

# VIGO SPORT<sup>®</sup>

EDICIÓN

TIME

EL PERIÓDICO DEL PARTIDO

CELTA / R. MADRID 20/08/2022 · 22:00 H.



Distribuidor y aplicador autorizado de:  
**POLIBREAL<sup>®</sup>**  
**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](http://www.impernoroste.com)  
Ctra do Porriño N°31  
36817 Redondela  
PONTEVEDRA

@ [impernoroste@gmail.com](mailto:impernoroste@gmail.com)

669.40.67.29 (Victor)

602.61.09.49 (línea 1)  
986.40.09.16 (línea 2)



## **SOLUCIONES DE LIMPIEZA PROFESIONALES**

**PARA EMPRESAS, PARTICULARES Y COMUNIDADES DE PROPIETARIOS**

## **AL MEJOR PRECIO**

- **Desinfecciones especiales covid-19 con cañon de ozono**
- **Comunidades de propietarios**
- **Oficinas y negocios**
- **Limpieza del Hogar**
- **Superficies comerciales**

 **986 299 206**  
**660 404 465**

 **Plaza Independencia, 4, 1ºC, 36211, Vigo**

 **www.acrilimp.es**    **info@acrilimp.es**

# SUMARIO

EL DÍA DEL PARTIDO .....	5
EL EQUIPO LOCAL .....	6
EL EQUIPO VISITANTE .....	13
LEYENDAS: MOSTOVOI .....	19
POLIDEPORTIVO .....	22
DEPORTE Y SALUD .....	26
PASATIEMPOS .....	28



# STAFF



**EDITA:**  
JL PUBLICACIONES SL

**DOMICILIO**  
AV. BUENOS AIRES, 5 BAJO  
15004 A CORUÑA

**ATENCIÓN AL CLIENTE:**  
881 124 648

**WEB:**  
WWW.JL PUBLICACIONES.COM

**E-MAIL:**  
INFO@JLPUBLICACIONES.COM

**DIRECCIÓN:**  
JOSÉ LUIS FERNÁNDEZ

**REDACCIÓN:**  
CARLOS GARRIDO

**PUBLICIDAD:**  
LORENA ARIAS  
CRISTINA OTERO  
SALVADOR GONZÁLEZ

**MAQUETACIÓN / DISEÑO:**  
JL PUBLICACIONES SL

**DEPÓSITO LEGAL:**  
C 1554-2018

SÍGUENOS      

**¡Ahorra y llena tu vida de astucia al registrarte!**



**TODO 20% DTO.**

[www.oraposo.com](http://www.oraposo.com)

**#llenalavidadeastucia**



**JL 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](mailto:info@jlpublicaciones.com)

## GRAN DISTRIBUCIÓN **GRATUITA** DEL PERIÓDICO **VIGOSPORT** EN LOS ACCESOS DEL ESTADIO



- 20.000 EJEMPLARES A TODO COLOR
- 180.000 IMPACTOS
- DISTRIBUCIÓN GRATUITA EN:  
ESTADIO DE BALAIÓDOS, PALACIO DE DEPORTES, CENTROS DEPORTIVOS, BARES, COMERCIOS, Y DEMÁS LUGARES DE INTERÉS PÚBLICO Y DEPORTIVO PREVIAMENTE SELECCIONADOS
- SÍGUE EL PERIÓDICO DEL PARTIDO EN:

“NOS COMPROMETEMOS A HACER  
DE SU CASA UN HOGAR”

AC&C

**HOME: HOME WITH LOVE**

Cocinas

Vestidores

Puertas

Suelos

AC&C

986 713 355

[www.acycsa.com](http://www.acycsa.com)

Calle Sequeiros 72B Barro - Pontevedra

[acycsa@hotmail.com](mailto:acycsa@hotmail.com)

Siguenos en:



“DESDE 1997”

# ESTADIO DE BALAÍDOS

SABADO 20 AGO 2022 • 22:00 H.



CELTA VS R. MADRID



## GRAN OPORTUNIDAD

El RC Celta recibe la visita del Real Madrid en una segunda jornada liguera en la que buscará resarcirse del empate inaugural

FOTO: RC CELTA

El RC Celta arrancaba el pasado fin de semana la Liga con un empate frente al Espanyol que supo a muy poco, y más viendo el transcurso del encuentro. Los locales fueron de menos a más en un choque que llegaron a dominar con solvencia gracias a los goles de Iago Aspas (45') y Gonçalo Paciencia (63'), pero en el que terminaron viendo cómo se escapaban dos puntos de forma incomprensible.

Edu Expósito recortaba diferencias para los pericos (72') y, sobre la bocina, Mínguez erraba regalando un penalti que no perdonaba Joselu (98'). Balaídos entero miraba perplejo la forma en la que se escapaba una victoria inaugural que estaba prácticamente asegurada.

Así lo valoraba Eduardo Coudet, técnico celeste: "Tenemos que trabajar. En el

primer tiempo no pudimos hacer lo que queríamos en cuanto al manejo y la circulación, pero salvo el tiro al palo no nos habían provocado nada. Nosotros tuvimos la del gol y lo que corregimos en el entretiempo no salió bien. Se vio un gran inicio del segundo tiempo, un encuentro muy controlado, pero el 2-1 los metió en el partido en el único tiro que tuvieron a portería. Nos duele que se nos hayan escapado dos puntos".

Pero el fútbol no da tregua y este sábado vuelve a surgir una oportunidad de oro para el Celta, que recibirá la visita de todo un Real Madrid (22:00 horas). Será el escenario y el rival ideales para intentar certificar ese primer triunfo del curso en el campeonato doméstico.



## HOTEL ATLÁNTICO VIGO

Vigo - Pontevedra

HOTEL ATLÁNTICO VIGO

C/ García Barbón, 35  
36201, VIGO

Teléfono: 986 220 530  
Fax: 986 220 530

[www.hotelatlanticovigo.com](http://www.hotelatlanticovigo.com)





## UN CELTA RENOVADO

Eduardo Coudet tendrá a su disposición hasta 8 nuevos futbolistas que completarán una plantilla ilusionante

El mercado de fichajes ha sido más que movido para el RC Celta. Tras la marcha de jugadores que fueron relevantes el pasado curso, el conjunto celeste necesitaba volver a apuntalar su plantilla para armar un proyecto de garantías.

El área deportiva, comandada por Luís Campos, se ha puesto manos a la obra y ha conseguido cerrar varias operaciones, algunas de ellas de gran interés, que han permitido reforzar un equipo en el que hay depositadas muchas esperanzas.

Agustín Marchesín, de 34 años, llega procedente del FC Oporto para pelear por un puesto junto a Iván Villar en la portería. En la línea defensiva, se suman dos jugadores con proyección, como son el ex del Athletic de Bilbao Unai Núñez (25 años) y el hasta hace poco futbolista del FC Barcelona

Óscar Mingueza (23 años).

Con el fin de imprimir un plus de calidad a la sala de máquinas, aterrizan en Balaídos la joven perla sueca de 18 años Williot Swedberg, el estadounidense Luca de la Torre (24 años) y Óscar Rodríguez, centrocampista que militó la pasada campaña en las filas del Sevilla FC.

Por último, en la parcela ofensiva tenemos a Gonçalo Paciencia. El delantero centro portugués de 28 años tiene sobrada experiencia en el fútbol europeo, donde ha defendido camisetas como las del Oporto, Olympiacos, Schalke 04 o, más recientemente, Eintracht de Fráncfort. Y tras él, siendo el último en llegar, se encuentra Carles Pérez, habilidoso extremo diestro de 24 años criado en la cantera del FC Barcelona y que llega en calidad de cedido por la Roma, donde ha permanecido las últimas dos temporadas.

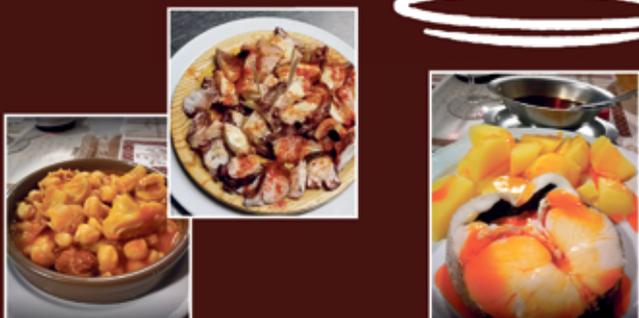
*maky*  
BAR  
RESTAURANTE

Especialidad en carnes de Rubia gallega y carne de Wagyu, chuleton de Buey gallego, Croca de vaca premium y churrasco.

Cocina casera servida y elaborada con mucho mimo y producto de primera calidad.

"En pleno centro de Pontevedra, a 100 m del concello con gran parking justo al lado"

Rúa dos Ferreiros, 17 - 36002 Pontevedra  
986 857 832 • restaurantemaky@gmail.com





## ÓSCAR MINGUEZA APUNTA A EUROPA

El nuevo defensor vigués confirmó la ilusión y las ganas de afrontar el reto de defender la camiseta del RC Celta

El pasado 2 de agosto, el RC Celta de Vigo hacía oficial el fichaje de Óscar Mingueza. El polivalente defensor catalán, ex del FC Barcelona y de tan solo 23 años de edad, firmaba con el combinado celeste hasta el próximo año 2026.

Sin duda, una incorporación de garantías para el proyecto de Coudet, que contará con un jugador que puede actuar tanto de central como de lateral, y que llega con mucho hambre e ilusión a Balaídos. De hecho, el propio Mingueza lo manifestaba así en rueda de prensa:

“Soy joven y es una oportunidad para mí. He venido con mucha ilusión y, poco a poco, crecer como jugador. Tenía muchas ganas de venir al Celta, un

club que me gusta mucho como juega y me habían hablado muy bien del entrenador”.

Por otro lado, confirmó que no le importa jugar en el eje de la zaga o de carrilero: “Es un equipo que se adapta muy bien a mi forma de jugar y lo que necesito. Presiona arriba, quiere tener la pelota y salir con el balón jugado. Estoy cómodo tanto de central como de lateral. Juegue en la posición que juegue, me viene muy bien”.

Finalmente, lanzó un mensaje ambicioso: “Depende de muchas más cosas, pero creo que podemos estar en la parte de arriba de la tabla. Creo que lucharemos por puestos de Europa”..

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



**OrderL@n**  
TELECOMANDAS

**MenuL@n**  
SOFTWARE HOSTELERIA

**L@ndín**  
SOFTWARE



**CashDro**

cashlogy



**Fidelización**  
**Módulo Delivery**  
**Reservas online**  
**Monitor de Cocina**

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



# CARLES PÉREZ: LA GUINDA DEL PASTEL

El joven extremo era una de las incorporaciones más deseadas por Eduardo Coudet

Una de las misiones a abordar por el RC Celta de cara a esta temporada era reforzar su frente de ataque. Conseguir la figura de un futbolista eléctrico, con desborde y generador constante de peligro se convertía en crucial para apuntalar el proyecto de Eduardo Coudet.

De entre las diferentes opciones que se barajaban, existía una que al técnico argentino le hacía especial ilusión: Carles Pérez.

Afortunadamente, el club vigués y la AS Roma llegaron a un acuerdo y el joven extremo catalán ha terminado recalando en Vigo en calidad de cedido, con una opción de compra no obligatoria.

De este modo, el combinado celeste se hace con los servicios de un futbolista de enorme proyección, pero que ya acumula experiencia en competiciones tan exigentes como la Serie A o la propia Liga.

Criado en la cantera del FC Barcelona, llegó a disputar 13 encuentros con el primer equipo azulgrana, en los que anotó 2 goles y brindó 3 asistencias. En enero de 2020, dio el salto al cuadro romano donde ha permanecido durante las dos últimas campañas y media. Con la camiseta de la Roma ha jugado 75 partidos, dejando un balance de 8 tantos y 7 asistencias.

También sabe lo que es ser internacional, puesto que ha ido convocado con la selección española en categorías Sub-16, Sub-17 y Sub-21.

Carles Pérez gozaba de varias ofertas para cambiar el rumbo de su trayectoria deportiva, pero, a sus 24 años de edad, desde el primer momento tuvo claro que el RC Celta sería su apuesta principal y así lo ha hecho saber en declaraciones posteriores:

“Se ha hablado de muchos equipos, de muchas ofertas, pero yo internamente con mi familia y mis agentes tenía claro a donde quería ir. Se lo dejé claro al Roma desde el principio”.



FOTO: RC CELTA



**Pirotecnia R. RESÚA, S.L**

**DALE UN TOQUE DE COLOR A TU BODA**

DISPONEMOS DE TODO TIPO DE ARTIFICIOS Y EFECTOS

PRESUPUESTO PERSONALIZADO Y ADAPTADO A SUS NECESIDADES



Fabrica / Almacén / Oficinas: Lg. Monte Deira - Pedroso - Vilariño  
15991 Cespón - BOIRO - A CORUÑA

Comerciales: 629 75 54 05 / 629 75 54 06 / 630 049 848  
info@pirotecniaricardoeusa.com

## EL EQUIPO LOCAL



RIAS BAIXAS

Santiago Roma

ALBARIÑO

*Vino elaborado en barrica de piedra*

PEDRANAI  
de Santiago Roma

ELABORADO EN BARRICA DE PIEDRA  
RÍAS BAIXAS  
PENINSULA DE OURENSE

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

bodega@santiagoroma.com

C/ Catariño, 5 Besomaño Ribadumia  
36636 Pontevedra España



FOTO: ATLANTICO.NET

## COUDET SUMA Y SIGUE

El técnico argentino afrontará la que será su tercera temporada al frente del RC Celta

**N**o hay duda alguna de que el fútbol es un deporte de vaivenes, sobre todo en lo que al tema de banquillos afecta. Mantenerse al frente de un equipo durante un tiempo prolongado no es algo sencillo para un entrenador, por lo que conseguirlo es el ejemplo más explícito de lo que es el trabajo bien hecho.

Este es el caso de Eduardo Coudet. El argentino aterrizó en el RC Celta de Vigo el 12 de noviembre de 2020. Actualmente, afronta la que ya es su tercera campaña al frente del combinado celeste. La confianza de la entidad en el entrenador nacido en Buenos Aires es total, a la que él corresponde con ganas, trabajo e ilusión. Coudet desea sumar una temporada en la que el Celta haga grandes cosas y este puede ser el año.

Muchos analistas afirman que la plantilla que se ha confeccionado posee potencial para pelear por la zona media-alta de la clasificación, aquella que da acceso a las competiciones europeas.

El pasado curso, el primero completo de Eduardo Coudet, los celtistas terminaron en undécima posición, con 46 puntos. No se pasaron apuros, es cierto, pero tampoco se llegó a estar luchando de forma definitiva por entrar en Europa. En esta ocasión, la ambición ha de ser mayor y con ese objetivo sigue el 'Chacho'.

# IAGO ASPAS: LA LEYENDA CONTINÚA

El 'Príncipe das Bateas' renueva su compromiso con el RC Celta firmando hasta el próximo año 2025

Una de las mejores noticias que ha podido recibir la afición del RC Celta de Vigo este verano ha sido, sin duda, la continuidad de su gran estrella: Iago Aspas. El futbolista nacido en Moaña firmó su ampliación de contrato hasta el próximo año 2025 con el club de sus amores.

Y es que hablar de Aspas es hacer referencia a una leyenda del conjunto celeste. El 'Príncipe das Bateas', como así le apodan, ha defendido esos colores en más de 418 partidos, donde ha anotado 184 goles y ha brindado 63 asistencias.

A sus 35 años de edad, cada temporada que pasa parece rejuvenecer, así lo dicta su rendimiento. De hecho, el pasado curso volvió a ser uno de los grandes protagonistas al anotar 18 dianas y facilitar 6 pases de gol en los 38 encuentros que disputó entre Liga y Copa del Rey.

Este escenario le ha llevado a posicionarse como el máximo anotador en la historia del Celta y uno de los jugadores que más Trofeos Zarra posee junto a un ilustre como David Villa.

"Estoy muy feliz de seguir aquí, de seguir disfrutando, de estar con mi gente y seguir batiendo récords. Cada temporada es un desafío para mí", declaraba horas más tarde de hacerse oficial su continuidad.

También lanzaba un mensaje de ambición: "Quiero, sobre todo, lograr ese ansiado título que desea cualquier celtista. Pero sin ponernos piedras encima y teniendo tranquilidad. Tenemos una temporada ilusionante y un reto muy bonito por delante".

"Es un orgullo sentirse querido por la gente, pero el club está por encima de todos y de cualquier jugador. Muy feliz y orgullo de poder seguir muchos años aquí", sentenciaba.



Estrada do Cadaval, 21  
Reboreda · Redondela  
36818 (Pontevedra)

667 666 764  
carpinteriasseifer@gmail.com



Avenida Gregorio Espino, 41 OF.D. - VIGO T. 986 272 338  
autoescueladoblada@yahoo.es



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

Alda. Florida, 241 - T. 986 20 14 21 - 36213 VIGO

FOTO: RC CELTA DE VIGO

# GALICIA SPORTS 360, 'FACTORÍA DEL DEPORTE GALLEGO'

La Xunta de Galicia declara el proyecto de la nueva Ciudad Deportiva del Celta de Interés Autonómico



FOTO: RC CELTA DE VIGO

**E**l RC Celta de Vigo sigue dando pasos en su crecimiento y apuesta por el impulso del deporte gallego. Para ello, llevará a cabo un nuevo proyecto llamado Galicia Sport 360, que supondrá una renovación y ampliación de la Ciudad Deportiva 'Afouteza'.

El club celeste invertirá un montante cercano a los 70 millones de euros en un espacio de más de 160.000 metros cuadrados que, además de los campos e instalaciones dedicadas a la práctica del fútbol, también contará con una residencia para turismo deportivo, un laboratorio de innovación, una Universidad del deporte y zonas para la práctica de cualquier disciplina.

Se prevé que la creación de este complejo deportivo genere un total de 250 puestos de trabajo.

El impulso definitivo a esta iniciativa ha llegado recientemente, después de que la Xunta de Galicia lo declarase de Interés Autonómico.

“Es la mayor transformación de la industria del deporte de Galicia. No es la relación con el fútbol, es la relación con todo el deporte”, explicaba Carlos Mourinho, máximo dirigente del Celta, en la presentación de dicho proyecto. “Hemos presentado ante la Xunta de Galicia un proyecto que va a modificar por completo la industria del deporte en esta Comunidad”.

“El Celta no va a ser un equipo de fútbol, aunque sea lo principal el fútbol. El Celta quiere transformar toda la industria del deporte de Galicia. Vamos a hacer algo de una importancia extraordinaria para la formación de clubs, atletas o federaciones”, apuntaba.



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](http://www.mesonbarcelona.es)



# TODO SIGUE IGUAL

El Real Madrid arranca la temporada 22/23 del mismo modo que concluyó la pasada: levantando títulos y sumando de tres en Liga

Nada parece haber cambiado para el Real Madrid. El conjunto dirigido por Carlo Ancelotti ha comenzado la nueva temporada de un modo muy similar a como terminó el pasado curso. De hecho, los blancos han jugado sus dos primeros partidos oficiales y han firmado dos triunfos, uno de ellos con premio: la conquista de un título.

Y es que, tras una pretemporada de vaivenes, cuando ha llegado el momento de la verdad, el Madrid ha respondido. Primero, derrotó al Eintracht de Frankfurt por 2-0, con goles de Alaba y Benzema, en la final de la Supercopa de Europa, consiguiendo así levantar un nuevo trofeo. No obstante, el tiempo para la celebración fue limitado. Esperaba el Almería, a domicilio, en la

jornada inaugural liguera.

El encuentro no fue color de rosas para el cuadro madridista. Es más, fue por debajo en el marcador hasta mediada a la segunda mitad, momento en el que el 'efecto remontada' volvió a hacer de las suyas. Lucas Vázquez y, nuevamente, Alaba conseguían darle la vuelta al tanto inicial Ramazani y certificar los primeros tres puntos en el campeonato.

Ahora, la vista ya está puesta en Vigo y en el Celta. En la segunda jornada Balaídos será testigo de un choque, que a seguro será trepidante, en el que el Real Madrid quiere seguir dando continuidad al trazo dibujado en estos últimos tiempos.

**Álvarez PULIDOS**  
pavimentos  
INDUSTRIALES

**T. 663 264 662 / 649 915 770**  
HORMIGÓN PULIDO · RESINAS EPOXI  
HORMIGÓN IMPRESO · SOLADOS DE MORTERO

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

**Agua do Parão**

**servicio GRATUITO**  
a domicilio para empresas y particulares  
**prueba SIN compromiso**

Indicada para la preparación de alimentos infantiles

**AGUA MINERAL NATURAL**  
DE MINERALIZACIÓN MUY DÉBIL  
*ligera y digestiva*

Cata Internacional de Agua "TERMATALIA 2011"  
**1º PREMIO**  
Cat. Agua Mineralización muy débil  
Septiembre 2011 EXPOURENSE

Cata Internacional de Agua "TERMATALIA 2015"  
**1º PREMIO**  
Cat. Agua Mineralización muy débil  
Septiembre 2015 EXPOURENSE

Cata Internacional de Agua "TERMATALIA 2010"  
**2º PREMIO**  
Cat. Agua Mineralización muy débil  
Septiembre 2010 EXPOURENSE

Cata Internacional de Agua "TERMATALIA 2017"  
**2º PREMIO**  
Cat. Agua Mineralización muy débil  
Septiembre 2017 EXPOURENSE

**ANÁLISIS QUÍMICO**

Residual seco a 180°	22,2 mg/l
Bicarbonatos HCO <sub>3</sub> <sup>-</sup>	5 mg/l
Cloruro Cl <sup>-</sup>	1 mg/l
Calcio Ca <sup>2+</sup>	2 mg/l
Magnesio Mg <sup>2+</sup>	1 mg/l
Sodio Na <sup>+</sup>	4 mg/l
Sulfuro SO <sub>4</sub> <sup>2-</sup>	3,6 mg/l
Potasio K <sup>+</sup>	<1 mg/l
Hierro Fe	<0,5 mg/l

... directo del manantial a casa

Lugar de Regueiro de Abaixo, S/N, 32514 Boborás, Ourense - Tlf: 617 409 215 - info@aguasdoparano.com



## EL REAL MADRID QUIERE REPETIR EN BALAIÓDOS

El conjunto blanco acumula cuatro triunfos en sus últimas visitas al feudo del RC Celta de Vigo

Tras el triunfo del pasado fin de semana en Almería, el Real Madrid afronta la segunda jornada del campeonato nacional de Liga viajando nuevamente lejos del Santiago Bernabéu. En esta ocasión, Ancelotti y los suyos se desplazan hasta tierras gallegas para medirse al RC Celta de Vigo en un Estadio Abanca Balaídos donde no les ha ido mal en los últimos tiempos.

Y es que para revivir la última derrota de los blancos en el feudo vigués hemos de remontarnos hasta la temporada 2013/2014, donde el doblete de Charles privó al cuadro merengue de la victoria en la jornada 37 (2-0).

Desde entonces, el cómputo global de enfrentamientos directos entre Celta

y Madrid en Balaídos queda del siguiente modo: 7 triunfos merengues y 2 empates. Es más, en los cuatro precedentes más cercanos siempre han sido los madridistas quienes han conseguido llevarse el 'gato al agua'.

El Real Madrid es consciente de que estos primeros encuentros son clave. La prueba la tiene en su actuación el pasado curso, donde no falló en el tramo inicial liguero y acumuló un colchón que fue decisivo para no pasar apuros. Por tanto, buscará prolongar su buena dinámica en un escenario donde el fútbol últimamente le viene sonriendo, aunque el RC Celta no es un rival sencillo y menos como local, pese a lo que puedan dictaminar las estadísticas.

TAPERIA  
**Mirambel**

Daniel Fernández Gómez  
629 963 350  
986 490 923

**MENÚ DEL DÍA  
PLATOS COMBINADOS  
TAPAS VARIADAS**

Canido Playa, 125 36391 Vigo



**IMPERIAL - AMADEUS**  
CERVECERÍA - TAPERÍA



**EXQUISITA COMIDA CASERA**

Colombia, 24 bajo VIGO  
Teléfono: 986 423 680

Servicio a domicilio  
Tel.: 619 316 175



**CORBA s.l.**  
obras y servicios

[www.obrasyservicioscorba.es](http://www.obrasyservicioscorba.es)

**Revestimientos, decoraciones y reformas Corba S.L.**  
Más de 30 años de experiencia en el sector

- Reformas integrales - Rehabilitación de fachadas
- Mantenimiento de instalaciones - Construcción: Obras menores
- Pintura interior y exterior - Marcas de primera calidad

Alcalde García Filgueira, 10 Bajo B - 36004 Pontevedra - Tels: 986 865 920 - 666 397 943 - [info@obrasyservicioscorba.es](mailto:info@obrasyservicioscorba.es)



# AURÉLIEN TCHOUAMENI Y ANTONIO RÜDIGER: LAS CARAS NUEVAS

El joven centrocampista francés y el veterano defensor galo son las únicas incorporaciones del Real Madrid

**T**ras ganar LaLiga y la décimo cuarta Copa de Europa el pasado curso, no era de extrañar que el Real Madrid no hiciese grandes variaciones en su plantilla de cara a esta temporada. Y así ha sido. El conjunto blanco solo ha salido al mercado de fichajes veraniego para acometer dos operaciones, las de Aurélien Tchouameni y Antonio Rüdiger, con el fin de reforzar dos posiciones clave como son el eje de la zaga y el centro del campo.

Tchouameni llega procedente del AS Mónaco donde, con tan solo 22 años, se ha convertido en uno de los mediocentros, de corte más bien defensivo, más cotizados del viejo continente. Además, ya posee un hueco en la selección francesa absoluta. Sin duda, su aterrizaje en el Santiago Bernabéu es más que una gran apuesta, ya que ha costado 80 millones de euros. Convertirle en el relevo de Casemiro es el gran objetivo.

El caso de Rüdiger es diferente. El alemán ya es un futbolista más que contrastado en el fútbol europeo. Llega al Madrid después de haber completado 202 partidos con el Chelsea y acumular más de 53 internacionalidades. Su experiencia en el eje de la zaga y su llegada a coste cero le convierten en un gran movimiento.

Con estos dos fichajes, Ancelotti consigue darle un salto de calidad al equipo y poseer más variantes en puestos donde rendir a un gran nivel es complicado.

# INAX

INDUSTRIAS NAVALES A XUNQUEIRA S.L.

 **TALLERES BENY**  
CHAPA ↑ PINTURA

 **615 022 436**

 **tallerresbeny@hotmail.com**

C/ Carrasqueira n°1 - Cabeiro (Redondela)

 **reclamamos**  
PROTECCION Y DEFENSA DEL ASEGURADO

**ASESORAMIENTO  
GRATUITO**

**Tel: 986 071 094**

**Movil: 615 022 435**

 [www.reclamamos.net](http://www.reclamamos.net)

 [info@reclamamos.net](mailto:info@reclamamos.net)

C/ Salgueiral nun 1 Bajo 36800 - Redondela



## BENZEMA Y VINICIUS: EL GRAN PELIGRO

Ambos futbolistas fueron los grandes responsables de llevar el peso en ataque del Real Madrid el curso pasado, por lo que se convierten en la gran amenaza blanca

El Real Madrid completó el pasado curso una de las mejores campañas de su historia, levantando la Supercopa de España, LaLiga y la Champions League. Gran parte de culpa de estos éxitos reside en la actuación de dos hombres: Vinicius Junior y Karim Benzema. Ambos fueron los grandes líderes del ataque blanco, dejando unos registros dignos de admirar. En el caso de Vinicius, el futbolista brasileño despejó de un plumazo las dudas que se habían generado en torno a él año atrás. Nadie discutía su talento y electricidad, pero sí su mal hacer de cara a portería, situación que cambió drásticamente.

La pasada campaña, el número '20' madridista conservó su electricidad,

facilidad para el regate y alegría para combinar todos estos elementos con goles. En total, anotó 22 dianas y brindó, nada más y nada menos, que 20 asistencias.

Por otro lado, Benzema se puso el disfraz de jugador total y cuajó la mejor temporada desde que aterrizara en el Santiago Bernabéu. El francés alcanzó la escandalosa cifra de 44 goles en 46 encuentros, a lo que hay que sumarle 15 asistencias.

En definitiva, la pareja Vinicius-Benzema, que viene de completar 66 tantos, se convierte en el gran peligro de un Real Madrid deseoso de repetir la hazaña completada meses atrás.

**CLINIC  
SPORT  
CENTER**



ESTUDIOS BIOMECÁNICOS / PLANTILLAS PERSONALIZADAS



[www.clinicsportcenter.com](http://www.clinicsportcenter.com)

☎ 986 283 557

[info@clinicsportcenter.com](mailto:info@clinicsportcenter.com)

Clinic Sport Center - Bajo - Rúa Zamora, 65 - 36203 VIGO (Pontevedra)

**Talleres  
GONZALEZ  
Taller Multimarca**

R/ Couto de San Honorato, 84  
36204 Vigo

T. 986 470 232 / 676 228 570

[electromecanicagonzalez@recoficial.es](mailto:electromecanicagonzalez@recoficial.es)

**RecOficial**  
Service

ESPECIALIDAD EN: MECÁNICA - ELECTRICIDAD - NEUMÁTICOS - AIRE ACONDICIONADO

[www.recoficial.es](http://www.recoficial.es)



**persianas**  
**la GUÍA**

Estores plegables · Estores visión · Wind Screen (para exteriores)  
Cortinas 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 Badia, 172 Bajo - Vigo - Teléfono: 986 443 152  
E-mail: [info@persianaslaguia.es](mailto:info@persianaslaguia.es) - Web: [www.persianaslaguia.es](http://www.persianaslaguia.es)



**Italia**

*Bar · Restaurante · Pizzería · Asador*

Tel.: 986 53 19 20  
Rúa Hospital, 15  
36630 Cambados - Pontevedra



ESTUDIOS E INSTALACIONES DE GALICIA



## EIGA, 40 años a su servicio

Desde siempre EIGA, ha acogido como valores de empresa prioritarios el trabajo, la confianza y profesionalización, buscando ofrecer un mejor servicio y una inmejorable calidad en todos y cada uno de los proyectos que afrontamos para nuestros clientes.

SÍGUENOS



Camiño do Caramuxo, 51 • 36213 Vigo, España

Tel: +34 986293628 • Fax: +34 986200583 • [www.eigasl.com](http://www.eigasl.com)



AIRE ACONDICIONADO - CALEFACCIÓN Y REFRIGERACIÓN - FONTANERÍA - PROTECCIÓN CONTRA INCENDIOS  
CIRCULATINGS DE PINTURA - VENTILACIÓN - TRANSPORTE DE FLUIDOS - VAPOR Y CONDENSADORES - AIRE  
COMPRESIDO - GASES Y COMBUSTIBLES - ESTRUCTURA Y EQUIPOS AUXILIARES - INSTALACIÓN DE GASES  
PARA SOLDADURA - INSTALACIONES DE REFRIGERACIÓN - DEPURACIÓN DE AGUAS - TRABAJOS VERTICALES



# LEYENDAS



## MOSTOVÓI: EL ZAR DE BALAÍDOS



Rúa Pomar, 8  
36613 Villagarcía de Arosa  
M. 605 95 69 42  
[carpinteriafrieiro@hotmail.com](mailto:carpinteriafrieiro@hotmail.com)

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





Un partido del derbi gallego

# MOSTOVOI, EL ZAR DE BALAIÓDOS

Genio y figura del mejor Celta  
Dejó huella en Vigo por su enorme calidad

**M**ostovoi marcó una época en el Celta durante 8 años, desde 1996 a 2004. Fue la época dorada del conjunto celtiña en la que maravilló en el fútbol español y europeo por un fútbol preciosista, técnico, de toque y que enganizó a la afición de Vigo. Jugadores esoectaculares como Karpin, Gustavo López, Mazinho, Revivo, Makeléle, Gudelj etc...

El ruso no dejaba indiferente a nadie. Por su calidad y por su carácter. Jugador de precisión en el pase, con gol (72 tantos en el Celta en 270 partidos), que no se escondía nunca en el campo y que ejercía de líder de un equipo con muchos líderes. Son recordadas las tardes de gloria que ofreció en Balaídos ganando con un gran fútbol a Madrid, Barcelona, y en Europa en aquellas noches ante el Benfica o en la Champions League.

Mostovoi tenía carácter además para ponerse al equipo a sus espaldas junto a Karpin, con ese espíritu ruso indomable que le caracterizaba.

Y es que Mostovoi comenzó a jugar ya como profesional a los 16 años en la Segunda rusa, en el Krasnaya Presnya, pero enseguida un grande como el Spartak de Moscú se fijó en él y lo fichó. Fue toda una referencia en el conjunto moscovita ganando 3 Ligas rusas.

#### Ficha técnica:

Aleksander Vladimirovich Mostovoi

San Petesburgo, Rusia,  
22 de agosto de 1968

1'77m

**Debut:** 1984, Krasnaya Presnya

#### Trayectoria:

Spartak de Moscú, 1986/1991  
Benfica, 1991/1993  
Caen, 1993/1994  
Estrasburgo, 1994/1996

Celta, 1996/2004

Alavés, 2005

#### Palmarés:

3 Ligas rusas, Spartak de Moscú  
1 Liga portuguesa, Benfica  
1 Copa de Portugal, Benfica  
Intertoto, Celta  
Intertoto, Estrasburgo

#### Participaciones en:

• **Mundiales:** 1994 y 2002  
• **Eurocopas:** 1996 y 2004

Es muy recordada su gran actuación en el Bernabéu en Copa de Europa en una victoria del Spartak (1-3), que le dio a conocer para el gran público de Europa. Fue un partido de vuelta de los 1/4 de final de la temporada 1990/1993, y ahí estaban los Mostovoi, Karpin, Popov, Lediakhov, Radchenko, Kulkov o Beschastnyk, diigidos por Oleg Romantsev.

Pasó una etapa en Francia, en el Caen y Estrasburgo con el que gana una Intertoto, y el Celta se fija en él.

#### CELTA:

“No tenía ni idea de qué equipo era el Celta de Vigo ni de dónde quedaba la ciudad, pero al día siguiente se plantaron en Estrasburgo para ficharme y me pareció todo muy bien porque siempre me había gustado el fútbol español. Pero recuerdo, prosige Mostovoi en una entrevista de hace un par de meses, que hubo algún problema con la cantidad a percibir en mi contrato y a punto estuve de no firmar por el Celta”. Afortunadamente se arreglaron los problemas contractuales y el ruso se ha convertido en todo un ídolo y referente histórico del celtismo que hace poco lo escogía en el mejor once del Celta de su historia.



Inter de Milán contra el Celta

Pero Mostovoi, hay que decirlo todo, también tuvo algún problema por su carácter y por la diferencia de mentalidad. Ha recordado en alguna ocasión que no entendía “cuando veía a sus compañeros bailando en el autobús después de que hubiéramos perdido 3-0”, o por ejemplo con el incidente de Gijón cuando se marchó del campo. En ese momento, otro líder con carácter de sobra como Patxi Salinas se fue a por el ruso recriminándole su actitud. Mostovoi recuerda que “me pusieron una multa de dos millones de pesetas” y me apartaron del equipo.

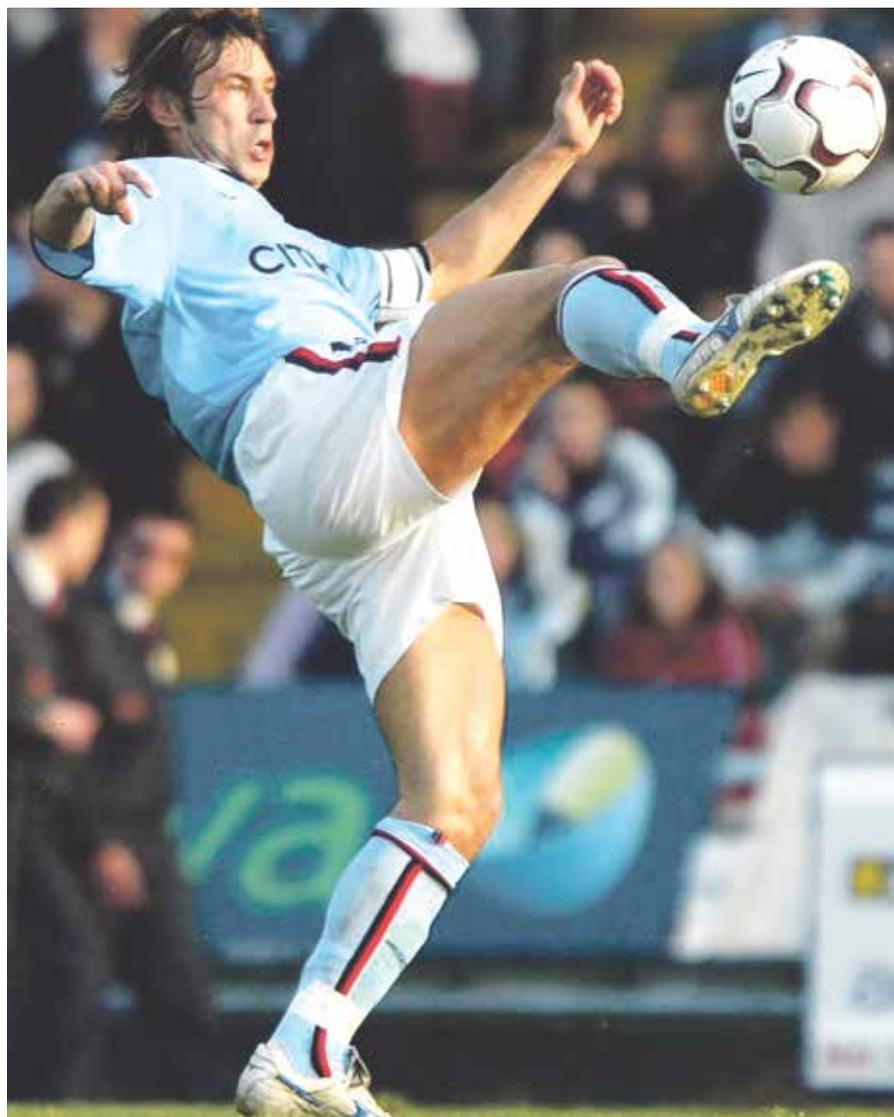
Mostovoi llegó al Celta hace 22 años como un fichaje estrella, internacional con Rusia y toda una referencia en su país, costó 300 millones de pesetas, siendo en su momento el refuerzo más caro de la historia del club. Fueron más luces que sombras indudablemente en la trayectoria de Mostovoi en el Celta logrando la primera clasificación del conjunto celeste para la Champions en la temporada 2003: “sentimos que habíamos hecho feliz a mucha gente, eso fue lo mejor de todo”.

El ego del ruso y su autoestima siempre han sido muy altos, eso no es malo porque indica su ambición como jugador y su confianza en su calidad. Eso le llevó a decir en una entrevista en Radio Vigo que “Aspas y yo somos los mejores jugadores de la historia del Celta”, algo en lo que seguramente muchos de los aficionados célticos estarán de acuerdo. “Jugué en un equipo muy grande al que tan sólo le faltó lograr un título para hacer historia”.

#### LA LLEGADA DE KARPIN:

El fichaje de su compatriota Valery Karpin al año siguiente de su fichaje fue determinante. Su rendimiento mejoró exponencialmente y la temporada 1997/98 fue espectacular. Empezó a aparacer más en el campo, su adaptación fue creciendo en la ciudad y en el club y a pesar de su carácter en el terreno de juego que le valieron bastantes amarillas y alguna que otra expulsión, y se empezó a ver al auténtico crack que fue Alexander.

Lo que fue milagroso si tenemos en cuenta como es el fútbol actual, es que Mostovoi permaneciera todo ese tiempo, 8 años, en el Celta. Dada su calidad y sus demostraciones ante los grandes, y a pesar de algunas ofertas que tuvo, el ruso prefirió quedarse en Vigo.



Mostovoi en una de sus acrobacias



El “zar” peleando un balón con el joven Iniesta

#### SU MARCHA AL ALAVÉS:

Quizá su salida del club rumbo al Deportivo Alavés precisamente, rival de hoy, no fue la mejor. Justo después del descenso igual hubiera sido más entendible que intentara volvera Primera con el Celta, club al que juró siempre su amor, pero decidió marcharse a Vitoria y no fue demasiado bien aceptado. Sus últimas declaraciones no empañan que sea uno de los ídolos sin duda del celtismo.

## DAVID FERREIRO: “ES UN RETO APASIONANTE QUE AFRONTAREMOS CON HUMILDAD”

El entrenador del Sárdoma CF se muestra ilusionado y ambicioso con la participación de su equipo en Segunda RFEF

**E**sta temporada se antoja ilusionante para el Sárdoma de Vigo CF y su afición. El conjunto gallego debutará en la nueva Segunda RFEF, lo que supone un paso histórico en la historia de la entidad.

En VIGO SPORT hemos podido hablar en exclusiva con su entrenador, David Ferreiro, y esto es lo que nos ha contado:

VS. ¿Cómo afronta Sárdoma su estreno en una nueva categoría como es Segunda RFEF?

DF. El Sárdoma afronta su estreno en la nueva categoría con la máxima ilusión. El hecho de poder estar en Segunda RFEF es un reto apasionante que vamos a hacer frente con mucha humildad y mucho trabajo.

VS. Este curso habrá rivales de peso, como pueden ser filiales de equipos de primer nivel, ejemplo: el Real Madrid. ¿Por dónde pasan las opciones de Sárdoma para competir a buen nivel?

DF. Al tratarse de una categoría nueva es difícil saber dónde vamos a estar. Ya es difícil de entrada predecir en el fútbol, como para hacerlo en una liga nueva. Lo único que podemos prometer es lo que está en nuestra mano, y eso es mucho trabajo.

VS. A día de hoy, ¿existe un objetivo claro o será el avance de la competición quien lo marque?

DF. En primer lugar, el objetivo prioritario es la permanencia, pero en el fútbol, a mí por lo menos, me gusta vivir día a día. Lo importante es que lleguemos bien a la primera jornada y luego pensaremos en lo siguiente más cercano.

VS. ¿Qué valoración haces de estos primeros días de pretemporada y cómo estás viendo al equipo?

DF. Muy bien, están trabajando muy bien las chicas. Aun así, nos consideramos un equipo inconformista que siempre busca más.

VS. Sois el máximo representante del fútbol vigués, ¿qué supone esto?

DF. Un honor y un orgullo enormes. Saber que somos la referencia en Vigo de fútbol femenino es algo inexplicable.

VS. A título personal, ¿cómo afronta David Ferreiro este reto?

DF. Pues con la máxima ilusión y ganas, voy a poner todo lo que está en mi mano para que este equipo consiga el máximo rendimiento

VS. Por último, ¿qué mensaje te gustaría enviarle a la afición?

DF. Que, en un año de exigencia máxima, estén con nosotros siempre. Su apoyo es indispensable para poder competir a nuestro máximo nivel en la categoría



**PAESBA**  
CONSTRUCCIONES Y REFORMAS

FONTANERÍA  
ALBAÑILERÍA  
PINTURA  
CALEFACCIÓN  
CARPINTERÍA  
ELECTRICIDAD

construccionespaesba@gmail.com  
A Guarda  
Móvil. 659 418 803

**Enríquez**  
Servicios Inmobiliarios Integrales

Ana Enríquez Casado  
Directora General

Telf: 886 640 499 - 643 880 959  
Mail: ana.inmoenriquez@gmail.com  
Web: www.enriquezserviciosinmobiliarios.com

### COMPRAMOS VEHÍCULOS SINIESTRADOS NACIONALES E IMPORTACIÓN

**DESGUACES**  
**GOMEZ ALEN**  
PIEZAS DE AUTOMÓVILES

Ctra. Santiago, Km 246  
(Carretera de Sequeiros) OURENSE  
www.desguacesgomezalen.com  
**T. 988 204 217 • 988 204 363**  
Fax: 988 204 362



- VENTA DE PIEZAS DE AUTOMÓVILES
- COMPRAMOS SINIESTROS DE AUTOMÓVILES, FURGONETAS Y TODOTERRENO
- ACEPTAMOS TARJETA DE CRÉDITO
- SERVICIO DE GRÚA • TRAMITACIÓN DE BAJAS

Desguace homologado para la descontaminación y reciclaje de vehículos

AUTORIZADO POR LA XUNTA DE GALICIA

## EL CELTA ZORKA RECALVI INCORPORA CARAS NUEVAS A SU PROYECTO

Anne Senosiain, Marina Gea, Doniyah Cliney y Ajla Selimovic se convierten en nuevas jugadoras del conjunto vigués

**E**l Celta Zorka Recalvi quiere aspirar por lo máximo la próxima temporada en la LF Challenge, categoría de plata del baloncesto femenino nacional. Para ello, el conjunto vigués ha renovado su actual plantilla con la incorporación de cuatro jugadoras.

La primera de ellas fue la base Anne Senosiain. Nacida en Arizala y de 25 años de edad, vivirá su segunda etapa en Navia tras defender las camisetas de Estepona y Clarinos Tenerife. Ya ha portado la céltica en 107 partidos, por lo que conoce a la perfección la idiosincrasia del club.

Al mismo tiempo que Senosiain, también se hizo oficial la llegada de Marina Gea, escolta andaluza de 21 años procedente del RACA Granada que destaca por su gran intensidad y condición física.

A continuación, llegó el turno de Doniyah Cliney (New Jersey, 1996), alero con experiencia en el baloncesto europeo, puesto que ya ha pasado por países como Portugal, Finlandia y Suecia. Además, puede presumir de haber conquistado la NCAA en el año 2017.

Por último, se presentó a Ajla Selimovic, jugadora bosnia nacida en el año 2003 que pueda actuar en la posición de ala-pívot. Es, sin duda alguna, uno de los talentos más prometedores del baloncesto balcánico. De hecho, se encuentra preseleccionada con el combinado nacional de Bosnia para disputar el Mundial Absoluto que tendrá lugar en Australia el próximo mes de septiembre.



## BAR PARRILLADA A CASA DO CHE

**Especialidad en Tortilla Española  
Chuletones, Churrasco, Solomillo,  
Entrecot y Ternera Gallega**

*Se hacen comidas para llevar. Reservas a partir de 10 personas.*

Xesteiriña, 21 • T: 986 723 404 • SANXENXO - Pontevedra

Salida 21, O Grove

En temporada baja cerramos los jueves





# CONSTRUCCIONES HERMELO S.L.

OBRA NUEVA, REFORMAS Y REHABILITACIÓN  
CANTERÍA ESPECIALIZADA

**COORDINACIÓN DE GREMIOS**

Bajada Playa Menduiña 12 - 36945 ALDÁN (Cangas)

670 660 590 - 670 660 580

[conshermelo@hotmail.com](mailto:conshermelo@hotmail.com)

# EL MEJOR PRECIO GARANTIZADO\*

LIQUIDACIÓN - SÓLO HASTA FINAL DE EXISTENCIAS

**PRECIOS CON MARCAJE INCLUIDO**



**CAMISETA DOGO PREMIUM COLOR AZUL**

Uds.	50	100	250	500
€	5,10	4,43	3,38	2,85

desde **2,85** €



CON PUNTERO TÁCTIL

METAL  
GRABADO EN LÁSER

desde **0,74** €

Ref. 5121  
BOLÍGRAFO METÁLICO MITCH

Uds.	100	250	500	1000
€	1,49	1,34	1,04	0,74



METAL  
GRABADO EN LÁSER

desde **1,35** €

Ref. 5973  
BOLÍGRAFO METÁLICO LED CORDEN

Uds.	100	250	500	1000
€	1,80	1,49	1,43	1,35



GRABADO EN LÁSER

desde **1,05** €

Ref. 293  
LLAVERO TOURNE

Uds.	100	250	500	1000
€	1,50	1,35	1,20	1,05



desde **0,60** €

Ref. 295  
PULSERA

Uds.	100	250	500	1000
€	1,05	0,90	0,75	0,60

# EL CLUB BALONMANO RECONQUISTA DE VIGO ÚLTIMA SU PLANTILLA

El cuadro vigués sigue trabajando en la confección de su plantilla de cara a una temporada en Primera Nacional

**E**l nuevo proyecto del Club Balonmano Reconquista de Vigo ya tiene fecha para el regreso a la competición en Primera Nacional. Será el próximo 18 de septiembre, en tierras gallegas frente a Gáldar durante la disputa de la primera jornada del Grupo A.

Con el fin de llegar a dicho inicio en las mejores condiciones posibles, el cuadro gallego trabaja con ahínco en la confección de una plantilla de garantías. De hecho, la actividad en estas últimas semanas ha sido frenética.

Todo comenzó con el anuncio de Fran González como nuevo entrenador. Este movimiento es clave, ya que es un técnico con gran experiencia en la categoría de bronce del balonmano nacional.

En materia de renovaciones, es oficial la continuidad de jugadores muy im-

portantes como son Iago Fernández, Cristian Remeseiro, Javier Freijeiro, Pablo Garrido, Jesu Veiga, Carlos Gehrhardt, Chicha Labartete, Pablo Gayoso y Raúl Pérez.

Por otro lado, las caras nuevas serán las de Dani Pintus, atacante que se convirtió en el séptimo máximo anotador el curso pasado en esta competición; Álex Gómez, que aportará jerarquía en defensa; Dani Gómez, quien regresa tras un año fuera de las pistas; Pablo González, en calidad de cedido procedente del Club Cisne Balonmano; e Iago Vidal, joven pivote de gran proyección.

Finalmente, causarán baja para el curso 22/23 Ángel Iglesias, Yeray Simes, Pablo García, Jose Barco, Guille Cabral, David Castiñeira y Héctor Soage.



FOTO: Club Balonmano Reconquista Vigo



**anovacons - Vigo 2016, S.L.**

**Construcciones  
Reformas  
Mantenimientos  
Proyectos**

[www.anovacons.es](http://www.anovacons.es)

Manuel Castro, 8 Bajo Izq. - 36210 VIGO

Tel/Fax: 986 028 939

[contacto@anovacons.es](mailto:contacto@anovacons.es) - [anovacons@hotmail.com](mailto:anovacons@hotmail.com)



## EL CORUXO FC SE PREPARA PARA UNA TEMPORADA ILUSIONANTE

El cuadro vigués sigue trabajando en la confección de su plantilla de cara a una temporada en Primera Nacional

El conjunto dirigido por Jacobo Montes volverá a competir en Segunda RFEF con el ambicioso objetivo de conseguir el ascenso

No hay duda de que el pasado curso la Segunda RFEF nos dejó grandes atractivos, uno de ellos fue observar el enorme nivel competitivo demostrado por los integrantes del grupo I, entre los que se encontraba el Coruxo FC.

El conjunto vigués terminó la fase regular de liga en una cuarta posición, con 52 puntos cosechados en 34 partidos, que le permitía tener acceso la disputa del playoff de ascenso. No obstante, no pudo rubricar el gran sueño de firmar su presencia en Primera RFEF dado que acabó cayendo en semifinales por 2-0 ante Peña Deportiva, tras un duelo muy ajustado que terminó resolviéndose en la prórroga.

Pero el fútbol no entiende del pasado y eso lo saben muy bien en Coruxo. El club quiere fijarse en el gran papel realizado la campaña anterior con el fin de

darle continuidad, superarse y luchar por las cotas más altas.

Jacobo Montes y su plantilla ya han comenzado a ejercitarse en Fragoselo en una pretemporada que será clave para llegar en un estado de forma óptimo al inicio de curso.

Precisamente, dicha plantilla cuenta con varias caras nuevas como Johan Terranova (lateral derecho), Marcos González (lateral izquierdo), Roberto Doncel (mediocentro ofensivo), Andriu (defensa central), Luismi (delantero centro), Yelco Alfaya (extremo izquierdo) y Erik Bugarín (delantero centro). También han causado baja otros nombres destacados como son los de Pablo Crespo (defensa central), Diego Silva (delantero centro), Jacobo Trigo (mediocentro), Álex Ares (mediocentro ofensivo), y Borja Domingo (delantero centro).



**CLINARTE**  
TRATAMIENTO DE SUPERFICIES

- ✓ Limpieza de Graffitis
- ✓ Seguros Anti-graffiti
- ✓ Limpieza Fachadas

Ctra. Ramalleira - Bertola - O Toxal, 5  
36140 VILABOIA (PONTEVEDRA)  
Tel.: 986 109 456 – Fax: 986 109 457  
Jesús: 669 45 54 54 - Alberto: 698 169 225  
www.clinarte.com

Autonomía, rapidez y eficacia  
en todos nuestros servicios





**decoreFormas celta**

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  decoreformascelta

# LESIONES

## DE LOS LIGAMENTOS DE LA RODILLA, TIPOS, CAUSAS Y TRATAMIENTO



Las rodillas son las articulaciones del cuerpo humano que más utilizamos, sosteniendo nuestro peso en su mayor parte y permitiéndonos caminar, hacer deporte, etc.

Debido a su función, se trata de la articulación que más sufre del cuerpo, pues sostiene la mayor parte de nuestro peso y nos permite movernos y realizar la mayoría de actividades.

Es por ello que las lesiones de rodilla son frecuentes y, si no se tratan de forma rápida y efectiva, pueden desencadenar en otro tipo de problemas.

La rodilla está formada por 3 hueso (tibia, fémur y rótula), 2 membranas cartilaginosas llamadas meniscos y 4 ligamentos (dos internos y dos externos).

Los ligamentos son estructuras de tejido

fibroso que enlazan un hueso con otro. En el caso concreto de la articulación de la rodilla, enlazan la parte baja del fémur con la parte alta de la tibia.

En el interior de la rodilla se encuentra el ligamento cruzado anterior (LCA), que va de la zona trasera del fémur a la parte delantera de la tibia e impide que el fémur se vaya hacia delante sobrepasando la tibia; y el ligamento cruzado posterior (LCP), que va desde la zona anterior del fémur a la parte posterior de la tibia, por detrás del ligamento cruzado anterior, evitando que la tibia se vaya hacia atrás por debajo del fémur.

En el exterior de la rodilla encontramos el ligamento lateral interno o colateral medial (LLI), que es la cohesión del fémur con la tibia por el lado interior de la rodilla, tiene forma de cinta y evita que la rodilla se doble hacia el interior al hacer esfuerzos; y el ligamento lateral externo o colateral externo (LLE), la cohesión del fémur con la tibia por el lado exterior de la rodilla, tiene forma de cuerda y evita que la rodilla se doble hacia el exterior al realizar esfuerzos.

### LESIONES EN LOS LIGAMENTOS DE LA RODILLA

Las lesiones de los ligamentos de la rodilla constituyen una de las lesiones más habituales en el ámbito deportivo.

Pueden producirse por rotura de alguna o de todas las fibras que forman el ligamento.

Teniendo en cuenta que los ligamentos son estructuras de colágeno eslácticas, cuando se estiran demasiado pueden provocar su rotura. Normalmente, la lesión de los ligamentos se produce cuando el cuerpo hace un giro y el pie se sostiene fijo en el suelo.

Existen diferentes tipos de lesiones en los ligamentos de la rodilla:

**Ligamento lateral interno (LLI):** muy habitual, se produce al girar el cuerpo teniendo el pie fijo en el suelo, al recibir un golpe en la parte de fuera de la rodilla o al apoyar fuerte el pie en el suelo para impulsarse. Produce dolor al apoyar el pie en el suelo o al mover la rodilla, inflamación de la zona, hematoma por el sangrado del desgarro e inestabilidad sobre todo si la rotura es completa.

**Ligamento lateral externo (LLE):** se produce al recibir un golpe en la zona interior de la rodilla, en la espinilla con la rodilla flexionada o al presionar con el pie en el suelo para impulsarse. Dependiendo del grado de la lesión y del número de fibras afectadas, puede ser un esguince, que no afecta a la estabilidad de la rodilla pero produce dolor; rotura parcial, apareciendo do-

lor, inflamación y algo de inestabilidad en la articulación; o rotura total, una lesión grave que provoca mucho dolor y gran inestabilidad.

**Ligamento cruzado anterior (LCA):** aunque en comparación con los otros ligamentos es pequeño, resulta vital para el buen funcionamiento de la rodilla. Su rotura es muy frecuente en la práctica de deportes (fútbol, baloncesto, balonmano, rugby, esquí, voleibol...) en los que se realizan giros sobre la rodilla. La lesión se suele producir cuando los huesos de la pierna se tuercen en direcciones opuestas bajo el peso del cuerpo entero (por ejemplo: ir corriendo y cambiar repentinamente de dirección con el pie clavado en el suelo y provocando que el cuerpo gire junto a la rodilla, saltar y apoyarse mal al caer por la presión que sufre la rodilla, recibir un golpe en un lado de la rodilla...).

Cuando la rotura es completa produce un crujido en la rodilla en el momento de la lesión, gran dolor, inmediata inflamación, con la consiguiente rigidez de la zona e inestabilidad al caminar, además un derrame que se hace apreciable con el tiempo.

**Ligamento cruzado posterior (LCP):** es el ligamento más fuerte de la rodilla, permite que la articulación tenga movimiento hacia delante y hacia atrás y sirve para mantener la estabilidad. Es una lesión poco frecuente y se suele producir por un golpe directo en la parte anterior de la rodilla. Produce un dolor que se agrava con el paso del tiempo, inflamación, rigidez, inestabilidad y dificultad para caminar.

### TRATAMIENTO DE LAS LESIONES DEL LIGAMENTO CRUZADO ANTERIOR

Hay dos posibles tratamientos para las lesiones del ligamento cruzado anterior, con y sin cirugía. Se debe elegir uno u otro en función del tipo de paciente afectado, grado de lesión, edad, pronóstico, etc.

En el abordaje conservador, el fisioterapeuta diseñará un programa específico de tratamiento, incluyendo la potenciación de la musculatura estabilizadora de la rodilla (músculo cuádriceps principalmente), las movilizaciones pasivas de la rodilla y ejercicios de propiocepción (equilibrio, coordinación). Si existe dolor y/o inflamación también pueden usarse técnicas analgésicas y antiinflamatorias.

Si por el contrario es necesaria la cirugía, con sesiones durante la fase preoperatoria el fisioterapeuta ayudará a disminuir el hinchazón, aumentar el rango de movimiento de la rodilla y a fortalecer los músculos del muslo (cuádriceps). Las investigaciones realizadas muestran que realizar Fisioterapia antes de la cirugía, mejora los resultados de recuperación después.

En fase post-quirúrgica, es fundamental realizar una rehabilitación adecuada durante, el menos, 5/6 meses. Durante esta fase el fisioterapeuta ayudará a controlar la inflamación que se produce tras la operación mediante la aplicación regular de frío; caminar correctamente con las muletas, o trabajar progresivamente la adaptación a la carga.

Mediante la prescripción de ejercicio terapéutico suave que el paciente iniciará casi inmediatamente después de la cirugía y apoyándose en técnicas de electroestimulación, el fisioterapeuta le ayudará en las primeras semanas a ganar movilidad articular en la rodilla y a incrementar la capacidad de carga sobre la articulación. Durante las siguientes 5-12 semanas, el fisioterapeuta irá incrementando de manera progresiva la intensidad de los ejercicios y añadiendo ejercicios de propiocepción, hasta conseguir que al cabo de 3-4 meses los músculos del muslo recuperen la fuerza al 75%. La recuperación total se alcanza alrededor de los 6-12 meses después de la cirugía.



## CALAMBRES MUSCULARES



Los músculos son capaces de contraerse por estimulación nerviosa, es decir, por órdenes mandadas por el cerebro que se transmiten a través de los nervios en milésimas de segundo. Es un problema bastante común, que consiste en contracción espasmódica dolorosa de los músculos de las piernas especialmente a nivel de las pantorrillas y los muslos. Ocurren generalmente de noche o al despertar.

Pueden afectar a personas de cualquier edad y sexo, aunque son más frecuentes:

- Durante la segunda etapa del embarazo.
- En personas mayores de 50 años.
- En personas con problemas circulatorios de las extremidades inferiores.
- En relación con el ejercicio físico.

La causa que origina los calambres no se conoce y se piensa que puede deberse a varios factores como:

- Un déficit de calcio.

- Un exceso de fosfatos. Un déficit de magnesio.
- Una deshidratación con pérdida de electrolitos.
- Un depósito de toxinas a nivel muscular.
- Una inflamación nerviosa por dificultad de drenaje venoso

Teniendo en cuenta las posibles causas implicadas, las medidas a seguir son:

- Complementar la dieta con minerales en forma natural de calcio y/o magnesio.
- En ocasiones, la supresión de la leche rica en fosfatos da buenos resultados.
- Mejorar la circulación venosa y el drenaje linfático. Son útiles complementos con plantas que tengan acciones venotónicas y venoprotectoras: rusco, bioflavonoides, vid roja, castaño de Indias...
- Realización de ejercicios de extensión de la musculatura.
- Empleo de relajantes musculares.

# PASATIEMPOS



## LAS 11 DIFERENCIAS · BASES DEL SORTEO

Encuentra las **11 diferencias del PASATIEMPOS** y entra en el sorteo con los demás acertantes de esta fantástica camiseta.

## LAS 11 DIFERENCIAS · COMO PARTICIPAR

SOLUCIÓN: en 15 días en RRSS

- 1º Seguirnos en **FACEBOOK** o **TWITTER**;
- 2º Enviar tu solución del **PASATIEMPOS** por mensaje privado a:  
**FACEBOOK:** Galicia Sport - JL Programa y publicaciones o **TWITTER:** @galicia\_sport.



# LLEGAMOS DONDE LOS DEMÁS NO LLEGAN

TODOS NUESTROS SERVICIOS DE CONTROL DE PLAGAS SON ECOLÓGICOS, CON PRODUCTOS Y TÉCNICAS RESPONSABLES CON EL MEDIO AMBIENTE

PROFESIONALES CUALIFICADOS Y HOMOLOGADOS



**HALTURA**  
LIMPIEZAS VERTICALES

 **670 310 813**

CAMIÑO VALERIO II · CHAPELA · [halturaservicios@gmail.com](mailto:halturaservicios@gmail.com)

TODOS TIPO DE TRABAJOS VERTICALES,  
ELECTRICIDAD, ALBAÑILERÍA, FONTANERÍA  
Y PODA VERTICAL

## LIMPIEZA DE BARRANCOS DESBROCE EN ALTURA



**PONTEVEDRA - MARIN, S. A.**

Postformados para  
**PUERTAS, ENCIMERAS Y DECORACIÓN**



 Teléf. 986 71 31 31 · Fax 986 71 31 30

 [www.pomasa.com](http://www.pomasa.com)

 [pomasa@pomasa.com](mailto:pomasa@pomasa.com)

 Monte Sequeiros, s/n · CURRO · BARRO  
36692 PONTEVEDRA





**Z39  
OFIMÁTICO**

COOPERATIVA DE VIVENDAS

**98 m2 construidos / 3 dormitorios/  
plaza de garaje / Cocina amueblada**

**Desde 153.932 euros!**

[www.z39ofimatico.gal](http://www.z39ofimatico.gal)

[info@z39ofimatico.gal](mailto:info@z39ofimatico.gal)

881 250 109

*cooperativízate*

**Xesta**

XESTIÓN DE COOPERATIVAS