueño de cualquier vestuario que se le ponga por delante.

FUE EL ENTRENADOR MÁS JOVEN DE ESPAÑA

En el año 2010, Rubén fue el entrenador más joven de España dirigiendo en categoría nacional. Y es que su primera oportunidad le llegó en la Tercera División de la Comunidad Valenciana, en el Burjasot, el dècano del fútbol valenciano, tenía tan solo 25 años. La noticia fue muy llamativa por entonces pero a los que sabían de los conocimientos del vigués, no les cogió de sorpresa. Rubén ya era licenciado en Ciencias del Deporte y la Educación Física y también ya tenía el máster de Preparación Física de la Real Federación Española de Fútbol, además de todos los niveles de entrenador. Un año antes ya había decidido colgar las botas, tras jugar en equipos punteros de Galicia como Rápido de Bouzas, Pontevedra B o Céltiga, para llegar a la cantera del Valencia como entrenador del equipo cadete y labrarse un futuro con la esperanza de llegar a ser profesional. Reto conseguido y más que superado.



SERVICIO INTEGRAL DEL AUTOMÓVIL

REPARACIÓN

MANTENIMIENTO

COMPRA Y VENTA

982 109 779

673 828 846

www.meiferauto.com

Síguenos en

 @meiferauto

Avda. de A Coruña, 344 - 27003 Lugo

meiferauto@yahoo.es

A AUTÉNTICA NASA GALEGA PARA PROFESIONAIS DO MAR E DECORADORES
NASAS PARA O MAR E A TERRA TANTO EN FERRO COMO EN MADEIRA



PEDIDOS:

627 542 548

FABRICACIÓN PROPIA





INSTALACIONES DEPORTIVAS

Campos de fútbol de céspede natural e céspede artificial

Renovación e mantemento do Estadio Abanca Riazor (RC Deportivo)

Renovación e mantemento do Estadio Anxo Carro (CD Lugo)

CONSTRUÍMOS DEPORTE

- DISEÑO
- CONSTRUCCIÓN
- RENOVACIÓN
- MANTEMENTO
- EQUIPAMENTO DEPORTIVO

Sexa cal sexa o teu deporte.

Sexa cal sexa a túa superficie.

Ofrecemos solucións técnicas para calquer tipo de superficie deportiva:

Outdoor: fútbol e rugby (céspede natural e artificial), tenis, pádel, pistas polideportivas, pistas de atletismo, béisbol, sóftbol, etc.

Indoor: pavimentos de pavillóns deportivos en caucho, PVC, madeira, etc.

Ctra. Lugo - Sarria LU-546 km 2
27161 Santa Comba
LUGO

T: +34 982 30 59 02
E: hola@calfensa.com
W: www.calfensa.com
[@calfensadeporte](https://www.instagram.com/calfensadeporte)



JUAN VÁZQUEZ: “EL VICTORIA CF ES UN CLUB DE CANTERA”

El presidente repasó el gran momento por el que pasa la entidad coruñesa en la actualidad.

Juan Vázquez, presidente del Victoria CF, estuvo con nuestra redacción, tras ganar su entidad el premio a mejor cantera no profesional en los premios Galicia Sport 2021, tras imponerse en las votaciones a las Escuelas Deportivas Val Miñor de Nigrán y al Ural CF de A Coruña. Las “cebras” de Santa Lucía pisan muy fuerte, no han tocado techo y ya amenazan con más éxitos.

UNO DE LOS MEJORES MOMENTOS DE LA HISTORIA

“Llevamos ya muchos años muy buenos. La verdad es que los ascensos en las categorías inferiores y el acceder a las máximas categorías se cristalizó en relativamente poco tiempo y estos dos últimos años llevamos el espaldarazo de las categorías de arriba, con el senior masculino con el ansiado ascenso de Primera a Preferente, el año pasado con el acceso a la previa de la Copa del Rey, y después las niñas se quedaron a un gol, a un solo gol del ascenso a Reto Iberdrola, pues perdieron por el valor doble de los goles en campo contrario contra el filial del Betis”.

EL EQUIPO FEMENINO

“El femenino surgió por creer en él, por darle visibilidad dentro de A Coruña. En el momento en el que empezamos estaba solo el Orzán, era el club que apostaba por el fútbol femenino y nosotros decidimos apostar también y además queríamos un proyecto en igualdad con el masculino. La verdad es que las cosas están saliendo muy bien, este año tenemos más de 120 niñas y estamos muy contentos porque poco a poco se van materializando las cosas y muy feliz por poder llevarlo a cabo”.

UN CLUB DE BASE POR EXCELENCIA

“El equipo femenino ha crecido mirándose en el espejo del masculino. Nosotros lo tuvimos claro desde el inicio. Cuando nos hicimos cargo del club sabíamos que esto es un club de base, había que crecer desde la base y a partir de ahí crear unos cimientos sólidos para que poco a poco llegasen arriba, a la cúspide, que en este caso eran las categorías de arriba, siempre sin olvidarnos del tema formativo y de proyectar jugadores y jugadoras a nivel nacional. Yo creo que ahora mismo somos el club de Galicia con más canteranos en LFP, pues está gente como Lucas Pérez, Rober Suárez Pier, Juan Carlos Real, Raúl



FICHA TÉCNICA

VICTORIA CF
1943

A Coruña

BARRIO: Santa Lucía

CATEGORÍA SENIOR FEMENINO:
Primera Nacional

CATEGORÍA SENIOR MASCULINO:
Preferente Galicia

NÚMEROS DE EQUIPOS EN LA BASE: 28

JUGADORES Y JUGADORAS DE ÉLITE QUE
SALIERON DE LA CANTERA DEL CLUB:

- Lucas Pérez
- Rober Suárez Pier
- Raúl García Carnero
- Juan Carlos Real
- Laura Cetina



FISCAL - LABORAL - CONTABLE
RENTA - MARISQUEO
SUBVENCIONES E CONCURSOS PÚBLICOS
(OBRAS E SERVICIOS)
FACTURACIÓN ELECTRÓNICA

TRAMITES DE TRÁFICO
CONSTITUCIÓN DE EMPRESAS
GESTIÓN DE ENTIDADES DEPORTIVAS
LIQUIDACIÓN DE HERENCIAS
SEGUROS 

R/ CASTELAO, 2 BAIXO - 15230 - OUTES
981 850 102 - 639 831 870 - INFO@VAZQUEZASESORES.ES
WWW.VAZQUEZASESORES.ES





García Carneno, etc. Después en el femenino está Laura Cetina, que está triunfando en una de las universidades referentes de Estados Unidos y ha sido declarada mejor jugadora del campeonato”.

LOS DOS ÚLTIMOS AÑOS DEL EQUIPO SENIOR MASCULINO

“En principio, el proyecto del masculino era un reto que veníamos ansiando desde hacía tiempo. La verdad es que dimos con la persona idónea, que ya había estado en el club, que es Diego Armando García. Era su primera experiencia en el fútbol senior, cuando hablamos llegamos a un acuerdo rápido, porque el conocía la casa, había estado con nosotros en juveniles y pensó, creo que muy acertadamente, que era el equipo adecuado para dar el salto a la categoría senior. Estuvo dos años, fueron dos años inmejorables, en el primero de ellos ascendimos a Preferente, a pesar de la pandemia, y digo ascendimos porque en el momento que se corta la competición éramos primeros y le sacábamos 12 o 13 puntos al segundo, si no recuerdo mal. Al final se cristalizó el tema, ascendimos y el año pasado fue nuestra primera experiencia en Preferente. La competición se distribuyó en tres grupos por la pandemia, nos tocó el grupo de la muerte, con todos los equipos de la zona de Coruña con un nivel muy importante; Arteixo, Montañeros, San Tirso, Betanzos, es decir, teníamos una papeleta difícil, la solventamos muy bien, fuimos terceros y jugamos la fase de terceros con el resto de terceros de los grupos de Preferente y que daba acceso a la previa de la Copa del Rey al ganador. Al final nos clasificamos nosotros, tras eliminar en el último escalón al Cambados en los penaltis. Después, en la previa de la Copa le ganamos al Hernani en A Grela y el premio gordo fue jugar en Riazor contra el Villarreal”.

EL FUTURO DEL VICTORIA CF

“El futuro viene por recuperar cositas que fueron las que nos llevaron a crecer. Uno de los grandes factores que tuvo el Victoria CF para poder crecer en lo futbolístico y en el plano de categorías fue que éramos una gran familia. Evidentemente, cuando creces mucho, al ser personas que realmente no nos dedicamos profesionalmente a esto, pues cuesta tocar todo, entonces se perdió un poquito esa esencia y yo creo que estamos en el buen camino para recuperarla. Nos hemos reestructurado desde dentro, hemos incorporado a más gente, jugadores que lo han dejado y ahora se incorporan para ayudarnos y queremos recuperar esa esencia de club, de familia, de representar al Victoria y sentirse orgullosos, de tener orgullo de pertenencia. Después, en lo deportivo, pues intentar recuperar esa categoría con los “B”, ascenderlos a Liga Gallega, incluso potenciar un poquito el juvenil a ver si damos el paso

a Liga Nacional e incluso en un futuro a División de Honor. Todo pasa por ahí, nosotros somos lo que somos, somos un club de base, un club de los muchos que hay en la ciudad, que tú los conoces a todos muy bien y trabajar, trabajar mucho y recuperar esa esencia familiar, estar orgullosos de pertenecer a este club y disfrutar”.



RESTAURANTE - HOSTAL CASA JUANA



HOSTAL

- Alojamiento de trabajo en pleno corazón de la actividad industrial de A Coruña

- Habitaciones totalmente separadas para su máximo descanso

RESTAURANTE

- Comidas, reuniones
- Menús diarios
- Platos combinados.
- Tapas
- Saboree nuestros mejores platos en nuestro comedor a la carta

CERVECERÍA

- Lugar de parada obligatoria para degustar la mejor cerveza de barril y botella

CAFETERÍA

- Su tiempo de descanso será mayor si saborea nuestros cafés

SERGI QUINTELA: LA PERSEVERANCIA DIO SUS FRUTOS

El escolta del CB Breogán se está haciendo importante en la élite del baloncesto nacional en el curso 21/22.



El gran ídolo del breoganismo se ha impuesto en las votaciones a mejor jugador gallego del año 2022, imponiéndose a otros dos nominados de nivel como el jugador del Real Madrid, Alberto Abalde, y Jonathan Barreiro, la pasada campaña en el Basket Zaragoza y en la actual en el Unicaja de Málaga. Hablamos de Sergi Quintela, determinante en el regreso a la élite del "Breogán" y conservando protagonismo en la Liga Endesa en todo un equipo que viene de hacer historia, tras ser la gran revelación de la primera vuelta y clasificarse para la fase final de la Copa del Rey, la cual se jugará en Granada del 17 al 20 de febrero.

No fue sencillo consolidarse en el primer equipo del CB Breogán para Sergi, pues antes de dar el salto definitivo desde el Estudiantes de Lugo, equipo vinculado a los celestes, estuvo cedido en el Xuven Cambados durante dos temporadas. Quintela evolucionó de manera sobresaliente, llegando al primer equipo del Breogán en el verano del año 2016. El segundo año llegó la gran alegría del ascenso a la ACB pero a Sergi le tocó esperar, pues la decisión del club fue cederlo a Lleida para que continuase su progresión. En el mes de abril y tras hacer una gran temporada, regresa a un Breogán que ya tenía pie y medio en la LEB Oro. Tras confirmarse el descenso, Quintela continúa en el equipo y poco a poco se convirtió en uno de los jugadores de peso del club.

FICHA TÉCNICA

SERGI QUINTELA SALVADOR

21/04/96

Lugo

POSICIÓN:

Escolta

TRAYECTORIA:

- Estudiantes de Lugo
- Xuven Cambados
- CB Breogán

- Força Lleida
- CB Breogán

PALMARÉS:

- Ascenso a Liga Endesa (17/18)
- Copa Princesa (17/18)
- Copa Princesa (20/21)
- Ascenso a Liga Endesa (20/21)
- Clasificación Copa Rey (21/22)

PINTURAS PORTO

- PINTURA EN GENERAL
- PINTURA A LA SEDA
- PAPEL Y ESTUCADOS
- BARNIZADOS Y LACADOS
- COLOCACIÓN DE PARQUET FLOTANTE

☎ 633 827 489

Poeta Aquilino Iglesia Alvariño, 26, 27004 Lugo

ODETRES

REFERENCIA DEL BALONCESTO EN CORUÑA
AVDA. GRAMELA, 25 · A CORUÑA | T. 881 879 661

A CARRILANA



LIBRERÍA PAPELERÍA

- Fax
- Fotocopias
- Revistas
- Libros
- Trabajos de imprenta
- Material escolar y de oficina
- Pan
- Golosinas

www.libreriaacarrilana.es

Rda. del Carmen, 86 · T 982 87 28 93 · 27004 LUGO



Especialistas en la electricidad del automóvil



Sistemas electrónicos

Caviauto, en Lugo, somos un punto de referencia de venta e instalación de productos electrónicos y de audio para todo tipo de vehículos.

Sistemas de audio

El servicio principal que solicitan nuestros clientes a Caviauto es la compra de sistemas de electrónica y audio para el vehículo.

Enganches de remolque

En Caviauto instalamos enganches de remolque para todo tipo de vehículos, que se ajustan perfectamente a cada tipo de automóviles.

PRODUCTOS



SHADOW 7
ROAD VIP



PORTABICICLETAS
TOWCAR B3



PANTALLA 2-DIN
CORVY DD-500E



PANTALLA ESPECIFICA
GRUPO VOLKSWAGEN
CORVY WV-001-W8



CARCENTINEL



EASYTRACK



EMISORA CB
PRESIDENT
BILL ASC



FARO DE TRABAJO
CUADRADO 4X4/
VEHICULO
INDUSTRIAL



FARO TRABAJO
OVALADO 4X4/
VEHICULO
INDUSTRIAL-ECO



GENEVO MAX
ANTIRADARES

Rúa F, Nº 5 - Polígono As Gándaras - LUGO - Telfs.: 982 211 077 - 673 590 558

www.caraudiocaviato.com - info@caraudiocaviato.com

RAQUEL CARRERA: LA WNBA EN EL HORIZONTE

Salió elegida número 15 del draft por Atlanta Dream, aunque decidió no dar el salto por el momento.

Tiene tan solo 20 años y parece toda una veterana, y es que entre otras cosas, lleva jugando entre adultas desde los 14, momento en el que debutó en Liga Femenina 2 en las filas del Celta Zorka. En el verano del año 2019 es fichada por su actual club, el Valencia Basket, aunque su debut en la élite se produce en Araski, entidad en la que estuvo cedida durante un curso. Su evolución fue en aumento según fue avanzando el campeonato y al término de la campaña fue elegida como la jugadora con más proyección de la Liga Endesa 19/20. Todo ello le valió para regresar a Valencia y vestirse como taronja de manera oficial para el curso 20/21, el de su explosión definitiva. Raquel se convierte en una de las grandes líderes y su equipo pelea por títulos hasta el final. En el mes de abril es elegida en el puesto 15 del draft de la WNBA por los Atlanta Dream, aunque decide continuar jugando en Valencia Basket. La ourensana es la española que ha obtenido una mejor posición en toda la historia. Los sueños de Raquel continuaron colmándose con el debut en la Selección absoluta, teniendo la oportunidad de representar a España en el Eurobasket 2021 y en los Juegos Olímpicos de Tokio.



FICHA TÉCNICA

RAQUEL CARRERA QUINTANA

31/10/2001

Ourense

ALTURA: 1,88

POSICIÓN: Pívot

CLUB: Valencia Basket

TRAYECTORIA:

- Celta Zorka
- Araski AES
- Valencia Basket

INTERNACIONAL: Si

DEBUT CON LA SELECCIÓN:

- Eurobasket 2021



• Rúa Galicia, 7
988 220 185

• Rúa Ervedelo, 53
988 060 724

• Av. das Caldas, 31
988 218 742

• Av. Buenos Aires, 51
988 602 775

carnesparente@gmail.com



CARNES
MARABÚ
GANADOS

☎ 677 537 355

Carreira, 7 - 32890 BARBADÁS - Ourense



Juan Guerra

Pulpería tradicional en Galicia

T.: 981 503 054
639 818 025

Pulpo á feira Cachelos Churrasco y criollos
Carne ó caldeiro Queso con membrillo
Café de puchero Licores de la tierra Vinos de Ulla y Barrantes





calidad & asesoramiento
profesional



MAQUINARIA, HERRAMIENTAS, BUZONES... FERRETERÍA EN GENERAL

C/ Verdillo, 13 - Bajo - 15100 Carballo
981 701 117 - 659 426 467 / ferreteriaaran@ferreteriaaran.com / www.ferreteriaaran.com

AHORA TAMBIÉN GRAN EXPOSICIÓN DE ARTÍCULOS EN:

Polígono de Bértoa - Rúa do Cobre. Parc. C6C - 15105 Carballo *visítanos*

LINO LÓPEZ: "ESTOY RODEADO DE LOS MÍOS Y SOY MUY FELIZ"

El técnico del Baxi Ferrol se ha llevado el premio Galicia Sport a mejor entrenador gallego del año 2021.

Lino López regresó al Baxi Ferrol hace dos temporadas y lo hizo para volver a triunfar a lo grande, ascendiendo al equipo a la élite nuevamente y además de manera histórica, tras no perder ni un solo partido en toda la temporada, ni en la fase regular, ni tampoco en el play off. El técnico departamental se llevó el galardón a mejor entrenador gallego del año 2021 en los premios Galicia Sport, imponiéndose en las votaciones a otros nominados de muchísimo caché como Moncho López (Oporto) y Moncho Fernández (Obradoiro CAB). "Esto es un premio colectivo, tanto al club, como a las jugadoras, como a la afición, como al cuerpo técnico, por todo lo que se consiguió durante la temporada pasada y además en una época difícil como es esta que nos está tocando vivir a todos con el covid. Después, evidentemente, también te gusta estar nominado con dos maestros. Tuve la suerte de que Moncho López me dirigiese cuando era jugador y tengo la suerte de poder disfrutar de Moncho Fernández, de su dirección, de poder ir a algún entrenamiento cuando el tiempo me por permite y de aprender cada día de él y eso es un honor muy grande para mí".

GALICIA SPORT: Lino, son ya muchas temporadas en los banquillos, todos los aficionados te conocemos a la perfección, no necesitas presentación, pero recuérdanos un poquito tu trayectoria a lo largo de los años.

LINO LÓPEZ: "Fue un poco casual todo. Yo me retiré como jugador después de jugar los últimos años en el Basquet Coruña y hablando con Leopoldo Ibáñez, que de aquella era el presidente aquí en Ferrol y el fundador del club, sobre el club, las jugadoras y sobre todo en lo que estaba trabajando el club, pues me ofreció entrenar en el equipo de Autonómica y también ayudar en temas de cantera y ser entrenador ayudante de Liga Femenina 2. En aquel momento yo tenía una empresa y dudé si aceptar pero como estaba en mi casa y a Leopoldo lo conocía desde muy pequeño, ya que había sido mi profesor, pues acepté la propuesta. Al cabo de unos partidos, el club cesó al que era entrenador del equipo de Liga Femenina 2 y me propuso ser a mí el entrenador. Así empezó mi carrera, posteriormente ascendimos a Liga Femenina 1, estuvimos muchos años ahí, llegamos a jugar semifinales por el título de liga contra Perfumerías Avenida, algo que parece impensable para un club



FICHA TÉCNICA

LINO LÓPEZ AMADO

01/02/1976
Ferrol (A Coruña)

PROFESIÓN: Entrenador

CLUB ACTUAL:

Uni Ferrol (Baxi Ferrol)

CATEGORÍA:

Liga Femenina 1 (Liga Endesa)

DEBUT COMO TÉCNICO:

2011- Uni Ferrol (2º entrenador)

TRAYECTORIA COMO ENTRENADOR:

- Uni Ferrol
- Perfumerías Avenida
- Uni Ferrol (Baxi Ferrol)

LOGROS DESTACADOS:

- Ascenso a Liga Femenina 1 (2013/2014)
- Ascenso a Liga Femenina 1 (2020/2021)



AUMAN

Automatismos y Mantenimiento

Puertas automáticas
Mando a distancia
Servicio técnico todas las marcas
Instalación de telefonillos y videoporteros
Reparaciones eléctricas

☎ 607 339 498
☎ 981 383 438

Ctra. da Gándara, 185 Bajo - Narón - A Coruña • www.auman.es

PANADERÍA O VINCULEIRO



Bolas de Nata, Bolas, Bolos, Empanadas, etc.
Telf.: 981 38 54 10
Lugar de AREOSA, 3 Bajo San Xisou de NARÓN



ALUMINIOS Y PVC LA GANDARA S.L.U.

Especialistas en trabajos en Aluminio y PVC Kömmerling

☎ 981 325 700 ✉ info@aluminioslagandara.com
☎ 629 836 712 🌐 www.aluminioslagandara.com

Avda. Nicasio Pérez, 20-21 Nave 7 - Pol. da Gándara · 15407 - Ferrol (A Coruña)

como el nuestro. Posteriormente me llegó la oferta de Perfumerías Avenida, donde no acabé la temporada y volví a Ferrol, que había descendido. La temporada pasada volvimos a conseguir el ascenso y lo hicimos con un récord histórico, pues nunca se había dado que un equipo ascendiese sin perder ni un partido en todo el año, ni en fase regular, ni tampoco en fase de ascenso”.

GS: Mirando a esta campaña, regreso a la élite, ¿mucho cambio o el equipo llegó en condiciones de competir?

LL: “Bueno, la Liga Femenina 1 ha crecido mucho, ha crecido en presupuesto, ha crecido en estructuras de clubs, porque muchos equipos como Valencia, Zaragoza o Estudiantes son equipos con estructuras ACB, más los equipos que ya eran potentes de por sí, pues creo que hacen una Liga Femenina muy atractiva, que cada año está creciendo y tiene una dificultad muy grande”.

GS: ¿Por dónde pasan las metas del Baxi en sí, mirando más allá de la liga?

LL: “Nosotros teníamos un objetivo claro cuando ascendimos. Lo primero es que el equipo intente ser lo más competitivo posible, que la afición se identifique con nosotros, tenemos que dar siempre el máximo en cada partido, sabemos el presupuesto que tenemos, sabemos el equipo que hemos podido formar pero lo que era evidente es que íbamos a fichar a unas personas, a unas profesionales muy trabajadoras y que diesen su máximo. Eso lo estamos consiguiendo, es cierto que en estos últimos partidos nos ha faltado remarcarlo, pues hemos perdido los últimos cinco partidos por unas diferencias mínimas y siempre tuvimos opciones de ganar y nos ha salido cruz pero yo creo que tanto el aficionado, como el club, como nosotros, pues estamos satisfechos de que estamos consiguiendo que el equipo crezca, que las jugadoras sean mejores cada día y que la afición, que es muy abundante en A Malata, se sienta identificada con el club y con el equipo”.

GS: Lo que si es evidente es que la ciudad quería baloncesto y el Baxi está colmando esas ganas, tras ese vacío que dejó el histórico y glorioso OAR.

LL: “Para mí fue emocionante ver como en la fase de ascenso, una hora antes había colas en el Pabellón de Esteiro para abarrotar. Volver a sentir esa pasión por el baloncesto, que por suerte pude vivir, ya que con 17 años debuté en ACB en Ferrol, pues es emocionante. Ese es el mayor triunfo, ver como al principio, cuando empezábamos todo esto en Liga Femenina 2, iban poquitas personas, amigos y familiares y poco más y ahora poder ver a una ciudad entregada al equipo y ver el pabellón lleno una hora antes para poder entrar. Al final puedes ganar o no pero sentir eso en tu casa es lo más gratificante”.

GS: Se echa mucho menos a Ferrol en la élite masculina, ya no digo en ACB pero al menos en una LEB Oro o en una LEB Plata.

LL: “Sabemos las dificultades que hay actualmente, entonces, evidentemente no es solo las ganas o que tengas gente volcada o gente que quiera, al final, el dinero manda, es necesario que las empresas que tengas en la ciudad te apoyen. Yo creo que las instituciones están haciendo un gran esfuerzo por mantener el deporte de élite en la ciudad, en la provincia e incluso en la comunidad autónoma pero evidentemente no es fácil porque siempre necesitas un sponsor fuerte, que no es fácil de conseguir, una estructura, etc, entonces se hace complicado pero ojalá, ojalá podamos ver en Ferrol a un equipo masculino en una categoría de máximo nivel nuevamente”.

GS: Un sueño por cumplir, algo que te haga especial ilusión.

LL: “Sinceramente no puedo pedir más. Yo lo que quiero es ser feliz en la vida, por suerte, mi pasión, lo que he vivido toda la vida, es mi profesión y tengo que estar muy agradecido. Además, estoy rodeado de los míos, de la gente que me quiere y puedo aún encima disfrutar de entrenar que es lo que me gusta. A veces, muchas veces por egos, te gustaría ganar, te gustaría los títulos pero a mí lo que me reconforta es entrenar, poder ser respetado en mi profesión, trabajar en lo que me gusta y ser feliz haciéndolo. Ahora lo soy y aún encima en mi casa, no puedo pedir más, no hay mayor sueño que ese”.



SONON
centro auditivo

Ofrecemos servicio médico y audiológico
con más de 10 años de experiencia

www.centroauditivosonon.es
C/ Rubalcava, 21 Bajo. Ferrol - 981 945 687

Ahora tus audífonos recargables a medida

Ajuste a tu oreja de forma fácil y rápida

Detección automática de situaciones

Compresión del habla mejorada

Recargable

Conectividad por Bluetooth





TRABAJOS DE DECORACIÓN Y CUBIERTAS

- Decoración de interiores de vivienda particular o negocios.
- Montaje en pladur y todo tipo de pinturas.
- Cubiertas y aislamientos en tejados de fibrocemento, acero precalado o galvanizado, panel sandwich, etc.

Poligono Vilar do Colo. C/ Lastre. Parcela J-11 · 15622 Fene · A coruña · T. 649 141 403 · contacto@decorfene.com · www.decorfene.com



CASA Y BAÑO



“UN CONCEPTO INTEGRAL DE LA REFORMA DE TU HOGAR”



Dirección: Estr. de Castela, 309 Bajo - 15404 Ferrol **Teléfono:** 981 330 290
E-mail: casaybano-star@casaybano-star.com
Visita nuestra Web: <https://www.casaybañostar.com>

ocamiño do inglés

☎ 981 35 20 90
C/Espartero, 77-79 - 15401 Ferrol - A Coruña
www.ocaminodoingles.com

Grazas pola túa visita
Non collemos reservas

**Josefa's
BAR**

+34 881 93 65 89
C/San Francisco, 17 - 15401 Ferrol - A Coruña



**FERRETERÍA
FORTÚNEZ**

**Plaza de Canido, 5
15401 FERROL
T: 981 357 419
Fax: 981 354 789**



MARTIN

Opportunity
COMPRA - VENTA
SEGUNDA MANO



y también ...

TRANSPORTES

MUDANZAS

PORTES

LIMPIEZAS

Rápido, económico y fiable

MILLADOIRO - AMES: C/ Rosalía de Castro, 8 - Tlf. 660 75 10 00

SANTIAGO: Vía Edison, 50 A - Pol. Tambre - Tlf. 661 003 676

FERROL: CARANZA. C/ Lepanto, bloque 9. Bajo. - Tlf. 661 089 932

www.martinopportunity.com

Síguenos en **facebook**



PABLO CANCELA: EL TRIUNFO DE UN GLADIADOR

El coruñés se hizo grande en la Serie A1 italiana, donde alcanzó la Selección Española absoluta.

El mundo del hockey sobre patines gallego triunfa a nivel nacional e internacional y en esta ocasión fue un jugador que milita en un equipo de la Serie A1 italiana el que se llevó el galardón a mejor jugador del año 2021 en los premios Galicia Sport. Hablamos de Pablo Cancela, un coruñés que se hizo grande jugando en Italia, pues fue cuando militaba en el Forte dei Marmi cuando fue llamado por primera vez para formar parte de la Selección Española y donde su carrera despegó de manera definitiva. Su debut en OK Liga fue en el HC Liceo siendo todavía juvenil, tras pasar previamente por las canteras de Santa María del Mar y Dominicos. Tras no poder consolidarse en el primer equipo verdiblanco, Cancela se buscó la vida en Vigo Stick, Cerceda y Alcoy, para llegar posteriormente al Forte dei Marmi y convertirse en estrella. Su siguiente experiencia fue en un Oliveirense que alcanzó la final de la Copa de Europa. De Portugal nuevamente a Italia para enrolarse en las filas del Follonica, siendo su última experiencia por el momento la del Bassano, equipo en el que cumple su segunda temporada. El pasado verano sonó con fuerza para reforzar al Liceo pero el regreso a casa tuvo que esperar.

FICHA TÉCNICA

PABLO CANCELA

33 años
A Coruña

CLUB ACTUAL:

Bassano

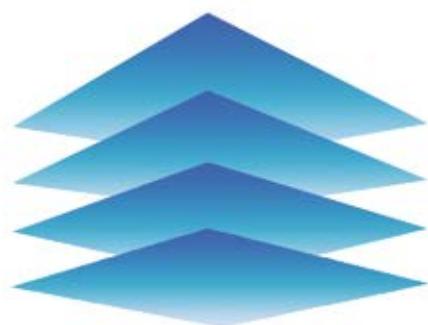
DATO DE INTERÉS:

Internacional con la Selección Española absoluta.

TRAYECTORIA:

- Santa María del Mar
- Dominicos
- Liceo

- Vigo Stick
- Cerceda
- Alcoy
- Forte dei Marmi
- Oliveirense
- Follonica
- Bassano



**REVESTIMENTOS
NORDÉS**

S: 605 871 067 - V: 605 871 068 - L: 605 871 069
Castrillón - LEMA, 34 - 15100 CARBALLO (A Coruña)

Óptica Mais Q Ollos

Avda. Finisterre, 46-50 Bajo - 15145 A Laracha (A CORUÑA)
Teléfonos: 981 61 28 45 - 655 931 567
Mail: info@opticamaisqollos.com - Web: www.opticamaisqollos.com





VS.



TE CUIDES COMO TE CUIDES

TE SABRÁ IGUAL DE BIEN

Calvo® ligero

EL SABOR DE SIEMPRE, CON LA MITAD DE GRASA



50% menos de materia grasa con respecto a 100 g de producto neto escurrido de atún claro en aceite de girasol (y en aceite de oliva) standard de Calvo. Combina actividad física con alimentación variada y equilibrada www.habitosdevidasaludables.com. Un menor consumo de grasas saturadas contribuye a mantener niveles normales de colesterol.

MARÍA SANJURJO: “SUEÑO CON GANAR UN TÍTULO CON EL LICEO”

La internacional regresó al club a comienzos del presente curso, tras triunfar a lo grande en el Telecable.

María Sanjurjo regresó al HC Liceo al comienzo del presente curso 2021/2022, tras tres temporadas de éxito en el Telecable Gijón, una de las entidades más grandes del país y en la que alcanzó grandes cotas personales, como ser convocada para el Mundial, el cual ganó con la Selección Española en el año 2019 en Barcelona.

TRAYECTORIA

“Empecé en el Dominicos, a los 10 años fiché por el Liceo y estuve jugando con chicos, estuvimos en Campeonatos de España en las categorías inferiores y después ya cuando pasé al senior femenino ascendimos a OK Liga, estuvimos dos años en OK Liga y luego pasé a jugar en Gijón durante tres años. Este año volví al Liceo para afrontar este reto tan bonito que es el regreso del club a la OK Liga. Después, estuve en la Selección Española y en la Selección Gallega. Con España ganamos el Mundial de Barcelona en el año 2019 y con la Selección Gallega fuimos a Campeonatos de España, siendo subcampeonas en una ocasión y bueno, así fue transcurriendo todo”.

UN HC LICEO CON ASPIRACIONES

“La verdad es que hemos fichado a tres chicas que también son internacionales; una italiana, una argentina y una chilena, después vino también una chica desde Asturias que es muy buena y todo unido a la gente que ya estaba en la casa y que lo hace de maravilla, pues yo creo que tenemos un gran nivel, así que tenemos que ser muy optimistas”.

OBJETIVOS PERSONALES

“Pues van un poco relacionados con los objetivos colectivos también, es decir, me gustaría conseguir todos los títulos posibles, luego, ir a la Selección creo que ya es de por sí el objetivo personal de todas nosotras. Ya te digo, ganar todo lo posible y clasificarnos para todo lo que podamos y luego en lo personal, me gustaría ir a la Selección nuevamente”.

EL VESTUARIO DEL LICEO

“Bueno, si quitamos a los fichajes nuevos, las demás ya nos conocíamos de toda la vida, entonces es muy fácil todo. Las que han llegado se han adaptado



FICHA TÉCNICA

MARÍA SANJURJO

21 años
A Coruña

INTERNACIONAL: Selección Española

CLUB ACTUAL: HC Liceo

CANTERA: HC Liceo

INICIOS EN EL HOCKEY: Dominicos

TRAYECTORIA SENIOR:

- HC Liceo
- Telecable Gijón
- HC Liceo

PALMARÉS CON LA SELECCIÓN

- Campeona del Mundo (Barcelona, 2019)

PIROTECNIA
Ricardo Resúa, S.L.

Lg. Monte Deira - Pedroso - Vilariño
15991 Cespón - BOIRO (A CORUÑA)
Tel./Fax: 981 84 83 05

629 755 405
629 755 406

www.pirotecniaRicardoresua.com · info@pirotecniaRicardoresua.com · presupuestos@pirotecniaRicardoresua.com

A Lareira
Taberna Galega - Restaurante

Rúa Sol, 4 -Bajo - 27800 - VILALBA (Lugo) 982 512 842
carmenfernandezfernandez7@gmail.com @tabernagalegaalareira



muy bien y tenemos un grupo muy bueno, que crece en el día a día y que se entiende cada vez mejor. Formamos un gran vestuario”.

SU CONEXIÓN CON STANIS GARCÍA

“Como ya te comentaba antes, jugué con chicos en el Liceo y después también ya con las chicas. Fue mi entrenador en ambos casos y también fue mi entrenador en la Selección Gallega, entonces nos conocemos mucho, como se suele decir. Es muy apasionado, muy exigente y bastante estricto con sus pensamientos, le gusta tener totalmente controlado al equipo, por decirlo de alguna manera”.

EL REGRESO DESDE TELECABLE

“Influyen varias cosas. Yo necesitaba un cambio y el Liceo siempre es la primera opción. A partir de ahí, me ilusionó el equipo que se estaba montando, un equipo joven, con calidad y que me llamaba la atención. Esos factores fueron clave. Tenemos un equipo que puede hacerlo muy bien, yo creo que lo estamos demostrando y a ver qué pasa en estos meses que faltan. Uno de mis sueños como deportista es ganar un título con el Liceo”.

INICIOS EN DOMINICOS

“Estudí toda la vida en Dominicos, hasta Bachillerato. Siempre gusta ver como las cosas van bien en el sitio donde una nace. Además, para el hockey gallego es algo que beneficia mucho, que el Dominicos esté en OK Plata, Compañía también y yo me alegro mucho por todos los clubes”.

NIVEL DEL HOCKEY GALLEGO

“La verdad es que este año que volví a Galicia y vi el Campeonato de España de selecciones, pues yo creo que viene bastante cantera, un buen nivel, hay muchas jugadoras que lo hacen muy bien y ahora lo que hay que hacer es potenciar todo eso., porque si no se hace se puede perder con facilidad”.

MENSAJE A LA AFICIÓN VERDIBLANCA

“Vamos a dejar al Liceo todo lo arriba que podamos, vamos a darlo todo y yo animo a la afición a venir a vernos y a seguir mostrando todo el apoyo, ahora viene la fase más importante de la temporada y seguro que entre todos vamos a lograr llevar a este club a la parte alta del hockey femenino nacional”.



serranogundin136@gmail.com
Avda. Finisterre, nº 77
Coristanco (A CORUÑA)

Teléfonos:
981 73 43 92 - 610 506 909



SERVICIOS Y LIMPIEZAS INDUSTRIALES
TRANSPORTISTA PROFESIONAL DE RESIDUOS
GESTIÓN DE RESIDUOS

659 299 276 · 627 276 124



CARLOS LOUREIRO: “LA CLAVE DEL ASCENSO FUE EL VESTUARIO”

El coruñés ganó el galardón a mejor entrenador gallego del año 2021 en los premios Galicia Sport.

El hockey femenino gallego se llevó el pasado curso una grandísima alegría con el ascenso a OK Liga del HC Liceo. Las verdiblancas recuperaban la élite, tras varios cursos apartadas y el técnico del equipo, Carlos Loureiro, fue parte importante del éxito, lo que le llevó a ser nominado a mejor entrenador gallego del año 2021 en los premios Galicia Sport, imponiéndose en las votaciones finales a Edu Castro (FC Barcelona) y Juan Copa (HC Liceo).

GALICIA SPORT: Carlos, lo primero, háblale a nuestros lectores de tu inmaculada trayectoria en el mundo de los banquillos, yo te recuerdo siempre con éxitos, primero en Escola Lubiáns y con la Selección Gallega, después en Dominicos y posteriormente con el femenino del HC Liceo.

CARLOS LOUREIRO: “En Escola Lubiáns fue donde empecé, donde me dieron la oportunidad, y fue una etapa maravillosa. Se retomó el trabajo con colegios, con escuela de patinaje y se formó de nuevo la continuidad de todas las categorías, ya que había un vacío en alguna de ellas. Se involucró muchísima gente en el proyecto. Los últimos años estuve con el equipo sénior y me quedó la espina de no haber ascendido, porque hubiese sido un gran premio, tanto para la plantilla como para el club. El Lubiáns es una familia. Durante ese tiempo tuve la suerte de que el por entonces seleccionador gallego, Carlos Sánchez, me unió a su cuerpo técnico, y con ellos estuve tres años, en donde aprendí muchísimo y en los que conseguimos dos Campeonatos de España masculinos. Después, hablando ya de la época en Dominicos, el primer año fue muy bueno, con el ascenso a OK Plata. El equipo dio un nivel muy alto y por fin volvió a la categoría nacional, algo que se necesitaba muchísimo para que toda la base del club tuviese un espejo en el que mirarse. El segundo año ya fue complicado: tocaba adaptarse a la nueva categoría, los resultados no acompañaban...; no jugábamos mal, pero no dábamos plasmado en la pista lo trabajado. Y de ahí al Liceo femenino...”

GS: Mejor entrenador del año 2021, premio justo y más que merecido, ¿cómo ha sido todo hasta culminar ese ascenso a OK Liga con el Liceo?

CL: “En principio se pensaba que la plaza vacante de OK Liga que iba a otorgar la Federación Española iba a ser para el Liceo, pero finalmente se la dieron al HC Borbola y hubo que ascender en la pista a lo largo de la tem-



porada. Fue largo, estresante y parecía que nunca iba a llegar, porque cada día pasaba alguna cosa nueva. Comenzamos con la incertidumbre de cuándo empezaría la liga, por el tema del covid. Una vez que se inició, creímos que la Liga Gallega sería lo más complicado, porque había rivales que estaban trabajando muy bien, otros que se habían reforzado...; lo estábamos haciendo bastante bien y se da por concluida la liga a falta de dos jornadas nuevamente por el covid, aunque nos vino bien, porque los puntos que teníamos nos daban para clasificarnos para la liga de ascenso. Y precisamente esa liga, que pensábamos que iba a ser un trámite con equipos más flojos, resultó que iba a ser una odisea, pues en ella se metieron equipos que ya tenían plaza en OK Liga (una norma que está permitida en el hockey) y cuyas jugadoras estaban rodadas en la máxima categoría. Pese a todo, conseguimos el primer puesto”.

GS: Háblanos de ese vestuario que tantas alegrías dio a la ciudad.

CL: “La clave del ascenso estuvo precisamente ahí, en el vestuario. A mi lado tenía un gran cuerpo técnico, en el que hay que destacar a Mon Fernández, el preparador físico, porque consiguió que las jugadoras estuviesen como avio-



EXPIGA

www.expiga.com

Profesionales especializados en gestión inmobiliaria
con más de 20 años de experiencia

- Locales comerciales • Oficinas • Naves •
- Edificios • Terrenos industriales •

EXPERTOS INMOBILIARIOS GALLEGOS S.L.



C/ Galileo Galilei, 2, 1º A 3. Ed. Work Center. Polígono de A Grela. A Coruña • Tel. 981 22 55 00 • E-mail: expiga@expiga.com



nes y no le tuviesen nada que envidiar a ninguna de las rivales de OK Liga. Después, lo de las jugadoras fue excepcional. Confiaron ciegamente en nosotros, en todo lo que le decíamos, y sobre todo creyeron siempre que podían conseguirlo. Cada una tenía algo especial para aportar dentro del equipo, entendieron perfectamente lo que queríamos de cada una, se adaptaron al sistema de juego y sinceramente a mí me encantaba como jugábamos. Una de las claves además fue la defensa, en donde fuimos muy fuertes, con Katy dejando la portería a cero en 8 de los 12 partidos, encajamos solo 6 goles en toda la liga de ascenso”.

GS: Y llegó el curso 21/22, comenzabas una nueva pretemporada, la liga estaba a punto de arrancar pero decides dar un paso a un lado, ya que el club falta a su palabra, discrimina a las jugadoras y cambia las condiciones. Tras todo lo sucedido, yo como redactor solo puedo darte la enhorabuena por tener tanta dignidad. ¿Quiénes te han decepcionado más?

CL: “Hicimos una pretemporada larga, porque comenzamos en agosto a entrenar, ya que teníamos cerrados amistosos y la presentación del equipo, aunque el inicio de liga finalmente lo aplazaron hasta noviembre por el Europeo de selecciones. Durante esos meses soy consciente de quejas de las jugadoras y con toda la razón. Pero también les haces ver que aún falta mucho para que comience la liga, y que cuando llegue ese momento todo estará perfecto. Pero ves que pasan las semanas y todo sigue igual. Hasta que tras la primera jornada de liga se nos anuncia -con cachondeo además- que vamos a viajar en furgonetas, lo que fue el desencadenante para que lo dejase. Yo simplemente pedí lo que considero justo para un equipo de la máxima categoría, además de ser lo que el propio club me vendió, tanto a mí como públicamente, el mismo trato que iban a recibir las dos primeras plantillas -masculina y femenina-. Y yo afortunadamente no vivo de esto, con lo cual mi obligación es defender a mi plantilla por encima de todo. Aún así, que fue de las cosas que más me fastidió, tuve que escuchar que me marchaba por falta de ilusión y compromiso. Si para tener compromiso hay que aceptar cualquier trato discriminatorio, pues sí, reconozco que no tengo compromiso ninguno. Y siempre dije que el detonante de mi salida no fue económico, pero si aún encima a esto le sumas que llevaba más de seis meses sin cobrar, creo que cualquiera deduce que la falta de compromiso no ha sido precisamente mía”.

GS: ¿Has podido cobrar ya esa cantidad?

CL: “No. Durante este tiempo intenté ponerme en contacto con la administración y la gerencia del club, pero nunca obtuve respuesta. Por eso me vi obligado a iniciar la vía legal”.

GS: Pero, ¿está tan mal el HC Liceo a nivel interno y estructural como comienza a dar la sensación desde fuera?

CL: “Pues eso ya no me toca responderlo solo a mí, que ya no estoy, sino que habría que preguntárselo a las plantillas del femenino, de Ok Plata, a la gente que se ha marchado del club... En lo que a mí respecta, lo que he vivido a nivel interno con mi equipo, al margen del tema de las furgonetas, son cosas como que las internacionales no llegaran hasta el día antes de empezar la liga, lo cual es solo otra consecuencia de la actitud del club ante cualquier situación que requiriese recursos económicos. Todo era “para la semana”, al igual que los pagos atrasados. Desde el club se dijo que no se habían dado cuenta de que el femenino no podría viajar en avión hasta dos semanas antes de empezar la liga. ¿Esto no tendría que estar planificado de antes, así como el presupuesto del que se iba a dotar al femenino esta temporada?”

GS: Un mensaje para la afición del femenino que tanto te adora, me consta que estás pendiente del equipo en todo momento y que empujas desde fuera como un aficionado más para alcanzar la permanencia.

CL: “¿La permanencia? Esta plantilla tiene que aspirar a todo. Con lo que había y con lo que se fichó, hay equipo para pelear por lo máximo. Sin las dos internacionales sudamericanas -que son de las mejores del mundo- ganamos en pretemporada al Sporting de Lisboa; eso te da una idea de la calidad que hay ahí. Yo desde fuera lo sigo viviendo cada semana a través de la pantalla y con los mismos nervios que si estuviese en el banquillo”.

FICHA TÉCNICA

CARLOS LOUREIRO ROMERO

22/01/1986

A Coruña

FORMACIÓN:

- Grado en Educación Primaria con Especialidad en Educación Física y en Música.
- Máster en Alto Rendimiento Deportivo por el COE.
- Máster en Educación Secundaria con especialidad en Ed. Física.
- TAFAD.
- Entrenador Nacional de

hockey.

TRAYECTORIA COMO ENTRENADOR:

- HC Liceo (categorías base).
- Escola Lubiáns.
- Selección Gallega.
- Dominicos.
- HC Liceo.

PALMARÉS:

- Ascenso OK Plata (Dominicos).
- Ascenso a OK Liga (HC Liceo).
- Campeón España Selecciones (2)

Mesón A Ría

CERRAMOS POR DESCANSO LOS DOMINGOS TARDE Y LUNES TODO EL DÍA

A Ría

Mesón - Pulpeira

aria.mesonpulpeira

981 663 142

Paseo dos Templarios, 5 - O Temple - Cambre



JAVI DÍAZ: "MI DEBUT FUE EN EL ACADEMIA OCTAVIO"

El guardameta de O Rosal fue elegido como mejor jugador gallego del año en los premios Galicia Sport.

El premio a mejor jugador gallego del año 2021 en los Premios Galicia Sport fue para Javi Díaz, tras imponerse en las votaciones finales a Rodrigo Corrales (MKB Veszprém), Víctor Rodríguez (Bidasoa Irún) y Pedro Rodríguez (Balatonfüredi). El guardameta de O Rosal vive una segunda juventud y a sus 46 años continúa siendo uno de los más destacados de la Liga Asobal.

GALICIA SPORT: Javi, los años no pasan por ti, ahí sigues y a un nivel espectacular.

JAVI DÍAZ: "Los años se notan, eso está claro, que no te quepa la menor duda. Yo cuando terminé en Valladolid tenía pensado retirarme pero me llamó el Cangas y no lo dudé. Esta es mi cuarta temporada en el club, estoy muy



EL PULPO
siempre de La Ría



EL ACEITE DE OLIVA
siempre virgen extra



EL PIMENTÓN
siempre de La Vera



LOCAL CLIMATIZADO



986 30 09 23



Alfredo Saralegui, 28



doschata



Dos Chata Tapería



doschatas@gmail.com



cómodo, muy contento y además este año estamos haciendo una temporada muy buena, queda la segunda vuelta, ahora tenemos la eliminatoria de la Copa del Rey ante Huesca, que de pasarla estaríamos en la fase final. Sería algo muy bonito, sobre todo para el grupo, sería un gran premio para todos”.

GS: Ahí está la ilusión, está vibrando todo Galicia, no solo Cangas, jugar la fase final de la Copa sería apoteósico y también la gente ya empieza a soñar con jugar en Europa la temporada venidera, ¿es un objetivo real?

JD: “A ver, a ver, de Europa no podemos hablar, la verdad es que eso sí que es algo que ni se habla en el vestuario, ni nada que se le parezca, primero tenemos que salvarnos. Es verdad que hemos hecho una primera vuelta extraordinaria pero queda aún muy lejos el poder hablar de objetivos como ir a Europa. No contábamos con ir tan bien, eso sí, sabíamos el nivel que podíamos dar pero quedan muchas cosas para poder estar en Europa, ni contamos con ello, ni nada así, al menos por el momento. Ahora tenemos que soñar con la Copa, nos queda un pasito para poder estar en la fase final, el resto queda lejísimos”.

GS: ¿Cómo está el vestuario?

JD: “La verdad es que muy bien. Yo tengo 46 años y no es que me las sepa pero al final esto es casi siempre igual, si todo va bien, todo es felicidad, todo es bonito y todo es increíble, después, cuando las cosas van mal es todo lo contrario. Entonces de lo que se trata es de saber gestionar todas las cosas malas y que la mierda salga a flote, como se suele decir. El vestuario, qui-



tándome a mí de la media de edad, estamos hablando del más joven de la categoría o del segundo más joven, todo es ilusión, todo es estupendo y da gusto, son gente joven con muchas ganas y con mucho futuro la mayoría de los chicos”.

GS: Mirando a lo personal, este año estás que te sales, está siendo destacado en cada crónica, ¿cuál es la clave para mantenerte a ese nivelón?

JD: “Bueno, yo creo que todo se debe al equipo, sobre todo cuando hablamos de un portero, pues al final, un portero puede tener un día bueno o dos, pero no toda una vuelta. Al final necesitas que los compañeros estén muy bien y echen una mano para poder mantener el nivel. Al final ocupamos un puesto muy especial y necesitas que los compañeros te echen una mano y que defiendan para que puedas parar. La portería va mucho con el nivel del equipo, cuando el equipo está funcionando, la portería funciona. Yo me mantengo ahí porque tengo ilusión, eso está claro, pues soy un privilegiado y hago lo que me gusta desde crío, desde los 17 años, llevo casi 30 años, eso es muy difícil de decir, vas a trabajar y vas a gusto, soy un privilegiado, estoy haciendo lo que me gusta y sigo haciéndolo. Está claro que cada día queda menos para la retirada pero bueno, mientras no llega, pues disfruto al máximo”.

FICHA TÉCNICA

JAVIER DÍAZ PÉREZ

26 de Marzo de 1975
O Rosal (Pontevedra)

TRAYECTORIA:

- Atlético Novás
- Chapela
- Academia Octavio
- Teucro
- Teka Cantabria
- Villa de Aranda
- Atlético Valladolid
- Frigoríficos do Morrazo

DEBUT EN ASOBAL:

- Academia Octavio.

OTROS DATOS DE INTERÉS:

- Más de 30 años en el mundillo.
- Más de 600 partidos en Asobal.

PRÓXIMO RETO:

- Jugar la fase final de la Copa del Rey con el Frigoríficos do Morrazo.

LA RED DE ESPECIALISTAS DEL NEUMÁTICO

BOXXES
BY MAXXIS®



986 307 036 Haz tu parada

TURISMO
FURGONETA
SUV
4X4 EXTREMO

NEUMÁTICOS QUE DEJAN HUELLA
MAXXIS
TYRES



NEUMÁTICOS · MECÁNICA · ACCESORIOS · CRISTALES · AIRE ACONDICIONADO · DESCARBONIZACIÓN CON HIDRÓGENO

PATROCINADOR DEL CLUB BALONMANO CANGAS - LUCEROS

GS: Javi, jugaste prácticamente en todos los equipos gallegos que a lo largo de los años fueron pasando por la élite, ¿cuál fue el más fuerte de todos?

JD: “Me cogió en etapas diferentes casi en cada uno de ellos, es decir, esta Asobal no tiene nada que ver con la que viví yo en aquellos años cuando era la mejor liga del mundo, lo que puede ser hoy la liga alemana. De aquella en España estaban los mejores extranjeros, los mejores nacionales, era fuertísima la liga, piensa que las competiciones europeas las ganaban todas los clubes españoles, daba igual Champions, que Recopa, que lo que fuese, copábamos todo, entonces esas ligas no tenían nada que ver con lo de hoy. Yo siempre recuerdo los ocho años que estuve en el Teucro, era joven, tenía 21 o 22 años y la verdad es que yo me hice un portero de verdad en el Teucro. La confianza que me dio Modesto Augusto fue brutal, teniendo ofertas para irme, me convenció para seguir y estoy muy agradecido, pues al final eres joven y muchas veces te equivocas, pero supo convencerme de que mi sitio era allí y me dio minutos y para un portero joven eso es lo que vale, lo que te da la experiencia para tu madurez y yo todo eso lo adquirí en el Teucro”.

GS: ¿Fuera tu debut en Asobal en el Teucro o en el Academia Octavio?

JD: “No, no, mi debut en Asobal fue en el Octavio, en Vigo”.

GS: Un Octavio que fue un histórico y que por desgracia a día de hoy no sigue compitiendo, dejando a Vigo sin una de sus pasiones, eso sí, parece que surgen proyectos en la ciudad olívica en el mundo del balonmano.

JD: “Después de la desaparición del Octavio, Vigo necesita un club en la élite. Yo creo que hay un par de clubes que lo están haciendo muy bien pero bueno, tienen que darse muchas cosas, al final, lo económico también es muy importante para poder llegar arriba. Tardarán un poquito en volver, quizás no es el momento más sencillo para montar un proyecto de Asobal pero poco a poco, si continúan haciendo bien las cosas, espero que más pronto que tarde, podamos ver de nuevo a Vigo en Asobal”.

GS: Más de 600 partidos en Asobal, ya te quedan poquitos compañeros a los que superar, ¿ves posible llegar a ser el jugador con más encuentros jugados de la historia de la liga?

JD: “Buf, aún me falta muchísimo, eso es casi imposible, piensa que Hombrados tiene más de 700, por poner un ejemplo. Si acabo la temporada sin lesiones, me parece que acabaría como segundo o tercero, no te lo sabría decir de manera exacta. Tendría que jugar tres o cuatro años más para llegar a ser el que más partidos jugó en la liga”.



GS: ¿Cómo ves el nivel del balonmano gallego?, ¿cómo viene la base?

JD: “En la base se está trabajando muy bien, ahí estuvo el Cisne juvenil el año pasado, quedando Campeones de España y la verdad que en Galicia se está trabajando muy bien, tanto en categoría masculina como en categoría femenina. Lo único que hay que tener es paciencia y después ya claro, al final manda el dinero y entonces a la mínima que despunta alguien, pues se tiene que ir fuera a día de hoy, ya que si quiere sacar algo de rendimiento económico no queda otra. Esperemos que esto cambie, que empiece a volver el dinero a España y que la gente que en vez de tener que emigrar, pues que se quede aquí y si puede ser en clubes gallegos pues ya muchísimo mejor todavía”.

GS: Mejor jugador del año 2021 para los lectores de Galicia Sport, segundo año consecutivo que ganas el galardón, imagino que también es una satisfacción que te quiera tanto la gente.

JD: “Se agradece el cariño, claro que sí. Pero bueno, también son muchos años y por eso llevo más estos premios que algún joven pero claro que se agradece. Estas cosas te animan, llegado al verano, a plantearte seguir. Ahí dices, joba, pues si la gente me anima, será por algo, será que aún me ven bien o que sigo haciendo bien las cosas, entonces es lo que me va animando siempre al acabar el año, cuando en Cangas me dan esos 20 días para pensarme si sigo, pues a continuar, porque si no ya con 46 años es complicado, pues aunque tienes ilusión, los dolores de todos los días también están ahí”.

VITALDENT
Queremos verte sonreír

900 111 003
vitaldent.com

Registro sanitario: CS10715

Primera visita + limpieza bucal
GRATIS





Métodos tradicionales.

Panes innovadores

CANGAS:
C/San José 10
886 169 233

Buenas_migas_store



MOAÑA:
C/Concepción Arenal 16B
886 162 913

OBRADOR:
C/Daniel Castela 51
652 552 731

Buenasmigaspanaderia.com

Obras e Reformas

LUNOAL, S.L.

RAFAEL DE LA SANTISIMA TRINIDAD IGLESIAS

Camiño de Marzán, 36 - 36770 O Rosal - Pontevedra
Tel. y Fax: 986 626 276 - Móvil: 667 404 110 - lunoalsl@hotmail.com

- DESMONTES - MOVIMIENTOS DE TIERRAS
- DEMOLICIONES Y DERRIBOS
- OBRA PÚBLICA
- PALAS RETROS
- PALAS ORUGAS
- CAMIONES DUMPERS
- MINI-EXCAVADORAS
- COMPACTADORES



Más de
30 años
a su servicio

EXCAVACIONES
Y CONSTRUCCIONES

CARABEL, s.l.

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

Para las obras más exigentes con Excavaciones y Construcciones Carabel S.L. tendrá una respuesta profesional ya que disponemos de los medios más avanzados.

Coirón, 8 • 36967 DENA (Meaño) - Pontevedra • Teléfono Oficina: 986 74 40 74 • Fax: 986 74 56 92 • Móvil: 649 95 42 94 • www.excavacionescarabelsl.com

Otercon Reformas

Albañilería en General • Cocinas y Baños
Restauraciones rústicas • Locales comerciales
Pintura y Escayola • Fontanería y Electricidad

T 650 969 785

Ctra. de Soutomaior, 3 - ARCADE
36690 - Soutomaior (Pontevedra)
www.otercon.es • oterconsl@gmail.com



Grúas Oliveira

GÓNDOLAS, GRÚAS, VEHÍCULOS PARA
TRANSPORTES ESPECIALES

San Miguel de Deiro - Vilanova de Arousa (Pontevedra)
986 561 334 Fax 986 563 911 619 317 395
gruasoliveira@gruasoliveira.es



pizzeria
Baratto

ENSALADAS - PASTAS - PIZZAS - COMIDAS PARA LLEVAR

C/ Eirado do Señal, 15 - CANGAS - TEL: 986 304 683



AITANA SANTOMÉ: "LLEVO DESDE PEQUEÑITA JUGANDO AQUÍ"

La jugadora del Conservas Orbe Rubensa Porriño se hizo con el galardón a mejor jugadora del año 2021.

Aitana Santomé se hizo con el galardón a mejor jugadora gallega en los premios Galicia Sport 2021, tras estar nominada junto a Estela Doiro (BM Costa del Sol), Alicia Fernández (Rapid de Bucarest) y Lorena Pérez (Atlético Guardés). La del Balonmano Porriño está cada vez más consolidada en la élite y a sus 20 años tiene cada vez más cerca alcanzar el sueño de debutar con la Selección Española absoluta.

GALICIA SPORT: Aitana, llevas en Porriño desde que eras una niña y además siempre cosechando éxitos, ¿cómo fue transcurriendo todo desde entonces?

AITANA SANTOMÉ: "Yo empecé a jugar en infantiles con el equipo de mi pueblo y al poco tiempo ya me vine para aquí para Porriño, llevo desde pequeña jugando en este club. En categorías base quedamos cuartas de España en categoría cadete y terceras de España en juveniles. En los últimos años tuve también un par de convocatorias con la Selección Española junior y ahora mismo estoy jugando en el equipo de División de Honor".

GS: El equipo está totalmente consolidado en la élite nacional, algo que no es nada sencillo, además cada curso hay más nivel pero ahí estáis cada vez más cerca de las de arriba.

AS: "Es complicado, sobre todo ahora que están reduciendo la liga bastante y bueno, al final, mantener la categoría, tal como está esto de competido, pues hay que pelear muchísimo. Esperamos



FICHA TÉCNICA

AITANA SANTOMÉ

26/05/2001
Moaña (Pontevedra)

TRAYECTORIA:

- Siempre en Balonmano Porriño.

PALMARÉS:

- Campeona de España infantil (Selección Gallega)
- Bronce Cto. de España juvenil (BM Porriño)

INSTALACIONES JEYCAR
Teléfonos
686 565 611
CARLOS REBOREDO
instalacionesjeycar@gmail.com

FONTANERÍA
GAS INDUSTRIAL Y DOMÉSTICO
CALEFACCIÓN
PANELES SOLARES
SUELOS RADIANTE
CALDERAS Y ESTUFAS DE PELLETS
REFORMAS BAÑOS Y COCINAS
AEROTERMIA

INAX

INDUSTRIAS NAVALES A XUNQUEIRA S.L.



seguir dando cada vez más y poco a poco colarnos entre las ocho primeras, creemos que es posible y tenemos muchas ganas de conseguirlo. Al final es una liga muy cortita, somos pocos equipos, hay muchos descensos y al final todos estamos peleando por lo mismo y hay muchísima igualdad, cualquiera le puede ganar a cualquiera”.

GS: Y en la Copa de la Reina ahí estáis, cerquita de la fase final.

AS: “El objetivo pasa por quedar entre las ocho primeras y también nos encantaría ir a la Copa de la Reina este año, estamos a un pasito como dices. Ganamos de cinco goles en la ida de los octavos de final y ahora toca defender esa renta en Valladolid. Es un objetivo muy ilusionante, llevamos un par de años sin jugar la fase final y es algo muy bonito, son tres días de balonmano, de jugar contra las mejores y es algo que se vive de manera especial”. (Entrevista realizada antes del partido de vuelta).

GS: ¿Por dónde pasa tu futuro en el mundo del balonmano?

AS: “Yo quiero seguir aportando a mi club de toda la vida, seguir mejorando y bueno, quién sabe, quizás algún día pueda llegar a la Selección. Creo que mis ambiciones son casi las mismas que los de cualquier jugadora de balonmano de la División de Honor”.

GS: Aitana, tú que eres canterana, hálbanos de esa base del Porriño.

AS: “El Porriño es un club que apuesta mucho por la base, creo que las cosas se están haciendo muy bien, los resultados están ahí temporada tras tempo-

rada en todas las categorías y estoy segura de que se seguirán consolidando jugadoras en el primer equipo en los próximos años”.

GS: La pandemia está poniendo las cosas complicadas pero la afición en Porriño responde y poco a poco ya va volviendo al pabellón.

AS: “Al final, estos años están siendo complicados por lo que mencionas de la pandemia, por eso agradecemos muchísimo a toda la gente que nos viene a ver y a apoyar, ya que eso siempre te ayuda en los momentos decisivos del partido y suma muchos puntos”.

GS: Mejor jugadora gallega en los premios Galicia Sport, además por segundo año consecutivo.

AS: “Sí, me hace mucha ilusión además y a mi madre ni te cuento, que se lo dijo a todo el mundo para que me votara y al final, aunque sea algo un poco anecdótico, pues cualquiera de las nominadas lo merecía, siempre te gusta volver a ganarlo.”

GS: Un sueño que te haga especial ilusión.

AS: “Pues yo a corto plazo quiero jugar una Copa de la Reina con el Balonmano Porriño, a poder ser ya este año, me gustaría mucho. La última vez que jugué una Copa de la Reina era juvenil y lógicamente no pude vivirla al 100%. Después, a largo plazo, me gustaría alcanzar el equipo nacional y jugar una competición oficial, es decir, unos Juegos Olímpicos, un Campeonato de Europa o un Mundial”.

APLICACIONES
EMPRESA NACIONAL DE IMPERMEABILIZACIONES Y AISLAMIENTO

Distribuidor y aplicador autorizado de:
POLIBREAL®
IMPERNOROESTE, S.L.L.
PRESUPUESTO SIN COMPROMISO

Impermeabilizamos:
Terrazas, canalones, depósitos de agua, piscinas, fosos de ascensor, muros, fachadas, jardineras ...

Lavamos:
Tejados, Cubiertas, Fachadas, ...

www.impernoroste.com
Ctra do Porriño N°31
36817 Redondela
PONTEVEDRA

@ impernoroste@gmail.com

669.40.67.29 (Victor)

602.61.09.49 (Línea 1)
986.40.09.16 (Línea 2)

Chi
CENTRO ESTÉTICA

BELLEZA Y BIENESTAR · TRATAMIENTOS FACIALES Y CORPORALES · PEDICURA Y MANICURA

Alameda de Talo Río, 9, entresuelo 3, Arcade 649 408 253 www.esteticachi.com



TUBANOR

INSTALACIONES, S.L.

SISTEMAS CONTRA INCENDIOS

Montaje de tuberías.
Reparación y mantenimientos

CLIMATIZACIÓN

Instalación, reparación
y mantenimiento de sistemas
de climatización, calefacción
y aire acondicionado

FONTANERÍA

Instalación y reparación
de fontanería

T.: 693 618 083 · www.tubanor.es

Rúa Lousa, Parc. D4 (Pol. Ind. Bertoa), 15100 Carballo - A Coruña, Carballo





Nuestra más sincera enhorabuena al equipo de balonmano femenino Conservas Orbe Rubensa por este premio tan merecido y, en especial, a su jugadora Aitana Santomé y a su entrenador Ismael Martínez.

Felicitaciones también al resto de galardonados y a todos los nominados de esta segunda edición que dan buena prueba de que el deporte gallego está al más alto nivel.

CONSERVAS ORBE SA
www.orbesa.com



ISMAEL MARTÍNEZ: "ME SEDUJO EL PROYECTO DE CANTERA"

El entrenador del Conservas Orbe Rubensa Porriño fue elegido como mejor técnico gallego del año 2021.

Triunfó en O Rosal a lo grande y ahora cumple su tercera temporada en la élite del balonmano nacional, dando forma a todo un Conservas Orbe Rubensa BM Porriño, entidad que lo sedujo por su proyecto a largo plazo, siempre basado en la cantera. Hablamos de Ismael Martínez, un entrenador espectacular y el protagonista de la siguiente entrevista, tras ganar el premio Galicia Sport a mejor técnico gallego del año 2021, tras imponerse en las votaciones a Quique Domínguez (Anaitasuna).

GALICIA SPORT: Isma, tercera temporada como entrenador del Conservas Orbe Rubensa BM Porriño, recuérdale a nuestros lectores tu trayectoria en el mundo del balonmano hasta que llegó esta experiencia en la élite.

ISMAEL MARTÍNEZ: "Empecé como jugador en el Balonmán Cangas en categorías de base, posteriormente estuve en Asobal en el primer equipo hasta que me fui a Puertollano, que estaba en Primera Nacional, luego fiché en Porriño, que fue donde me retiré como jugador para ejercer como técnico. Compaginé en todo momento ser jugador con entrenar categorías base, después me llegó la oportunidad de ir a O Rosal, donde estuve tres años, los cuales fueron increíbles, ya que conseguimos ascender al Atlético Novás a División de Honor Plata y también mantenerlo. Mi siguiente experiencia ya vuelve a ser en el primer equipo del Balonmano Porriño, donde ya había ejercido de preparador físico y segundo entrenador, y aquí seguimos tras tres años".

GS: Tres años en los que el equipo compitió siempre en División de Honor y consiguiendo el objetivo de la permanencia, que es de lo que se trataba, para a partir de ahí seguir creciendo y continuar ilusionando.

IM: "Sí, estamos en el proceso de escalar objetivos, de dar un pasito más, de no sufrir tanto, de vernos un poquito más entre las ocho mejores de España y es un poquito el objetivo que estamos persiguiendo este año. De momento está al alcance, está muy cerquita, estamos novenos, a un punto de la octava plaza y estamos contentos por como están yendo las cosas".

GS: Háblanos de cómo es el club en sí, de cómo es el Balonmano Porriño.

IM: "El club es todo, es una familia, te hacen sentir una parte importante a cualquiera que estemos dentro. La verdad es que hay proyectos que hablan de largo plazo y luego no se plasma, sin embargo aquí, el proyecto a largo



FICHA TÉCNICA

ISMAEL MARTÍNEZ GONZÁLEZ

39 años
Entrenador

TITULACIÓN:

- Master coach
- IV Nivel Rinck
- Convention EHF

TRAYECTORIA COMO JUGADOR:

- BM Cangas
- Puertollano
- BM Porriño

TRAYECTORIA COMO ENTRENADOR:

- Categorías base BM Porriño
- Atlético Novás
- Conservas Orbe BM Porriño

PALMARÉS COMO ENTRENADOR:

- Ascenso a División Honor Plata (Atlético Novás)

OBJETIVO TEMPORADA 2021/22:

- Asaltar las ocho primeras plazas. (División de Honor)



Xosé Manoel Pousa Antonio

decoreFormas celta
CONSTRUCCIONES Y REFORMAS

Comunidad de vecinos • Suelos, baños, cocinas, terrazas...
Colocación de tarima flotante, parquet • Carpintería en general
Aluminio • Trabajos de pintura • Fontanería • Electricidad

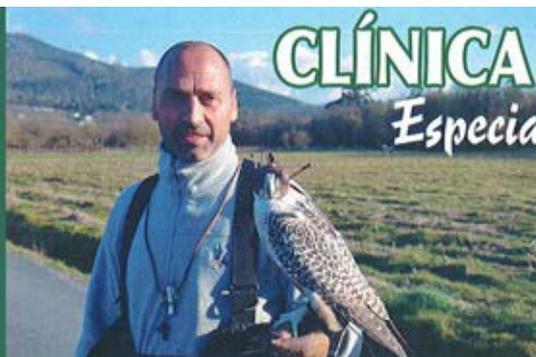
C/Pi y Margal, 69 - 36202 VIGO • Tel: 698 133 955
decoreformascelta@gmail.com f decoreformascelta

CLÍNICA VETERINARIA MIÑO
Especialidad en animales exóticos

C/ Mercado, 6 Bajo
15630 MIÑO

981 78 21 54
687 99 09 18

clinicamino@hotmail.com
www.clinicamino.es





plazo está respaldado con recursos, materiales y humanos, y creo que el largo plazo del club está más que expuesto. Tenemos un equipo filial en Plata, tenemos apuestas firmes por nuestras categorías de base y ahí están jugadoras que tenemos que hacerlas de élite en medio o corto plazo ya. Es un club espectacular a nivel humano, tiene las ideas muy claras, nuestro proyecto es un proyecto de base, de empezar desde abajo, de tener muchas jugadoras de nuestra cantera y en eso estamos, ese es el proceso a seguir”.

GS: Y todo responde, pues no hay año que no estéis en los Campeonatos de España con equipos de la cantera y dando mucha guerra.

IM: “Al final, el club apuesta firme por entrenadores nacionales, por gente muy formada, por una idea clara de formación y entendemos que ese es el camino. ¿Podríamos invertir en el corto plazo algunos recursos para a lo mejor escalar una posición o dos en División de Honor? No es el camino, no creemos que sea el camino, entonces muy contento, muy orgulloso de la filosofía del club y lo tenemos todos muy claro y a mi me sedujo el proyecto, estaba muy a gusto en el Novás, en O Rosal, la verdad es que me trataron súper bien y decidí este cambio precisamente por esta filosofía, por este proyecto que me ofrecieron, el cual me sedujo un montón, además también por poder vivir la élite con niñas que ya había tenido de muy pequeñas”.



GS: ¿Cómo es la plantilla de la temporada 2021/2022?

IM: “Tenemos una plantilla muy larga, por suerte, pues al tener al filial en Plata, hacemos un grupo de entrenamiento muy bueno. Tenemos mucha suerte en ese aspecto, pues a pesar de todo lo que hemos pasado con lesiones, con esto del virus y otras situaciones que van surgiendo en el día a día, nosotros siempre tenemos gente suficiente para entrenar, siempre los entrenamientos son de nivel y eso se agradece muchísimo. Entre las chicas hay gente veterana que necesitamos que aporten la mentalidad ganadora, como pueden ser Inés o Arima y luego hay gente joven que creemos que a corto plazo tiene que ser destacada en la liga. Chicas como Aitana Santomé, como Micaela Casasola, como Mainer Barros o Carme Castro tienen que dar pronto un pasito más, además lo tienen, entonces con la plantilla estamos muy contentos, todo guiado por nuestra capitana, Sarai, que al final es la que ha mamado esto desde niña y como te digo, muy contento con mi plantilla, muy contento con el grupo humano formado y la verdad, esperando cosechar un poquito más de lo que hemos cosechado”.

GS: ¿Hay cada vez más igualdad en la élite del balonmano femenino?

IM: “Es una liga más igualada que nunca. Es cierto que hay un status de ocho equipos que llevan siendo los mismos en los últimos años y la verdad es que estamos cerquita de intentar romper ese status pero cada vez ese nivel sube, la gente dice que el nivel de la liga baja pero yo le invito a ver el nivel del primero al octavo, a quién elegiría en una eliminatoria de Copa de la Reina por ejemplo, pues es muy complicado y creo que nosotros estamos dando pasitos para acercarnos a ese nivel, a ese status, la liga está muy apretada. La realidad es que aún encima se iguala mucho más con la situación sanitaria, pues afrontas partidos en el que a equipos les faltan dos o tres jugadoras y ya se iguala todo muchísimo más aún. La situación no es la mejor para medir el nivel individual de los equipos pero sí nos vale para medir el nivel global de la liga y darnos cuenta de que es alto y esperemos que siga creciendo”.

GS: Mejor entrenador gallego del año 2021, la gente lo tuvo claro en las votaciones en esta ocasión e imagino que siempre hace ilusión, además tras compartir nominación con un grande de la talla de Quique Domínguez.

IM: “Ilusión siempre hace cuando se acuerdan de uno, aún sabiendo que no es real, que me queda muchísimo para llegar a esas cotas, eso sí, lo recibo con muchísimo agradecimiento a quién me haya votado y desde la humildad, ya que tengo muy claro que me queda muchísimo camino por recorrer para codearme con esos nombres pero como te digo, muy contento y agradecido”.



Rúa Pomar, 8
36613 Villagarcía de Arosa
M. 605 95 69 42
carpinteriafrieiro@hotmail.com

Muebles de cocina, muebles de baño, armarios empotrados, puertas, tarimas, muebles a medida, carpintería en general





JORGE FERNÁNDEZ: UNA BESTIA QUE NO SE CANSA DE GANAR

El central de O Barco de Valdeorras regresó a España como uno de los fichajes estrella del Unicaja Almería.

Jorge Fernández se impuso en las votaciones a mejor jugador gallego en los premios Galicia Sport 2021. El de O Barco de Valdeorras tuvo duros competidores en otros tres nominados de equipos de la Superliga española; Adrián Alves (Rotogal Boiro), Pablo Bugallo (CV Teruel) y Víctor Bouza (CV Emevé). Finalmente fue Jorge el que tuvo más apoyos y se llevó el gato al agua. Y es que estamos hablando de uno de los referentes del voleibol nacional desde hace mucho tiempo, ya que entre otras cosas, defendió la camiseta de la Selección Española en más de 200 ocasiones, siendo el capitán durante más de cinco años, lo que habla por sí solo del tipo de deportista del que estamos hablando. Jorge sabe lo que es ganar todo tipo de títulos a nivel de clubes, llegándose a apuntar el doblete en nuestro país cuando jugaba en Palma. Su carrera transcurrió entre España y Francia, habiéndose enrolado en diferentes proyectos en ambos países desde que terminó su ciclo en la Selección Española permanente. Ahora va a por más en las filas del todopoderoso Unicaja Almería, uno de los equipos grandes y que lo fichó el pasado verano para intentar plantar cara a Guaguas, su bestia negra el pasado curso.

FICHA TÉCNICA

JORGE FERNÁNDEZ VALCÁRCEL

04/05/1989
O Barco de Valdeorras
(Ourense)

ESTATURA: 2,01 m

PESO: 90 Kg

CLUB ACTUAL: Unicaja Almería

DATOS DE INTERÉS:

- Más de 200 partidos con la Selección Española, de la que fue capitán durante 5 años.

TRAYECTORIA:

- Selección Española permanente.
- Pórtol
- Nantes
- París
- Palma
- Chaumont
- Unicaja Almería

Álvarez PULIDOS
PAVIMENTOS INDUSTRIALES

T. 663 264 662
HORMIGÓN PULIDO · RESINAS EPOXI
HORMIGÓN IMPRESO · SOLADOS DE MORTERO

SAN CIBRAO DAS VIÑAS · T. 988 381 416 · alvarezpulidosypavimentos@gmail.com

PACIOS
REFORMAS Y CONSTRUCCIONES

Avda. del Bierzo, 58-1º
O Barco de Valdeorras
Tel.: 662 01 02 35 / 619 26 09 54
ambrosiopacios@hotmail.com



Somos DoNorte

DoNorte y Juan García Pesca te llevan la merluza más fresca de la costa gallega a tu casa. ¡Entra en www.donorte.gal y compra **pescado fresco y de calidad!** Merluza DoNorte, la de nuestro mar...
¡La mar de fresca!

Tienda online www.donorte.gal · ¡Síguenos en redes!  



JUAN GARCÍA PESCA
PESCADOS Y MARISCOS

JIMENA FERNÁNDEZ: “EN ARRIONDAS DIMOS LA SORPRESA”

La canterana del Colegio Liceo La Paz regresó a Galicia el pasado verano para jugar en el CV Emevé.



Jimena Fernández se hizo con el galardón a mejor jugadora gallega del año 2021 en los premios Galicia Sport, superando en las votaciones a Helia González (Gran Canaria Urbaser) y a Lucía Prol (CV Emevé/CV Haris). La coruñesa regresó a Galicia el pasado verano para enrolarse en el proyecto del Emevé, tras jugar tres años en el Cajasol Juvasa y otros dos en la Selección Española permanente de Superliga 2, la cual realiza sus actividades en la ciudad de Soria.

TRAYECTORIA

“Mis inicios en el voleibol son en el Colegio Liceo la Paz, que de hecho no era ni un club, era una actividad extraescolar. Me apunté con 8 años y ya empecé a tomármelo más en serio y a mejorar más cuando empecé con voley playa también. A partir de ahí comencé a jugar con la Selección Gallega, a ir a Campeonatos de España y a los 14 o 15 años me llamó la Selección Española permanente de Soria. Me fui para allí, estuve dos años entrenando y jugando en Soria en Superliga 2, lo hicimos muy bien, el primer año fuimos terceras de grupo y el segundo año fuimos segundas y también preparando competiciones internacionales, los preeuropeos, jugamos el primer año en Hungría y el segundo en Eslovaquia. Cuando acabé mi etapa en Soria fue el año que hice 1º de Bachillerato, ahí me ficharon en el Cajasol y estuve allí tres años, los que hice 2º de Bachillerato, 1º y 2º de Carrera. Ahora estoy en Emevé, es mi primera temporada aquí en Lugo y ahora mismo estamos preparando la Copa de la Reina. Yo creo que ha sido una trayectoria ascendente y estoy muy contenta por como me fueron yendo las cosas”.

OBJETIVOS DEL EMEVÉ

“Nos habíamos marcado tres objetivos para este año, el primero de todos es quedarnos en Liga Iberdrola, luego conseguir meternos en la Copa de la Reina y por último meternos en los play off, que este último ya se verá pero yo confío mucho, creo que es algo factible el poder meterse al acabar la temporada regular”.

A POR TODAS EN LA COPA DE LA REINA

“Realmente a nivel de plantilla, de capacidades individuales y sobre todo a nivel de lo joven que es el equipo, pues quitando a Yael y a Mariana, la media

FICHA TÉCNICA

JIMENA FERNÁNDEZ GAYOSO

20 años
A Coruña

CANTERA: Liceo La Paz

CLUB ACTUAL: CV Emevé

NÚMERO: 11

POSICIÓN: Opuesta

TRAYECTORIA:

- Colegio Liceo La Paz
- Selección Española permanente
- Cajasol Juvasa
- CV Emevé

INTERNACIONAL: Selección Española



OS MOLINEROS
GRUPO INMOBILIARIO

VENTA Y ALQUILER DE VIVIENDAS
APARTAMENTOS TURÍSTICOS
EN LA COSTA DE LUGO



679 95 18 76/664 24 21 80 www.osmolineros.com



Maderas
Javier Moreira

Tel. Oficina **981 713 851**
Javier **649 908 939** • Joaquín **608 325 736**

Casas Novas • MENS • 15113 MALPICA de Berg. (A Coruña)
maderas-javiermoreira@hotmail.com

de edad no llega a 21 años, o sea, somos un equipo muy, muy joven, pues yo creo que tenemos muchas posibilidades de hacer un gran papel. Yo creo que podemos dar la sorpresa, el primer partido es contra Haro en cuartos de final, es un equipo que conocemos bastante bien y creo que si jugamos concentradas y como sabemos, pues podemos pasar y a partir de ahí, es un nivel bastante alto pero nosotras tenemos capacidad para dar el susto a cualquiera de los equipos del campeonato, además, jugamos en casa”.

EL NIVEL DEL VOLEIBOL EN GALICIA

“En los últimos años ha pegado una sorpresa muy grande. Desde que soy pequeña hay jugadoras destacadas en las generaciones. En mi época en Soria había seis jugadoras concentradas con la Selección el primer año y creo que el segundo éramos cinco. Ahora hay niñas que se lo están tomando muy en serio y se están implicando y tienen más opciones de jugar en equipos de alto rendimiento, es decir, en equipos de Superliga, así que creo que el nivel está subiendo bastante. Ahí tengo que romper una lanza por los entrenadores de cantera, que se están implicando un montón, sobre todo lo que estoy viendo aquí en Lugo, en categorías inferiores se están consiguiendo muchos éxitos a nivel nacional y se ve a las niñas muy contentas con lo que consiguen y sobre todo con mucho compromiso con el equipo”.

MEJOR JUGADORA GALLEGA DEL AÑO 2021

“Estoy muy contenta. No estoy acostumbrada a las menciones y tal pero supongo que el trabajo que estoy haciendo este año en Superliga y sobre todo el tener la suerte de representar al único equipo gallego que está en esta categoría, pues también se ve un poquito reflejado y la verdad que es un gustazo que la gente reconozca el trabajo”.

CANTERANA DEL COLEGIO LICEO LA PAZ

“Estuve hace algo más de un año en el cole con la que fue mi entrenadora en esa época, Susana Bermúdez y recordamos cuando era más pequeña y también estuvimos animando a las niñas, pues antes de que se suspendiera por la pandemia todo, ellas iban a jugar la Copa España y yo iba a jugar el all star, entonces al final era para darle ánimo a las niñas y disfrutar también, porque al final es un placer muy grande el poder volver al sitio en el que empecé. Cuando yo era pequeña y venían jugadoras, por ejemplo de Zalaeta, que era lo más próximo que teníamos, pues me encantaba. Al final, que venga una jugadora a desearte suerte o a animarte para una competición, además a la que nunca se había presentado el Liceo, porque es un colegio, siempre les gusta a las niñas. Después, pensar que he salido del mismo sitio que la capita-

na de la Selección Española y que muchas de las cosas que hemos conseguido ha sido gracias a su liderazgo, pues la verdad es que es un honor”.

SUBCAMPEONA DE ESPAÑA CON UN EQUIPO DE COLEGIO

“Fue impresionante. Habíamos ganado el Campeonato Gallego, creo que había sido en el año 2014 o 2015 y fuimos al Nacional, que había sido en Arriendas, en Asturias, y ahí sí que dimos la sorpresa y a lo grande. Nadie contaba con nosotras, con unas niñas de un cole de Coruña, del Liceo la Paz, pero nosotras teníamos una muy buena generación y además formábamos un grupo muy bueno, estábamos todas muy unidas y fue algo mágico, encima para nosotras, que era la primera vez que jugábamos un Campeonato de España de clubes, imagínate”.

UN SUEÑO POR CUMPLIR EN EL MUNDO DEL VOLEIBOL

“Así a corto plazo me gustaría muchísimo ganar la Copa de la Reina. Después, a nivel internacional, ya he tenido la experiencia de la Española pero en algún momento de mi vida me gustaría poder ir a un Campeonato de Europa. Ahora es más complicado, soy Universitaria y compaginar todo, exámenes, la Superliga, etc, no es fácil, pero en algún momento de mi vida seguro que podré centrarme a tope en eso. Una vez termine la carrera también me gustaría jugar a nivel internacional en algún buen equipo de Europa”.



Comedor privado

Todos los jueves **Desayunos**
 gran cocido de **Tapas**
 A fonsagrada **Comida Casera**

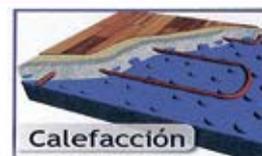
Avda. Ernesto Che Guevara, 11
 15172 Santa Cristina - Oleiros - A Coruña
 e-mail: paradavellahosteleria@yahoo.es
[facebookparadavellahosteleria](https://www.facebook.com/paradavellahosteleria)
 Telf: 981 637 061



GEOCLIMA ST
 CLIMATIZACION - FRIO INDUSTRIAL
 ENERGIAS RENOVABLES - CALEFACCION

Instalaciones y Mantenimiento

Rúa das Mercadorias, 121 - Polígono Industrial Ceao
 Telf.: **982 814 147 - 636 462 063** • www.geoclimast.com



DIEGO TABOADA: "EL EMEVÉ SE BASA EN LA CANTERA"

El técnico del primer equipo masculino de la entidad lucense dialogó con la redacción de Galicia Sport.

Diego Taboada acumula su undécima temporada al frente del primer equipo masculino del Emevé, el cual disputa la Superliga por tercer curso consecutivo, tras lograr el segundo ascenso de su historia con un proyecto basado en la casa. El lucense fue elegido como mejor entrenador gallego del año 2021 en el mundo del voleibol en los premios Galicia Sport, tras imponerse en las votaciones a otros nominados de quilates como Jorge Barrero (Autos Cancela Zalaeta de Superliga 2 femenina), José Valle (Emeve de Superliga femenina) y Pablo Parga (Club Vigo Voleibol de Superliga 2 masculina).

TRAYECTORIA EN EL MUNDO DEL VOLEIBOL

"Yo comencé a jugar a voleibol con 13 años y a los 17 ya me hice entrenador. Seguí jugando hasta los 30, hasta que las lesiones me impidieron seguir disfrutando y ahí fue cuando me dediqué un poquito más en serio lo de entrenador, ya de manera un poquito más profesional, por decirlo de alguna manera. Ahí fue cuando cogí el equipo, ascendimos al equipo a Superliga y estuvimos un año ahí, fue hace siete temporadas, posteriormente, en un segundo intento y tras cuatro años de trabajo con gente de la cantera, pues regresamos a Superliga y ahora llevamos tres temporadas. También estuve trabajando con Ricardo Maldonado, que es el entrenador del equipo nacional, estuve con categorías inferiores de la selección, estuve ocho años trabajando con él y ahí también pude disfrutar del aprendizaje de estar con uno de los mejores entrenadores del mundo. No quiero olvidarme de la Selección Gallega, soy seleccionador gallego desde los 24 años, el año pasado por fin conseguimos ser Campeones de España en categoría masculina, que nunca lo habíamos sido y bueno, así fue transcurriendo todo. Nunca me he olvidado de las categorías inferiores, es algo que siempre he llevado, además de ser entrenador de Superliga".

LAS METAS DEL EMEVÉ

"Este año está siendo una temporada complicada para nosotros, tuvimos muchas lesiones y bastante graves y por otra parte, el equipo es muy joven y estamos sufriendo un poco más de lo debido. El Emevé se basa en la cantera, en la gente que va subiendo al primer equipo, que es algo muy



FICHA TÉCNICA

DIEGO TABOADA CAMPELO

42 años

Lugo

CLUB ACTUAL: CV Emevé

TEMPORADAS EN EL CLUB: 22

TEMPORADAS EN SENIOR MASCULINO: 11

PALMARÉS:

- Ascenso a Superliga (2013)

- Ascenso a Superliga (2019)
- Copa Príncipe (2018 y 2019)
- Clasificación play off (2020 y 2021)
- Copa Galicia (2012, 2014, 2019 y 2021)
- Campeón España con Galicia (2021)

www.galeno.es
982 209 511
pedidos@galeno.es
Rúa Leiteiras 1, O Ceao
27003 Lugo
Galeno Especialidades Veterinarias

pisofácil
INMOBILIARIAS
www.pisofacilinmobiliaria.com
C/MONTEVIDEO Nº 1 bajo
27001 LUGO
Telf. 982 229 616
629 179 229
diegopozosanchez@gmail.com



SERVICIO DE LIMPIEZA DE COMUNIDADES
LOCALES COMERCIALES - OFICINAS - PISOS
CRISTALES - SERVICIOS DE MANTENIMIENTO

Calvo Sotelo, 48 - 5ªA • 27600 Sarria • ecotai_sarria@hotmail.com
T. 605 781 594 • 661 331 018 • 982 532 063



complicado de hacer, pues una cosa es tener cantera y otra cosa es tener cantera que pueda jugar a máximo nivel y ese es el objetivo principal, para a partir de ahí ir trabajando para mantener la élite y conseguir el mayor número de éxitos”.

LA AFICIÓN

“Aquí en Lugo tenemos un club muy grande. Son mas de 400 deportistas jugando, además de los equipos de Superliga. Todo esto genera un movimiento muy grande alrededor del voleibol, porque hay familias, porque hay amigos, además somos un club bastante reconocido en la ciudad y nos siguen mucho. El deporte en general necesita otra vez al público, pues sin el público no es lo mismo, el deporte no parece igual, no parece el mismo deporte”.

EL MUNDO DEL VOLEIBOL EN GALICIA

“Quizás hay dos argumentos encontrados y totalmente opuestos. Uno es que a nivel nacional estamos en una posición muy buena, porque hay muchos equipos en Superliga, hay tres masculinos y uno femenino, además, la Superliga 2 está repleta de equipos gallegos, entonces bueno, sí que es verdad que esos éxitos son debido a que hay clubes que lo están haciendo muy bien, que están haciendo un gran trabajo, también con las categorías inferiores, porque bueno, tanto el Emevé, como Boiro, como Calasancias saben lo que es obtener muy buenas posiciones en los Campeonatos de España, el equipo de Dumbriá también, el Korbis de Monforte igual... Díganos que hay muchos clubes que lo están haciendo muy bien, lo complicado que yo veo de esto es que la cantera llegue a jugar a un nivel alto, eso no es tan fácil y en los últimos años sí que se ha estado consiguiendo en Galicia, a nivel de selecciones autonómicas se están consiguiendo resultados muy buenos, entonces, por ahí, el crecimiento del voleibol sí que ha sido muy grande. Pero, por otro lado, yo creo que seguimos teniendo un problema muy gordo, que yo creo que sufren todos los deportes pequeños que es no tener una ley del deporte que regule todo lo bueno que se está haciendo a nivel técnico, es decir, que permita que los entrenadores tengan una estabilidad económica, una estabilidad emocional, pues no sabes cómo puede ser tu futuro si te quieres dedicar a esto. Los jugadores igualmente, los jugadores en este deporte, muchos de ellos, alternan deporte y estudios o el trabajo y el deporte. Yo creo que eso está bien pero pienso que debería ser una opción personal y no una obligación por las circunstancias que vives, entonces, yo creo que una ley del deporte impulsaría al deporte a tener más profesionalidad, que al fin y al cabo es lo que más necesitamos”.

UN SUEÑO DEFINIDO EN POCAS PALABRAS

“Lo que más anhela un deportista o un entrenador, pues yo creo que es poder estar en un Campeonato del Mundo o en unos Juegos Olímpicos, eso es lo que todo deportista puede soñar”.

APOYOS ECONÓMICOS AL DEPORTE POLIDEPORTIVO

“Es muy importante el apoyo. Esto, extrapolándolo a otros países, como por ejemplo Italia o Francia, esto lo están haciendo de forma muy clara y mucho mejor. Todo parte de un tema gubernamental, pues si se legisla de forma que los apoyos sean mejores, que conlleven más publicidad, mas ayudas a la empresa, etc, todo sería diferente. Aún así, creo que también es un problema de publicidad, tanto de medios de comunicación, como de ayuntamientos, diputaciones e instituciones en general, pues creo que deben dar mucha más publicidad a todo tipo de deporte y no solo a un par de ellos en concreto”.

MEJOR ENTRENADOR EN LOS PREMIOS GALICIA SPORT

“Al final, hay veces que la gente te tiene en boca, otras que no, hay temporadas que son mejores que otras y eso no depende de que seas mejor o peor entrenador, eso está claro. Aquí en Galicia hay grandísimos entrenadores y mucho mejores que yo pero yo estoy muy contento con el apoyo que recibo porque noto que la gente me tiene un respeto profesional muy grande y para mí eso es muy de agradecer, porque en el deporte no siempre es fácil, sobre todo cuando eres entrenador, el tener ese respeto y yo en este caso me siento muy querido por todo el mundo del voleibol lucense y gallego”.




PINTURAS JORGE ALVAREZ

- Limpieza y pintura de fachadas.
- Pintura de interiores.
- Impermeabilización de terrazas.
- Parques flotantes.

Jorge Álvarez
616 37 68 41 Ronda Fontiñas, 154 - 4ºC - 27002 LUGO



Merkokasa
inmobiliaria

Plaza Augas Férreas, 2 bajo, local 1 - 27002 - Lugo
 ☎ 982 256 636 🌐 www.merkokasa.es @info@merkokasa.es



BERMUDEZ & ASOCIADOS
A B O G A D O S

Civil / Mercantil
Laboral / Social
Administrativo
Penal

Negociación
Asesoramiento
Defensa judicial

C/ Pena do Rei, 4 Entlo. Izq. - 27002 LUGO • T.: 982 873 934 • www.lugoabogado.com
 OFICINA VILALBA (Cita previa): C/ Plácido Peña, 10 4º

DISFRUTA TU MOMENTO

Sea cual sea tu objetivo, en Forus te divertirás.

...compartir momentos con tu familia, dar unos largos en la piscina o pasarlo bien en compañía, en Forus lo harás posible.

¡INSCRÍBETE AHORA! Tienes un centro Forus cerca de tí.

APROVECHA ESTA OFERTA
MATRÍCULA GRATIS
+ NIÑOS GRATIS HASTA 22 AÑOS EN ABONO FAMILIAR
SIN PERMANENCIA

**VIVE
RESPIRA
ENTRENA**

Forus

POSITIVAMENTE EN FORMA

viveforus.es

Inscríbete aquí



... y ven con tu familia a FORUS LUGO

Tu Centro Deportivo con **Actividades para toda la familia**

ACTIVIDADES INFANTILES

Ludoteca Acuática y Ludoteca gratuita y sin reserva para que entres mientras ellos se divierten;
Escuela de Natación para todas las edades,
Actividades Deportivas para los peques así como **Campus de Navidad, Semana Santa y Verano.**

MÁS DE 800 ACTIVIDADES DIRIGIDAS AL MES

Trabajamos con las principales marcas de actividades dirigidas a nivel mundial, como **Zumba, LesMills.**

ÁREA FITNESS

Más de 800 m² de Sala Fitness zona de entrenamiento funcional con máquinas de última generación.

PISCINAS CUBIERTAS Y SPA

Actividades dirigidas acuáticas, cursos de natación, baño libre, sauna, baño turco, hidroterapia termal...

PISCINAS DE VERANO

Tres piscinas exteriores de uso exclusivo de abonados. Amplio **Solárium, Terraza y Bar de Verano.**

Y MUCHAS MÁS VENTAJAS EXCLUSIVAS

Amplios horarios y **Parking Gratuito, Área Raqueta y Polideportivo**, con profesionales dedicados a tí y todo ello **SIN PERMANENCIA.**



Dirección Forus Lugo: Rúa Iglesias Otero, 52 - 27004 Lugo

DIEGO QUINTELA: EL RESURGIR DE UNA GRAN ESTRELLA

El pívot dejó atrás una grave lesión y desde el verano de 2020 vuelve a ser una pesadilla para los porteros.



Diego Quintela es un apasionado del balón desde que es un niño y comenzaba a corretear por las calles de su Arzúa natal. Desde muy pronto se le pudo ver destacar en las Escuelas Deportivas del concello, jugando con niños de hasta cuatro años más, pues solo había un equipo y competía en categoría alevín. De ahí al Riazor, donde terminó de formarse durante dos años en categoría juvenil, destacando sobre manera, lo que despertó el interés de los equipos más grandes de Galicia. Finalmente decidió unirse al proyecto del Autos Lobelle, por entonces uno de los grandes clubes del país, estando en la pelea con los grandes de tú a tú. En Santiago quemó etapas, debutó en el primer equipo, se consolidó en él e incluso tuvo tiempo de disfrutar de un título, tras aquella mágica Supercopa de España del año 2011. El declive del proyecto picheiro hizo que Quintela tuviese que abandonar la casa en el año 2015, momento en el que fue fichado por el FC Barcelona. Con todo, los catalanes cedieron a Diego durante un año en Santiago, con lo que no fue hasta el curso 16/17 cuando se produce su debut como culé. En el Palau juega tan solo un curso, pues es traspasado a Palma, donde se desenvuelve tres campañas, para en el verano del 2020 aceptar la oferta del Pescados

FICHA TÉCNICA

DIEGO QUINTELA CARRIL

06/08/1991
Arzúa (A Coruña)

CLUB ACTUAL:

Pescados Rubén Burela.

CLUB DEL DEBUT EN LNFS:

Santiago Futsal

OTRO DATO DE INTERES:

Internacional con España.

TRAYECTORIA:

- Escolas Dportivas Arzúa
- Riazor FS
- Autos Lobelle juvenil
- Autos Lobelle "B"
- Autos Lobelle/Santiago Futsal
- FC Barcelona
- Palma Futsal
- Pescados Rubén Burela

TÍTULOS:

- Supercopa de España 2011
(Autos Lobelle/Santiago Futsal)



El Hórreo
RESTAURANTE
CAFÉ - BAR

Gran Vía, 169
15100 Carballo
A Coruña

Tif.: 981 70 35 60 • Móvil: 686 39 66 75



Casa O Gurés
Turismo Rural

Monte, mar, gastronomía y relax...
en el maravilloso entorno de Muxía

Serantes, 22 Moraime - 15124 Muxía (A Coruña)
Tels. 981 750 826 - 639 070 210 - 697 338 033
casarural@casaogures.com - www.casaogures.com





WWW.JLPUBLICACIONES.COM

Rubén Burela, regresando así a Galicia y reapareciendo tras 15 meses en el dique seco por una grave lesión.

TEMPORADAS COMPLICADAS EN BURELA

No está siendo nada sencillo el regreso del Pescados Rubén Burela a la Primera División de la Liga Nacional de Fútbol Sala, ya que, entre otras cosas, competir con el presupuesto más bajo no es tarea sencilla, curso sí y curso también. Los naranjas cumplen su tercera temporada consecutiva en la élite, tras ganar un play out de permanencia ante el CD El Ejido, después de una destacada actuación de Diego Quintela, autor de dos dianas en el partido de vuelta (8-2) y de una en el de ida (2-3). El curso actual no está saliendo bien para los intereses gallegos pero queda muchísimo todavía y la realidad dice que tienen la permanencia a tan solo cinco puntos, con lo que alcanzar el reto es más que posible todavía.

INTERNACIONAL CON ESPAÑA DESDE 2013

Parece que fue ayer pero han pasado más de 8 años desde que Diego Quintela fuese llamado por primera vez para formar parte de una convocatoria de la Selección Española absoluta de la mano de José Venancio. El pivot ya había sido anteriormente internacional sub 21 y debutó en una concentración de dos partidos ante Serbia. El de Arzúa declaraba lo siguiente por entonces ante los compañeros de La Voz de Galicia: "Me pilló por sorpresa completamente, no contaba para nada con esto. Me avisó Santi Valladares sobre las 12:30 y me lo contó. Al principio no lo creía. Luego me lo comentó también Miguel y ya empecé a ver que no era una broma".

DEBUTÓ CON GOL

El debut de Diego con España se produjo de la mano de Venancio un 2 de diciembre de 2013 en la localidad de Kragujevac (Serbia). El combinado nacional partía como favorito y se impuso por 1-6, marcando Pola, Miguelín, Raúl Campos (2), Rafa Usín y el propio jugador de Arzúa, encargado de cerrar la cuenta, redondeando un debut soñado. España jugara de inicio aquel duelo con Juanjo, Adri, José Ruiz, Aicardo y Fernandao, entrando también en la rotación; Usín, Ortiz, Miguelín, Pola, Campos y el propio Quintela.

MEJOR JUGADOR GALLEGO DEL AÑO 2021

Diego Quintela se llevó el galardón a mejor jugador gallego del año en los premios Galicia Sport, tras imponerse en las votaciones a otros dos internacionales de máximo nivel como Adri (O Parrulo) y Pola (Sporting Braga).





ÓPTICA DO MAR
MUROS

Nº REGISTRO
SANITARIO:
E-15-001301

TU ÓPTICA EN MUROS

Somos especialistas en todo para lo relacionado con tu visión:

Revisión y graduación de la vista
Monturas, lentes de contacto y soluciones
Gafas de sol

Av. Castelao, 49 Bajo, 15200 Muros, A Coruña - 981 76 21 85



DANI
PINTURAS

PINTURA DE INTERIORES Y EXTERIORES

CALIDAD, PROFESIONALIDAD.

 **637 143 180**

C/ La Casilla, Nº 4 15307 Présaras - Vilasantar (A Coruña)

JESSICA DIÉGUEZ "CHIKY", UNA JUGADORA DE OTRA GALAXIA

La verinense se hizo con el galardón de mejor jugadora gallega por segundo año consecutivo.

Es la más grande y no para de demostrarlo cada fin de semana sobre el parqué. Jessica Diéguez "Chiky" se ha hecho con el galardón a mejor jugadora gallega por segundo año consecutivo, superando en las votaciones finales a otras tres cracks del fútbol sala nacional, Ale de Paz (Pescados Rubén Burela), Luci (Poio Pescamar) y Ana Rivera (Poio Pescamar). La de Verín se supera en el día a día y es la auténtica líder de un Ourense Envialia que vuelve por sus fueros, dejando poco a poco atrás un año y medio muy complicado en el que las lesiones mermaron al grupo en todo momento.



GALICIA SPORT: Jessica, lo primero, háblale a nuestros lectores de tu inmaculada trayectoria en el mundo del fútbol sala, de las calles de Verín a la Primera División como se suele decir, ¿no es así?

JESSICA DIÉGUEZ: "Si, como bien dices mis inicios empezaron en las calles de Verín, empecé jugando en la calle con los niños de mi barrio, y hacíamos campeonatos contra otros barrios. Más tarde me inscribí en las Escuelas Deportivas de Verín, porque el entrenador, que me había visto jugar en la calle, me dijo que me inscribiera. Empecé entrenando solo con niños, no había ninguna niña aún inscrita. Allí coincidí, años más tarde, cuando ya empezaban a anotarse niñas, con otra chica de las nominadas este año, Ana Rivera. Cuando hubo bastantes niñas anotadas fue cuando montamos un equipo femenino. Empezamos compitiendo en Provincial y jugamos también en Autonómica, incluso mi madre, que antes de que yo empezara en esto no le gustaba que yo jugara, se hizo la presidenta de aquel club, FEMURO VERIN FSF. Llegó entonces la llamada del antiguo Ponte Ourense, en el cual empecé solo viniendo a entrenar y competir con el Verín. El segundo año ya fue cuando fiché por el Ponte Ourense. Echamos unos cuantos años yendo y viniendo a entrenar a Ourense todos los días desde Verín, pero mereció la pena. Y desde entonces aquí sigo en el mismo equipo, que ahora se llama OURENSE ENVIALIA. Y por muchos más..."

GS: Mejor jugadora del año 2021, tras imponerte en las votaciones a jugadoras como Ale de Paz, Ana Rivera o Luci, premio justo y más que merecido, segundo galardón consecutivo además. ¿contenta?

FICHA TÉCNICA

JESSICA DIÉGUEZ "CHIKY"

29/04/90

Verín (Ourense)

POSICIÓN: Cierre

DORSAL: 3

INTERNACIONAL: Sí

PARTIDOS CON LA SELECCIÓN: 6

TRAYECTORIA:

- Femuro Verín
- Ourense Envialia

PALMARÉS:

- Liga Española (2011)
- Copa de la Reina (2017)
- Supercopa de Españas (2013)

SANTANA TALLER
Mecánica
Chapa
Pintura
Servicio de grúa
Repuestos vehículos
sin carnet
Avd. de Castilla, 25 - 32600 - VERÍN
☎ 988 590 035 / 622 430 706 tallersantana.7@hotmail.com

TAPICERÍA CARLOS
Todo tipo de tapizados y Limpieza de tapicerías
689 37 61 62 · carlosgomestapicero@gmail.com
Pol. Ind. San Cibrao das Viñas. Sector C. Calle 13. N.31
32901 San Cibrao das Viñas · Ourense

A&A HERMANOS FERNÁNDEZ
PINTURA Y DECORACIÓN
TRABAJAMOS EN TODA LA PROVINCIA
Todo tipo de técnicas de pintura • Estucados, imitación piedra • Pintura industrial
Colocación: Moquetas, Corcho, Tarima de madera y todo tipo de Pavimentos
Avda. Rúa do Regato, 6 - 11E - OURENSE • Tel: 988 545 001 / 626 465 035 / 626 465 052
www.pinturaydecoracionhermanosfernandez.com



JD: “Estoy muy contenta por el premio, además como dices es el segundo año consecutivo que lo consigo. Cualquiera de las que estaban nominadas se lo merecían tanto o más que yo. Quería agradecer a toda la gente que se ha involucrado para que lo haya conseguido, que sé que fue muchísima gente. Todos esos días recibí el cariño de todos; familia, amigos, equipo, afición y demás gente que se ánimo a votar”.

GS: **Háblanos de ese vestuario que tantas alegrías dio a la ciudad de Ourense en los últimos años y que tanto nos hizo disfrutar a los grandes amantes del fútbol sala femenino.**

JD: “Somos como una familia, algunas llevamos muchos años juntas y la gente nueva que va entrando, intentamos integrarla lo antes posible y hacerla sentir bien desde el primer momento. Eso hace que nos unamos más y te da un plus diferente para competir”.

GS: **La campaña 2020/2021 no ha sido sencilla para el Envialia, las lesiones y el covid estuvieron a la orden del día cada semana, ¿sufristeis mucho?**

JD: “Sí, sufrimos mucho porque las lesiones fueron muy graves, muy seguidas y muy dolorosas, tanto para ellas como para nosotras. Hablamos de jugadoras muy importantes y con experiencia. También, como dices, nos afectó el covid varias veces y no tuvimos la continuidad que nos hubiese gustado, pero lo importante es que todas las chicas se recuperaron bien y poco a poco pudimos volver a la normalidad”.

GS: **Y llegó 2021/2022, una nueva pretemporada, las cosas al principio no salían pero el Envialia volvió por sus fueros y a medida que va recuperando jugadoras vuelve a dar muchísima guerra.**

JD: “Está temporada, al principio también tuvimos alguna lesión de menor gravedad, sumada a las que ya teníamos de larga duración, eso hizo que tuviéramos que jugar con pocas rotaciones y llegábamos al final de los partidos más cansadas. Con todo, sabía que en cuanto volviesen, tuviéramos la plantilla más amplia y varios resultados positivos, todo iba a ir mejor y el equipo iba a ir hacia arriba”.

GS: **¿Por dónde pasan los objetivos de aquí al final?**

JD: “De momento estamos en todas las competiciones, algo bueno para nosotras, lo que nos mantiene vivas para luchar por todo lo posible. Uno de los objetivos ya lo hemos conseguido, que es clasificarnos para la fase final de la



Copa de la Reina. Ahora tenemos que ir partido a partido y competir cada día al máximo”.

GS: **Un mensaje para esa afición que tanto te adora y te apoya.**

JD: “Darles las gracias por animarnos y apoyarnos siempre. Por haber estado votándome en este premio pero sobre todo por venir siempre a alentarnos”.

GS: **Jessi, ya casi para terminar, sé que ya te están llegando las primeras ofertas para enrolarte en proyectos nuevos, ¿por dónde viene el futuro para la mejor jugadora gallega del año 2021?**

JD: “Yo no pienso en otra cosa que no sea el Ourense Envialia, es mi futuro más cercano y aquí estoy muy bien, muy contenta y feliz”.

GS: **¿Qué te ha parecido la iniciativa de la revista Galicia Sport de premiar a los mejores deportistas y a las mejores deportistas del año en las diferentes modalidades deportivas?**

JD: “Me parece una excelente iniciativa, se le da mucha visibilidad a deportes que casi no la tienen, sobre todo al femenino, que gracias a premios como estos se hace más visible”.

GS: **Si nos dejamos algo en el tintero, tienes la palabra para poner el broche final a esta entrevista.**

JD: “Nada, que muchas gracias por todo, y por haberme metido es esa lista de nominadas. Espero que sigáis creciendo y que podáis celebrar muchas más ediciones de los premios Galicia Sport”.

NOVA XESTION[®]
Centro de Negocios - Asesores

SERVICIOS “CENTRO DE NEGOCIOS”

Alquiler de Oficinas, Salas y Aulas equipadas, desde horas a meses.
Domiciliación Social o Comercial para Empresas y Profesionales.

Telesecretariado

SERVICIOS “ASESORÍA”

Laboral, Contable, Fiscal, Jurídica, Subvenciones y Seguros
Centro de Creación de Empresas y Autónomos Vía Telemática.

Punto PAE

Calle Juan XXIII N°5 Entlo. Loc.6 – Ourense
Tlf. 988 21 08 77 - www.novaxestion.com - info@novaxestion.com

“EL AÑO 2016 MARCÓ UN PUNTO DE INFLEXIÓN EN EL FÚTBOL SALA”

Bruno García fue elegido como mejor entrenador gallego del año 2021 en los premios Galicia Sport.

El Seleccionador de Japón en el ciclo mundialista que finalizó el pasado año 2021 se llevó el galardón a mejor entrenador gallego del año en los premios Galicia Sport, imponiéndose en las votaciones a Iván Cao “Lucas” y a Diego Ríos. Hablamos de Bruno García, un técnico con una trayectoria inmaculada en el mundo del fútbol sala y que viene de triunfar a lo grande en el país del sol naciente. “Me hace muchísima ilusión este premio. Lo primero, agradecer a todos los que han votado, agradecer a vosotros por organizar iniciativas que ayuden a crecer el deporte, porque todo lo que sea difundir y hacer crecer nuestro deporte, yo estoy muy agradecido con todos los que trabajáis en eso. Después, quiero felicitar a mis colegas que estuvieron ahí nominados también, pues se merecen esto también muchísimo, ya que están trabajando muy bien en sus proyectos. Tanto Iván como Diego son grandísimos entrenadores. Yo animo a la afición a seguir votando cuando se presenten estas oportunidades y que cada vez más gente se enganche. Siempre es bonito que se acuerden de uno y estoy muy agradecido a todo el mundo”, declaró el técnico departamental a nuestro departamento de redacción.



Yo venía de un Mundial con Vietnam, anteriormente estuve en Perú y en China y bueno, cuando estás en un país que no es el tuyo, además bastante lejos y demás, pues sí que es verdad que tratas de identificar rápido los ciclos para que sea un proyecto bien definido y en este caso sabíamos que era un ciclo mundialista, un ciclo de cuatro años pero que debido a la pandemia se extendió hasta los cinco. Fueron cinco años muy buenos, muy exigentes a todos los niveles y hemos podido cerrar la etapa de una manera muy exitosa”.

GALICIA SPORT: Bruno, el 2021 fue un año inolvidable en lo personal, nominado incluso a mejor entrenador del mundo, imagino que la satisfacción es enorme.

BRUNO GARCÍA: “Sí, deportivamente fue un año muy bueno, había un Mundial de por medio y siempre que hay un Mundial pues la temporada es diferente. Hay que pensar que cuando hablamos de selecciones, te preparas para competir cada cuatro años a nivel Mundial y cada dos a nivel continental. Al final son cuatro años que estás trabajando para poder brillar un mes y cuando hablas a nivel deportivo, pues también hay que tener en cuenta que estuvimos un montón de tiempo en burbujas, pasando test de antígenos y PCR cada día, al final es duro, hay que vivirlo para saber lo que es. A partir de todo esto, pues bueno, ha sido un gran año, se vio reflejado con las nominaciones, ya no solo a lo de mejor entrenador del mundo, sino también a mejor selección del mundo y eso es un auténtico orgullo y cierra un 2021 inolvidable”.

GS: Fueron 5 años en el país del sol naciente y decidías cerrar ciclo, ¿esperando ya nuevas aventuras o toca descansar un poquito primero?

BG: “Sí, era algo que teníamos pactado desde el principio con la Federación.

GS: ¿Cuál fue la clave para la evolución del fútbol sala en Japón?

BG: “Cuando hablamos de evolucionar un deporte en un país, es difícil concentrar todo en solo un factor o en una clave. Nosotros hemos invertido en

FICHA TÉCNICA

BRUNO GARCÍA FORMOSO

06/06/1974

Ferrol (A Coruña)

CLUB ACTUAL: Agente libre

ÚLTIMA EXPERIENCIA:

Seleccionador Nacional de Japón (Mundial 2021)

TRAYECTORIA SELECCIONES:

• Perú

• Vietnam

• Japón

TRAYECTORIA CLUBES LNFS:

• Boandanza Fene

• O Parrulo

• Córdoba

• Leis Pontevedra

• Azkar Lugo

• Granada



BARBERÍA PARÍS

BARBEROS

Daniel Martínez • Diego Morado • Sergio López

C/Pontevedra, 1 Bajo - 15403 FERROL • T: 881 106 557 / 672 469 193

Cita online: PELUQUERIAPARIS.COM



- FALSOS TECHOS:
- LISOS - DESMONTABLES
- CORNISAS
- MOLDURAS
- ESTANTERÍAS
- TODO TIPO DE TRABAJOS EN PLADUR
- REFORMAS EN GENERAL
- TRABAJOS EN PINTURA



Avda. Santa Lucía, 24 - SANTIAGO

T.: 609 33 51 51 - 620 85 46 78 · Fax: 981 54 92 73 · escayolasxacobeo@yahoo.es · www.escayolasxacobeo.com



la formación de técnicos, en estructurar muy bien las categorías inferiores, teníamos un déficit entre la selección absoluta, que cuando yo llegué tenía una media de edad bastante alta, y la próxima selección que era la sub 20, teníamos ahí la categoría sub 23 que no la teníamos bien atendida y ese recambio generacional no lo teníamos garantizado. Entonces hemos invertido mucho durante todos estos años para que la salud del fútbol sala sea lo más positiva posible y ahí hicimos un programa de captación de talentos. Viajamos por todo Japón, nos desplazábamos, tanto mi staff como yo, a trabajar con chicos más jóvenes, pues para captarlos y ver cómo podíamos llamarlos a las categorías inferiores y hubo una suma de muchos factores que provocan que la salud de un deporte en un país mejore y al final se vea reflejado en éxitos deportivos. No solo fue el gran Mundial realizado, pues, por ejemplo, también somos los actuales campeones de Asia sub 20, que fue muy importante para todo el desarrollo que estábamos hablando”.

GS: ¿Echas de menos los clubes o ya te adaptaste más a las selecciones?

BG: “Los dos ámbitos me encantan. Yo en España entrené durante 12 años a seis clubes de la Liga Nacional, es decir, es donde yo realmente me labro un caché como entrenador, ahí es donde mi prestigio comienza a subir, pues mejor liga del mundo, que es España y dirigiendo a seis clubes diferentes, pues te posiciona, no solo a nivel nacional, sino también internacional. De ahí ya vino lo demás, he dirigido en cuatro países, a tres selecciones diferentes, que fueron Perú, Vietnam y Japón, además de a dos clubes de la Superliga China. Tengo experiencia en los dos ámbitos, me encantan los dos ámbitos, es verdad que son diferentes pero tienen muchas cosas en común, tienen un hilo conductor parecido. El club te da el día a día, el estar en la cancha continuamente y demás y el poder competir una o dos veces por semana durante once meses. Después, la selección es diferente, pues esa dinámica semanal tienes que organizarla viajando mucho, mucho scouting, trabajar mucho en la captación de jóvenes talentos y técnicas diferentes, pero luego te da la posibilidad de jugar de manera concentrada un Mundial o una Copa Asia y eso son como píldoras muy concentradas, en donde te juegas dos años en diez días o cuatro años en un mes. Entrenar a clubes y a selecciones es diferente pero en los dos ámbitos me encuentro muy bien”

GS: Lo que innegable es que a día de hoy, el fútbol sala se expandió por todo el mundo y los Mundiales ya no son solamente cosa de dos.

BG: “Hay un momento clave, un punto de inflexión en nuestro deporte, que es el año 2016. Ahí se jugó el Mundial de Colombia, hasta ese momento había un duopolio que formaban Brasil y España, pues ninguna otra selec-



ción había ganado el Mundial y en ese 2016 se rompe ese duopolio y entra al cuadro de honor; Argentina como Campeona del Mundo, Rusia como subcampeona, Irán como tercera y Portugal como cuarta y no solo eso, sino que otras dos selecciones asiáticas, Vietnam, que la dirigía yo en ese momento, y Tailandia, estuvieron entre las dieciséis mejores del mundo. Ahí ya hay una globalización enorme, ya deja de ser solo Brasil y España, ahí llegan Argentina y Rusia y Asia ya aporta calidad al panorama internacional. Luego, ahora en el 2021, incluso África, con Marruecos, entra también en ese panorama, entonces la globalización ahora mismo es muy grande y muy buena, porque el que haya cada vez más selecciones candidatas da una riqueza enorme”.

GS: Bruno, si miramos a Galicia, aquí sí que estuvimos mejor, es evidente.

BG: “Yo soy un enamorado de mi tierra y nunca he dejado de seguir la actualidad del fútbol sala gallego y es verdad que en la década anterior sí tuvimos mucha más presencia en la Liga Nacional. En esta crecimos mucho en el femenino, eso sí que está ahí y comparado con la última década está mucho más fortalecido pero en el masculino hay pocos clubes en la élite. Llegamos a tener cuatro equipos en Primera y seis u ocho en Segunda, Galicia era un referente muy grande en cuanto a número de clubes en Liga Nacional. Ahora mismo bajó Parrulo a Segunda, tenemos solo a Burela en Primera, ya que hubo proyectos que se han caído por el camino como pueden ser Santiago, Lugo, etc, proyectos que eran muy fuertes y que por desgracia no pasan por su mejor momento o han desaparecido por diferentes motivos. Somos una tierra con mucha tradición y pioneros en España del fútbol sala, una referencia de siempre en todas las categorías, tanto de clubes como de selecciones pero sí es verdad que toca seguir trabajando y reforzando desde todos los ámbitos. La Federación está trabajando muy bien y creo que por ahí vamos a ir fortaleciendo y luego hay proyectos que tienen que seguir persistiendo y devolver a Galicia a ese número de clubes importante que la representaban”.

RECAMBIOS
DAKAR NOIA, S.L.U.

• 981 824 656
• 604 027 004

Mail: dakar@adgruporegueira.es

CALLE SAN BERNARDO, 43 B 15200 - NOIA (A CORUÑA)

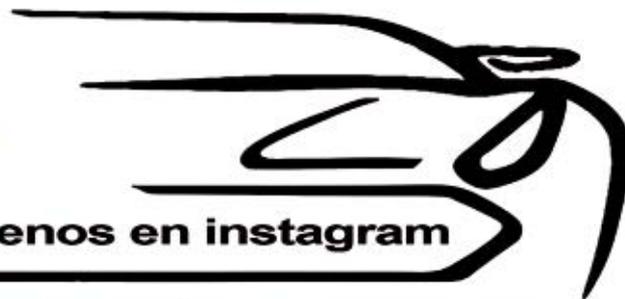


VO FERROL

VEHÍCULOS DE OCASIÓN



síguenos en instagram



ADRIÁN ALONSO "POLA": "ES UN PLACER JUGAR EN EL BRAGA"

El ganador del premio Galicia Sport a mejor jugador gallego en el extranjero vive su primer año en Portugal.

Adrián Alonso Pereira, más conocido en el mundo del fútbol sala como "Pola", es una de las figuras mundiales desde hace más de una década y en este curso 2021/22 inició una nueva aventura en su carrera deportiva, yéndose a jugar a Portugal, a un club con un futuro esplendoroso como el Sporting Braga. El protagonista de la siguiente entrevista fue el ganador del premio Galicia Sport a mejor jugador gallego del año 2021 jugando en el extranjero.

GALICIA SPORT: Adrián, no puedo comenzar sin preguntarte por tu nuevo proyecto, ahora en tierras portuguesas, Sporting Braga, ¿cómo van las cosas en estos primeros meses?

ADRIÁN ALONSO: "Pues por ahora muy bien, estoy disfrutando mucho, estoy completamente adaptado a la ciudad, al país, a la liga, que quizás esto fue lo que más me costó al principio, pues a pesar de tener minutos desde el principio, esta liga es diferente a la española, y ya te digo, estoy muy contento y muy feliz en esta nueva etapa. Después de estar tantos años compitiendo en Inter, estar compitiendo en lo más alto, llegar a un proyecto como el de Braga, que es tan ambicioso, pues me ha motivado. Creo que he acertado 100% al venir aquí".

GS: Nos hablas de la adaptación a la liga, desde tu punto de vista, ¿qué diferencias hay entre la liga portuguesa y la española?

AA: "Yo creo que la liga portuguesa tiene un ritmo de juego más rápido, es un juego más técnico, mientras que en la liga española es todo más táctico, más profesionalizado, con más lectura del juego. Aquí, por el tipo de jugadores que hay, pues hay mucho jugador de uno contra uno y los partidos siempre son más rápidos, más de idas y venidas por decirlo de alguna manera".

GS: ¿Cómo afronta el club el mundo del fútbol sala?

AA: "Este año el Braga dio un paso al frente, un paso para llegar a estar ahí arriba con Sporting y Benfica, ese es el objetivo a medio plazo. Este año han hecho un gran esfuerzo, trayéndonos a Lisandro y a mí y también a dos brasileños ahora en el mercado invernal, también está Joel Rocha de entrenador desde hace unos meses y el objetivo es crecer, intentar luchar y soñar con estar en las finales. Ya te digo, crecer y por qué no soñar con luchar por un título".



GS: ¿Tiene sus ventajas el competir para un club que también tiene fútbol?

AA: "Sí, al final tenemos todo lo que tienen ellos detrás. Está la ciudad deportiva, vamos a tener dentro de unos meses un pabellón propio, el cual está terminando de construirse... Eso dará otro salto de calidad a la sección y ya te digo, muy bien, al final, somos uno más dentro de este gran club y es un auténtico placer jugar aquí".

GS: Está jugando la Selección el Campeonato de Europa, ¿aún te ves volviendo en un futuro o eso lo ves lejano?

FICHA TÉCNICA

ADRIÁN ALONSO PEREIRA "POLA"

26/06/1988

Vigo (Pontevedra)

Debut deportivo:

2004, Redondela FS.

CLUB ACTUAL: Sporting Braga

DEMARCACIÓN: Ala/Cierre

TRAYECTORIA:

• FS Redondela

• Lobelle Santiago

• Inter Movistar

• Sporting Braga

PALMARÉS CLUBES:

• Copa de España y Supercopa de España con el Lobelle.

• 6 Ligas, 5 Copas de España, 2 Copas del Rey, 3 Supercopas y 2 Copas de Europa con Inter.

• Eurocopa 2016 con España.



**persianas
la
GUÍA**

Estores plegables · Estores visión · Wind Screen (para exteriores)
Cosrtinas plisadas, venecianas y verticales · Toldos · Panel japonés
Canutillos · Puertas plegables · Alicantinas · Persianas motorizadas
Persianas de PVC, aluminio, madera, de seguridad
Sistemas compactos de cajón y persiana · Mosquiteras · Impresión digital

Sanjurjo Badía, 172 Bajo - Vigo - Teléfono: 986 443 152
E-mail: info@persianaslaguia.es - Web: www.persianaslaguia.es





AA: “No descarto poder volver pero no es mi prioridad ahora mismo, mi prioridad es estar bien en el club, yo estoy compitiendo bien, estoy a un buen nivel aquí en Braga y no depende de mí ir a la Selección. Ya te digo, mi prioridad es estar bien aquí, que es el club que me paga, es donde convivo día a día y después lo otro ya es secundario, ya no depende de mí, depende de que el seleccionador me vea o no y crea que soy importante o que puedo ser importante o que puedo ser una pieza para la Selección. A día de hoy llevo unos meses sin ir, no he ido al Mundial, no he ido al Europeo, pero no descarto volver, no he dejado la Selección y estoy aquí, si quieren contar conmigo siempre es un verdadero honor defender los colores de España”.

GS: Mirando a Galicia un poquito y en este caso a Santiago de Compostela, ¿qué recuerdos aquel Lobelle!

AA: “Son recuerdos muy bonitos, parece que fue hace muchísimo tiempo, es cierto que fue hace bastante pero a la vez tampoco tanto. Recuerdo felicidad, recuerdo ese momento en el que eres joven y todo se vive de forma más intensa y una época muy bonita de mi vida. Yo llegué al Lobelle y en dos años pasé a formar parte del primer equipo de manera definitiva, pasé a luchar por ganar títulos y a los tres o cuatro años de llegar a Santiago ya debuté con la Selección. Al final fue una etapa muy rápida de mi vida y muy bonita, donde se inició toda esta gran carrera que he podido desarrollar hasta el día de hoy”.

GS: Estabas en la plantilla que había ganado la Copa de España en Zaragoza y también en la que ganó la Supercopa posteriormente y la que llegó a otra final copera en Fontes do Sar contra El Pozo Murcia, ¿no es así?

AA: “La Copa del Rey de Zaragoza fue muy especial y eso que no jugué, pues yo estaba allí, llegué en agosto, en septiembre empecé a entrenar con el primer equipo con tan solo 17 años y en enero fui convocado para la Copa de España. No esperaba ir, es verdad que no jugué ni un minuto pero lo disfruté como un enano. Ver ese ambiente allí, me acuerdo de un pensamiento que tuve allí, yo dije allí en Zaragoza, yo quiero jugar a esto para vivir estos momentos, estos pabellones llenos, estas competiciones tan bonitas, etc. Por suerte o por trabajo, como queramos llamarle, lo he vivido bastante”.

GS: Adri y la final de Fontes do Sar contra El Pozo, en aquella fase final en Santiago que tanto vivió la ciudad y Galicia entera, nos la quitaron de los fuciños como se suele decir, no pudo haber nada más cruel.

AA: “Sí, perdimos esa final de Copa de España y ese mismo año también perdimos la final de la Supercopa que se había jugado en Vigo, luego al año siguiente es cuando ganamos el título de Supercopa que tiene Lobelle. Es



difícil perder pero hacerlo de la manera que perdimos esas dos finales, las dos en la prórroga y pudiendo haber ganado ambas, duele mucho. La de la Supercopa íbamos ganando a falta de once segundos y en la Copa de España en Sar, un gol que pasa claramente la línea no nos lo dan pero bueno, son cosas del deporte que no queda otra que asumir”.

GS: Después pasas a jugar a Inter, yo creo que el equipo más grande de España, el equipo por excelencia del fútbol sala nacional.

AA: “Sí, realmente por palmarés es el club más grande del mundo. Ahí es donde acabé de explotar, fui también muy feliz, conseguí ganar muchos títulos, conseguí ser importante en el club, en la Selección y fue una etapa de mi vida que no me hubiera imaginado cuando salí de Santiago hacia Madrid”.

GS: No puedo dejar de preguntarte por uno de mis ídolos en el mundo del periodismo, por José María García, ¿es tan apasionado como parece?

AA: “La verdad es que es un gran hombre, nunca ha tenido una mala palabra hacia mí, todo lo contrario, siempre me ha ayudado en todo lo posible, ha sido muy amable, muy generoso en todo y para mí es un diez como persona. En todos los años que he estado con él allí, me lo ha demostrado en el día a día. Viviendo el fútbol sala, pues sí, lo vive mucho y además sufre muchísimo, sobre todo cuando no ganábamos se veía que lo pasaba mal”.

GS: Ganador del premio Galicia Sport a mejor jugador gallego jugando en el extranjero, siempre es especial que la gente se acuerde de uno.

AA: “Sí, sí, está claro, sobre todo en casa. Al final, yo salí muy pronto de Vigo, no llegué a jugar en Vigo a nivel profesional, porque al final solo hubo un proyecto fugaz que no dio para mucho y siempre cuando uno sale de su casa, siempre es más difícil el ser recordado, el ser tenido en cuenta y la verdad que en todos estos años, yo he tenido el privilegio de ser reconocido por mi ciudad, por mi comunidad autónoma y para mí es un orgullo, siempre lo digo”.



anovacons - Vigo 2016, S.L.

**Construcciones
Reformas
Mantenimientos
Proyectos**

www.anovacons.es

Manuel Castro, 8 Bajo Izq. - 36210 VIGO

Tel/Fax: 986 028 939

contacto@anovacons.es - anovacons@hotmail.com



PABLO CABANA: “ENTRENO TODOS LOS DÍAS MENOS EL DOMINGO”

El nadador del Club Natación Ponteareas se trasladará a Estados Unidos el próximo mes de agosto.

Pablo Cabana se destacó como uno de los deportistas gallegos con más futuro, tras brillar en los últimos años sobre manera, haciéndose con entorchados de mucha categoría. En los próximos meses llegará un gran cambio a su vida, ya que se trasladará a Estados Unidos para estudiar la carrera de “Matemáticas relacionadas con la programación de videojuegos”, mientras se sigue formando en el mundo de la natación.

COMIENZOS EN EL MUNDO DE LA NATACIÓN CON 6 AÑOS

“Empecé en el CN Ponteareas con 6 años. Fue un poco por casualidad, mi madre se había apuntado y yo empecé a ir con ella. Desde entonces sigo en el mismo club, siempre estuve aquí entrenando y compitiendo”.

EL AÑO 2017 FUE EL DEL DESPEGUE DEFINITIVO

“Sí, luchamos bastante. En el año 2017 fui a mi primer Campeonato de España, quedé campeón y tres veces subcampeón, nadé en diferentes pruebas. A partir de ahí seguí entrenando para conseguir resultados. En el año 2018 participé en mi primer Europeo de aguas abiertas y también en mi primer Mundial y en 2019 volví a ir al Europeo. El año pasado no hubo tanta suerte, veníamos de la pandemia y estamos trabajando duro este año para intentar volver a ir”.

EL TRASLADO A ESTADOS UNIDOS

“Pues sí, sí, firmé con una universidad de Estados Unidos para ir a estudiar allí la carrera y seguir formándome allí. Sobre agosto me marché para allí para comenzar una nueva etapa en mi vida- Es una suerte poder estudiar y a la vez seguir formándome en la natación, así que no puedo pedir más. Voy a estudiar

FICHA TÉCNICA

PABLO CABANA

23/01/2004

Ponteareas (Pontevedra)

CLUB ACTUAL: CN Ponteareas.

TRAYECTORIA:

Siempre en el Club Natación Ponteareas, desde los 6 años, edad a la que comenzó en el mundillo.

LOGROS MÁS DESTACADOS:

- En 2018 fue octavo en el Europeo junior de aguas abiertas y undécimo en el Mundial junior de aguas abiertas.
- En el 2019 fue décimo en el Europeo junior de aguas abiertas
- Campeón de España y de Galicia en múltiples ocasiones.

Hamburguesas Burritos Fajitas
Arepas Batidos... y muchas cosas más
Pide a domicilio o ven a buscarlo!

SODAFOUNTAIN

XHUAO

FOOD&SWEET

886 094 025

Plaza Barcelos, 28 • 36002 Pontevedra

info@xhuao.es

xhuao.es





Matemáticas relacionadas con la programación de videojuegos porque en Estados Unidos no hay Diseño y desenvolvimiento de videojuegos, así que voy con las mates relacionadas con el mundillo, por decirlo de alguna manera”.

SUEÑOS DE FUTURO

“Una Olimpiada es mucho decir, no podemos pensar en eso por ahora. A mí me gustaría regresar este año al Europeo, esa es la meta a corto plazo en cuanto a resultados. Con todo, lo que más quiero es intentar seguir mejorando y que nunca me falten ganas para seguir entrenando y haciendo lo que me gusta”

ENTRENAMIENTOS Y ALIMENTACIÓN

“Entreno todos los días menos el domingo, hago unas 30 horas de entrenamiento a la semana de manera aproximada. En el deporte es muy importante la alimentación. Yo tengo un nutricionista en el CGT de Pontevedra, que es donde estoy becado en la actualidad”.

SUS ENTRENADORES EN EL CENTRO DE ALTO RENDIMIENTO

“En el CGT estoy con Luisa Domínguez y con Fernando Zarzosa y la verdad es que estoy muy contento con los dos, ya que me ayudan muchísimo en el día a día para poder aumentar las prestaciones”.

EL CN PONTEAREAS

“El CN Ponteareas no es que sea un club muy grande, como puede ser por ejemplo el Galaico o clubes así. Nosotros somos un club de pueblo pero somos seguramente el club de Galicia que más ganas le pone a la hora de competir para conseguir logros de equipo. Trabajamos bastante duro para llegar a las metas, para conseguir lo que queremos”.

LA NATACIÓN EN GALICIA NO ESTÁ AL NIVEL DE LAS GRANDES COMUNIDADES

“Está claro que la natación en Galicia no es tan buena como en otras comunidades, como pueden ser Cataluña, Andalucía, Valencia o Madrid, que yo pienso que son las comunicades top en cuanto a natación, son los mejores, tienen mucho nivel y son muy, muy buenos. Aquí hay dos piscinas de 50 metros que se pueden utilizar con garantías y por ejemplo en Cataluña, cada club tiene una piscina de 50 metros para entrenar, eso viene muy bien para poder mejorar. Las instalaciones son muy importantes”.

MEJOR NADADOR GALLEGO EN LOS PREMIOS GALICIA SPORT

“A mí me alegra bastante haberlo conseguido. También tengo que decir que pienso que se lo merecía más Miguel que yo, porque Miguel llevó una trayectoria increíble pero bueno, esto es así y solo puedo dar las gracias a toda la gente que se volcó votándome”.



© Bodega Deportivas

RIAS BAIXAS



Santiago Roma®

ALBARIÑO

Vino elaborado en barrica de piedra



Móv.: +34 679 469 218
Tel.: +34 986 718 477

bodega@santiagoroma.com

C/ Catariño, 5 Besomaño Ribadumia
36636 Pontevedra España





CARLA CARRÓN: LA PROMESA QUE SE CONVIRTIÓ EN REALIDAD

La nadadora se proclamó Campeona de España absoluta en 400 y 800 metros libre con tan solo 16 años.

Carla Carrón se llevó el galardón a mejor nadadora gallega del año 2021 en los premios Galicia Sport, tras imponerse en las votaciones a otras grandes promesas como Paula Otero (CN Arteixo), Ana Cernadas (Club Fluvial) y Rosalía Marín (CN Coruña). Cuando hablamos de Carla, lo hacemos de una deportista top desde que es una niña, la cual compite para el CN Arzúa, haciendo las delicias de todos sus paisanos, que la apoyan desde la distancia en cada campeonato al que se desplaza. La joven está becada en el Centro Gallego de Tecnificación Deportiva de Pontevedra y es sin duda una de las grandes esperanzas de la natación nacional con tan solo 16 años. El curso 2021 fue espectacular para ella, llegando el momento más álgido a finales del mes de noviembre, ya que fue capaz de hacerse con dos oros en categoría absoluta en los Campeonatos de España de invierno. Carla se llevó los 400 metros libre con un registro de 4:07.55, mejor marca gallega de la historia en una deportista de 16 años. En los 800 metros volvió a emocionar a los presentes, colgándose nuevamente el oro con un tiempo de 8:25.34, superando a nadadoras que llegaron a estar en los pasados Juegos Olímpicos de Tokio.



FICHA TÉCNICA

CARLA CARRÓN

16 años
Arzúa (A Coruña)

CLUB ACTUAL: CN Arzúa.

DATO DE INTERÉS:

Becada en el Centro de Tecnificación Deportiva de Pontevedra.

LOGROS MÁS DESTACADOS EN 2021:

- Campeona de España 400 libre
Marca: 4:07.55
Categoría absoluta
- Campeona de España 800 libre
Marca: 8:25.34
Categoría absoluta

AS AGRICOLA SEBIO
981 500 698
Parque Empresarial - Ctra. Pontecarreira, 3
15810 Arzúa (A Coruña) agricolasebio@agricolasebio.es

DISTRIBUIDOR OFICIAL
DeLaval
Agritubel
STIHL

PINTURA Y DECORACION
PEDRO BRANDON NEGREIRA
C/. Pedra Furada, 9 - 1.º
CARBALLO (A Coruña)
Telf. 606 513 836

www.centrowebs.com



centrowebs

info@centrowebs.com

DISEÑO DE PÁGINAS WEB ADAPTABLES
AUDITORÍAS Y ASESORÍA WEB
OPTIMIZACIÓN DE CARGA
POSICIONAMIENTO EN BUSCADORES
HOSTING/CORREOS/MANTENIMIENTO



981 500 763



OFRECEMOS SERVICIOS DE CALIDAD EN
EL SECTOR DEL TRANSPORTE TERRESTRE Y LA LOGÍSTICA
ENLAZANDO DIARIA Y DIRECTAMENTE CUALQUIER PUNTO
ENTRE GALICIA, ASTURIAS, LEÓN Y PORTUGAL.



VIGO
CAMIÑO DA RAPOSEIRA, 18
36214, VIGO, (PONTEVEDRA)
T. 986 47 23 11

A CORUÑA
RÚA EDISON, 4,
15008, A CORUÑA
T. 981 25 29 90

SANTIAGO DE COMPOSTELA
RÚA DO TAMBRE, 109,
15705 SANTIAGO DE COMPOSTELA, A CORUÑA
T. 981 57 08 45

LUGO
P.I. DO CEAO, CALLE PANADEIRAS, S/N
PARCELA 25, 27003 LUGO
T. 982 81 31 41

OURENSE
RÚA D, 25, 32915
BARREIROS (ZONA COMERCIAL), OURENSE
T. 988 36 40 23

OVIEDO
CALLE QUEVEDO, 14,
33012 OVIEDO, ASTURIAS
T. 985 11 90 91

LEÓN
CARRETERA DE VILECHA, S/N NAVE 3
24192 MERCALEON, LEÓN
T. 987 34 41 55

<https://galastur.es>

“RECUPERAR LAS PISCINAS DE OIRA ES UN SUEÑO PARA MÍ”

El coordinador principal del Club Natación Pabellón de Ourense estuvo con la redacción de Galicia Sport.

Santi Escudero es el coordinador de un Club Natación Pabellón de Ourense que viene de llevarse el galardón en los premios Galicia Sport a mejor entidad gallega del año 2021, tras imponerse en las votaciones a clubes de la talla de CN Galaico de Pontevedra, CN Pontearreas y Club Fluvial de Lugo. El protagonista de la siguiente entrevista lleva toda la vida en el Pabellón y nadie puede haber mejor que él para hablarnos de historia, actualidad, sueños y futuro.

NACIMIENTO DEL CN PABELLÓN OURENSE

“Nuestro club se formó en el año 1971. Previo a esto hubo una inquietud en la ciudadanía ourensana, pues antiguamente los nadadores nadaban en el río Miño y se puede decir que ahí fueron los inicios. Después se materializó todo con la construcción del Pabellón de los Deportes y con la construcción de la piscina de 25 metros y luego, ya en el año 1978, llegó la piscina de 50 metros. Digamos que esas fueron las raíces del CN Pabellón Ourense”.

NÚMERO DE LICENCIAS DE LA ENTIDAD

“Ahora mismo en la sección de natación rondamos las 240 licencias. A nivel de Galicia somos de los que más tenemos y ahí seguimos una temporada más formando nadadores de calidad de la mejor forma que podemos”.

AÑO 2021 EXTRAÑO POR LA PANDEMIA

“El 2021 fue un año raro y extraño. Debido al tema de la pandemia, no pudimos hacer lo que queríamos, aunque sí que es cierto que mantuvimos el tipo en prácticamente todas las competiciones. Tuvimos mucha suerte, ya que desde el patronato de deportes del Concello de Ourense nos pusieron muchas facilidades, yo sé que en otras provincias y en otras ciudades fue todo lo contrario, por eso estamos muy agradecidos. Al final pudimos participar en prácticamente todo el calendario gallego y en parte del calendario nacional con actuaciones más o menos relevantes. Evidentemente no fue de los mejores resultados en la historia del Pabellón, pero viniendo de todo lo que veníamos es para estar contentos”.



FICHA TÉCNICA

CLUB NATACIÓN PABELLÓN

1971
Ourense

NÚMEROS DE LICENCIAS: 240

COORDINADOR PRINCIPAL:

Santi Escudero

NOMINADOS PREMIOS GALICIA SPORT 2021:

- Club Natación Pabellón
- Club Natación Galaico
- Club Natación Pontearreas
- Club Fluvial de Lugo



**ARNELA
ALBAÑILERÍA, S.L.**

Poeta Manuel Antonio, 9-3º B17
32002 Ourense - Tel: 646 943 039
antonioarnela@gmail.com

OBRAS Y
REFORMAS





LA PASIÓN DE SANTI ESCUDERO POR LA NATACIÓN

“Mi pasión nace por mi padre. Mi padre ya era entrenador del club, fue profesor de natación y digamos que fue uno de los fundadores de esta institución. Mi padre era de los que nadaba en el río en los años 50 y por ahí vino todo. Yo desde pequeñito estuve relacionado con el mundo de la natación, prácticamente nací aquí en el Pabellón, pasaba más tiempo en el club que en mi casa y como muchos en aquella época, evolucionando desde ahí y disfrutando mucho. Fui nadador aquí en el Pabellón y pasé por todas las categorías, prácticamente acudiendo a todos los campeonatos nacionales y bueno, llegó un momento que ya compaginé la parte deportiva con lo que es la formación”.

NIVEL DE LA NATACIÓN GALLEGA

“La natación gallega tiene buen nivel, el nivel medio es muy bueno, falta perfeccionar cositas en la natación de base y otras cosas pendientes con la natación de alto nivel pero digamos que tenemos un núcleo medio que es fuerte. Igual hay que buscar alternativas para llegar a ser de alta competición, pero ya sabes que es un tema complicado, el de la alta competición. Después, por debajo, lo que te decía, podemos perfeccionar cosas en la base para trabajar mejor, ya que hay deportes que son más atractivos que el nuestro y por ahí se nos escapan cosas, se nos escapan licencias, se nos escapan nadadores, etc. Los nadadores si no te van a la piscina, si no los ves, si no los enganchas, si no ves cómo nadan, pues no sabes si tienen esas cualidades natatorias para en un futuro llegar arriba. Digamos que nos falta un poquito eso para dar un paso más, esa pequeña selección de la base de trabajo y que siempre es fundamental”.

EL SUEÑO DE UNA INSTALACIÓN PROPIA

“Tener una instalación propia sería la leche pero yo me conformo con volver a tener lo que tuvimos en los años 90. Y con esto me explico, debemos de ser la única provincia que en los años 70 apostó a tope por el tema de las piscinas, fuimos pioneros en esas épocas teniendo una piscina de 25 metros, una piscina olímpica en el Pabellón de Los Remedios y también teníamos las piscinas de Oira, que había separadas varias piscinas, unas eran públicas y otras privadas. En esas privadas había otra piscina olímpica, otra piscina de 25 metros y una piscina de iniciación. Todo eso se perdió, se perdió porque en el año 2007 o 2008 los políticos de aquel momento decidieron cerrarlo, entregar eso a una empresa y fue la empresa quien las explotó, entonces se cargaron la piscina, se cargaron todo y un sueño igual sería eso, recuperar lo que era nuestro, de todos los orensanos”.



Betanzos
RESTAURANTE

**SALONES
BETANZOS**
T. 988 43 78 78

A Barxiña
Puentegrande
Celanova (Ourense)



NUEVO AÑO DE ÉXITOS PARA EL CLUB DE REMO CABO DE CRUZ

La entidad boirense volvió a salvarse en la Liga ACT masculina y a ganar la Liga Gallega femenina.

El Club de Remo Cabo de Cruz ha sido elegido por segundo año consecutivo como mejor club gallego en el mundo del remo de banco fijo en los premios Galicia Sport, imponiéndose en las votaciones a la Sociedad Deportiva Samertolameu y al CR Rianxo, los otros dos nominados en esta ocasión. Los de Boiro son sin duda la entidad más potente en la actualidad y así se demuestra en las traineras, compitiendo en la Liga ACT en categoría masculina y salvando la categoría sin ningún tipo de problema una vez más. En categoría femenina, las cosas también marchan y las rojillas se llevaron

el título de Liga Gallega, acudiendo al play off de ascenso a ACT, en el que tan solo se puso en juego una plaza para cuatro equipos, llevándose el gato al agua las vascas de Tolosaldea Arraun Kluba. El curso 2022 será importantísimo para las embarcaciones femeninas, ya que de una vez por todas se pasará de cuatro a ocho equipos en la máxima división a partir de 2023, con lo que ascenderán de manera directa los dos primeros clubes clasificados de la Liga Gallega y los dos primeros de la Liga ETE (Liga Vasca), disputando los terceros clasificados la promoción contra el colista de la ACT.

PASARELA
42
BELLEZA · PELUQUERÍA & SHOP

www.pasarela42.es 722 612 562 info@pasarela42.es
Avda. de la Constitución, 33 Bajo - 15930 BOIRO (A Coruña)

VSP MOTORSPORT

MECÁNICA EN GENERAL

638 222 008

Aldea Puente Beluso, 9
15990 Beluso, A Coruña

Mesón Restaurante
Abadía de San Enrique
Estrada Chazo - 15939 Boiro - T 600 86 66 49



FICHA TÉCNICA

CR CABO DE CRUZ

1979

Boiro (A Coruña)

PRESIDENTE:

Daniel Vázquez

COMPETICIONES PRINCIPALES 2022:

- Liga ACT masculina
- Liga Galega A masculina
- Liga Galega femenina

RESULTADOS 2021:

- Campeones Liga Galega femenina

- Octavos en Liga ACT masculina
- Terceros en Liga Galega masculina

OBJETIVOS 2022 EN TRAINERAS:

- Ascenso a la ACT femenina.
- Permanencia en la ACT masculina
- Permanencia en Liga A masculina.

PATROCINADOR PRINCIPAL:

- Rianxeira

Clínica del pie



ÓSCAR MAYÁN

**"LA SALUD COMIENZA
POR UNOS PIES SANOS"**

www.clinicadelpieoscarmayan.es

PODOLOGÍA DEPORTIVA

PODOLOGÍA INFANTIL

ANÁLISIS BIOMECÁNICO

ESTUDIO DE LA MARCHA EN 3D

PLANTILLAS A MEDIDA

CIRUGÍA DEL PIE

(JUANETES, DEDOS EN GARRA, UÑAS INCARNADAS)

CLÍNICA EN BOIRO

☎ 981 845 149 - 608 188 663

Calle Robustiano Pérez del Río, N.º 12, 1º A

NRS: C-15-003757

CLÍNICA EN PORTO DO SON

☎ 981 767 533 - 608 188 663

Calle Iglesia, N.º 29, bajo C

NRS: C-15-004557

ADRIÁN BEN ENVIÓ SU PRIMER GRAN MENSAJE

El de Viveiro brilló a sus 23 años y dejó claro que va a por todas en el siguiente ciclo olímpico.

Adrián Ben ha vuelto a enamorar en el año 2021 y lo ha vuelto a hacer en los 800 metros, brillando en los Juegos Olímpicos de Tokio, superando obstáculos hasta meterse en la gran final. El éxito ya estaba en el bolsillo pero se multiplicó el día en el que cumplía 23 años, logrando una estratosférica quinta plaza, llegándonos a hacer soñar a todos incluso con el cajón. La juventud del de Viveiro no fue un impedimento para codearse ya con los mejores del mundo en la gran cita por excelencia, mostrando en todo momento una tranquilidad absoluta y una madurez tan solo al alcance de los grandes campeones. El futuro nadie lo puede predecir pero el potencial de Ben invita al optimismo para que pueda convertirse en uno de los mejores atletas nacionales de todos los tiempos. De momento toca seguir trabajando, París 2024 se acerca pero antes aún quedan muchos retos que superar, tanto en Europeos como en Mundiales.

La historia del gallego estuvo siempre más ligada a los 1500 metros pero en el año 2019 logró la clasificación para el Mundial de Doha en 800 contra todo pronóstico y eso terminó por marcar un antes y un después en su carrera.



FICHA TÉCNICA

ADRIÁN BEN

04/08/1998

Viveiro (Lugo)

ESPECIALIDAD:

800 metros y 1500 metros

CLUB: FC Barcelona

ENTRENADOR: Arturo Martín

DEBUT CON LA SELECCIÓN:

08 de Agosto de 2018

MEJORES MARCAS AL AIRE LIBRE:

- 800 m: 1:44.18
- 1500 m: 3:37.79
- 3000 m: 8:00.42

PALMARÉS INTERNACIONAL:

- Bronce en el Europeo sub 20 (Grosseto 2017)



- Permiso de conducir
- Embarcaciones
- Licencia de armas
- Animales peligrosos
- Operador de grúa
- Buceo
- Seguridad privada

Avda. de Ferrol, 23 Entrl. Loc. 18

Tlf.: 982 888 507

info@psicotecnicoguisasola.com

www.psicotecnicoguisasola.com



- CONSULTORIO DE MASCOTAS E CLÍNICA DE ANIMAIS DE GRANXA
- TENDA PARA MASCOTAS
- PRODUTOS PARA O GANDO
- ATENCIÓN A DOMICILIO
- IDENTIFICACIÓN ANIMAL

R/ Gabriela Nieto Chain, n.º 20
(O Ramal) Rábade
T.: 982 871 103

URXENCIAS
24
HORAS



Apoiando ao deporte



Viveiro



P O R Q U E

T U

N O E R E S C O M O
L O S D E M Á S .

COCINAS Y MUEBLES DE HOGAR

SCHMIDT

AVENIDA DAS MARIÑAS, 319-BAJO, PERILLO-OLEIROS • T. 981 90 40 11

www.home-design.schmidt

ANA PELETEIRO HIZO VIBRAR A TODOS LOS GALLEGOS

La ribeirense fue la mejor atleta gallega del año 2021, logrando éxitos como subir al podio en los JJOO.



El mundo del atletismo ha tenido a Ana Peleteiro como gran protagonista en el año 2021, lo que llevó a la dirección de los premios Galicia Sport a otorgarle el premio de mejor atleta gallega de manera directa. La medalla de bronce conseguida por la ribeirense en los Juegos Olímpicos de Tokio hizo vibrar a todo el país, y ya no solo por el metal en sí, sino por su garra, su pasión, su entrega y un pundonor que la llevó a batir sus propias marcas. El listón estaba altísimo pero desde la calificación se vio a Ana en su mejor versión. Ya en la finalísima superó dos veces el récord de España, ya que llegó a la Olimpiada con 14,73 y primero lo puso en 14,77, lo que todavía no era suficiente para asegurar la presea, llegando en el penúltimo de los intentos el histórico 14,87 y con ello el tercer lugar del cajón. La barrera de los 15 metros parecía muy lejana pero por ahí pasa ya el siguiente reto de la que ya es una de las grandes del deporte nacional. París 2024 parece lejano pero a la vez ya está a la vuelta de la esquina y allí volverá a llegar una ribeirense en plenitud de edad y con ganas de más gloria. Otro éxito a destacar de la gallega en el año 2021 es la medalla de plata ganada en el Europeo de Torún.

FICHA TÉCNICA

ANA PELETEIRO

02/12/1995

Ribeira (A Coruña)

ESPECIALIDAD: Triple Salto

ENTRENADOR: Iván Pedroso

CLUB: Club Atletismo Adidas (Aragón)

PALMARÉS INTERNACIONAL:

- Bronce (Juegos Olímpicos Tokio)

- Bronce (Mundial de Birmingham)
- Bronce (Europeo de Berlín)
- Oro (Europeo de Glasgow)
- Plata (Europeo de Torún)

MEJOR MARCA AL AIRE LIBRE:

- 14,87

OTROS LOGROS A DESTACAR:

- Premio Princesa de Asturias
- Medalla Castelao

INTERSPORT
THE HEART OF SPORT



INTERSPORT RIBEIRA
C/ Mariño de Rivera, 4
T.: 881 122 437

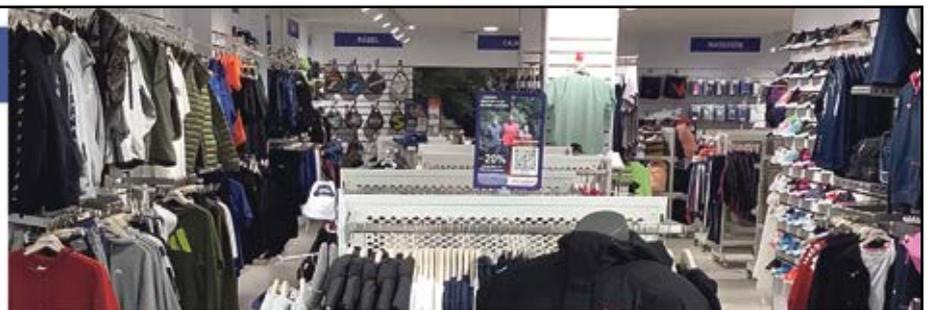
¡Intersport ha llegado a Ribeira!
Desde el mes de Julio, la cadena deportiva más grande del mundo ha abierto sus puertas en esta localidad gallega.

La filosofía de Intersport es ofrecer a sus clientes todo lo que necesitan para la práctica deportiva. Así, en el local situado en la calle Mariño de Rivera tienen cabida tanto futbolistas como tenistas, pasando por nadadores, corredores o amantes de la montaña.

Para todos los deportistas. Grandes y pequeños, hombres, mujeres y niños, todos se pueden equipar para practicar su deporte preferido. Botas de fútbol, zapatillas para correr, bañadores, raquetas, chaquetas de outdoor, material de fitness... Intersport es un paraíso para cualquier deportista. También lo es para los apasionados de la ropa y calzado de moda deportiva.

En el interior de la nueva tienda, los clientes podrán encontrar un amplio abanico de productos, distribuidos en dos líneas. Por una parte, Intersport ofrece todo tipo de prendas y material de las primeras marcas del ámbito deportivo, como Nike, Adidas, Puma o Reebok. Y por otra, una gran oferta de marca propia, de la mano de McKinley y Energetics.

Para darte la bienvenida a la nueva tienda, te ofrecemos un 15% de descuento al presentar este cupón:



INTERSPORT
THE HEART OF SPORT

15% DESCUENTO

En intersport Ribeira
Presentando este cupón en tienda
entre el 14 de febrero y el 14 de marzo

*No acumulable a otras ofertas y/o promociones. Aplicable sobre PVP original.

**ORGULLO
DE
RIBEIRA**

Felicidades Campioa!



IVÁN ARES VOLVIÓ A LUCIR EN UN 2021 PARA LA HISTORIA

El gallego añadió un nuevo título a su palmares, tras ganar la Copa de España de Rallyes de Tierra.

Iván Ares volvió a brillar en el año 2021, llegando el premio gordo a comienzos del mes de diciembre, cuando se proclamó campeón de la Copa de España de Rallyes de Tierra, siendo el mérito doble, pues no podemos olvidar que fue su primera campaña sobre la superficie. El piloto de Cambre, afincado en Carral, siempre fue un especialista en el asfalto pero en la tierra ya lanzó sus primeros avisos durante todo el curso, lo que le llevó a pelear de tú a tú por el título en el Supercampeonato de España de Rallyes, finalizando en segunda posición, siendo el ganador Cohete Suárez. En el año 2021, Ares también estuvo presente en tres citas del Europeo, dejando claro que es capaz de competir de tú a tú, aún teniendo que pelear contra equipos con más potencial que el suyo.

La temporada 2022 está cada vez más cerca de arrancar y la meta inicial de Iván vuelve a ser ganar y competir al máximo con los mejores en el Supercampeonato de España. De momento parte como uno de los grandes favoritos y a buen seguro que volverá a darnos grandes alegrías a los aficionados al mundo del motor en Galicia.

FICHA TÉCNICA

IVÁN ARES

05/03/1985
Cambre (A Coruña)
Afincado en Carral (A Coruña)

PROFESIÓN: Piloto

DISCIPLINA: Automovilismo

MODALIDAD: Rallyes

COMPETICIONES PRINCIPAL:

- Supercampeonato de España.
- Europeo de Rallyes (ERC)

PALMARÉS PRINCIPAL:

- Campeón de Galicia (2011 y 2014)
- Campeón de España en asfalto (2017)
- Campeón Copa España en tierra (2021)



Kids&Us[®]
school of english

INGLÉS A PARTIR DE 1 AÑO

Say it in English!

Kids&Us Oburgo · C/ Anxo Senra Fernández 6 · 15670 O Burgo · T. 697 196 609 · oburgo@kidsandus.es

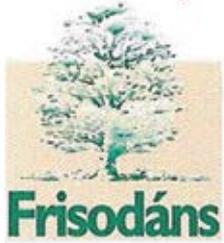
Kids&Us Arteixo · Rúa Río Tambre 19, Baixo · 15142 Arteixo · T. 604 000 200 · arteixo@kidsandus.es

Kids&Us Coruña Cuatro Caminos · C/ Marina Nieto Alvarez 14, bajo A · 15009 A Coruña
T. 604 020 000 · lacoruna.cuatrocaminos@kidsandus.es

Kids&Us A Coruña Centro · CPaseo de los Puentes nº5, Bajo · 15004 A Coruña
T. 881 068 405 / 618 570 727 · acoruna.centro@kidsandus.es

LINGUAS DE SAPO, S.L. · B27461888 · Os cursos non implican a obtención de ningún título oficial.

DANS, RODRÍGUEZ Y CÍA, S.L.



Maderas, frisos,
tarimas y barnizados

A Xira, 6 (Camino del Aserradero)
SIGRÁS - CAMBRE

Tel.: 981 676 919 · Fax: 981 676 988

Email: dans@itg.es



MOUREVILLVERDE
TÉCNICA EN ALUMINIO Y PVC

Pol. Industrial de Ordes, Nº 25 - 15980 Ordes (A Coruña)

Tel.: 981 681 462 - 686 586 570 Fax: 981 688 374

Mail: info@mourevillaverdesl.com

COMERCIAL
DUARTE S.A.E

MAQUINARIA AGRÍCOLA, FLORESTAL E XARDIÑERÍA

Husqvarna[®]

Grillo
AGRICULTURAL MACHINES



Cuchillería
Airsoft - Militaría
Deporte - Aventura

Amanecida nº 35 - Pte. Beluso

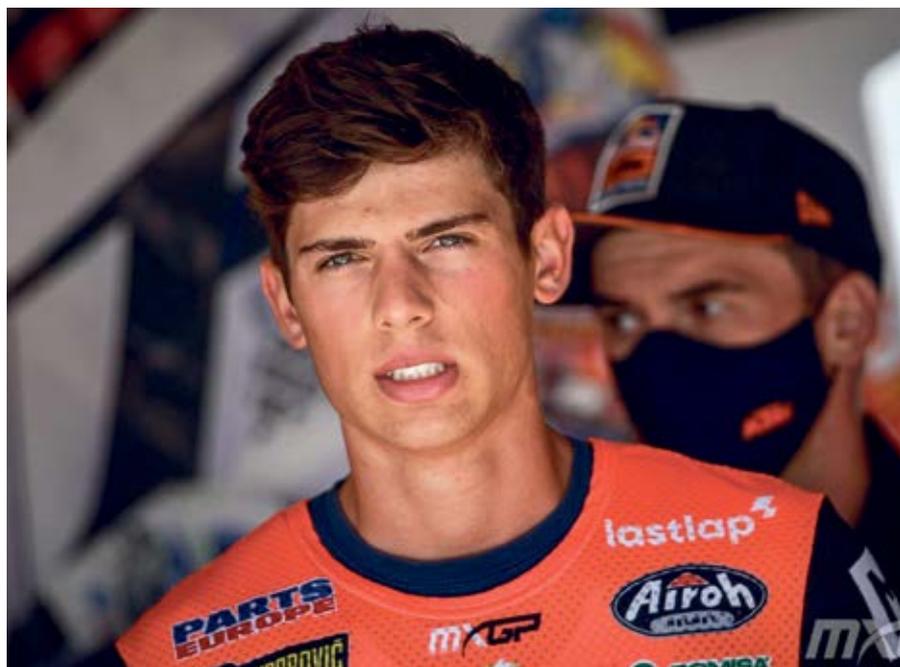
15990 BOIRO (A Coruña) ☎ 981 862 393

www.comercialduarte.com - info@comercialduarte.com

NS MOTORSPORT
TU TIENDA DE COMPETICIÓN

NS MOTORSPORT MADRID
Ctra. de Loeches, Nº 111
28850 Torrejón de Ardoz,
MADRID

NS MOTORSPORT LUGO
Rúa da Margarida, Nº 62
27003
LUGO



JORGE PRADO: LA REVANCHA DE UN EXTRATERRESTRE

El lucense lucha con los mejores de tú a tú y tan solo las lesiones y el covid pudieron frenarle hacia el título.

Jorge Prado está cerca de comenzar su tercera campaña en MXGP, la categoría reina del motocross, y lo hará con las máximas aspiraciones a alzarse con el título. No tuvo suerte el lucense en los dos últimos años, pues tan solo las lesiones y el covid pudieron alejarle de estar en la pelea hasta el final. Para el presente curso el objetivo es ambicioso y la preparación está siendo exquisita hasta el momento. En el Internacional de Italia, previo al inicio del Mundial, Jorge fue segundo, tan solo superado por Tim Gajser. Una de las novedades para el presente curso viene dada por el cambio de equipo de Prado, pues no correrá con el naranja de KTM, sino con el rojo de Gas Gas. El cambio no deja de ser un movimiento estratégico de KTM, pues Gas Gas es una marca que pertenece a KTM, la cual está siendo potenciada por la compañía austríaca desde varias temporadas.

Pero en el Mundial 2022 no solo tenemos a Jorge Prado, ya que otro gallego, Rubén Fernández compite en la categoría reina desde el final del pasado curso. La apuesta de honda por el vigués sigue siendo firme y las prestaciones

del piloto respondieron a lo grande desde el primer momento. Precisamente entre Jorge y Rubén estuvo el premio Galicia Sport a mejor piloto gallego del año 2021 en el mundo del motocross, imponiéndose el lucense en las votaciones de los aficionados.

FICHA TÉCNICA

JORGE PRADO

05/01/2001

Lugo

PROFESIÓN: Piloto

DISCIPLINA: Motocross

CATEGORÍA: MXGP

EQUIPO HASTA 2021: KTM

EQUIPO ACTUAL: Gas Gas

AÑOS EN MXGP: Comenzará el tercero.

PALMARÉS MÁS DESTACADO:

- Campeón del Mundo con KTM en dos ocasiones en la categoría MX2. (Años 2018 y 2019).



Rúa da Cruz, 5 - Lugo Tlf: 982 220 090

 **Tripadvisor** 1^{er} puesto **Bar de tapas** en Lugo



SOLETE
Guía Repsol

Galardonado en la **Guía Repsol**

Nuevo servicio a domicilio



www.glovoapp.com



www.ubereats.com



WWW.JLPUBLICACIONES.COM

Italia
Bar • Restaurante • Pizzería • Asador
Tel.: 986 53 19 20
Rúa Hospital, 15
36630 Cambados - Pontevedra

PINTURAS

LUIS REAL

PINTURAS
EN GENERAL,
GOTELET,
ESTERILLA,
LACADOS, ETC.

- LIMPIEZA DE FACHADAS
- COLOCACIÓN DE PARQUET INDUSTRIAL
- ACUCHILLADO Y BARNIZADO



Fermín Rivera, 51 · Tel. 982 22 32 76 · Móvil 686 95 00 54 · LUGO



XURXO CID: “EN PAREDES DISFRUTÉ COMO UN NIÑO DE 10 AÑOS”

El jugador del CH Barrocás viene de proclamarse Campeón de Europa de hockey sala con la Selección.

Xurxo Cid es uno de los pesos pesados del vestuario del primer equipo del Club Hockey Barrocás, pues, entre otras cosas, lleva en la casa desde que es un niño y ha vivido todo tipo de experiencias defendiendo los colores del club de sus amores. En las últimas semanas viene de conseguir uno de los grandes logros de su carrera deportiva, esta vez con la Selección Española, tras levantar el cetro de Campeón de Europa en Paredes (Portugal).

TRAYECTORIA EN EL MUNDO DEL HOCKEY

“Empecé en el hockey con 5 años, como actividad extraescolar en el colegio, a través del club en el que sigo hoy, el CH Barrocás. Me gustaba mucho el deporte, me gustaba mucho el fútbol pero me llamaba la atención el hoc-

FICHA TÉCNICA

XURXO CID
28/06/1988
Ourense

CLUB ACTUAL: CH Barrocás

CANTERA: CH Barrocás

EDAD DE INICIO: 5 años

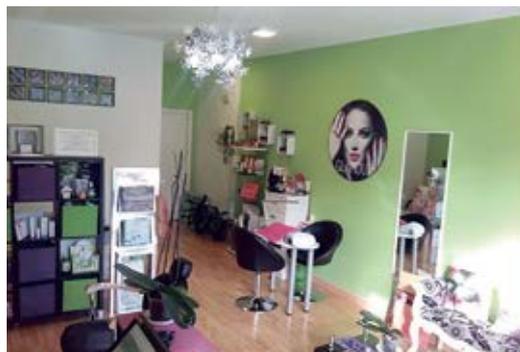
DEBUT EN EL PRIMER EQUIPO: 2002/2003

EDAD EL DÍA DEL DEBUT: 14 años

INTERNACIONAL: Selección Española de Sala.

TÍTULOS CON LA SELECCIÓN:

- - Campeón de Europa (2022)



Centro de Estética
Cris Gómez

Rúa Monseñor José Álvarez González, 2
T: 988 61 60 02 / 678 24 25 49
cristina71286@gmail.com



CARNICERÍA
RANCHO
JUAN

Carne de crianza propia

C/Alejandro Pedrosa, 11 Bajo - Ourense
Tel: 988 374 110 / 606 229 324





key, se me daba bastante bien y seguí en el mundillo. Luego hicieron una escuela en el barrio que estaba el colegio, empezamos a entrenar ahí y en el 2002 hicieron el campo en Mariñamansa y fuimos para allí. En la temporada 2002/2003 debuté en el primer equipo, tenía 14 años y desde entonces aquí sigo en el primer equipo del Barrocás”.

PRESENCIA EN EL EQUIPO NACIONAL

En la Selección estuve en categorías inferiores pero nunca llegué a jugar y este año me llamaron para una preselección en Madrid de Hockey Sala. Se jugaba el Campeonato de Europa en Paredes (Portugal) y al final fui convocado, estuve entre los 12 elegidos, eso fue aún hace unas semanas. Fue una experiencia increíble, después de una vida intentando jugar con la Selección, que llegue en este momento fue como un premio. Me lo pasé como un niño de 10 años, fue una experiencia increíble y aún encima fuimos Campeones de Europa, entonces imagínate. A nivel individual muy contento, representando al Barrocás y a Galicia aún encima, es una sensación única”.

EL OBJETIVO ES EL ASCENSO A DIVISIÓN DE HONOR B

“El año pasado descendimos por un cúmulo de circunstancias, algún jugador de baja, algunas lesiones, una liga igualadísima y al final nos tocó la cara amarga a nosotros. Anteriormente, incluso estuvimos cuatro temporadas en División de Honor “A” pero sí que es verdad que a día de hoy ese no es nuestro sitio, nuestra categoría es División de Honor “B” ahora mismo y nuestra idea es recuperarla cuanto antes. Esta temporada la liga se nos queda algo pequeña, ganamos los partidos de manera sencilla, no nos vale de mucho todo esto. Tenemos que volver a División de Honor “B” y desde ahí lograr que los chavales empiecen a jugar, que otros chavales de Galicia que valgan para jugar en la categoría vengan para aquí y jueguen, alguno de Coruña, que puede valer alguno o de otras ciudades y desde ahí formar una buena base para crecer y hacer cosas importantes”.

NIVEL DEL HOCKEY GALLEGO

“Ahora mismo estamos a punto de tocar fondo pero la Federación Gallega está trabajando mucho y las cosas se están haciendo mucho mejor. El campo que nos acaban de poner en Ourense es un espectáculo, creo que en Coruña también están intentando poner uno, ahí lo está estudiando la Diputación y eso sería un avance increíble para Galicia. Poder tener dos campos en condiciones facilitaría mucho las cosas. Al final, los chavales de Coruña tienen un campo en A Torre que no vale para jugar al hockey. Yo los admiro muchísimo, porque ir a entrenar ahí todos los días es muy duro. Ojalá algún

día puedan tener un campo como se merecen y será un gran avance para que todo pueda ir hacia arriba. Yo espero que el nivel del hockey en Galicia empiece a crecer de nuevo, nosotros esperamos que no, pero viene una época muy difícil, la Federación está trabajando muy bien y esperemos que solo sean dos o tres años así un poco más negros y a partir de ahí ya lleguen esos chavales que se están formando. Hay clubes que están trabajando muy bien con la base y espero que a partir de todo eso se pueda crecer”.

LA SELECCIÓN ESPAÑOLA EN OURENSE

“La Selección vino en el mes de septiembre. Es una experiencia para la ciudad única y para el hockey gallego en general. El campo estuvo a tope, los chavales de la base vieron ídolos que hacía pocos meses pudieron verlos en los Juegos Olímpicos de Tokio por la televisión y se creó un ambiente estupendo durante esos días”.

MENSAJE PARA LA AFICIÓN

“Somos una familia, entonces el mensaje lo tienen claro, ellos están con nosotros a tope, son fieles y están siempre ahí. En los próximos meses lucharemos por el ascenso al máximo para regresar a División de Honor B y así todos poder disfrutar otra vez de cosas a las que estamos más acostumbrados en los últimos años”.



Leirado, nave - 32814 Quintela de Leirado (Ourense)
alfesan@alfesan.com - www.alfesan.com
T 606 376 518



Tu centro
en productos
de peluquería
y estética

Galerías Viacambre
Local 12 - B
OURENSE
988 239 570

ADRIANA DORRIBO: "ME GUSTARÍA LLEGAR A ALGO EN EL HOCKEY"

La del Santiago Apostol de Ourense se hizo con el galardón a mejor jugadora gallega del año 2021.

Adriana Dorribo fue la mejor jugadora del año 2021 en los premios Galicia Sport, tras imponerse en las votaciones finales a otras dos nominadas de gran nivel como Carlota Álvarez (CH Albor) y Yurena Veloso (CH Albor). La atacante del Santiago Apostol luce cada fin de semana a las órdenes de un referente como Tito Piñeiro, su mentor y persona que la animó a que continuase mejorando en el mundo del hockey cuando comenzaba a dar sus primeros pasitos con el stick.

GALICIA SPORT: Lo primero Adriana, enhorabuena, mejor jugadora gallega del año 2021 con total justicia y merecimiento, está claro que no es lo más importante pero a la vez siempre es agradable que reconozcan el trabajo realizado por una, ¿contenta?

ADRIANA DORRIBO: "Sí, contenta. La verdad es que es un orgullo estar nominada y ganarlo. Como tú dices, siempre es agradable, porque es una forma de ver reconocido el esfuerzo de muchos años en el mundo del hockey".

GS: ¿Cómo empezó todo?, ¿desde que edad llevas practicando hockey?

AD: "Pues en una clase de Educación Física del colegio nos tocó hacer hockey, entonces, mi actual entrenador había ido por algunos colegios para ver si se apuntaba alguien a la actividad y ese día estaba allí. Cuando empezamos a

jugar me dijo que jugaba muy bien y que si entrenaba más podía llegar a ser muy buena y desde ese día me empecé a interesar por el hockey. Llevo desde los 9 años jugando".

GS: ¿Quiénes fueron tus principales maestros hasta el momento?

AD: "Desde que empecé en el hockey solo he tenido un entrenador y es Tito



FICHA TÉCNICA

ADRIANA DORRIBO

05/08/2007

Ourense

CLUB ACTUAL: Santiago Apostol

TRAYECTORIA:

Siempre en el Santiago Apostol.

DATOS DE INTERÉS:

- Mejor jugadora en la Selección Gallega sub 14 de hockey hierba.

- Máxima goleadora en el sector infantil de Sala.
- Máxima goleadora en el Campeonato de España de Sala.

TMM
TERRAMOTOR

Rúa Bonhome, 49
BAIXO-OURENSE
T. 988 22 77 88



**Tapería Cafetería
Restaurante**

Callejón Curros Enríquez
Manuel Pereira, 9
T. 988 225 738
32003 Ourense

La Abadía

Rúa Valle Inclán, 43
32004 Ourense
988 220 295

www.laabadiarestaurante.es





Piñeiro, persona a la que admiro a nivel deportivo. Todo lo que sé me lo ha enseñado él y espero que siga siendo mi entrenador muchos años más”.

GS: ¿Por dónde pasan tus objetivos personales en el mundo del deporte?

AD: “Me gustaría llegar a jugar con la Selección Española algún día, ya que eso significaría estar entre las mejores y sería todo un logro estar ahí”.

GS: Háblanos ahora del club, ¿cómo es vuestra entidad?

AD: “Nuestro club es como una gran familia, tanto padres como jugadores y siempre con nuestro referente al frente, que es Tito Piñeiro. En cuanto al juego, somos todos muy competitivos y cuando nos enfrentamos entre nosotros (niños-niñas) hay una gran rivalidad, pero luego a la hora de entrenar lo hacemos con compañerismo. Gracias al hockey he conocido a mis compañeras y algunas se han convertido en amigas”.

GS: Mirando a la temporada 2021/22, ¿por dónde pasan las metas?

AD: “Nuestras metas son seguir entrenando a tope e intentar meternos en la mayor cantidad de campeonatos posibles”.

GS: Un sueño por cumplir como deportista, algo que te haga especial ilusión llegar a conseguir en un futuro.

AD: “Me encantaría llegar a algo en el hockey y ser reconocida como una gran jugadora a nivel profesional”.

GS: Un mensaje para toda la afición, siempre fiel a vosotras y que tanto os apoya durante cada temporada.

AD: “Tengo que reconocer que tenemos una gran afición, se dejan la voz en cada partido animándonos, cosa que le agradezco mucho porque así jugamos mas motivadas. Nos acompañan a los campeonatos, sectores... y viven nuestras victorias y derrotas como si estuviesen ellos en el campo. Son los mejores”.

GS: Si nos dejamos algo que te gustase destacar, Adriana, tienes tú la palabra para poner el broche final a esta entrevista.

AD: “En primer lugar, muchas gracias a todos los que me votaron para ganar el premio (un trocito de él es vuestro). Gracias “al Titiño”, por enseñarme todo lo que sé, por apoyarme y creer en mí y por no darse por vencido cuando me enfado con él. Y por supuesto, gracias a mis compañeras, porque sin ellas todo esto no sería lo mismo”.



GAFAS
PROGRESIVAS

pro

DESDE

199*€

CON ANTIRREFLEJANTE

*Consultar condiciones en el centro.

“LO MÁS INMEDIATO ES PENSAR EN EL ASCENSO”

Roberto Oliveira, entrenador del primer equipo del Barrocás, dialogó con la redacción de Galicia Sport.

Roberto Oliveira se llevó el galardón a mejor entrenador del año 2021 en el mundo del hockey gallego, tras imponerse en las votaciones finales a José Ramón Veloso (CH Albor) y Coque del Río (Escola HC). Cualquiera de los tres nominados hubiese sido un justo triunfador y en este caso fue Roberto el que se llevó el gato al agua. El místico del primer equipo del CH Barrocás es una persona entregada al mundillo desde muy joven, mostrando una pasión espléndida en todo momento, lo que le llevó a unos conocimientos al alcance tan solo de los elegidos y a ser un técnico cotizadísimo en el mercado.

GALICIA SPORT: Roberto, toda una vida en el mundo del hockey, primero como jugador y desde muy pronto entrenando también.

ROBERTO OLIVEIRA: “Sí, la verdad es que todos mis recuerdos son en el hockey, desde los 4 años que comencé a jugar. Pasé por varios equipos de Galicia, no he querido jugar nunca fuera y después en cuanto a entrenar, pues comencé con 20 años y llegué a entrenar en todas las categorías, que es algo que valoro mucho”.

GS: Mirando al año 2021, las cosas van bien en el Barrocás a pesar de tener que dar un pasito atrás con el equipo senior.

RO: “Nos tocó vivir el descenso de División de Honor “B” en un campeonato muy disputado, ese sabor amargo siempre te va a quedar. Al final, todos los años en el hockey son buenos, ya que lo que queremos es disfrutar de nuestro deporte y siempre se consigue, pero bueno, nos queda ese sabor amargo del primer equipo. Después, en cuanto a la cantera, las cosas van bien y en lo personal, pues me quedó el buen sabor de la selección sub 21 en Portugal. Hemos hecho un gran Campeonato de Europa de Sala en Oporto y sigo aprendiendo mucho que es lo más importante”.

GS: ¿Por dónde viene el futuro?

RO: “Lo más inmediato es pensar en el ascenso con el Barrocás. Creo que para nuestro club es muy importante, para el hockey gallego también es muy importante tener un equipo en la División de Honor “B” y el futuro es ese, buscar el ascenso y seguir trabajando con la base y sacando niños para el futuro”.



FICHA TÉCNICA

ROBERTO CARLOS OLIVEIRA FERREIRA

22/04/1973

Ourense

TRAYECTORIA COMO JUGADOR:

- Santiago Apostol
- CH Barrocás
- Junior HC

PALMARÉS COMO JUGADOR:

- Campeón España juvenil (Sala)
- Campeón de España en 1ª División de hockey hierba.

OTROS DATOS DE INTERÉS:

Internacional con España sub 21

TRAYECTORIA COMO ENTRENADOR:

- CH Barrocás
- Seleccionador Portugal sub 21 de hockey sala.
- Entrenador ayudante Selección Española absoluta de Sala.
- Entrenador analista Selección Española sub 21 de hockey hierba.

DD DECORACIÓN PUGA, S.L.
PINTURAS - PAPELES - PAVIMENTO - RESINAS
MICROCEMENTOS - ESTUCADOS - REFORMAS EN GENERAL
Tel.: 988 216 356 - móvil: 687 550 266 - rpugacid@gmail.com
Avda. de Santiago, 160, Bajo - Ourense

BUENOS AIRES
TINTORERÍA LAVANDERÍA
Tratamiento de pieles
Barbour
Alfombras • Cortinas
SERVICIO DE RECOGIDA Y ENTREGA
A DOMICILIO GRATUITO
Avda. Buenos Aires, 45 • Tel: 988 60 64 25

D3gestión
Gestoría Administrativa
Asesoría Laboral
Asesoría Fiscal
Rúa do Progreso 123 1º, Local 5
info@d3gestion.com
988 68 66 24
Experiencia y garantía profesional para nuestros clientes



GS: ¿Cómo definirías a vuestra entidad en sí?

RO: “Somos un club de barrio, con chavales de barrio. Nuestros valores son el esfuerzo, el sacrificio y la responsabilidad, creemos que es siempre lo más importante de todo, por encima de los resultados. Después, nuestro niños entrenan como si fueran mayores, desde benjamines hasta el primer equipo. Tenemos una estructura de trabajo muy sólida y siendo un club familiar, creemos que siempre nos marcamos objetivos grandes y desde pequeños, los niños piensan en jugar en el primer equipo. Creemos en el largo plazo, en generar ilusión, no nos gusta que el deporte de base sea una guardería”.

GS: ¿Es esperanzador el nivel del hockey hierba en nuestra comunidad?

RO: “Tuvimos épocas mejores. Ahora se nota la falta de trabajo y la verdad es que después de esta generación dorada que tuvimos en el hockey gallego con el Barrocás y anteriormente con el Apostol, pues creo que ahora los equipos están poco preparados y nos va a costar muchísimo competir a nivel nacional. A hockey Sala hay un cierto margen pero en hierba, el futuro a corto plazo es negro y hay que trabajar mucho para que vuelva a subir el nivel”.

GS: ¿Por dónde pasan esas soluciones?

RO: “Las soluciones pasan por los clubes, sin ninguna duda. Los clubes somos los que tenemos que trabajar, trabajar con unos plazos largos, con unos objetivos a largo plazo. No podemos pensar en tener un equipo ascensor que suba y baje, toca trabajar mucho con la base, intentar competir lo máximo posible, que es algo que falta aquí y sobre todo eso, trabajar mucho con la base, que nos estamos olvidando que, como dice el refrán, el futuro son los niños”.

GS: ¿Es también un problema de licencias?

RO: “Está claro que cuantas más licencias haya mejor pero con las que tenemos, lo que hay que hacer es trabajar mucho para que los niños sean buenos jugando al hockey, es decir, no nos vale de nada si tenemos 50 niños y esos niños no son de calidad. Pues con los que tengamos, hay que darles toda la formación posible para que cada año adquieran la mayor calidad posible. La Federación Gallega está haciendo cursos de entrenador de los niveles 1 y 2, creo que es algo importante, ya que el hockey gallego necesita formar técnicos y ganar números de técnicos. Sin profesores no se puede ir a la escuela”.

GS: Ourense es la cuna del hockey gallego, Coruña parece que quiere recuperarse un poquito, ahí están clubes como Escola HC haciendo un gran trabajo, sin embargo, en otras ciudades parece que cuesta más.



- “En Ourense tenemos la gran ventaja de que tenemos el mejor campo de Galicia, que es el de Mariñamansa, eso siempre ayuda mucho y también tira de los niños. Después, en Coruña están intentando conseguir un campo específico para el hockey, creo que se lo denegaron pero estoy seguro que lo terminarán por conseguir y bueno, sería importante. Independientemente de todo eso, si no se puede trabajar bien en campos, pues tenemos el Sala y ahí toca trabajar, trabajar y trabajar. Escola tiene muchos niños, ya ha conseguido ser subcampeón gallego juvenil, con las categorías de base está sacando muy buenos resultados y espero que sigan trabajando así. Después, en Vigo tienen el hándicap de que no tienen casi ninguna instalación y perdieron mucho con respecto al pasado. Con todo, que todo el mundo tenga claro que se han sacado grandes jugadores en Galicia jugando en campos de arena, ahora es cierto que la cultura y las generaciones son totalmente diferentes pero no nos podemos excusar en los campos para todo”.

GS: En el año 2021 tuvisteis a la Selección Española por Ourense, eso siempre es algo grande para la ciudad, ¿cómo fue todo?

“La Federación apostó por llevar el hockey a muchas ciudades de España que no sean las de siempre, pues casi todo pasaba por Madrid y Barcelona en lo referente a la Selección. Aquí en Ourense presentaron el plan para París 2024 y fue un aliciente enorme. La Federación Gallega hizo un gran trabajo, la Diputación de Ourense se volcó, la Xunta de Galicia y el Concello también, todo el mundo trabajó y pudimos disfrutar. Ahora lo ideal es sacar rendimiento a todo eso, subiendo número de fichas y el nivel del hockey”.

¡Ahorra y llena tu vida de astucia al registrarte!



TUDO 20% DTO.

www.oraposo.com

#llenalavidadeastucia






SOFÍA SOUSA: “VEÍA LA TELEVISIÓN CON UNA PIERNA EN LA CABEZA”

La del CX Porriño se hizo con el galardón a mejor gimnasta gallega del año en los premios Galicia Sport .

Sofía Sousa es una gimnasta sensacional y desde que es una niña demuestra su valía cada temporada, tanto a nivel autonómico, ganando un buen número de cetros en el Campeonato Gallego, como a nivel nacional, donde brilló con papeles muy destacados que la dejaron al borde del podio en diferentes ocasiones. La del Club Ximnasia Porriño llegó a la casa con 7 años, tiene 19 y su pasión por la rítmica la llevan a pensar en ser entrenadora en un futuro para aportar su experiencia a las jóvenes promesas que sueñan con llegar a triunfar en el mundillo.

TRAYECTORIA

“Yo empecé con 7 años, me anotaron en gimnasia rítmica porque yo veía la televisión con una pierna en la cabeza como quién dice y bueno, me anotaron y mi entrenadora me metió en el club ya directamente. Estuve unos años haciendo conjunto y después compaginaba conjunto e individual, entrenaba dos días cada modalidad. Más para adelante ya fue cuando me centré solo en la competición individual y acudí a mi primera Copa de la Reina, a mi pri-

mer Campeonato de España individual, que fue en Logroño y además logré llegar a las finales y bueno, después competí en Guadalajara, en Mallorca, que además fue de mis mejores campeonatos, llegué a dos finales y quedé

FICHA TÉCNICA

SOFÍA SOUSA

19 años

CLUB: CX Porriño

TÍTULOS DESTACADOS:

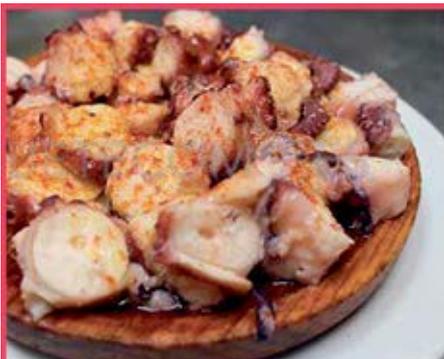
- 10 Campeonatos Gallegos
- 2 Subcampeonatos Gallegos
- Presencia en Campeonatos de España y en Copas de la Reina.

PREMIOS GALICIA SPORT:

- Mejor gimnasta gallega del año 2021 en los premios Galicia Sport.

OTRAS NOMINADAS:

- Candela Martínez (María Barbeito)
- Iria Álvarez (Acordes Oleiros)



Mesón
BARCELONA



Pulpo, lacón y cocido todos los días • Tapas variadas
Salón privado para fiestas familiares y comidas de empresa

Comidas para llevar • Cocina tradicional

JUST
EAT

Rúa Barcelona, 5 • 36203 Vigo • T. 986 41 03 92 • www.mesonbarcelona.es



WWW.JLPUBLICACIONES.COM

muy bien clasificada en aro y ya mirando a este último año, pues competí en Valencia y quedé cuarta en mazas, a nada del podio. Luego, así cosas que me hicieran ilusión, pues pude ir a Luxemburgo, a un campeonato internacional y además quedé primera. En cuanto a títulos así más destacados, pues gané diez Campeonatos Gallegos y quedé de segunda en tres”.

OBJETIVOS PARA EL AÑO 2022

“Para mí lo más importante es que me salgan bien los ejercicios para tener opciones en el Campeonato de España. A partir de ahí, si puedo ascender a primera categoría sería algo que me gustaría mucho pero a la vez tengo los pies en el suelo y sé lo complicado que es quedar entre las tres primeras para poder lograrlo. Es algo muy complicado pero yo lo voy a intentar a tope”.

CLUB XIMNASIA PORRIÑO

“Empecé en el club cuando el club también estaba empezando a funcionar, entonces fuimos ascendiendo tanto el club como yo. Somos una familia, hay muchísimo compañerismo y la mayoría de mis amigas salen de allí, pues es mucho tiempo juntas, congeniamos muy bien y estamos muy contentas en el Club Ximnasia Porriño. Después, las entrenadoras son geniales, a Tania la tengo desde pequeña y bueno, también tuve otras como Rebeca o como Sheila, y todas son lo mejor que nos pudo pasar a todas nosotras”.

PASIÓN ABSOLUTA POR LA GIMNASIA RÍTMICA

“Me gustaría sacar el curso de entrenadora para continuar vinculada a la gimnasia rítmica y formar a las niñas en un futuro. Veo muchísimos videos de rítmica casi a diario, es algo que me apasiona desde hace muchos años y quiero seguir en todo esto, aportando todo lo que pueda y ayudar a mejorar a las niñas en su día a día”.

MEJOR GIMNASTA GALLEGA DEL AÑO 2021

“Me hizo mucha ilusión el premio. Este año por el tema covid no hubo público, se echó muchísimo en falta y estamos deseando que todos los aficionados y la gente que nos apoya pueda estar nuevamente en las competiciones. Me gustaría darles las gracias a todos por apoyarme y por estar siempre ahí. También dar las gracias a mi club por estar apoyándome todos estos años y no quiero olvidarme también de dar las gracias al Club Ximnasia Pavillón de Ourense por dejarme un sitio para entrenar allí, pues estoy estudiando fuera y ser portan muy bien conmigo”.



Pastelería
Panadería



San Roque, 6 • Tfno. 986 506 072
Arzobispo Lago, 15 • Tfno. 986 506 645
Urb. El Piñeiriño • Tfno. 986 501 347
Alejandro Cerecedo, 10 • Tfno. 986 50 95 40
pasteleriayoli@gmail.com www.pasteleriasyoli.com

HERNÁN SÍO: “EMPECÉ EN EL CX PORRIÑO CON TAN SOLO 3 AÑOS”

El deportista brilla con tan solo 14 años y ya es una de las máximas promesas de la gimnasia autonómica.



Hernán Sío tiene un palmarés envidiable en el mundo de la gimnasia y a sus 14 años ya es una de las máximas promesas a nivel autonómico. El del Club Ximnasia Porriño se llevó el galardón a mejor gimnasta gallego del año 2021 en los premios Galicia Sport, tras vencer en las votaciones a otros dos chicos que no se quedan atrás en nivel; Unai Sánchez (Club Maniotas de Vigo) y Rubén Braña (Club María Barbeito).

GALICIA SPORT: Lo primero Hernán, muchas felicidades, mejor gimnasta gallego del año con total merecimiento, ¿cómo fue el año 2021 para ti? .

HERNÁN SÍO: “Este 2021 estuvo lleno de alegrías y buenas compañías. Después, me hubiese gustado lucir más en el Campeonato de España, pues no me salió como me esperaba, tras una temporada entera de esfuerzo. Ahora toca seguir trabajando para afrontar las siguientes competiciones”.

GS: ¿Desde que edad llevas practicando gimnasia rítmica?

HS: “Llevo en el mundo de la gimnasia rítmica desde siempre, pero empecé en el club a los 3 años. Todo evolucionó muy bien, primero empecé en un conjunto y después en individual. Mi siguiente sueño es hacer conjunto mixto de nuevo, me gustaría muchísimo”.

FICHA TÉCNICA

HERNÁN SÍO

07/12/2007

Porriño
(Pontevedra)

CLUB ACTUAL: CX Porriño

TRAYECTORIA:

- Siempre en el CX Porriño, desde los 3 años de edad y hasta la actualidad.

PALMARÉS MÁS DESTACADO:

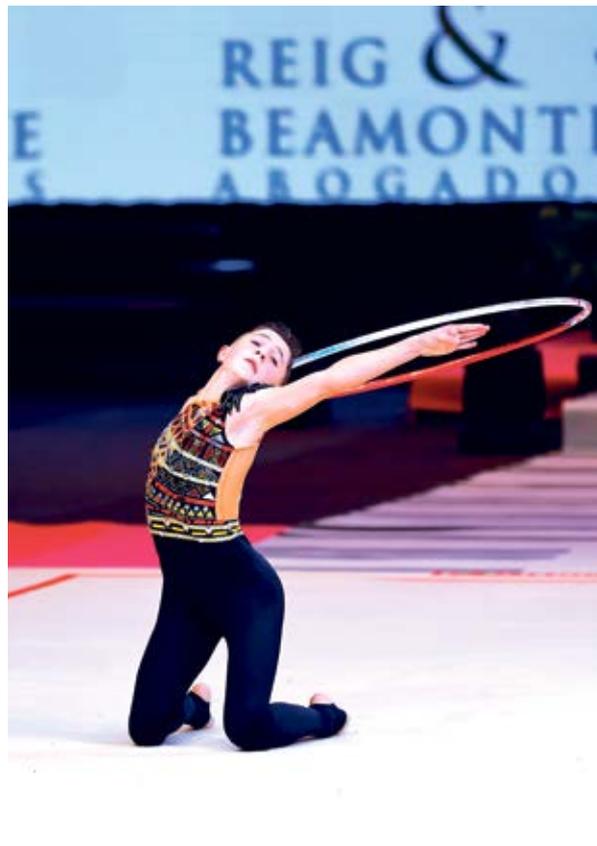
- 2 Oros en Campeonatos de España, además de 8 platas y 3 bronce.
- 1 Oro y 2 platas en el Euskalgym.
- 6 Oros en Campeonatos Gallegos.

Máis Porriño

Más país!

Sumate y participa,
El futuro nos espera!





GS: ¿Quiénes fueron tus principales maestras hasta el momento?

HS: “Desde el inicio, mi entrenadora principal es Rebeca Román, pero también me entrenan Tania Gracia y Sheila Fernández.”

GS: ¿Por dónde pasan tus objetivos personales en el mundo del deporte?

HS: “Mi objetivo es conseguir hacer un Campeonato de España sin ningún fallo y quedar lo mejor posible, pero sobre todo lo que más me gustaría es poder formar un conjunto mixto en un futuro próximo”.

GS: Háblanos ahora del Club Ximnasia Porriño, ¿cómo es la entidad?

HS: “Somos una pequeña familia de gimnastas y entrenadoras que no tienen muchos medios para entrenar pero que lo disfrutan como los que más”.

GS: Mirando a la temporada 2022, ¿por dónde pasan los siguientes retos?

HS: “Lo primero es entender este nuevo código de puntuación y lo segundo es hacer lo posible para hacer un buen Campeonato de España”.

GS: Un sueño por cumplir como gimnasta.

HS: “Mi sueño sería que algún chico de España consiguiera ir a unos Juegos Olímpicos, pero por el momento aún no es posible”.

GS: Un mensaje para todos los aficionados a la gimnasia que tanto os apoyan allá por dónde vais.

HS: “Decirles que estamos muy agradecidos, por supuesto que les damos las gracias por apoyarnos en este deporte minoritario y por hacernos disfrutar con sus ánimos en cada competición”.

GS: Si nos dejamos algo que te gustase destacar, Hernán, tienes tú la palabra para finalizar la entrevista.

HS: “En primer lugar, quiero decir que Unai Sánchez y Rubén Braña son igual de buenos que cualquiera de todos los chicos de Galicia (incluyéndome a mí) y que solo se trata de una votación; todos somos igual de campeones y valientes. Por último, quiero agradecerle el apoyo a mi familia y a mis compañeros y compañeras de clase y de gimnasia rítmica”.



Moisés Fernández, S.L.

OBRAS EN XERAL ☎ 639 883 208

Lugar San Andrés, 19 - 36412 Pontellas - O PORRIÑO - Pontevedra



P. do Parque 6º, baixo - Vilanova de Arousa 36620

Movil: 646 852 302 - 636 982 410

Tif./Fax: 986 508 271

constructoracardalda@hotmail.com



☎ 981 972 275

vincitcentrodefisioterapia@gmail.com

RGS: C-15-003691

f @Vincitcentrodefisioterapia

Pontevedra, 6 Bajo Izq. - 15200 - Noia (A Coruña)

WENDY REY: "SOMOS UNAS APASIONADAS DE LA GIMNASIA RÍTMICA"

La fundadora del Club Viravolta de Santiago fue elegida mejor entrenadora gallega del año 2021.

Wendy Rey, presidenta, entrenadora y cabeza visible del Club Viravolta, relata el gran momento de la entidad, tras un 2021 maravilloso y cargado de éxitos. Las cosas también marchan en lo personal y en las últimas semanas, así fue reconocido por los aficionados de nuestra comunidad, los cuales la apoyaron en masa para hacerse con el premio a mejor entrenadora gallega del año en los premios Galicia Sport.

GALICIA SPORT: Wendy, recuérdale un poquito a los lectores de Galicia Sport tu trayectoria en el mundo de la gimnasia rítmica.

WENDY REY: "Yo empecé haciendo gimnasia en el colegio como actividad extraescolar, posteriormente pasé al Club María Barbeito. Como gimnasta no destaqué mucho la verdad, después vine a estudiar a Santiago de Compostela. Anteriormente me sacara en los veranos los niveles de gimnasia rítmica, un poquito por hobby, ya que en esos momentos no piensas que te vayas a dedicar a esto pero yo siempre quise estar vinculada a la gimnasia y daba clases en colegios y en gimnasios. Entonces bueno, buscando un poquito mejorar las condiciones de unas niñas que eran bastante buenas, ya que estábamos entrenando en una sala enana, pues a raíz de eso, fue cuando dije, pues voy a intentar alquilar un pabellón para mejorar las condiciones de las niñas y que puedan competir. Ahí fue cuando se formó el Viravolta. Al principio, mientras estudiaba la carrera de psicología, me lo tomé como un hobby pero bueno, al ver que empezamos a sacar buenos resultados, pues hice de mi pasión también mi profesión".

GS: ¿Cuántos años lleváis ya dando guerra?

WR: "El Viravolta se fundó en septiembre del año 2011. Tenía yo 21 años".

GS: Y sin parar de crecer desde aquella, los éxitos están a la orden del día.

WR: "Sí, la verdad es que sí. Como te decía anteriormente, empezó todo como un hobby pero después bueno, los padres estaban interesados en que las niñas evolucionasen, en que compitiesen también a nivel nacional y yo obviamente también pero eso implicaba un mayor gasto económico, que fue lo que previamente se habló. Es que claro, al final, si yo me voy a dedicar a esto, pues tengo que sacar un sueldo para poder salir adelante y fue lo que hablamos. Yo les dije que estaba encantada aquí pero claro, tenía que seguir



FICHA TÉCNICA

WENDY REY PARÍS

03/07/1990

TRAYECTORIA GIMNASTA:*

Club María Barbeito (A Coruña)
2000-2007

PALMARÉS GIMNASTA:

- Campeona Gallega en la modalidad de conjuntos categoría infantil, cadete y juvenil.
- Participación Cpto. Nacional Conjuntos Absoluto Granada 2007. Categoría Juvenil.

TRAYECTORIA ENTRENADORA:

- Títulos consecutivos de campeonatos gallega y

subcampeonatos desde 2012 hasta la actualidad en diferentes categorías.

- Bronce Nacional con el conjunto benjamín en Pamplona 2019 (Cpto. Conjuntos Base).
- Oro Nacional. Campeonato Conjuntos Base categoría Cadete. Valencia 2021.
- Plata Nacional Campeonato Conjuntos Base. Con el conjunto de categoría alevín. Valladolid 2021.



653 759 509

www.xirosgalicia.com

Calle rio beelle, 1 - FERROL



CONFECCION DE MAILLOTS PARA TODOS LOS NIVELES Y DISCIPLINAS DEPORTIVAS

@ xiros.galicia@gmail.com

f xiros confeccion maillots

@xirosgalicia_maillots

la vida y necesitaba un sueldo para poder vivir, si no era así, pues tenía que dedicarme a la rama de la psicología y esto iba a ser ya incompatible, como es lógico. Entonces, los socios en aquel momento dijeron que no había problema en subir las cuotas y que las niñas siguiesen evolucionando conmigo y que pudiesen competir a nivel nacional y así fue. Ahí fue cuando ya me dediqué a esto, digamos que de pleno, gracias a ellos y también gracias a la joyería, que es nuestro patrocinador, ya que siempre se implicó con el club y siempre me echó una mano, pues el club da muchísimo trabajo y claro, no es solo el papel como entrenadora, sino la gestión, es decir, solicitar las subvenciones para mantener el club, el papeleo, dar clases también en coles, buscar entrenadoras, tener a la gente implicada, etc, etc, etc”.

GS: Háblanos del año 2021, ¿cómo resumes el año que viene de terminar?

WR: La verdad es que fue uno de los mejores años en cuanto a resultados a nivel nacional. Yo soy la cabeza visible pero el Viravolta es un equipo formado por un gran grupo de profesionales. Las entrenadoras tienen una grandísima ilusión y mucho nivel. El año 2021 fue complicado desde el punto de vista de la pandemia pero si queríamos llegar a los objetivos había que adaptarse a todo esto como fuera y la verdad es que muy contenta, tanto con las gimnastas como con las entrenadoras. Al final sale solo, por así decirlo, hay tanto trabajo detrás y tanta gente implicada que el año nos salió de manera fenomenal. El equipo alevín quedó subcampeón, ya había quedado quinto en la Copa, pero fue subcampeón nacional en el mes de noviembre y digamos que ese fue el súper logro. Además, el equipo cadete también ha sido campeón en el mes de abril con un equipo mixto. El resto de equipos también lo hizo de maravilla, el conjunto infantil fue undécimo en la Copa y estamos muy contentas con la evolución, eso sí, queremos mejorar, eso está claro, no nos conformamos solo con esto”.

GS: ¿Cuáles son los siguientes retos ya a corto plazo?

WR: “Pues ahora mismo, la gimnasia rítmica en general está un poco perdida, ya que cambió el ciclo olímpico por así decirlo y cambió el código de puntuación de gimnasia rítmica y claro, estamos montando las coreografías para las nuevas competiciones y andamos en todos los clubes como un poco perdidos por el momento. Al final no sabemos qué estrategia utilizar, no sabemos cuál puede ser la estrategia ganadora, creo que estamos todos probando, con ese miedo, pero bueno, cada uno intentará ser el mejor, el objetivo es mejorar”.

GS: Wendy, eres ambiciosa y sé que tienes tus sueños también.

WR: “Bueno, mis objetivos siempre fueron muy elevados. Yo sueño con que la totalidad de los equipos sean campeones, con que no quede uno solo arriba,

sino que todo los equipos a nivel nacional estén compitiendo en los primeros puestos. Yo es que soy muy ambiciosa y además podemos seguir creciendo”.

GS: Si nos dejamos algo, tienes la palabra para cerrar la entrevista.

WR: “Somos unas apasionadas de la gimnasia rítmica, nos encanta nuestro trabajo, algo que yo creo que es lo primordial, no se nos acaba la motivación. Nos gusta que todas las niñas y los niños que quieran probar en la gimnasia rítmica, pueden hacerlo en nuestro club sin ningún compromiso, siempre dejamos que vengan a probar y luego ya deciden si les gusta o no. También quiero recordar que no todo es competición, ahora estamos hablando del nivel competitivo pero también hay clases de iniciación para niñas que no se quieren meter en el mundo de la competición. Organizamos también eventos, junto con Jael Joyería, que la verdad son espectaculares. Este año 2021 tuvimos grandes eventos, pasando las mejores gimnastas del mundo por Santiago, algo que no se consigue todos los días. Todo esto es gracias a Jael Joyería. Aquí estuvieron las gemelas Dina y Arina Averina, que quizás sean las gimnastas más conocidas a día de hoy, fueron las que ganaron el último mundial y Dina se llevó también la plata en la Olimpiada. Después, también vinieron otras gimnastas top como Selezneva, Soldatova, Natalia Garcia o Polina Berezina”.



PIZZERIA VENECIA

www.pizzeriavenecianoia.com veneciapizzeria@gmail.com
 Francisco Romero Blanco, 2 Bajo - 15200 - Noia (A Coruña) • T. 981 823 212



PABLO RICO: "MI META ES LLEGAR A LOS JUEGOS OLÍMPICOS"

El judoca coruñés viene de realizar un año 2021 sensacional y tan solo a la altura de los grandes elegidos.

Pablo Rico viene de realizar un año 2021 espectacular, superándose a sí mismo y dejando claro que el que quiera derrotarle va a tener que dejarse la piel en el intento. El del Judo Club Coruña comenzó en el mundillo casi desde que nació, pues con menos de dos años ya correteaba por las instalaciones que posteriormente lo vieron crecer y convertirse en una de las grandes promesas del panorama nacional.

GALICIA SPORT: Pablo, muchas felicidades, mejor judoca gallego del año en los premios Galicia Sport, ¿cómo fue ese mágico 2021?

PABLO RICO: "La verdad es que el año 2021 fue bastante duro, hubo mucho nivel, tanto en el Campeonato de España como en las copas. Por suerte, lo pude sacar adelante y aunque al final no pude ganar el último combate en el Nacional, estuvo bastante bien el segundo puesto".

GS: ¿Desde que edad llevas practicando judo?, ¿cómo fuiste evolucionando?

PR: "Cuando tenía poco más de un año ya correteaba por el Judo Club Coruña con un kimono de mi padre, después, lo que es a entrenar y eso, pues comencé con 3 años. Evolucionó todo a base de entrenar, no hay otro secreto. Cuando era alevín no había perdido ningún combate oficial, gané todas las competiciones hasta el 2019, cuando era infantil. Ahí perdí en primera ronda en la Supercopa de España de Avilés. Eso me valió para aprender, entrenar

más y tratar de superarme para ganar las siguientes. A partir de ahí fui escalando, primero llegaron los podios y después llegó la primera Copa de España que gané en Tenerife y me posicionó segundo del ranking. Luego quedé de segundo en Alicante y un 8 de Marzo de 2020 empezó la pandemia, cerró

FICHA TÉCNICA

PABLO RICO
22/01/2007
A Coruña

CLUB ACTUAL: Judo Club Coruña.

TRAYECTORIA:

En el Judo Club Coruña toda la vida, desde que se inició con 3 años, aunque ya correteaba por el gimnasio con poco más de 1 año.

PALMARÉS AÑO 2020

- 3º - Copa de España - Valladolid

- 1º - Copa de España - Granadilla
- 2º - Supercopa de España - Montijo
- 2º - Copa España - Santiago
- 2º - Supercopa España - Alicante

PALMARÉS AÑO 2021

- 1º - Cto Gallego de judo (-46kg)
- 1º - Copa de España- Vigo
- 1º - Supercopa España- Avilés
- 2º - Campeonato de España.



INSDMACOR, S.L.
INSTALACIÓN DE MADERA CORUÑA

- Colocación de madera en instalaciones comerciales, empresas o particulares
- Especialistas en carpintería de madera y carpintería general
- Armarios empotrados
- Puertas interiores y exteriores
- Tarimas flotantes
- Parqués
- Frisos

www.instalaciondemadera.com





todo y no pude ir ya al Campeonato Gallego, estuvimos encerrados mucho tiempo. Después, este año que terminó hice el Campeonato Gallego y un par de Supercopas más, que fue la de Avilés, que la gané y la de Santiago, que también pude ser primero en ella. Luego, en el Campeonato Gallego, que realmente era el del año anterior que se suspendiera por la pandemia, ahí también quedé primero, me clasifiqué para el Campeonato de España y quedé subcampeón, me faltó un pasito para poder ser medalla de oro”.

GS: ¿Quiénes fueron tus principales maestros hasta el momento?

PR: “El primero fue Nicolás, mi primer maestro de todos cuando era pequeño, después vino Romay una temporada y después Álex Sanmartín y Manolo Sanmartín. Álex es el que viene conmigo a las competiciones, a entrenarme en esos momentos y a ayudarme en todo lo que puede”.

GS: ¿Por dónde pasan tus objetivos personales en el mundo del deporte?

PR: “Cuando era pequeño para mí lo máximo era sacar una medalla nacional. Ahora que lo he conseguido, pues como todo deportista, una meta es llegar a las Olimpiadas y al Mundial”.

GS: Háblanos ahora del Judo Club Coruña, ¿cómo es la entidad?

PR: “El Judo Club Coruña es un gran gimnasio, con unos maestros muy buenos y a mí personalmente siempre me han ayudado mucho, se han portado muy bien conmigo y allí me siento como en casa. Nos tratan a todos por igual, es muy buen club, de donde salieron grandes yudocas y seguirán saliendo”.

GS: Mirando al 2021/22, ¿por dónde pasan los siguientes retos?

PR: “Esta temporada mis retos pasan por las Supercopas de España, por intentar ganarlas para poder clasificarme para el Campeonato de España de manera directa. Luego también está el Gallego, que intentaré dar el máximo para ganarlo. A partir de ahí, si llego al Campeonato de España, pues ojalá pueda hacerme con el oro y quitarme esa espinita de la última final”.

GS: Un sueño por cumplir como deportista.

PR: “Pues algo parecido a los objetivos futuros que te decía antes, los sueños pasan por lo mismo, intentar estar en los Juegos Olímpicos y en los Campeonatos del Mundo”.

GS: Un mensaje para todos los aficionados al judo que tanto os apoyan allá por dónde vais.

PR: “Darles las gracias por apoyarnos y por darnos fuerzas en los momentos difíciles y también por celebrar con nosotros nuestras alegrías. Decirles que muchas gracias a todos y espero que sigan viniendo a apoyarnos y a seguir haciendo crecer nuestro deporte”.

GS: Si nos dejamos algo que te gustase destacar, Pablo, tienes tú la palabra para finalizar la entrevista.

PR: “Querría mostrar mis agradecimientos con el Judo Club Coruña por ayudarme a crecer como judoca. Darle también las gracias a todos los maestros que estuvieron conmigo estos años, en especial a los que más estuvieron, en este caso Álex Sanmartín y Bernardo Romay y por supuesto, también dar las gracias a mis padres, que me formaron como persona. No quiero olvidarme de la gente que me votó para ganar este galardón, estoy muy agradecido por su apoyo. También quiero acordarme de Mari Nieves, que siempre está con nosotros y nos ayuda y por supuesto de mis amigos, los que siempre me apoyaron en los momentos difíciles y también han estado ahí celebrando mis victorias como si fueran de ellos y eso es algo increíble. Además, siempre me han apoyado para competir y para seguir mejorando y seguir. También tengo una mención especial para mis abuelos, que siempre están apoyando en todas las competiciones y ahora que no se pudo por la pandemia, ellos veían todo desde casa, estaban con el wasap pendientes de cómo iba y eso es muy bonito y se lo tengo que agradecer mucho”.



**KIUSAO
KUNG FU**

**ESCUELAS
WING CHUN &
ARTES MARCIALES**

POTENCIA TUS HABILIDADES, CREA TU DESTINO Y EQUILIBRA MENTE Y CUERPO

Fisioterapeuta

Técnico Deportivo

Cinturón Negro 5º DAN

Maestro de Entrenadores FELODA

20 años de experiencia en Artes Marciales

Instructor profesional de Wing Chun de adultos e infantil

Fundador de las Escuelas de Wing Chun Kiusao Kung Fu

Clases presenciales, clases online, clases privadas y vídeo-clases



MAESTRO SIFU JUAN SALDEÑO

C/ Seavella, 7 (San Pedro de Visma) A Coruña

661 778 091 (WhatsApp disponible)

kusaokungfu.com





“ME GUSTARÍA VER A MÁS NIÑAS PRACTICANDO ESTE DEPORTE”

Natalia Rodríguez se hizo con el galardón a mejor promesa gallega femenina en el mundo del judo.

La promesa del Judo Club Arteixo, Natalia Rodríguez, se impuso en los Premios Galicia Sport, tras superar en las votaciones a otra judoca de máxima calidad como Ana Vizoso, del AD Famu de Frutos de Vigo. Natalia tiene tan solo 15 años pero en su palmarés ya lucen títulos importantísimos y de máxima relevancia. La deportista estuvo con la redacción de nuestro medio en las últimas semanas, concediéndonos una entrevista de máximo interés.

GALICIA SPORT: Natalia, muchas felicidades, mejor judoca gallega del año, recuérdale a los lectores de Galicia Sport cómo fue el 2021.

NATALIA RODRÍGUEZ: “El 2021 fue un año fantástico, muy bueno en todos los aspectos, pero sobre todo en lo referente al judo. Mejoré mucho, tuve la suer-

FICHA TÉCNICA

NATALIA RODRÍGUEZ

24/03/2006
Arteixo (A Coruña)

CLUB ACTUAL: Judo Club Arteixo

TRAYECTORIA:

Siempre en el Judo Club Arteixo, comenzó en el mundo del judo con tan solo 4 años.

PALMARÉS DEL AÑO 2021:

- Subcampeona de España 2021
- Campeona Gallega 2021
- Copa Internacional Marín 2021.



CARNES Y PESCADOS A LA BRASA

“Jornadas de Chuletón de Vaca Premium Etiqueta Negra”

Todos los viernes y sábados “Las noches de Queimada”
(Invitación de queimada a nuestros clientes)

Avda. Finisterre, 39 - Arteixo · T.: 981 600 724



Maestro parrillero Raúl Gutiérrez



CONCELLO DE
ARTEIXO

Arteixo cos seus deportistas



te de hacer buenos campeonatos y ahora lo que toca es seguir entrenando duro para seguir progresando”.

GS: ¿Desde que edad llevas practicando judo?, ¿cómo evolucionó todo hasta el día de hoy?

NR: “Desde los 4 años. Pues disfrutando siempre mucho de los entrenamientos y de todos mis compañeros y profesores, somos una familia, nos llevamos todos de maravilla y estoy muy contenta por cómo va todo”.

GS: ¿Quiénes fueron tus principales maestras hasta el momento?

NR: “Sandra López y Vanesa, si preguntas solo por las chicas. Si te refieres en general, pues también están José, Quiero, Iván y Nico”.

GS: ¿Por dónde pasan tus objetivos personales en el deporte?

NR: “Me gustaría llegar lo más alto que pueda y seguir mejorando cada día rodeada de la gente del Judo Club Arteixo”.

GS: Háblanos del Judo Club Arteixo un poquito, ¿cómo es vuestra entidad?

NR: “Pues como te decía anteriormente, nos caracterizamos por ser una gran familia, donde todos nos preocupamos por todos y donde nadie está por encima de nadie. Creo que trabajamos muy bien y toda la evolución se está viendo con el paso de las temporadas”.

GS: Un sueño por cumplir en el mundo del judo.

NR: “Llegar a ser una gran campeona siempre se sueña pero bueno, además de eso, un sueño sería ver a muchas más niñas practicando este deporte. Yo animo a todas las niñas a practicar judo”.

GS: Un mensaje para todos los aficionados que tanto os apoyan en el día a día.

NR: “Muchas gracias por acompañarnos allí donde competimos para darnos todo su apoyo y fuerza. Son la mejor afición que puede haber en Galicia y los queremos un montón”.

GS: Si nos dejamos algo que te gustase destacar, Natalia, tienes tú la palabra para finalizar la entrevista.

NR: “Pues me gustaría animar a todos los medios de comunicación a que nos ayuden a dar más visibilidad a este gran deporte, merece la pena, es muy interesante y a buen seguro que de Galicia saldrán grandes campeones. También quiero dar las gracias por todo a mis profesores y a mis compañeros, pues siempre están ahí cada día apoyándome”.



AGRA FUEGO



CHIMENEAS

Desde 1993



981 825 811

www.agrafuego.com

Taramancos, 36 Noia

“YA PASARON 46 AÑOS DESDE QUE CREAMOS EL JUDO CLUB CORUÑA”

Bernardo Romay, fundador de la entidad herculina, habló de historia con la redacción de Galicia Sport.

El Judo Club Coruña ha sido el ganador a mejor entidad gallega del mundo del judo en el año 2021 y su presidente y fundador, Bernardo Romay estuvo con la redacción de Galicia Sport para hablarnos de los orígenes, de cómo se fue desarrollando todo desde entonces y del momento actual de una entidad de relumbrón y que cosecha éxitos temporada tras temporada, siendo cuna de grandes campeones nacionales.

UNA ENTIDAD HISTÓRICA Y CERCA DEL 50 ANIVERSARIO

“Hace 46 años que hemos comenzado, tuvimos la primera instalación deportiva de la ciudad dedicada a las artes marciales. Se empezó con judo, kárate y jiu-jitsu y hasta el día de hoy haciendo campeones. En nuestra trayectoria está el haber formado a más de cincuenta campeones de España, tuvimos dos subcampeones del mundo de jiu-jitsu, tuvimos un deportista olímpico como Roberto Naveira, tuvimos a dos chicos que también estuvieron preseleccionados para las olimpiadas y seguimos ahí, en la cúspide de los resultados. Con todo, lo más importante es nuestra masa social, pues impartimos clase de judo y de jiu-jitsu en colegios como Dominicos, Esclavas, Cristo Rey, Sal Lence o Labaca y lo que intentamos es que los colegios tengan personalidad propia y que participen en campeonatos escolares, como pueden ser la Liga de Oleiros, el Trofeo Liceo la Paz, el Miguelito, etc”.

IMPORTANCIA DE LA COMPETICIÓN

“Para nosotros es muy importante la competición, pues el competir lleva consigo el control del estrés que produce toda situación de peligro. Me decía una madre hace poco, la madre de uno de los niños que van a las Copas de España y estos campeonatos importantes, pues me decía que cuando llegue la selectividad, el niño lo va a pasar con el gorro, pues está acostumbrado a superar todo el estrés competitivo y la selectividad es como si fuera una final del Campeonato de España, por poner un ejemplo. La competición es la educación que tu recibes, ya que todos somos muy buenos cuando es-



FICHA TÉCNICA

JUDO CLUB CORUÑA

1975
A Coruña

FUNDADOR: Bernardo Romay

MODALIDADES:

- Judo
- Kárate
- Jiu-jitsu

MOVIMIENTO ASOCIATIVO:

Más de 500 familias.

COLEGIOS CONVENIADOS CON CLUB:

- Dominicos
- Cristo Rey
- Sal Lence
- Esclavas, etc.

LOGROS DESTACADOS:

- Formó más de 50 campeones nacionales desde su fundación.

tamos en situación de tranquilidad pero en una situación de estrés hay que ver cómo reaccionamos y eso es lo mismo en defensa personal. En defensa personal tienes que estar sometido a una situación bajo estrés, porque si no es así, no reaccionas. Después, cómo reaccionas, pues con todas las técnicas que has entrenado. Nosotros tenemos un psicólogo en el club y se lo recuerda al equipo todos los días, la mejor psicología es el entrenamiento, el entrenamiento es lo que da la base para la mejor psicología, por eso es tan importante controlar el estrés en un estado de competición”.



Especialidad en
**CARNES, PESCADOS
Y MARISCOS
A LA BRASA**



LA
ESCON
DITA

Abierto de **Martes a Domingo**



Plaza María Pita, 1 B bajo
Reservas: **610 41 54 54**



@laescondita_coruna



LAS ARTES TIENEN UN PROGRAMA PARA CADA EDAD

“Las artes marciales tienen un programa para cada edad, nosotros tenemos alumnos desde los 4 años hasta los 80 años. Yo tengo alumnos de 80 años que vienen todos los días al gimnasio. Unos días hacen artes marciales, otros días hacen preparación física y lo más importante, la relación social que tienen con los amigos. Aquí es importantísimo el compañerismo, el respeto al compañero, la disciplina, la educación... Sin orden y disciplina no puede haber ninguna enseñanza, ninguna confianza se puede desarrollar si no hay orden y disciplina. La base fundamental del éxito es esa, empezar la clase a su hora, tener el contenido de la clase, etc, etc, etc”.

MÁS DE 500 FAMILIAS COMPITIENDO EN EL CLUB

“Podemos estar hablando de más de 500 familias compitiendo en el Judo Club Coruña, entre colegios y el club, ahí andaremos. Dentro del club se han formado muchos chicos y muchas chicas como profesores y como entrenadores. Unos han estudiado INEF, otros han hecho derecho y a la vez siguen dando clase a los niños en los colegios. Es muy importante que el profesor tenga cariño a su deporte, esto es una parte fundamental. El amor a la enseñanza tiene que ser imprescindible, porque si no es un castigo ir a trabajar y esto tiene que ser un premio y no un castigo”.

UN FUNDADOR QUE FUE CAMPEÓN DE ESPAÑA

“Yo fui Campeón de España y en el año 1971 me fichó el Judo Club Ferrol, que en aquel momento era el mejor club de España, con unas instalaciones magníficas para el momento y me ficharon, me buscaron un trabajo y estuve dos años en Ferrol. El Judo de Coruña estaba muy decaído, había algo de judo pero lo hacían un mes al año, entonces, el presidente de la Federación, Don Juan Ribero, me llamó y me dijo, oye, te voy a dar una beca porque quiero que vayas a estudiar el curso de monitor a Madrid. Entonces, me dieron la beca, fui a Madrid a estudiar el curso de monitor, saqué el número 1 y al acabar con eso me dijo que quería que volviese para Coruña y que montase un gimnasio como es debido. Entonces, ya en el año 1975, montamos el Judo Club Coruña”.

RAICES EN LOS COLEGIOS MARISTAS Y DOMINICOS

“Mis raíces fueron en el Colegio Maristas y en el Colegio Dominicos. Desde ahí se creó un grupo de padres que hacían judo y empezamos a montar el gimnasio exclusivamente para nosotros. Comenzamos con un grupo de judo y kárate, un grupo importantísimo además”.



LOS INICIOS DE BERNARDO ROMAY

“Yo empecé en un gimnasio que había aquí de la Federación, que se llamaba Gimnasio JUGA, que significaba judo gallego. Era un gimnasio de la federación como te decía, el profesor era José Antonio Puga Espiñeiro, era profesor de educación física y profesor de educación política. Entonces también daba las clases de judo pero luego lo destinaron para Orense. Al destinarlo para allí cerraron el gimnasio, el cual estaba en Cuatro Caminos y como esas instalaciones eran municipales, para ahí pasó la policía municipal. Entonces, nosotros nos encontramos con que teníamos que entrenar en el Colegio Maristas. Entrenábamos en el Colegio Maristas y ahí empezó nuestro lanzamiento. Empezamos en Maristas, de Maristas pasamos a Dominicos y de Dominicos pasamos a formar el Judo Club Coruña”.

PREMIO GALICIA SPORT

“Le doy las gracias a toda la gente que nos ha apoyado y les agradezco muchísimo el apoyo, tanto al club como a los deportistas que lo forman y que también estaban nominados en los premios Galicia Sport”.



Avda. Salvador de Madariaga, 45
T. 981 296 928

Calle Ángel Senra, 24-26
T. 981 235 172

Calle Orillamar, 68
T. 881 927 463

DANI FERNÁNDEZ: LA PERSONA QUE CAMBIÓ EL GOLF EN GALICIA

El pasado 21 de diciembre nos dejó el presidente de honor de la Federación Gallega, tras una enfermedad.

El pasado 21 de diciembre, el deporte gallego se vistió de luto y en especial el mundo del golf, ya que tocó vivir uno de esos días que nunca se desean, despedir a un buque insignia, a una persona que cambió la perspectiva de un deporte que era minoritario en Galicia, para terminar por ponerlo en una escala superior. Nos estamos refiriendo a Daniel Fernández Fernández, hombre querido y respetado, amante del golf, practicante desde el año 1994 cuando comenzó a tomar clases en el campo de Maspalomas y el gran impulsor de este deporte en nuestra comunidad. Daniel estuvo doce años como presidente de la Federación Gallega de Golf, además de ser su presidente de honor, cuatro en la Comisión Delegada de la Real Federación Española y otros ocho en la junta directiva del mencionado estamento nacional, sin olvidarnos que durante una década fue presidente del Club de Golf Lugo. La Liga de Profesionales, el Centro de Tecnificación, la creación del programa Jóvenes Promesas, el impulso del golf en los colegios y en las universidades o la nueva sede de la Federación Gallega en A Coruña, la cual es en propiedad y sin hipoteca, forman parte del legado que dejó Daniel. Ahora tocó despedirlo pero desde el cielo nos seguirá guiando con la tranquilidad, clase, elegancia y pausa que tan solo él podía transmitir en cada momento de la vida.



DANIEL FERNÁNDEZ- (1953- 2021)

- Presidente de Honor de la Federación Gallega de Golf.
- Presidente de la Federación Gallega de Golf durante 12 años.
- Presidente del Club de Golf de Lugo durante 10 años.
- Miembro de la directiva de la Real Federación Española (8 años) y de la Comisión Delegada (4 años).

PREMIOS Y RECONOCIMIENTOS:

- Medalla de Oro Nacional en Golf, que es la máxima distinción en España en el mundo del golf.
- Socio de Honor en muchas de las entidades del panorama autonómico gallego.

Homologado por

LT51 Workspace
La Telva 2C
15181 Cambre, A Coruña

✉ hola@ready4takeoff.com
☎ +34 672 635 358
🌐 ready4takeoff03.com

**ESCUELA
OFICIAL DE
AUXILIARES
DE VUELO**

READY 4 TAKE OFF



Z33 Ofimático

**105 m2 construidos / 3 dormitorios/
2 plazas de garaje / Cocina amueblada**

Desde 151.250 euros!

www.z33ofimatico.com

info@z33ofimatico.com

881 250 109

cooperativízate
Xesta
XESTIÓN DE COOPERATIVAS



SANTI TARRÍO: LA GRAN PROMESA GALLEGA YA ES UNA REALIDAD

El golfista está jugando el European Golf Tour, tras el ascenso logrado en un año 2021 para la historia.

Santi Tarrío comenzó en el mundo del golf con tan solo 7 años, y lo hizo junto a su padre en el Club de Golf Val de Rois, entidad a la que sigue perteneciendo en la actualidad. Los resultados acompañaron al de Touro en todo momento y se convirtió en una de las grandes promesas de España, dando el paso al profesionalismo con tan solo 17 años. Ya en el año 2016 llegó el salto definitivo en su carrera, momento en el que comienza a competir a nivel internacional. Desde entonces, la evolución fue constante y en el año 2021 consiguió el ascenso a la máxima división de golf europeo, tras realizar un European Challenge Tour magnífico, consiguiendo el objetivo cuando apenas había transcurrido un tercio de la pasada temporada. En declaraciones a la TVG el pasado 30 de junio, el golfista dejaba sus impresiones: “Xogaremos con Sergio García, Jon Rahn... na Primeira División. Levamos unha racha moi boa con dúas victorias, un terceiro posto e un cuarto, e garantízanos o ascenso. O obxectivo é xogar Augusta, unha Ryder... os torneos grandes en

xeral”. Santi es el cuarto español en el ranking, ocupando el puesto 108, solo superado por Jon Rahm (1), Sergio García (42) y Rafa Cabrera Bello (102).

FICHA TÉCNICA

SANTIAGO TARRÍO BEN

07/11/1990

Touro (A Coruña)

RANKING MUNDIAL ACTUAL: 108

MEJOR RANKING EN SU CARRERA: 90

COMPETICIÓN 2021:

European Challenge Tour (2ª Div)

COMPETICIÓN 2022:

European Golf Tour (1ª División)

CADDY: Noelia García

PSICÓLOGO: Joaquín Dosil

CLUB: Club de Golf Val de Rois
(Rois - A Coruña)



Touro cos seus deportistas



Concello de
TOURO





FÁTIMA FERNÁNDEZ: LA CONSTANCIA FUE LA CLAVE DEL ÉXITO

La compostelana logró la tarjeta completa para competir en el LPGA Tour en el año 2022.

FICHA TÉCNICA

FÁTIMA FERNÁNDEZ CANO

23/10/95

Santiago de Compostela
(A Coruña)

DEBUT COMO PROFESIONAL: 2018

COMPETICIÓN 2021: Symetra Tour

COMPETICIÓN 2022: LPGA

RANKING MUNDIAL ACTUAL: 270

RANKING NACIONAL ACTUAL: 5

CLASIFICACIÓN NACIONAL:

1ª- Carlota Ziganda

2ª- Azahara Muñoz

3ª- Nuria Iturrios

4ª- Luna Sobrón

5ª- Fátima Fernández

El sacrificio ha sido absoluto desde muy pequeña y a base de constancia y paciencia logró un sitio en la élite, en el LPGA Tour. La compostelana Fátima Fernández realizó una gran temporada 2021, compitiendo en Estados Unidos, en el Symetra Tour, terminando segunda en la lista de ganancias, además de conseguir la tarjeta completa para disputar el LPGA, donde compiten las mejores jugadoras del panorama mundial. Era cuestión de tiempo, de hecho, tan solo la mala suerte impidió que la gallega estuviese ya jugando con las grandes, pues ya en 2020 consiguió la tarjeta, pero la aparición del covid impidió que fuese completa, con lo que decidió seguir jugando el Symetra un año más, algo que le salió de maravilla, como hemos relatado.

A finales del pasado mes de noviembre, Fátima pasó por los micrófonos del programa Bajo Par, que dirige y presenta Carmela Fernández y Guillermo Salmerón. La compostelana habló sobre las diferencias que se va a encontrar entre el Symetra y el LPGA: “Los campos van a ser más largos y algo más complicados, con greens duros y rápidos y unas condiciones algo más extremas. En el Symetra los campos no son tan parecidos entre sí en cuanto a las condiciones de juego y en el LPGA todos tienen las mismas características y se juegan bajo los mismos patrones. Yo soy una jugadora que le pego largo, así que no tendré mucho problema en adaptarme a la hora de la distancia, y en cuanto al resto, pues con paciencia y sobre todo con mucha ilusión”.



Tapicería Martínez

MUEBLES - VEHÍCULOS - ETC

C/ Santa Lucía, 13

Santiago de Compostela

Tlf.: 619 847 743





LUIS QUIROGA: “LA SOCIEDAD CUENTA CON MÁS DE 5000 SOCIOS”

El presidente del Real Club de Golf de La Coruña termina su ciclo de ocho años el próximo mes de mayo.

Luis Quiroga termina su ciclo como máximo mandatario del Real Club de Golf de La Coruña el próximo mes de mayo, tras ocho años brillantes, en el que la entidad culminó sus retos y continuó funcionando con la grandeza y el resplandor al que siempre tuvo acostumbrados a todos los herculinos. El “presi” hizo un hueco en su agenda y dialogó con nuestro departamento de redacción, tras ganar la entidad el galardón a mejor club gallego del año 2021 en los premios Galicia Sport, después de imponerse en las votaciones a Real Aeroclub de Santiago, Real Aeroclub de Vigo y Real Club La Toja.

GALICIA SPORT: Luis, octavo año en el mandato como presidente del Real Club de Golf de La Coruña, imagino que muy contento por cómo se han ido desarrollando los acontecimientos en este período de tiempo.

LUIS QUIROGA: “En un par de meses acaba mi ciclo en la presidencia y realmente pues sí, estoy muy orgulloso de lo que estamos haciendo. Con el tema covid las cosas se pusieron difíciles, estuvimos cerrados dos meses el primer año, luego el segundo también tuvimos que parar durante 15 o 20 días y bueno, así fue todo. También hay que decir que la pandemia ha revivido el golf, nosotros hemos subido un 29% las salidas con respecto al año anterior. La gente lo que quiere es buscar espacios abiertos, deportes al aire libre y ahora mismo se vive un buen momento en el golf”.

GS: Háblanos un poquito del Real Club de Golf de La Coruña, ¿cómo es la entidad en sí por decirlo de alguna manera?

LQ: “El club fue fundado en el año 1961, se empezó con tres hoyos en la zona de arriba para hacer campeonatos. Por entonces había que dar seis vueltas a los tres hoyos, con lo cual se hacían los 18. Posteriormente se empezó a comprar la parte de abajo, la casa club que había arriba ardió en el año 1967, entonces se bajó la casa club para la parte de abajo del club, se fueron haciendo hoyos y los últimos que se hicieron fueron a principios de los 70, en el

FICHA TÉCNICA

REAL CLUB DE GOLF DE LA CORUÑA

1961
La Coruña

NÚMERO DE HOYOS: 18

NÚMERO DE SOCIOS: 5030

NÚMERO DE SOCIOS TITULARES: 2500

PRESIDENTE:

- Luis Quiroga

VICEPRESIDENTES:

- Jorge Cobián
- José Manuel Ulloa
- José Luis Mateo

SECRETARIO:

- Gonzalo Durán

TESORERO:

- Alfredo Rodríguez

Oscar Seijas

**CARPINTERÍA
EBANISTERÍA**

Avda. de La Coruña, 432
27004 LUGO
Teléfono: 625 244 554

año 73 concretamente, que fueron los actuales 13, 14, 15, 16 y 17. Después, a nivel sociedad, la sociedad tiene 5030 socios, de los cuales somos 2500 socios titulares y en las instalaciones, además del campo de golf, tenemos pistas de pádel, piscina, pistas de tenis y ahora como novedad tenemos el croquet desde hace 5 años”.

GS: Formáis un movimiento asociativo que sin ser el Deportivo nadie lo puede decir en la ciudad.

LQ: “Hombre, yo creo que no, eso es cierto, no sé La Solana los socios que tendrá pero realmente somos mas de 5000 socios y yo no sé si habrá una sociedad con un número tan alto en La Coruña”.

GS: Luis y cómo diste el paso en su momento, cómo decidiste aceptar el reto y decir, pues aquí estoy y tengo que asumir esta responsabilidad.

LQ: “Pues mira, hace 16 años me propusieron ser delegado de juveniles. Mi hijo estaba jugando en ese momento, estaba en el equipo del club y bueno, ya que tenía que llevarlo, lo iba siempre a ver y tal, pues acepté. De ahí, el presidente anterior, Ignacio, íntimo amigo mío, pues en su primer mandato me dijo: “Luis, vente”. Yo le dije que casi mejor que no, yo quería disfrutar un poquito del golf en sí y tal y casi mejor prefería no meterme. Ya en el segundo mandato, me llamó y me dijo, “tienes que venir conmigo, tienes que venir conmigo...”, me lio y fui con él. Me hizo vicepresidente, estuve cuatro años con él y cuando él cumplió los ocho años de mandato, pues otra vez, me dijo, “Luis, tienes que dar el paso”. Yo me lo pensé, me lo pensé, me lo pensé, hubo gente que me apoyó, busqué posibles directivos, me dijeron, pues venga, vamos para adelante con el tema y aquí estamos, hasta el mes de mayo de este año que llegarán los ocho años”.

GS: ¿Dónde nace tu pasión por el mundo del golf?

LQ: “Mi pasión por el golf viene de mi padre. Mi padre subía aquí en el año 1965 y yo subía con él y empecé, empecé y es un deporte que engancha mucho, engancha mucho porque bueno, un día puedes jugar fantásticamente y al día siguiente ni las ves, no es como el fútbol, que le das un toque al balón y pasas y tal y te puede salir un poquito mejor o un poquito peor, sin embargo en el golf te puede salir muy, muy, muy bien o fatal pero hasta un punto exagerado y al final todo eso es lo que engancha del golf”.

GS: ¿Y lo deportivo cómo lo lleváis?

LQ: “Hay un equipo juvenil que representa al club en Liga Gallega, el cual está formado por benjamines, infantiles, cadetes, alevines, etc, ahora incluso se

ha ampliado hasta sub 25. Ahí puedes aportar los que quieras prácticamente, siempre y cuando cumplan los requisitos, y entonces después el delegado es el que marca los diez que puntúan para la liga. Hay muchas categorías en el golf, lo que hace el club a mayores, pues se hace una liga de senior, hay un ranking y después van a jugar un campeonato a Sevilla una vez al año”.

GS: Por dónde viene el futuro, tú terminas tu mandato pero qué más necesita el Real Club de Golf de La Coruña para seguir brillando.

LQ: “Esto es una mejora continua, mantener un campo de golf es mucho dinero, es mucho trabajo, es mucha gente, es mucha maquinaria, es mucho abono, es mucha arena y bueno, ahora hay que hacer tres cositas a nivel de edificios por decirlo de alguna manera y lo que hay que seguir es mejorando el campo de golf continuamente, que además es el alma mater del club”.

GS: Ya para terminar, no podemos dejar de acordarnos de Daniel Fernández, presidente de la Federación y recientemente fallecido, un palo grande para todos los clubes de Galicia que tanto lo respetabais y reconocíais siempre su labor.

LQ: “Sí, por supuesto, fue él quien relanzó la Federación Gallega, quien empezó a traer Campeonatos de España aquí a Galicia y desde luego, antes que ser un gran presidente, era una gran persona. Yo me llevaba muy bien con él desde siempre y ya te digo, una gran persona, una grandísima persona y lo sentimos muchísimo todos”.



A CHURRASQUEIRA

**POLOS Á BRASA
COMIDA PARA LEVAR**

Tif.: 981 90 00 75 / 650 113 945

Etiopía, 2 Bajo - PERILLO - 15172 - Oleiros (A Coruña)



IAGO LÓPEZ-MARRA: EL GRAN ÍDOLO DEL BARBANZA

El de Portosín se impuso a Nico Rodríguez en los premios Galicia Sport a mejor regatista masculino.

Iago López-Marra y Nico Rodríguez protagonizaron una de las votaciones más reñidas en los premios Galicia Sport, llevándose el gato al agua el primero, el de Portosín. Quizás era Nico el favorito para hacerse con el galardón a mejor regatista masculino, tras la medalla de bronce en Tokio en la clase 470 pero Iago también hizo una Olimpiada espectacular, siendo cuarto en 49er. El sonense y su compañero de embarcación, el cántabro Diego Botín, se quedaron a las puertas de la medalla y además de una manera cruel, por un solo punto, teniendo opciones de oro hasta la mismísima Medal Race, pero la suerte no estuvo del lado de la embarcación española en esta ocasión. Sin tiempo para reponerse, el siguiente ciclo olímpico comenzó, pues París 2024 está ya en el horizonte, ya que no podemos olvidar que Tokio 2020 llegó con un año de retraso, debido a la pandemia. La hoja de ruta en el equipo nacional presenta novedades, pues hay cambio de parejas y regatistas que cambian también de clase. En lo referente a Iago López-Marra, su siguiente reto será en Nacra 17, siendo la canaria Tara Pacheco su nueva compañera de viaje para intentar escribir una nueva página de gloria.

FICHA TÉCNICA

IAGO LÓPEZ MARRA

07/04/90

Portosín

(A Coruña)

CLUB:

Real Club Náutico de Portosín

CLASE CICLO OLÍMPICO TOKIO 2020: 49er

CLASE CICLO OLÍMPICO PARÍS 2024:

Nacra 17

PAREJA DEL CICLO TOKIO 2020:

Diego Botín

PAREJA DEL CICLO PARÍS 2024:

Tara Pacheco

PALMARÉS MÁS DESTACADO:

- Plata - Mundial 2020 - Australia
- Oro - Europeo 2016 - España
- Oro - Europeo 2018 - Polonia
- Bronce - Europeo 2019 - Inglaterra
- 9º puesto en Río 2016 (JJO)
- 4º puesto en Tokio 2020 (JJO)

CHIRINGO SURF
EST. 2015

AS FURNAS

DESAYUNOS

CÓCTELES

BOCADILLOS

As Furnas Chiringo Surf

As Furnas Chiringo Surf

Praia das Furnas S/N 15995 Porto do Son, A Coruña



ENXA

clínica veterinaria

Rua da igrexa, 42, 15970 Porto do son (A Coruña)



649 413 073
981 854 181

cvenxa@telefonica.net



**TALLERES
GAMETALS, S.L.**

FABRICACIÓN A MEDIDA DE REMOLQUES Y PIEZAS DE REMOLQUE

Uno, 67 - Riveiriña - 15940 A Pobra do Caramiñal (A Coruña)
Tlf.: 661 860 481 - 981 831 590 E-mail: info@talleresgametals.com

MÁS DE 40 AÑOS FABRICANDO E INSTALANDO CON GARANTÍA



Telf. 981 821 565
Piñeiriño 5 - La Rasa - NOIA
rotulosageitos@gmail.com



**CRISTALERÍA
CARGLAS, S.L.**

Colocación y Venta de:

- Cristales, Lunas y Espejos
- Mamparas de Baño
- Marcos para Cuadros

Teléf. / Fax 981 83 14 62
Móvil 636 66 42 96
C/ Fernández Varela, 47 - B
15940 P. DO CARAMIÑAL

BigMat

Rianoia, S.L.

LA TIENDA PROFESIONAL DE LA CONSTRUCCIÓN

@ rianoia@bigmat.es

Estrada Barquiña, 0 - Noia - A Coruña

Rua de Galicia, 7- Baixo - Noia - A Coruña

☎ 981 824 145

☎ 981 821 650



**KIBU
MOTORS**



TLF.: 674 264 713

AVDA. CONSTITUCIÓN, 10-14 - 15930 - BOIRO
VICTOR.MENDEZ@KIBUMOTORS.COM

CURRUCHO

Sport

MECÁNICA EN GENERAL

Lg. Vilar, s/n-Porto do Son ☎ 660 835 134

ventek
CERRAMIENTOS

MARIO QUEIRUGA
TÉCNICO COMERCIAL
TELF.: 676656032
info@ventekcerramientos.com
www.ventekcerramientos.com

Especializados en la venta e instalación
de ventanas y puertas de aluminio y pvc.

INSTALADOR DE



Xaquín

ESPECIALISTAS EN VEHÍCULOS DE OCASIÓN
www.xaquin.net

EXPOSICIÓN VENTAS

Parque Ind. Picaraña. Naves 27-28-30-31
15980 Padrón

T.: 981 800 999
info@xaquin.net

TALLER

Ctra. Gral. Padrón - Ribeira. Km. 4,5
15981 Dodro



PATRICIA SUÁREZ YA SUEÑA CON PARÍS 2024

La del Náutico de Vigo fue elegida mejor regatista femenina en los premios Galicia Sport.

Patricia Suárez se impuso a Tamara Echegoyen en las votaciones a mejor regatista gallega del año 2021 en los premios Galicia Sport. La del Náutico de Vigo se quedó a las puertas de la Olimpiada, pues finalmente la Federación eligió a la pareja formada por Echegoyen y Paula Barceló para representar a España en la clase 49erFX, quedándose a las puertas del metal, ya que finalizaron en cuarta posición. Patricia Suárez y su compañera de tripulación, la madrileña Nicole Van der Velden, fueron muy importantes en el buen papel de la Selección en la mencionada clase 49erFX, pues fueron ellas las que consiguieron la plaza para Tokio en el Mundial de Nueva Zelanda.

Mirando ya al siguiente ciclo olímpico, Patricia Suárez continúa compitiendo en la clase 49erFX, siendo su nueva compañera la canaria María Cantero. Ambas ya han disputado su primera gran competición como pareja, tras recuperarse la gallega de una lesión en un hombro que la obligó a pasar por el quirófano. Fue en el Campeonato del Mundo celebrado en Omán y la embarcación española finalizó en quinta posición, ganando la Medal Race final.

FICHA TÉCNICA

PATRICIA SUÁREZ

27 años

Vigo

(Pontevedra)

CLUB: Real Club Náutico de Vigo

CLASE CICLO OLÍMPICO TOKIO 2020:

49erFX

CLASE CICLO OLÍMPICO PARÍS 2024:

49erFX

PAREJA DEL CICLO TOKIO 2020:

Nicole Van der Velden

PAREJA DEL CICLO TOKIO 2024:

María Cantero

ENTRENADOR: Antón Paz

OBJETIVO DEPORTIVO PRINCIPAL:

Representar a España en los Juegos Olímpicos de París 2024.

O Bar de Carlos



pinchos · bocadillos
hamburguesas · copas

Agra, 45 - XUÑO - 15995 - Porto do Son (A Coruña)

981 769 821

LUXEVAN
PREMIUM

LUXEVAN



**DISFRUTA LA EXCLUSIVIDAD
CONDUCIENDO PREMIUM**

COMPRA-VENTA
ALQUILER DE VEHÍCULOS VERSÁTILES
Polg. Pocomaco 2ª Avda. Nº 60 - 15190 A Coruña
WWW.LUXEVAN.ES

CARLOS ARÉVALO: EL GRAN SALVADOR SE HIZO INDISCUTIBLE

El palista de Betanzos brilló a lo grande en el año 2021 y ya nadie duda de que es el más fuerte del país.

Carlos Arévalo se hizo con el galardón a mejor palista masculino gallego en los premios Galicia Sport, tras imponerse en unas ajustadas votaciones a su compañero en la Selección Nacional, Rodrigo Germade. El K4 500 fue una de las grandes alegrías en Tokio y en la piragua española, que se hizo con la medalla de plata, remaban ambos, el brigantino y el cangués. Carlos también se llevó un diploma olímpico, tras defender una de las plazas de España en el K1 200 y finalizar en quinta posición. La presión era enorme sobre el equipo nacional en tierras asiáticas, pues las expectativas eran altísimas pero una vez más los nuestros respondieron con autoridad. A su vez, el piragüismo gallego volvió a demostrar que es una de las referencias a nivel mundial.

EL ESPÍRITU DE SUPERACIÓN DE CARLOS

No pudo estar en Río de manera bastante injusta y la historia estuvo cerca de repetirse en Tokio, pero el espíritu de superación de Carlos Arévalo lo llevó a revelarse ante las adversidades y a aprovechar su oportunidad hasta hacerse indiscutible. El brigantino entró al K4 500 tan solo un mes antes de aquel Mundial de Hungría en 2019, tras la renuncia de Cristian Toro. El papelón era importante, pues tocaba clasificar a España para Tokio y el tiempo de preparación era nulo para la adaptación entre palistas. La debacle parecía asegurada, el pesimismo era absoluto y lo que parecía una opción clara de medalla para España se había complicado hasta un punto que no iba a ser sencilla ni la clasificación. Pero nada podía haber más lejos de la realidad, pues lo que no contaba nadie era que quién se subía a la piragua era una estrella, un crack de los que no se arrugan ante nada y que son capaces de conseguir brillar a pocas condiciones que se le presenten. El mes de preparación fue extenuante pero el equipo nacional se plantó en la cita mundialista y brilló a lo grande, se apuntó la medalla de plata y logró asegurar su presencia en la Olimpiada. A partir de ahí tocó luchar y Carlos arrasó en los procesos internos y demostró ser el palista más fuerte del país y mira que el nivel es elevado. Llegó la cita olímpica y el equipo nacional no decepcionó, consiguiendo una medalla de plata antológica, que estuvo muy cerca de ser de oro. Ahora ya toca pensar en París 2024 pero las cosas son ya muy diferentes, pues aunque el nivel es elevadísimo, si alguien adquirió galones en los últimos años, ese fue un brigantino, un palista que ya es historia viva del deporte gallego y nacional.



FICHA TÉCNICA

CARLOS ARÉVALO

06/12/1993

Betanzos
(A Coruña)

DEPORTE: Piragüismo

MODALIDAD: Aguas tranquilas

PALMARÉS:

- Plata- Mundial 2019 (Hungría)

- Plata- Juego Olímpicos 2021 (Tokio)

CANtera: CP Ría de Betanzos.

TOKIO 2021:

- K4 500: Medalla de Plata
- K1 200: 5º y Diploma Olímpico.



Auga • Gas • Calefacción

Daniel París

T.: 881 12 92 03 • M.: 675 233 596 Avda. Monelos, 77 - 79 baixo • 15009 A CORUÑA

TERESA PORTELA YA ES LEYENDA DEL DEPORTE NACIONAL

La de Cangas es la única española que participó en seis olímpicas y ya mira a París, tras triunfar en Tokio.

Teresa Portela ya era historia del deporte nacional desde hace más de una década pero en el año 2021 brilló de manera especial, pasando a un escalón superior, al de leyenda, al de una deportista irrepetible y que será ejemplo absoluto para las siguientes generaciones. La palista de Cangas do Morrazo tiene uno de los palmarés más excelsos de una deportista en nuestro país, con medallas a doquier en Campeonatos del Mundo y en Europeos, pero le faltaba la guinda de subirse al podio en una cita olímpica. Y vaya si lo hizo, fue el pasado verano en tierras asiáticas, en el país del sol naciente y con 39 años a sus espaldas, colgándose la plata. Y es que la edad no es un problema para Tere, como tampoco lo fue en su momento el pasar por un proceso de maternidad. Ella se repone a todo, es una extraterrestre capaz de competir bajo presión ante cualquier circunstancia adversa y en el peor de los escenarios. Por eso es única e irrepetible, por eso la echaremos tanto de menos cuando ya no esté, por eso será puesta como ejemplo en todas las escuelas y por eso la sentimos como a alguien de nuestra familia cada vez que la vemos competir. Pero no se crean que esto se ha terminado aún, pues mínimo aún nos queda un nuevo capítulo, el del ciclo olímpico de París, y es que de primeras, nuestra Teri no se conforma con haber estado en seis citas olímpicas, siendo así la deportista española con más presencias en los Juegos, pues va a por la séptima y además no descarta repetir entre las elegidas. De momento hay que dejarla disfrutar, se lo ha ganado, no necesita darnos más gloria para que ya forme parte del elenco de deportistas que recordaremos para el resto de nuestras vidas.



FICHA TÉCNICA

TERESA PORTELA

05/05/1982

Cangas do Morrazo (Pontevedra)

DEPORTE: Piragüismo

MODALIDAD: Aguas tranquilas

PALMARÉS:

- **Juegos Olímpicos:**
- 1 Medalla de Plata

- **Campeonato del Mundo:**

- 2 Oros
- 6 Platas
- 7 Bronces

- **Campeonato de Europa:**

- 7 Oros
- 4 Platas
- 6 Bronces



IP ELECTRICIDAD

Servicio urgente en averías

INSTALACIONES ELÉCTRICAS - ILUMINACIÓN LED
MANTENIMIENTO DE COMUNIDADES
PORTEROS AUTOMÁTICOS Y VIDEOPORTEROS
MOTORES AUTOMÁTICOS - REFORMAS INTEGRALES

PRESUPUESTO SIN COMPROMISO
INSTALADOR AUTORIZADO
BTB3000398

IVÁN PEDREIRA - MÓVIL: 660 080 347 | IPELECTRICIDAD@YAHOO.COM / WWW.IPELECTRICIDAD.COM



Rúa das Xegadas
36949 Cangas, Pontevedra

627 510 434

www.multiserviciosfreifer.com
multiserviciosfreifer@gmail.com

PINTURA

REFORMAS Y
DECORACIÓN

CONSTRUCCIÓN Y
MANTENIMIENTOS



Desde 1989



pcdominguez.com

dominguez



Siempre a tu lado

Pocas cosas nos definen tan bien como las compañías que elegimos. Por eso hoy es tan importante saberse acompañar de personas que trabajan en equipo y que afrontan los retos unidas.

Por eso estamos a tu servicio para abastecerte de la mejor carne y de los embutidos que más gustan. Con todas las garantías sanitarias y la atención directa que tanto valoras.

Productos Cárnicos Dominguez es una empresa certificada por Aenor



**LOS PROFESIONALES
CONFIAMOS EN DOMINGUEZ**

LA CARNE DE MARCA

☎ 981 741 017 • 607 484 660

atencioncliente@pcdominguez.com

Residencia Puentevea

A 15 min. de Santiago

25 años al servicio de los mayores

- Servicio de Médico y enfermería
- Fisioterapia y Rehabilitación
- Podología
- Acupuntura
- Análisis Clínicos y Sintrom
- Animación Sociocultural
- Atención Psicología y Social
- Lavandería
- Servicio Religioso
- Cocina Propia

Tel.: 981 809 158

www.residenciapuntevea.com





**REAL FEDERACIÓN
GALEGA DE FÚTBOL**

www.futgal.es

Todos unidos polo fútbol galego

