

GALICIA^{EDICIÓN}SPORT^{TIME}

LA PUBLICACIÓN DEL DEPORTE GALLEGO

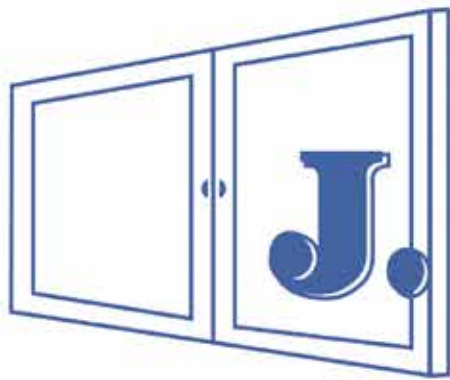
ESPECIAL ARTES MARCIALES

GALICIA SPORT N.º 35 • NOVIEMBRE 2022 • EJEMPLAR GRATUITO



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





REY ALUMINIOS

**TODO TIPO DE CARPINTERÍA EN ALUMINIO
ACRISTALAMIENTO Y PERSIANAS**

Parque Empresarial Pereiro de Aguiar, Vial Principal - Parcela 26
OURENSE

T. 988 220 517 • 988 239 935 • 626 010 217
info@aluminiosrey.com

STAFF

EDITA

JL PUBLICACIONES S.L.

E-MAIL: INFO@JLPUBLICACIONES.COM
WEB: WWW.JLPUBLICACIONES.COM
WEB: WWW.JLPUBLICACIONES.COM

DIRECCIÓN

JOSÉ LUIS FERNÁNDEZ

REDACCIÓN

ÁLVARO ALDREY

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

ANDREE MONTESINOS

PUBLICIDAD

M^{ra} JOSÉ TENREIRO
CRISTINA OTERO
LORENA ARIAS
GEMA MURILLO

ADMINISTRACIÓN

EVELIN RUBERTE

DEPÓSITO LEGAL: C-1555-2018

COLABORADORES

PILY PARDO
DONATO GAMA
RAÚL INFANTE
JORGE URIACH
FERNANDO BLANCO
JORDI URIACH

FOTOGRAFÍA

CESIÓN CLUBES



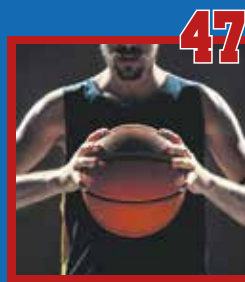
[CONTENIDO]



ARTES MARCIALES



FÚTBOL



POLIDEPORTIVO



DEPORTE DE CONTACTO

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.galiciasport.com y en las Redes Sociales:



HUMEDADES - FRIO - CALOR

TODO TIENE SOLUCIÓN

VENTA Y APLICACIÓN EN TODA GALICIA

DECÍDASE POR LO CONOCIDO Y DURADERO

TEAIS

www.teais.es

981 60 21 11
986 37 42 11
988 21 40 42
982 65 00 25



y también ...

TRANSPORTES PORTES

MUDANZAS LIMPIEZAS

Rápido, económico y fiable

NUEVA APERTURA

ARTEIXO: Avda. Fisterra, 18-20 - Tlf. 624 028 038



MILLADOIRO - AMES

C/ Rosalía de Castro, 8
Tlf. 660 75 10 00

FERROL

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

SANTIAGO

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

www.martinopportunity.com

Síguenos en **facebook**

ARTES MARCIALES

HKF

ESCUELA DE DEFENSA PERSONAL & POLICIAL



TML
TEAM MARTIN LUNA



ESCUELA DE DEFENSA PERSONAL Y POLICIAL

PRACTICAR EL SISTEMA TML DE KRAV MAGA

- DESARROLLA LA PERSONALIDAD
 - FORJA EL CARÁCTER
 - CONTRIBUYE A LA AUTOCONFIANZA
- 📍 15320 AS PONTES - A CORUÑA

☎ 981 109 210

🕒 670 770 004

🌐 WWW.ESCUELAHKF.ES

✉ INFO@ESCUELAHKF.ES



BERMUDEZ & ASOCIADOS

A B O G A D O S

Civil / Mercantil
Laboral
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



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

Avenida Florida, 241 - T. 986 20 14 21 - 36213 UGO



PACIOS

REFORMAS Y CONSTRUCCIONES

Camino Vilobal,12
O Barco de Valdeorras
Tel.: 662 01 02 35 / 619 26 09 54
ambrosiopacios@hotmail.com





PUBLIREPORTAJE

“LOS BENEFICIOS DEL WING CHUN SON A NIVEL FÍSICO Y MENTAL”

Juan Saldeño, fundador de las escuelas Kiusao Kung Fu, concedió una entrevista exclusiva a Galica Sport.

Juan Saldeño, instructor jefe y fundador de las escuelas Kiusao Kung Fu, estuvo con la redacción de Galicia Sport para hablarnos de wing chun, un sistema de defensa personal muy eficaz, rápido, contundente y que funciona a todo el mundo. “Aprender wing chun kung fu es aprender a vivir. Mi deseo es que se conozca su filosofía, sus principios, sus conceptos y cómo poder aplicar todos estos conocimientos para dominar la mente, el cuerpo y la energía, tanto en los entrenamientos como en la vida diaria”, afirma el gran sifu, nombre con el que se dirige a Juan todos sus alumnos y que significa maestro.

- Juan, antes de nada, recuérdale un poquito a nuestros lectores cómo comenzaba tu aventura en el mundo de las artes marciales.

- “De primeras, la afición empezó de pequeño, lo típico, viendo las películas con todos los actores, muchos eran de la época de Bruce Lee, yo vi de Bruce Lee, pero también de Jackie Chan, Jet Li, etc. Las películas de artes marciales siempre me gustaron. Con todo, yo empecé en la universidad, cuando fui a estudiar a Madrid. Allí había un chico que hacía wing chun, trajo un profesor, y ahí empecé yo a entrenar. Hace ya más de 20 años de todo eso”.

- La historia continúa comenzando a dar clases ya pocos años después, ¿no es así?

- “Sí, es así. En aquellos momentos comencé y tres años después empecé a impartir las primeras clases, todo ello a la vez que trabajaba y estudiaba. Recuerdo que estaba de portero en tres locales diferentes y estudiaba en la universidad,

comencé en odontología pero luego me cambié e hice fisioterapia. En conclusión, mezclaba mi entrenamiento en grupo y en clases privadas, con mi trabajo dando clases y con el trabajo de portero y de estudiante”.

- Y llegó un momento en el que decides que era el momento de montar tu propia escuela.

- “Pues mira, estuve 7 años con el ritmo que te dije, trabajando, estudiando, etc, hasta que me saqué el cinturón negro primer dan. Cuando me lo saqué me vine aquí a Galicia, entonces ya me vine con ese cinturón negro primer dan y la carrera de fisioterapia acabada. Yo soy de Burgos, fui a Madrid a estudiar, y de allí me vine a Galicia, ya que mi padre era gallego, mis abuelos también, y yo venía siempre a veranear aquí, al pueblo de ellos, y como en Burgos ya llevaba mucho tiempo fuera, ya terminara los estudios en Madrid, pues me decidí a la aventura. A partir de ahí, busqué una ciudad que me gustase, la que más me gusto fue A Coruña y ya vine con la idea de montar las clases, de montar las clases en un sitio que fuese grande y estuviese bien. Entonces vine para aquí, comencé a trabajar en clínicas como fisioterapeuta, empecé a trabajar en gimnasios dando clases y así fue yendo todo. Estuve en hospitales también, en el Santa Teresa, que es el Quirón ahora mismo, y por las tardes daba clase. Hasta que después de unos años llegó el momento en el que pude montar mi propia escuela, mi propio local”.

- Ya no solo tu propio local, incluso también tu propia asociación, ¿cómo surgió todo y por qué?



- “Con la asociación lo que busqué fue un enfoque diferente de cómo llevar las cosas. Monté mi propia asociación para llevar todos los beneficios y la manera mía de pensar a todos los niveles, tanto a alumnos como a profesores. Yo quería, por ejemplo, que tuviese unos ciertos beneficios por ser profesor en mi asociación, ya que en otros sitios no era así. Llegó un momento que pensaba que todo tenía que ser diferente, porque yo vivo de esto, mis alumnos, algunos de ellos instructores, viven también de esto, y consideraba que todo necesitaba un cambio. Entonces, yo hice la asociación, porque quería hacer las cosas más a mi manera. Acabé el estilo completo, hice todo y la clara intención fue llevar a mis instructores y a mis alumnos de la manera que yo pensaba que era la mejor”.

- Metiéndonos un poquito en esas clases de la escuela Kiusao Kung Fu Galicia, las impartís para todas las edades e incluso también algunas de carácter más especial, ¿me equivoco?.

- “Yo doy clase a niños de 4 a 8 años, después otra de 9 a 12 años, otra de 12 a 15 años, luego adultos, etc. Doy también clases especiales para cursos de mujeres, clases especiales para mujeres maltratadas, di clases muchos años a las azafatas y azafatos de vuelo, doy clases a policías, cursos especiales de seguridad privada, etc. Hacemos cursos especiales de una semana o quince días para los niños, e incluso a través del wing chun, en nuestro centro hacemos fiestas, cumpleaños, etc, etc, etc”.

- Háblanos de la instalación en sí y también sobre dónde podemos encontrarlos.

- “Nuestra escuela está situada en la ciudad de A Coruña, la dirijo yo mismo y es la sede central de Galicia de la Asociación de Escuelas de Wing Chun Kiusao Kung Fu. Formamos parte de la Federación Española de Luchas Olímpicas y Disciplinas Asociadas del Consejo Superior de Deportes. Tenemos 300

metros cuadrados dedicados en exclusiva al entrenamiento, estamos en la calle Seavella número 7, en la zona de San Pedro de Visma. La instalación cuenta con dos salas de entrenamiento totalmente equipadas con todo el material necesario (tatami, muñecos de madera, sacos de pared, escudos, manoplas, etc), vestuarios masculino, femenino y adaptado a personas con movilidad reducida o sala de fisioterapia, donde impartimos terapia manual, rehabilitación o fisioterapia general y deportiva”.

- ¿Qué beneficios trae el practicar artes marciales?

- “Los beneficios son a nivel físico y mental. Físicamente, tienes más coordinación, tus músculos trabajan mejor, hacen que duermas y descanses mejor, si el cuerpo está en movimiento, pues generas energía, no es lo mismo que estar quieto en el sillón, pues ejercitas los músculos. Ya a nivel mental, te sientes mucho mejor, hay ejercicios que piensas que son muy complicados, pero cuando empiezas a entrenar y ves que eres capaz de hacerlos, te sube la confianza en ti mismo, que es muy importante, la confianza en uno mismo, verse uno capaz de hacer las cosas. Todo esto con esfuerzo, con las clases, pero poco a poco vas ganando fuerza, coordinación, flexibilidad, confianza en ti mismo, tu mente es más positiva, aprendes a ver las cosas de otra manera, las cosas malas no te afectan tanto, aprendes a saber la importancia de aplaudirte con las cosas buenas cuando consigues hacerlo bien, etc. La confianza sube muchísimo, luego, el ambiente que hay es un ambiente en el que todo el mundo hace lo mismo, no uno está corriendo, el otro hace pesas y otro está con otro tema, no, aquí no, aquí todo el mundo hace lo mismo, entonces se crea un ambiente muy agradable en el que el compañero siempre te está ayudando”.

- ¿Cómo definirías el wing chun?

- “El wing chung es una rama dentro del kung fu, es un sistema de defensa personal muy eficaz, rápido, contundente y que funciona a todo el mundo,



ARTES MARCIALES

es decir, da igual tu condición física, tu sexo o tu edad, le funciona a todo el mundo, porque es un sistema que se adapta mucho a la persona. Después, kung fu significa hacer las cosas bien, esforzarte y lo que hagas que sea siempre lo mejor posible”.

- Es importante recalcar que no hay edad para comenzar, que cualquier edad es buena para animarse a dar el paso de conocer el wing chun.

- “Por supuesto, desde los 4 o 5 años ya se puede comenzar. A partir de ahí, cualquier edad es buena para decidirse. Yo tengo un alumno en Madrid de 86 años e incluso se ha sacado el cinturón negro primer dan hace un año. La edad da igual, a todo el mundo le gusta sentirse mejor y de eso se trata, de encontrarse mejor físicamente y mentalmente. Además, si estás haciendo algo que te gusta, que te llena, ese positivismo se traslada al resto de las cosas de la vida”.

- ¿Vuelve a haber un boom por las artes marciales en general?

- “Sí. Las artes marciales se ponen de moda nuevamente porque ha habido muchas películas en el cine, películas de acción, cada vez están saliendo más, de niños también hubo cosas, Kung Fu Panda es el mejor ejemplo. Hay muchas películas de artes marciales y la verdad es que eso es bueno para todos”.

- Un mensaje final para todos los lectores de Galicia Sport.

- “El mensaje final es animar a la gente a conocer el wing chun, animarles a acercarse a alguna de nuestras escuelas. Mi objetivo es siempre que las clases tengan un gran valor y que la gente, que esto es lo más difícil, lo valore, valore lo que entrena, valore el sitio de entrenamiento en el que entrena, valore la gente con la que entrena, y a la vez, todo eso lo disfrute”.

SIFU JUAN SALDEÑO

- -Maestro de entrenadores titulado por el Consejo Superior de Deportes en la Federación Española de Lucha.
- Cinturón negro quinto dan. Más de 20 años de experiencia como profesor.

sor.

- Director técnico del departamento nacional de wing chun en la Federación Española de Lucha.
- Instructor jefe y fundador de las escuelas Kiusao Kung Fu, jefe de la asociación y director de la escuela de Galicia.

ACTIVIDADES ESCUELA KIUSAO KUNG FU GALICIA

- Clases de Wing Chun Kung Fu, defensa personal, kung fu infantil, kung fu padres, clases de armas, kung fu fitness, clases de lucha en el suelo, clases de combate libre, clases privadas (presenciales, a domicilio y online), clases online, vídeo-clases y clases para personas con problemas de movilidad y capacidades reducidas.
- La escuela Kiusao Kung Fu también organiza cursos especiales para profesionales (policías, cuerpos de seguridad del Estado y seguridad privada); cursos de técnicas de inmovilización de pasajeros conflictivos para auxiliares de vuelo y tripulantes de cabina de pasajeros (TCP); cursos de técnicas de control, agarres y zafaduras para técnicos de emergencias sanitarias; cursos de primeros auxilios; cursos de formación de monitores e instructores; seminarios de exámenes, campamentos de verano, celebraciones y fiestas infantiles, fiestas de disfraces, fiestas especiales en puentes y festivos, sesiones de cine en una pantalla de 3 metros y mucho más.
- La escuela cuenta, además, con una sala de fisioterapia totalmente equipada donde se realizan sesiones de fisioterapia general y deportiva, rehabilitación y terapia manual. También cuenta con la opción de impartir sesiones a domicilio.
- Todos los interesados en las clases, incluso en probar alguna de ellas de manera gratuita, pueden encontrar promociones y una amplia información en el portal digital www.kiusaokungfu.com, además de en redes sociales como **facebook, instagram o youtube** e incluso a través de WhatsApp en el siguiente número de teléfono: **661.77.80.91**.

“EL KRAV MAGA ES MÁS QUE UNA TÉCNICA DE AUTODEFENSA”

José Rodríguez, dueño de la Escuela HKF de Ribadeume, dialogó con la redacción de Galicia Sport.



El pontés Jose Rodríguez López, más conocido como Jose Cope, dueño de la Escuela HKF de Ribadeume, en As Pontes de García Rodríguez, atendió a la redacción de Galicia Sport en los días previos al cierre de esta publicación. Cuando hablamos de nuestro protagonista, lo estamos haciendo de un profesional de la seguridad, con la titulación de Director y Jefe de seguridad por el Ministerio de Interior, e Instructor Policial PSDI e IPSA, dos de las más importantes asociaciones de Instrucción Policial a nivel mundial. Jose es también un verdadero experto en instruir la defensa personal femenina.

- Jose, son ya décadas en el mundo del deporte a través de las artes marciales, pero hablemos de esta pasión, dónde nace tu interés por todo este mundillo.

- “Me sentí atraído por el mundo de las artes marciales desde muy pequeño. Como ya dije en otras ocasiones, en mi caso la pasión no nació por ver las películas de Bruce Lee, como les pasaba a muchos de los niños de mi época. A mí lo que me impactó fue la disciplina y la seguridad que transmiten y de ahí vienen los inicios”.

- ¿Recuerdas cuando lograbas tu primer cinturón negro?

- “Sí, claro, fue un día muy emocionante. El primer cinturón negro lo logré en el año 1992, eran tiempos duros aquellos... Después, más tarde, fundo la Escuela HKF, sin duda mi proyecto más importante y personal a lo largo de la vida. En la actualidad llevo más de 30 años practicando distintas artes marciales. Ya llovió desde aquellos inicios, pero a la vez parece que fue ayer”.

- ¿En que año nació la Escuela HKF?, ¿cómo fue el comienzo?

- “La escuela nace en el año 2001, pero el proyecto de la Escuela HKF crece en el año 2007. Por entonces me planteé rehabilitar unas antiguas instalacio-

nes que tenía mi abuelo en Ribadeume. Yo pensaba en un centro de entrenamiento particular, pero en el año 2009 se fueron incorporando alumnos y se convirtió en la Escuela de Defensa Personal y Policial HKF, vamos, se convirtió en lo que es hoy en día, para hacernos una idea”.

- Impartís clases de defensa personal y ofrecéis seminarios por toda Galicia, siempre basados en el sistema Krav Maga, ¿no es así?.

- “En sus inicios, el centro ofrecía un estilo propio de defensa personal basado en el Kung Fu, Kenpo y Krav Maga, pero en el año 2014 conocí al Maestro Internacional Martín Luna, y empecé a entrenar con él, desde ahí nos incorporamos a la prestigiosa línea TML de Krav Maga, un sistema que está siempre en constante evolución y evaluación, al contrario que otros sistemas que se han quedado estancados, eso fue lo que más me motivó para impartir en nuestra escuela a la línea TML de KRAV MAGA”.

- ¿Qué nos destacarías del Krav Maga?

- “Para hacernos una idea general, luego todo hay que exponerlo a mayor escala, el Krav Maga es mucho más que una técnica de autodefensa, es una disciplina que fomenta el cuidado físico y mental. Forma parte de los entrenamientos en agencias de seguridad, comandos antiterroristas y también del ejército”.

- Por lo que tengo entendido, y siempre recalando que no soy un experto, es un sistema que está fundamentado en principios y conceptos de defensa y ataque.

- “Sí, claro, en eso estas en lo cierto. Por todo ello, cada vez son más las personas que se suman a estas clases en búsqueda de prepararse para la defensa personal. Practicar el sistema TML de Krav Maga desarrolla la personalidad, forja el carácter y contribuye a la autoconfianza. De esta manera, la persona



ARTES MARCIALES

se siente protegida y en forma, mejorando su disciplina y su salud mental”.

- Lo que está claro es que los alumnos os adoran e incluso ya salís fuera de As Pontes a dar clases en los últimos años.

- “Nuestros alumnos provienen principalmente de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado, pero cada año que pasa notamos un incremento de inscripciones por parte del género femenino, motivado principalmente por los seminarios que impartimos por distintas localidades”.

- Nos dices que cada vez se anima más el género femenino.

- “Sí, la verdad es que sí. Entre final de 2021 e inicios de 2022 hemos realizado varios seminarios de defensa personal femenina organizados por la Diputación de A Coruña en distintas localidades, donde dimos a conocer el trabajo que realizamos en ese sentido; a estos seminarios, que ahora continuamos en distintos ayuntamientos, vienen incluso madres e hijas, donde aprenden técnicas sencillas y efectivas, pero también les recalamos que la defensa personal no debe basarse solo en aspectos físicos, sino también en aspectos psicológicos para saber como actuar, tanto antes, como durante, como después de un intento de agresión, y sobre todo les enseñamos a gestionar el miedo y convertirlo en un aliado”.

- Los tiempos que corren son difíciles, hay una parte de la sociedad que no entiende que hay que tener valores y dejar la violencia a un lado, ¿puso todo eso la defensa personal más de moda?

- “Sin duda, es así. Por desgracia, la defensa personal está más de moda que nunca debido a estos tiempos raros que vivimos en los que justo eso que dices, parece que una parte de la sociedad ha perdido los valores o la cabeza y se comporta como si fueran animales o incluso mucho peor. Ante todo eso, la gente quiere estar segura, sentirse protegida y opta por iniciarse en el mundo de la defensa personal, que es apasionante, pero lo que todos soñamos es que

todo surja por pura pasión, y no porque la gente pueda tener miedo de verdad en el día a día”.

- Jose, y a día de hoy, cómo hablamos ya anteriormente, tú y tú equipo os desplazáis por toda la comunidad gallega, estuvisteis en ayuntamientos como Ames en este año 2022 si no recuerdo mal, ¿no es así?

- “Sí, sí, efectivamente, estuvimos en febrero en Ames impartiendo un seminario de los organizados por la Diputación de A Coruña, pero también en muchos otros ayuntamientos, como Boiro, Melide, Ferrol, Ortigueira, etc. La verdad es que nos acogieron de maravilla, la gente respondió muy bien y se interesó mucho por el trabajo que realizamos, que es distinto a lo que se ve normalmente en este tipo de seminarios. Nosotros lo que más nos interesa es aportar nuestro granito de arena en la lucha contra la violencia y que lo que enseñamos les sirva si en algún momento se ven involucradas en una situación de peligro; pero lo que realmente nos gustaría es que gracias a las pautas de actuación que recomendamos, nunca se encuentren en una situación hostil, ya que nuestra máxima es que la mejor forma de salir indemne de una situación peligrosa es no estar involucrada en ella”.

- Si nos dejamos algo, tienes la palabra para poner el broche final a esta charla entre amigos, a la cual le dimos forma de entrevista.

- “Pues nada más, simplemente recalcar que el dominio de las emociones que obtienen los alumnos de la línea TML de Krav Maga logra desarrollar una respuesta inteligente al ataque físico con diferentes tipos de instrumentos, aplicando técnicas para evadir desde cuchillos, palos y otros objetos, hasta armas de fuego, tanto cortas como largas. Se trata de un sistema de trabajo orientado a fomentar acciones instintivas en los practicantes, utilizando técnicas fáciles de implementar, siempre con la premisa de salir indemne ante cualquier ataque o situación en la que la persona se pueda ver involucrada”.



ALMA PÉREZ ROZOU A MEDALLA NO MUNDIAL DE MEXICO

A galega cedeu en cuartos de final, tras un combate igualadísimo, decidido por decisión arbitral.

A galega Alma Pérez (-53, Suh Sport) rozou a medalla no Mundial Absoluto de Guadalaxara (México), despois de facer unha gran competición. A nosa taekwondista gañou con claridade nas dúas primeiras eliminatorias e caeu nos cuartos de final ante a croata Duvancic, nun combate que se resolveu en tres asaltos, e no último tras empate a puntos, rexistros e accións, polo que a gañadora foi decidida por decisión arbitral.

Alma comezou a competición ante Sin Yi Law (Hong Kong) e venceu en dous asaltos, con claridade, para pasar aos oitavos de final, onde esperaba a lituana Gerda Meištininkaitė, coa que se enfrontara nos cuartos do Europeo. Novamente, gran actuación de Alma que gañou en dous asaltos.

Nos cuartos de final esperaba outra vella coñecida, Ivana Duvancic (Croacia), á que Alma vencera nas semifinais do Europeo no mes de maio. Foi como se esperaba, un gran combate, moi axustado e disputado. No primeiro asalto venceu a croata por 5-3, pero Alma logrou repoñerse e contragolpeou nun segundo asalto espectacular (9-2). Igualdade (1-1) e a polo terceiro, que rematou con empate a puntos (3-3), a rexistros e accións, polo que houbo que ir á decisión arbitral. Os tres árbitros (o central e as esquinas) dan un punto cada un, e o central deu a vitoria a Alma pero os dous das esquinas á croata, polo que a nosa quedou fora. Así se decidiu este combate!

Alma estaba triste, porque acariñou a medalla, pero moi satisfeita co seu traballo. Así nolo contaba ela: “Doeume moito, pero son cuartos dun Mundial... Estivo moi ben, gustoume moito como traballei, estiven moi fina,

moi segura do que facía... Deume moita pena quedarme tan cerca, pero foi un gran traballo, a preparación foi moi boa, pero quedei aí... Unha pena”.

CONCENTRACIÓN EN SERRA NEVADA

Antes de acudir a México, Alma Pérez estivo dúas semanas concentrada en Serra Nevada, co resto dos integrantes do combinado nacional. A experiencia foi moi positiva, e valeu aos deportistas para centrarse de maneira definitiva e deixar atrás as típicas dúbidas de antes dunha cita de máximo nivel. Esta foi a primeira presenza da galega nun Mundial, o que fala por sí só sobre o futuro da taekwondista.





ARTES MARCIALES

IVÁN GARCÍA TRIUNFOU AO GRANDE E FÍXOSE CUNHA PRATA

O deportista fixo un campionato excepcional, cedendo tan só na final ante Carlos Sansores.

Iván García (+87, Mat's) logrou a medalla de prata no Campionato do Mundo Absoluto 2022, que se disputou en Guadalajara (México). O galego fixo unha competición excepcional, vencendo en todos os seus combates por 2-0 ata chegar á gran final ante o mexicano Carlos Sansores (prata no último Mundial de Manchester), na que o competidor local soubo aproveitar as súas oportunidades para impoñerse.

Iván García comezou a competición ante o portorriqueño Vázquez, ao que superou con moita comodidade (2-0) e aproveitou para ir collendo confianza. Posteriormente enfrontouse ao francés Omar Yazidi e novamente Iván mostrouse moi serio e seguro no seu traballo, vencendo por 2-0, a pesar dun problema cos petos, que non puntuaban ben. Así se plantou nas semifinais, onde esperaba o brasileiro Maicon Siqueira, outro vello coñecido. Este foi un choque clave, xa que lle permitiría asegurar a medalla no Mundial. Nos primeiros segundos, o galego recibiu unha puñada na cara que tombouno no chan e deixouno mareado e con visión borrosa. Foron uns momentos moi duros para Iván, que non sabía se seguir nesas condicións, pero tirou de adrenalina e rabia para continuar e gañou en dous asaltos e de forma clara. Medalla asegurada para Iván que afirmou que neses intres “estaba nunha nube, foi algo brutal”.

En semifinais, García tiña como rival ao chinés Song, co que se enfrontara no Grand Prix de París. O noso deportista saíu un pouco mareado, pero vol-

veu centrarse no traballo no tapiz e así viviu un combate moi tenso, axustado e completo, no que volveu vencer por 2-0. A final foi contra o mexicano Carlos Sansores, que contaba co apoio do público. Foi unha loita moi apertada e cunha acción polémica no final do primeiro asalto, na que inicialmente o árbitro sinalou a favor de Iván (sumaba cinco puntos e gañaba o asalto) e despois anulou esa decisión e o noso perdeu ese primeiro asalto. No segundo, a pesar de que estaba ben controlado por Iván, nos últimos segundos Sansores sorprendeu ao galego cunha patada arriba e pechou así a vitoria por 2-0. Esta medalla de prata é un premio a unha tempada espectacular de Iván García, que adestra no CGTD xunto a Jesús Benito. Ao facer balance do Mundial, Iván explicou que “este resultado é unha loucura, non teño palabras. Paréceme increíble, pero quédome con todo o traballo realizado, o ben que estaba e o estado de flow que tiña. O mellor día da miña vida”.

NON FOI A MELLOR CITA DE TANIA E ARLET

Non podemos esquecernos das nosas taekwondistas Tania Castiñeira (+73, Hebe) e Arlet Ortiz, pois tamén competiron no Mundial de México. Ambas teñen unha calidade fora de toda dúbida, aínda que nesta ocasión non tiveron moita sorte. A primeira caeu en primeira rolda ante a taiwanesa Pan por 2-0, mentres que a segunda superou a primeira rolda, cedendo na segunda ante Kamila Aimukasheva (Kazaxistán).



RIVADULLA E MONTEMUIÑO NAMORAN NO OPEN DE HOLANDA

A do Suh Sport acadou a medalla de prata, mentres que a do Natural Sport levouse unha de bronce.

Opasado mes de outubro celebrouse o Open de Holanda(G2) e no referido á competición sénior, foron dúas as grandes ledicias para o taekwondo galego, pois Desirée Rivadulla (+73, Suh Sport) acadou a medalla de prata, mentres que Irene Montemuíño (-62, Natural Sport Riveira) foi bronce. Desirée Rivadulla (+73) clasificouse para a final, despois de superar na semifinal a Famke Kloosterman (Holanda) por 2-0. No primeiro asalto Desi foi moi superior, e no segundo tocou sufrir un pouco máis, para impoñerse no último segundo e pechar así o triunfo. A final foi contra Marlene Jahl (Austria), número 1 neste campionato. O primeiro asalto estivo moi igualado de principio a fin, pero caeu a favor da austríaca por 2-3. No segundo, Jahl logrou puntuar cunha acción arriba no inicio e a pesar de que Desi tratou de remontar non puido e a vitoria foi para Marlene por 2-0. Fantástica prata para Rivadulla!

E moito mérito tivo tamén o bronce de Irene Montemuíño (-62), que fixo un total de tres combates. En oitavos de final superou con claridade á alemá Antonia Beck, nun combate dominado pola galega dende o inicio. Nos cuartos esperaba Safia Salih (Marrocos), que saía co número 2 do Open. Irene mostrouse moi sólida en defensa impedindo que Salih lograra puntuar, mentres que Montemuíño acertou en varias accións de tres puntos para acadar a vitoria por 2-0. Xa na semifinal enfrontouse a número 3 do torneo, Jolanta Tarvia (Letonia), nun combate moi axustado. No primeiro asalto, impúxose a letona pola mínima e no segundo rematou con empate, pero favoreceu a Tarvia, que acadou o pase á final.





ARTES MARCIALES

AS CATEGORÍAS INFERIORES TAMÉN DERON A DE CAL

Ouros de Víctor Videla e Adrián Davila, prata para Javier Otero e bronce para Daniel Abalo.

O Open de Holanda foi moi positivo para o taekwondo galego. Ás medallas de Desi Rivadulla e Irene Montemuíño en categoría sénior, hai que sumarlle os podios de Víctor Videla (ouro), Adrián Davila (ouro), Javier Otero (prata) e Dani Abalo (bronce) en cadete e júnior.

Na categoría cadete, Víctor Videla (-37, Natural Sport) logrou a medalla de ouro vencendo en catro combates. Na primeira rolda superou a Rayyan Zeynel Dumlu (Alemaña) por 2-0, para avanzar ata os cuartos de final onde se mediu co representante de Francia. Nova vitoria do galego gañando os dous asaltos por diferenza de 12 puntos. Na semifinal superou ao grego Georgios Skafidas, tamén por un contundente 2-0 e mostrándose moi sólido durante todo o combate, mentres que na final esperaba Alexandros Papastergiou (Grecia) e Videla tivo o combate máis duro. Perdeu o primeiro asalto, pero mostrou unha gran madurez para remontar e vencer por 2-1.

Na categoría cadete hai que destacar tamén o bronce de Daniel Abalo (-37, Kae Sport). En oitavos de final superou ao deportista Yassine Hassaine (Francia) por 2-1. O galego tivo que superar unha indisposición no primeiro asalto e despois remontou para seguir adiante no torneo. Nos cuartos loitou contra Filipo Maria Lampis (Italia), un contrincante experimentado e complicado nos xiros, pero novamente Dani soubo ler o combate para impoñerse no terceiro asalto. Xa na semifinal enfrontouse a Aleksandros Papastergiou (Grecia), un adversario moi complicado, forte e máis veterano. A pesar de que Dani logrou vencer un asalto, non puido impoñerse no combate para dar o salto á final, tendo que conformarse coa medalla de bronce.

En cadete tamén participou Tomasa Franco (-47, Natural), que caeu nos

oitavos de final ante a representante de Alemaña.

Tamén houbo magníficos resultados para os competidores galegos na categoría junior. Adrián Davila (-45, Kae Sport) logrou o ouro, tras vencer nos tres combates disputados. Nos cuartos de final superou a Aikan Granier Ameer (Australia) por 2-1. Comezou mal o galego, con problemas para atopar a distancia, polo que perdeu o primeiro asalto, pero remontou vencendo nos dous seguintes para seguir adiante no Open. En semifinais enfrontouse a Massimo Vargiu (Italia). Davila gañou o primeiro asalto, pero no segundo cometeu algún erro que permitiu ao italiano igualar. Adrián reaccionou moi ben para vencer no terceiro e chegar á final. Na loita polo ouro esperaba Martiros Tarkhanian (Holanda) e Adrián non deu opción.

Ademais, Javier Otero (-51, Kae Sport) logrou a medalla de prata. No primeiro combate superou ao francés Mehdi Amelhayi, nunha batalla dura que comezou perdendo, pero que remontou nos dous seguintes asaltos (2-1). Nos cuartos venceu a Jaivyn Khin (Alemaña), en dous asaltos e xa na semifinal enfrontouse a Daniel Mehlmann (Alemaña), nun combate moi rifado, pero que o noso taekwondista soubo xestionar moi ben. E no último combate outro alemán, Feyyaz Gumus, un adversario máis alto e forte. O noso perdeu o primeiro asalto, remontou e empatou o combate, pero o terceiro decidiuse por detalles e caeu do lado alemán.

Por último, indicar que tamén participou no Open de Holanda júnior, Noa Romero (-49, Natural Sport Riveira), que superou a primeira rolda ante unha taekwondista francesa (2-0), pero caeu derrotada nos cuartos de final ante Elini Papazoglou por 2-1.



MÁIS TRIUNFOS GALEGOS EN ROMANÍA E BOSNIA

Myrian García e Pablo Patiño deron grandes alegrías , conseguindo a medalla de prata.

A taekwondista galega Miryan García acadou a medalla de prata no Open de Romanía de taekwondo (-62 kg), despois de catro intensos combates, nos que rendeu a un nivel sensacional. Nos oitavos de final derrotou á representante de Polonia, mentres que nos cuartos deu boa conta da de Francia. Na penúltima rolda atopouse con outra representante da Selección Española, Marta Calvo. Ambas deportistas coñecíanse moi ben, pero a nosa estivo moito máis centrada, amornou mellor os nervios e levou o combate. A serbia Nadja Tesic foi a rival da galega na final, levándose o gato a auga, deixando á nosa ca mel nos beizos. Con todo, o papel de Myrian foi de matrícula de honra unha vez máis.

TAMÉN PABLO PATIÑO ESTIVO EN ROMANÍA

No Open de Romanía tamén participou un Pablo Patiño que caeu nos cuartos de final ante o representante de Estados Unidos, tras impoñerse en oitavos ao taekwondista de Italia. Pablo non tivo a mellor das sortes con determinadas decisións arbitrarias na antepenúltima rolda e cedeu un combate no que o rival tamén estivo moi ben, polo que é de xustiza recoñecer a derrota como xusta.

MIGUEL PATIÑO FOI COMO TÉCNICO DO EQUIPO NACIONAL

En Romanía houbo un terceiro galego, esta vez integrando o corpo técnico

do equipo nacional. Falamos de Miguel Patiño, quen tivo a honra de subir ao podio a recibir o trofeo de campión, xa que a Selección Española foi a gañadora do Open por equipos.

OPEN DE BOSNIA: PABLO PATIÑO FOI PRATA

Tras estar en Romanía, onde cedeu nos cuartos de final, o taekwondista galego Pablo Patiño (-68, Patiño) acadou a medalla de prata no Open de Bosnia (G-2), despois de competir en catro roldas de forma formidable e de render ao máximo nivel.

O galego, que ía convocado polo equipo nacional, librou na primeira eliminatoria, para enfrontarse en segunda ao bosnio Muhamed Djonko, ao que superou en dous asaltos. En cuartos de final tivo enfronte ao croata Mario Galic, e novamente Pablo venceu con claridade en dous asaltos. Na semifinal esperaba o búlgaro Aleksandar Dzjordzhev, que sufriu unha lesión e tivo que retirarse. Así, na final, o rival de Pablo sería o turco Emircan Turan. Foi un combate do máis axustado, tanto que foron os árbitros os que decidiron o gañador. Cada deportista venceu un asalto e no terceiro ningún logrou puntuar, polo que foron os árbitros os encargados de tomar a decisión sobre o gañador, que nesta ocasión caeu en favor do turco. Fantástica a actuación de Pablo Patiño neste Open, o que lle permite sumar puntos e ascender postos no ranking mundial e olímpico.



ARTES MARCIALES

EL JUDO GALLEGO NO DEJA DE ACUMULAR GRANDES ALEGRÍAS

Éxitos rotundos en los diferentes eventos celebrados en los meses de octubre y noviembre.

El pasado 20 de noviembre se disputó el sector oeste del Campeonato de España absoluto de judo. El pabellón del Barrio de las Flores, situado en la ciudad de A Coruña, acogió una cita en la que participaron 120 deportistas de las comunidades autónomas de Galicia, Asturias, Cantabria y Castilla y León. Los triunfadores también se apuntaron el Trofeo Teresa Herrera, englobado dentro del evento. La Federación Gallega de Judo, con la colaboración del Ayuntamiento de A Coruña, se consagró una vez más como organizadora, ya que el éxito fue absoluto. En la siguiente página podrán leer un resumen más amplio de una cita en la que brillaron los nuestros a lo grande.

COPA DE ESPAÑA JUNIOR

El judo gallego continúa sacando talento y en la Copa de España junior, celebrada en Gijón, volvió a quedar muy claro. El trabajo de los clubes es sensacional y a su vez la Federación Gallega también funciona, con lo que se dan todos los requisitos para seguir acumulando éxitos. En tierras asturianas, la delegación "irmandiña" se trajo dos oros, una plata y cuatro bronce, es decir, siete medallas que saben a gloria. Jesús Patiño (-60 kg) y Zaza Jandieri (-90 kg) se llevaron el título, Matei Petru (-100kg) hizo un torneo de escándalo hasta la finalísima, en la que tuvo que conformarse con la plata, mientras que Fabiola Fernández (+78 kg), Jorge Álvarez (-100 kg), Miguel Miras

(-90 kg) y Francesco Laccone (-73 kg) no se quedaron atrás, llegando hasta las semifinales, colgándose de esa manera la presea de bronce.

SÚPER COPA DE ESPAÑA ABSOLUTA

En la Súper Copa de España absoluta, celebrada en Barcelona, nuevos éxitos de los nuestros, pues Alexis Rosa (-81 kg) se llevó el título, mientras que Rocio García (-52 kg) fue bronce. Gran papel también de Natalia Herrero, a las puertas del podio, quedando finalmente en una magnífica quinta posición.

GRAND SLAM EN BAKÚ: BRONCE PARA TORNÉ

A comienzos de noviembre se celebró el Grand Slam de Azerbaiyán, en la ciudad de Bakú. Allí estuvo una amplia representación de la delegación gallega, como por ejemplo Sara Rodríguez, séptima clasificada final. La gallega participó en la categoría de -70 kg y aunque no tuvo suerte en momentos puntuales, compitió a un gran nivel y no estuvo lejos de poder sacar medalla. También fue séptima Laura Martínez en la categoría de -48 kg. Ya en categoría masculina, destacar la quinta plaza de Francisco Garrigós y sobre todo la medalla de bronce de David García, más conocido en el mundo del deporte como "Torné". En Azerbaiyán también compitieron José Aranda, Niko Shevrazadishvili, Alberto Gaitero, Laura Vázquez y Estrella López.



JUDO: CAMPEONATO DE GALICIA ABSOLUTO FERROL 2022

La Asociación Deportiva Famu de Frutos ganó el título por equipos con gran autoridad.

El Campeonato de Galicia Absoluto 2022, disputado en Ferrol, volvió a tener un dominador absoluto en cuanto a clubes, la Asociación Deportiva Famu de Frutos. Los olímpicos vieron como cinco de sus judokas se colaban en lo alto del podio, mientras que otros ocho obtuvieron sitio en el cajón, cuatro de ellos con la presea de plata y otros cuatro con la de bronce. El segundo lugar por equipos lo ocupó el Judo Club Shiai, con dos oros y dos bronce, completando el podio el Judo Baixo Miño, con tres medallas en total, una de cada color. Judo Club Arteixo y Judo Club Galicia Sur ocuparon la cuarta posición, tras conseguir un oro y un bronce. También se llevaron una medalla y además de oro, Judo Club Culleredo, Asociación Deportiva DOM, judo Bitácora Ferrol y Agrupación Deportiva Judo Ferrolterra. El siguiente en el medallero fue el Judo Club Coruña, con dos platas y un bronce, seguido del Judo Club Oleiros, con una plata y dos bronce. Con dos medallas se situaron Judo Club Finisterre y Judo Lugo, ambos con una de plata y una de bronce, mientras que JK, Compostela Judo Club y Encontro se fueron de Ferrol con una presea de plata. Recordar también el grandísimo campeonato del Judo Club Cambre, con cuatro medallas, todas ellas de bronce. Los últimos clubes en obtener metal fueron Judo Club Base y Judo Club Lugokan, ambos de bronce. No podemos olvidarnos tampoco de clubes importantísimos en el panorama gallego, como Club Campolongo, Judo Hércules, Judo Club Senin, Lcvvs Dojo, Terras de Santiago, BYE y Gimnasio Senra, presentes en el gallego y haciendo un trabajo verdaderamente encomiable en el día a día.

CAMPEONATO DE GALICIA ABSOLUTO 2022

CATEGORÍA MASCULINA: -60 KG

- | | |
|------------------------------|-------------------------------|
| 1º- XESÚS PATIÑO MARTÍNEZ. | 5º- CARLOS ANTÓN ZURDO. |
| 2º- ERIC BARCELÓ RODRÍGUEZ. | 6º- SERGIO BARBE LÓPEZ. |
| 3º- MATEO GARCÍA VICENTE. | 7º- AARÓN NEIRA CORTEGOSO. |
| 3º- ALEJANDRO MORAL NAVARRO. | 7º- TOMÁS VÁZQUEZ MORANDEIRA. |

CATEGORÍA MASCULINA: -66 KG

- | | |
|-----------------------------|---------------------------------|
| 1º- DIEGO CASTRO ESTEBAN. | 5º- ÁLVARO ANTÓN ZURDO. |
| 2º- JAVIER CORRAL GARRIDO. | 5º- JOSÉ FRANCISCO TRIGO SILVA. |
| 3º- DIEGO ÁLVAREZ PÉREZ. | 7º- HUGO BERTO JORGE. |
| 3º- ALFONSO GARCÍA MONTERO. | 7º- NICOLÁS LONGUEIRA BARRAL. |



ARTES MARCIALES

KÁRATE: CAMPEONATO GALLEGO CADETE, JUNIOR Y SUB 21

La cita se celebró en Ferrol el pasado mes de octubre, tanto en la modalidad de kata como en la de kumite.

La Federación Gallega de Karate celebró el pasado mes de octubre en la ciudad de Ferrol, el Campeonato Gallego cadete, junior y sub 21, tanto en la modalidad de kata como en la de kumite.

La ED Shihan volvió a dejar claro su dominio en la modalidad de kata, subiendo al podio siete de sus deportistas, ganando la medalla de oro cuatro de ellos; Samu Fontenlos, Xiana Ulloa, Roque Mazoy e Ianna Miguélez. Los otros dos primeros puestos fueron para Leticia Borges, del Bunkai, y Nicolás Pinaque, del Karate do Carballo.

Ya en kumite, hasta veintidós categorías diferentes entre la competición masculina y la femenina, siendo el club más laureado en esta ocasión, el Bunkai, tras llevarse cincooros, uno mas que Shihan, Karate do Carballo y San Francisco de Teo. Gran papel también del Renbu Kan, con tresoros de sus karatecas, dejándose también ver por lo alto del podio AD do Coto y Gimsport, con un oro cada entidad.

En el cómputo general del medallero, la Escuela Deportiva Shihan se llevó ochooros, siendo segundo el Bunkai de Ferrol con seis y tercero el Karate do Carballo con cinco.

ED SHIHAN

La Escuela Deportiva Shihan continúa con sus grandes resultados a nivel autonómico. Los lucenses tienen su centro en el número 8 de la calle Xosé Ferro Coengo y desde allí están liando la mundial, siempre de la mano de dos maestros de calado como Adrián Yáñez y Lara Abelleira.

BUNKAI

El gimnasio Bunkai Sport está situado en la Avenida del Mar, en el famoso barrio de Caranza de la ciudad de Ferrol. El histórico Carmelo Teijeiro puso en marcha una idea en el año 1994, que con el tiempo no solo se consolidó, sino que fue creciendo hasta hacerse grande en el mundo de las artes marciales.

KÁRATE DO CARBALLO

El Karate do Carballo volvió a brillar en un Campeonato Gallego de categorías inferiores. El club de la comarca de Bergantiños fue fundado en el año 1995 por Carlos Felpeto y Marisol Gesto, emigrantes en Suiza que habían decidido regresar a Galicia. Desde entonces, los éxitos estuvieron a la orden del día y a día de hoy esta es una de las entidades de mas relumbrón en el panorama gallego.

SAN FRANCISCO DE TEO

El Club San Francisco de Teo es uno de los más importantes del karate nacional y lo demuestra temporada tras temporada, tanto en la organización de eventos, como sacando deportistas de un nivel superlativo. Un buen ejemplo de ello fueron las finales de la pasada Liga Nacional, celebrada en diciembre del año 2021 en Ávila, donde los teenses se apuntaron tres podios, tras losoros de Ruth Lorenzo y Xavier Santos en categoría absoluta y el bronce de Simón Cancelo en junior.



KÁRATE GALLEGO: NOTICIAS

La temporada 2022 comenzó en el mes de octubre y ya llegaron diferentes éxitos.

El mundo de las artes marciales tiene una gran relevancia en nuestra comunidad, no siendo el kárate la excepción, contando con un buen número de clubes que forman a los deportistas de manera imaculada. A su vez, la Federación Galega está haciendo una gran labor, siendo la cabeza más visible un Óscar Lafuente López que llegaba a la presidencia en plena pandemia, tras haber desempeñado previamente el cargo de director técnico autonómico y subdirector técnico nacional.

COMENZÓ LA LIGA GALLEGA EN FERROL

El pasado 12 de noviembre dio inicio una nueva edición de la Liga Galega de Kárate, habiéndose disputado la primera jornada en el Pabellón Municipal de Esteiro, situado en la ciudad de Ferrol. La noticia estuvo en el número de inscritos, pues se batieron todos los récords, ya que finalmente fueron 529 deportistas los que saltaron a competir, cifra mágica y que habla por sí sola sobre el gran interés que tienen los jóvenes por esta disciplina.

LA SELECCIÓN GALLEGA ESTUVO EN SUANCES

La Selección Galega estuvo concentrada en Suances, invitada por la Federación Cántabra, junto con karatecas de las selecciones cántabra y asturiana.

La temporada de la "Irmandiña" dio inicio a comienzos del pasado mes de octubre, con el primer entrenamiento en el ayuntamiento de Teo.

LA GRAN FINAL DE LA LIGA NACIONAL SERÁ EN A CORUÑA

La gran final de la Liga Nacional de Karate se disputará en A Coruña. Tras luchar por ello con gran insistencia, la Federación Galega logró que el evento fuese concedido al Palacio de los Deportes de Riazor, los próximos 16, 17 y 18 de diciembre. Allí estarán clubes de todo el territorio nacional, entre los que se incluyen un buen puñado de los de la comunidad gallega.

UXÍA FOLGUEIRA ES UNA DE LAS MÁS FIRMES PROMESAS

Uxía Folgueira González, karateca de la Escuela Deportiva Shihan, es sin duda una de las grandes promesas nacionales y ya lleva muchos años demostrándolo, pese a ser todavía una niña. El pasado 6 de noviembre volvió a apuntarse una medalla y además de oro, tras imponerse en la modalidad de kumite en categoría infantil -42 kg, en lo que fue la segunda fase de la Liga Nacional de Karate Infantil, celebrada en la ciudad de Ávila. Unas semanas antes, Uxía fue convocada por la Real Federación Española para participar



ARTES MARCIALES

en entrenamientos preparatorios para los Juegos Olímpicos de la Juventud, que se celebrarán en Senegal en el año 2026. La gallega estuvo en Madrid, en el Centro de Alto Rendimiento Deportivo, a las órdenes de Iván Leal Reglero, seleccionador nacional.

BABACAR SECK ESTUVO ALENTANDO A LOS NUESTROS

Babacar Seck, uno de los más grandes del karate mundial, estuvo con los deportistas de la selección de kumite en edad cadete, junior y sub 21. Fue el pasado 6 de noviembre en el concello de Teo, por iniciativa de la Federación Gallega de Karate y Modalidades Adaptadas, a través de dos de las personas más importantes en nuestra comunidad, Ruth Lorenzo y el presidente Óscar Lafuente. La intención no fue otra que mantener motivados a los competidores de cara a las siguientes citas, destacando la de los Campeonatos de España que se están celebrando en Galicia justo al cierre de esta publicación, y de los que tendrán cumplida información en el siguiente número de Galicia Sport.

MARÍA TORRES Y EUGENIO TORRES ESTUVIERON EN TEO

María Torres y Eugenio Torres impartieron un seminario magistral en el concello de Teo. Cuando hablamos de María, lo hacemos de una Campeona del Mundo, de Europa y también Iberoamericana, mientras que Eugenio también fue Campeón de Europa, siendo en la actualidad cinturón negro 8 dan, un dato que habla muy claro sobre el tipo de maestro del que estamos hablando.





FEDERACIÓN GALEGA DE KÁRATE E DISCIPLINAS ASOCIADAS

Listado oficial de clubes federados durante la pasada temporada 2021/2022.

| | | |
|--------------------------------------|--|--|
| CLUB HÉRCULES (A CORUÑA) | E.S.K NARÓN | CD FUNDACIÓN CIPRI GOMES (OURENSE) |
| GIMNÁSIO JK (A CORUÑA) | CLUB ZANSHIN SPORT (NEDA) | KÁRATE CLUB VIANA (PORTELA DE PETÍN) |
| ESCOLA DE KÁRATE TORÁS (A LARACHA) | A.D DO COTO (NEGREIRA) | MIZUKAMI SHOTOKAN KÁRATE-DO (RIBADAVIA) |
| ESCOLA DE KÁRATE VAL DO DUBRA (AMES) | CLUB AKAI RYU (NEGREIRA) | KAIZEN KÁRATE ACADEMY (RIBADAVIA) |
| KÁRATE CASINO DE ARES | CLUB SAN FRANCISCO TEO (OS TILOS- TEO) | KAMKU - DAI CLUB (O GROVE) |
| CLUB RENBU- KAN AS PONTES | KÁRATE ORTIGUEIRA | CLUB GIMSPORT (PONTEVEDRA) |
| CLUB SHIN-GI- TAI KARATE DO BETANZOS | A.D SQUASH CLUB SANTIAGO (SANTIAGO COMP.) | KÁRATE VALGA (VALGA) |
| CLUB KÁRATE DO CARBALLO | C.D ÁVALON KAI (SANTIAGO DE COMPOSTELA) | COLEGIO APOSTOL SANTIAGO (PONTEVEDRA) |
| ESCUELA DE KÁRATE CEDEIRA | CLUB BUSHI- KAI SANTIAGO (SANTIAGO COMP.) | |
| ESCUELA DE KÁRATE L.N (CULLEREDO) | CLUB SHITO RYU A MARIÑA (CANGAS DE FOZ) | KENPO |
| ARTES MARCIALES FENE | CHANTADA KÁRATE CLUB (CHANTADA) | CLUB KENPO VILAGARCÍA |
| A.C.R E D. GRUPO BAZÁN (FERROL) | CLUB SHITOKAI GALICIA A MARIÑA FOZ | CLUB KENPO BARBANZA (RIBEIRA) |
| CLUB BUNKAI (FERROL) | ESCUELA DE KÁRATE LUCUS (LUGO) | CLUB KENPO KÁRATE RIBEIRA |
| CLUB RENBU-KAN (FERROL) | ESCUELA DEPORTIVA SHIHAN (LUGO) | CLUB KENPO POBRA (A POBRA DO CARAMIÑAL) |
| KÁRATE CLUB GALEA SPORT (MIÑO) | FULL KÁRATE CLUB GALAICO (LUGO) | |
| ESCUELA KÁRATE FRANZA (MUGARDOS) | CLUB ESTUDIO A VALENZÁ (A VALENZÁ- BARBADÁS) | NIHON TAI JITSU |
| A.D SANTIAGO APOSTOL (NARÓN) | KÁRATE CLUB MACEDA (MACEDA) | ARTES MARCIALES ORIENTALES A MARIÑA (BURELA) |
| CLUB BENIGYM (NARÓN) | CLUB DE KÁRATE RIVER STONE (O BARCO) | ESCUELA A.M CERVO (SAN ROMÁN) |
| E.K A GÁNDARA (NARÓN) | KÁRATE CLUB JOSÉ PUENTE (O BARCO) | CLUB ESTUDIO A VALENZÁ (A VALENZÁ- BARBADÁS) |
| AD ZANSHIN VIGO | CLUB HELENOS (VIGO) | RIVERA RYU GALICIA (VIGO) |



ARTES MARCIALES

EL BARRIO DE LAS FLORES ACOGIÓ EL SECTOR OESTE DEL NACIONAL

Galicia brilló con un buen número de triunfos, tanto en la categoría femenina como en la masculina.

El Sector Oeste del Campeonato de España Absoluto 2022 se celebró en el pabellón del Barrio de las Flores de la ciudad de A Coruña, obteniendo Galicia diez primeros puestos de catorce posibles, lo que habla por sí solo sobre la superioridad de nuestra comunidad con respecto a Asturias, Cantabria y Castilla y León, las otras tres comunidades presentes en la cita.

CATEGORÍA MASCULINA

En categoría masculina, los nuestros dominaron de cabo a robo en -60 kg, ganando Mateo García, seguido de Carlos Antón y Alejandro Moral. Ese mismo éxito se repitió en -73 kg y en +100kg. En el peso más ligero de los mencionados se impuso José Antonio Aranda, seguido de Javi Pena y Francesco Laccone, mientras que en el más pesado lo hizo Sergio Trillo, seguido de Antonio Manuel Sandino y Martín Salvado. También hubo triunfo gallego en -81 kg y en -100 kg, pues en el primero de los pesos ganó Giorgi Akimidze, terminando otro de los nuestros en tercera posición, Samuel Martínez, mientras que en el segundo lo hizo Guillermo Cadenas, siendo tercero Eloy Vázquez. Las dos únicas categorías que no fueron dominadas por judokas de nuestra tierra fueron la de -66 kg y la de -90 kg, eso sí, en la primera de ellas se coló Alfonso García como tercer clasificado, mientras que en la segunda José Iglesias terminó en la segunda plaza.

CATEGORÍA FEMENINA

No fueron peor las cosas en categoría femenina, pues nuestras judokas es-

tuvieron de matrícula de honor en la ciudad herculina, comenzando por la categoría de -48 kg, en la que se impuso Eva Pérez, seguida de Malena Castro y María Gaitero, es decir, tres de las nuestras. Los éxitos continuaron en -52 kg, ganando Andrea Insua, seguida de Inés Teresa Villahoz, no bajando el ritmo la "irmandiña" en -57 kg con el triunfo de Elena Canibano, seguida de Marina Gómez, ni tampoco en -70 kg, donde Daniela Agudo no dio opción, siendo tercera otra gallega, María Rey. El recital final llegaría con otro doblete, esta vez en -78 kg, ganando Noelia Insua, seguida de June Moreno. Las dos únicas categorías que no dominaron las nuestras fueron -63 kg y +78 kg, pero también hubo buenas noticias con los segundos puestos de Pauline Couty y Carla Piquín.





El Hórreo

RESTAURANTE
CAFÉ - BAR

Gran Vía, 169
15100 Carballo
A Coruña

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



Nº REGISTRO
SANITARIO:
E-15-001301

ÓPTICA DO MAR
MUROS

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

www.centrowebs.com



centrowebs

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



info@centrowebs.com

981 500 763

Pablo Paz

Tlf.: 981 718 149
627 769 336

www.alareira.es
direccion@alareira.es



"Cociña á brasa"

Rúa Mestre Platas n.º 25 · 15150 Baio (Zas) · A Coruña

@alareiraabrasa



UN EQUIPO. UN SENTIMIENTO.
UNA PEQUEÑA FAMILIA.

**NO HAY EQUIPO PEQUEÑO
CUANDO TIENES A UNOS
JUGADORES TAN GRANDES.**

Instalaciones y servicios

CARLOS BUSTO

CALIDAD · SERVICIO · GARANTÍA

EN NUESTROS PROYECTOS, SIEMPRE BUSCAMOS OBTENER LA
MAYOR EFICIENCIA ENERGÉTICA Y EL MAYOR AHORRO
POSIBLE A NUESTROS CLIENTES.

Apoyando al Puenteceso S.D.
desde hace más de 10 años.

FUTBOL

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



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



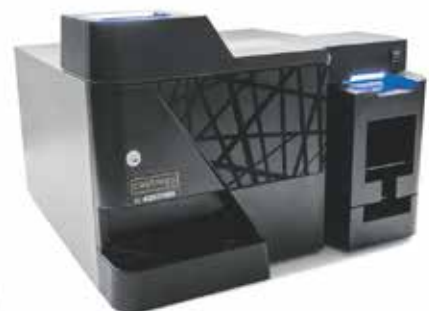
GesL@n TPV®

**SOFTWARE
COMERCIO**

**L@ndín®
SOFTWARE**



cashlogy



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





EL CDARENTEIRO ES LA GRAN SENSACIÓN DEL FÚTBOL NACIONAL

Los de Fran Justo son líderes, ganaron la Copa Federación y eliminaron al Almería de la Copa del Rey.

Ya no existen los calificativos para poder definir el campeón que está realizando el Club Deportivo Arenteiro. El equipo dirigido por Fran Justo comenzó a competir de manera oficial el pasado 13 de agosto y desde entonces no sabe lo que es la derrota, obteniendo por el camino gestas sin precedentes y que pasaron a los anales de la historia de una entidad que vive uno de sus momentos más brillantes en sus 64 años de vida.

EL SUEÑO COMENZÓ EN BOUZAS

Pocos eran los que podían imaginar lo que significaba ganar aquella tanda de penaltis en el Baltasar Pujales ante el Rápido de Bouzas. Corría el mencionado 13 de agosto y el Arenteiro iniciaba la competición oficial en los cuartos de final de la fase gallega de la Copa Federación. Quizás no fue su mejor partido, pero pasó la ronda y comenzó un cuento de hadas que continuó en A Estrada, ganando al Estradense por 0-1 en el Novo Municipal, lo que llevó consigo jugar la final de la fase autonómica ante el Compostela. El triunfador acudiría a la fase nacional, y tras un partido muy intenso, disputado en campo neutral, concretamente en Baltar (Portonovo), los verdillos se llevaron el gato al agua (2-1). A su vez, las cosas en el campeonato de la regularidad comenzaban de maravilla y el Arenteiro se aupaba desde el principio a la zona alta de la clasificación.

Ya a finales de septiembre dio inicio la fase nacional, con lo que el miércoles-domingo siguió siendo la realidad para una plantilla que siempre creyó en sus posibilidades para llegar a metas de relumbrón. En primera ronda se

deshicieron del CD Naval Reinosa, al que ganaron por 3-1 en la prórroga. Su siguiente víctima fue el Zamora (2-1), mientras que en los cuartos de final, el Panadería Pulido no fue rival para un Arenteiro que con ese triunfo aseguraba su presencia en la Copa del Rey (3-0), pues había plaza para los cuatro semifinalistas. El éxito ya era rotundo y uno de los principales objetivos ya estaba conseguido. Pero no es Fran Justo un técnico al que le guste regalar nada y menos un título que a la vez llevaba asignado un jugoso premio económico. En la penúltima ronda, el Real Unión, conjunto de categoría superior, visitó Espiñedo, pero una primera media hora de ensueño de los locales llevó un 2-0 al electrónico que a la postre fue definitivo. Era el delirio, el "pulpo mecánico" estaba en la final y la posibilidad real de ganar un título nacional era una absoluta realidad.

LA EUFORIA SE DISPARÓ EN CARBALLIÑO

La euforia se disparó en Carballiño y la gente no dudó en comenzar a organizar viajes. El último escollo tendrían que afrontarlo a domicilio, en Alzira, pero no estaban dispuestos a dejar solo al equipo. Lo que se vivió en los días previos jamás se olvidará, la emoción con la que el pueblo despidió al equipo a su salida hacia tierras valencianas pone los pelos de punta, el orgullo con el que aplaudían y cantaban, mientras el autobús recorría los primeros metros, es algo que no hay dinero que pueda comprarlo. Esta sí es la verdadera esencia del fútbol amigos lectores.

Y llegó el momento de la verdad, la afición verdilla ocupó uno de los fondos,



FÚTBOL



animó desde el calentamiento y disfrutó aún más. No estaba para cualquiera la gesta, los de Fran Justo salieron al partido perfectamente plantados y con intenciones de sorprender, lo que merecieron a lo largo de los 90 minutos, aunque el 0-0 inicial no se movió. La prórroga dictaría sentencia, ya que a los diez minutos llegó el delirio. Un centro chut de Rafa Mella se coló por la mismísima escuadra de la portería local y ponía título y medio de camino a Galicia. El sufrimiento de la afición era máximo, pero los verdillos controlaban la situación sin mayores apuros, hasta que a cuatro minutos de la conclusión, Pibe definió a la perfección, puso el 0-2 y comenzó la fiesta de manera definitiva. Con el pitido final llegaron los abrazos, las lágrimas y una celebración de altura con una afición que dejó claro que este equipo no tiene techo y está capacitado para seguir enamorando a España.

LA COPA DEL REY CONTINÚA DANDO ALEGRÍAS

El Arenteiro se clasificó para jugar la Copa del Rey y en la primera ronda dio otro recital y esta vez el bombazo fue sonado en todo el territorio nacional. Los de Fran Justo se cargaron a un Primera División, increíble pero cierto, pues el Almería se vio con un gol en contra en el minuto 4, obra de Escobar, y fue incapaz de reaccionar. En el 80 incluso llegó el 2-0 por mediación de Rafa Mella y una nueva fiesta se instaló en el Municipal de Espiñedo. En la segunda ronda llegará uno de los grandes gallos del país, un Atlético de Madrid que a buen seguro jugará en Galicia con todo el arsenal y con el mono de trabajo puesto, pues este Arenteiro ya mandó claros avisos de que para ganarle, no llega simplemente con tener más calidad individual, sino que hay mucho que correr y que batallar, independientemente del rival que esté enfrente y de la categoría que ocupe en el torneo de la regularidad.

LÍDER INVICTO TRAS LA JORNADA 10

Si las respectivas Copas no dejaron de dar alegrías en el Arenteiro desde el

comienzo de la temporada, el torneo de la regularidad no se está quedando atrás. Y es que, después de diez jornadas, los verdillos son líderes del grupo 1 de Segunda RFEF y además con autoridad, sacando cuatro puntos al segundo clasificado, seis al tercero y ocho al cuarto, tras ganar siete encuentros y empatar tres, es decir, tras mantenerse invictos y sumar todos los puntos menos seis. Es muy pronto para disparar la euforia pero la realidad dice que el equipo pelea de tú a tú por el ascenso directo. Ojo a las siguientes jornadas, pues de seguir este ritmo, hasta podría romper la liga de manera definitiva, aunque los rivales también juegan y no podemos olvidarnos de que estamos hablando de un campeonato en la que la igualdad es absoluta cada semana.





FRAN JUSTO: "EL TOPE LO VA A IR PONIENDO EL FÚTBOL"

El técnico ourensano estuvo con Galicia Sport, horas antes de llegar su salto al CD Lugo.

Fran Justo, entrenador del CD Arenteiro, estuvo en el programa Galicia Sport el pasado 22 de noviembre. Tomás Salvadores entrevistó al técnico de moda en España, quien unas horas después confirmó su fichaje por el Club Deportivo Lugo, llegando así al profesionalismo, un salto merecido y para el que está más que preparado, pese a tener tan solo 33 años. A continuación transcribimos íntegra la conversación emitida a través de los micrófonos de esRadio Galicia.

- Fran, estáis haciendo historia, comenzabais a competir el 14 de agosto en el Baltasar Pujales de Bouzas y desde ahí acumuláis más de tres meses invictos, en los que ganáis el título de Copa Federación, os aupáis el liderato ligero y os convertís en matagigantes a nivel nacional, tras eliminar al Almería de la Copa del Rey, ¿dónde está el tope de este Club Deportivo Arenteiro?

- "Bueno, el tope lo va a ir poniendo el fútbol semana a semana. La realidad es que nos está yendo muy bien, hay muchísimo trabajo detrás de ello y eso nos vale para entender que si seguimos por este camino, seguramente las cosas continúen por el buen camino".

- Y ahora viene el Atlético de Madrid en la siguiente ronda del torneo del KO, la expectación en Carballiño está superando todas las previsiones.

- "Creo que se respira un ambiente de muchísima ilusión, un ambiente de disfrutar el momento y la verdad es que todos estamos como soñando des-

piertos".

- La mentalidad para competir durante tantos meses en el miércoles-domingo es algo que sorprendió y que a la vez dice mucho de la plantilla y por supuesto del cuerpo técnico que tú lideras, la psicología también es importante, un aspecto que también trabajáis mucho en el Arenteiro, ¿no es así?

- "Tenemos algún asesor a nivel psicológico, pero sí que es verdad que la emoción y la energía que se respira en el grupo es muy buena, el nivel de confianza adquirido es muy importante y ojalá seamos capaces de mantenerlo en el tiempo, porque nos ayudaría mucho a poder pensar en cotas altas".

- Rafa Mella o Romay son jugadores que dan un plus para llegar a ese saber estar, esa confianza que se ve para estar ahí con ganas de comerlo todo.

- "Sí, la realidad es que sí, que tenemos mucha gente muy experimentada, además creo que la combinación con la gente joven es muy buena y las cosas van de manera inmejorable en ese aspecto también. Tenemos mucha ambición, también tenemos los pies en el suelo, creo que somos un equipo muy trabajador y muy humilde y al final todo eso está generando un buen coctel para que las cosas vayan saliendo de la manera que están saliendo".

- Os llaman el "Pulpo Mecánico", y ya no solo en Galicia, todo esto es un boom a nivel nacional.

- “Nos pusieron ese apodo, es algo anecdótico y simpático y que también habla de lo bien que el equipo está haciendo las cosas en estos meses”.

- Fran, yo no digo nada, Benito Floro comenzó con el Queso Mecánico y de allí al Real Madrid.

- “Yo creo que hay que estar tranquilos, hay que tener los pies en el suelo, hay que tener claro de dónde venimos y los valores que nos acompañan y continuar por este camino, trabajando en el fútbol, porque al final sabemos que hay mucha competencia y que es un mundo muy difícil”.

- ¿Os veis en Primera RFEF la próxima campaña?

- “Bueno, pues ojalá podamos estar. Sería algo fantástico, pero lo que decíamos antes, tenemos los pies en el suelo. Al final, nuestro principal objetivo es conseguir la permanencia cuanto antes, darle continuidad al equipo en la categoría y a partir de ahí, si hay semanas por delante y margen, evidentemente seremos lo más ambiciosos posible. Pero bueno, al final el ascenso es más un sueño que un objetivo, no es una obligación, aunque la realidad sea que estamos haciendo soñar a la gente con este tipo de cosas. Tenemos que disfrutarlo, valorarlo y a la vez estar tranquilos”.

- Eres un entrenador muy joven pero ya llevas años en la élite gallega, primero en el Ourense CF y ahora en CD Arenteiro, donde cumples tu tercera temporada ya.

- “Sí, esta es mi tercera temporada aquí y es importante mantener el foco en el día a día, mantener ese trabajo diario, hacer las cosas bien para que el fútbol vaya poco a poco poniéndonos en nuestro lugar”.

- Mirando al resto de equipos gallegos de Segunda RFEF, ¿cómo los ves en el curso actual?

“Yo creo que bien. Yo tengo la ilusión de que no haya descensos de los gallegos, por lo que me transmiten en el juego puede ser posible esa posibilidad, pero hay que sufrir, porque en esta categoría hay muchísima igualdad, hay que apretar mucho y hacer muchos puntos. Al final, del primer equipo que se salve al último que juegue play off, creo la diferencia va a ser solo tres o cuatro partidos máximo, lo que habla ya muy claro sobre la igualdad”.

- Y bueno, la racha sin perder se rompió el pasado domingo 20 de noviembre ante el Compostela, ¿qué nos puedes decir del equipo de Fabiano Soares?

- “El Compostela creo que tiene la exigencia de jugar play off, al final es un proyecto muy importante, con un presupuesto importante para la categoría, a nivel institucional lo mismo, tienen una grandísima plantilla, no era normal que estuviesen abajo y poco a poco ya han llegado a la lucha por el ascenso y creo que van a mantenerse en la zona de arriba hasta el final, porque tienen mimbres y capacidades para ello. Creo que están jugando muy defensivo y en ese momento que consiguieron ajustar el área propia encontraron las victorias y seguro que desde ahí van a ir creciendo también en el juego ofensivo”.

Coruxo, Bergantiños, Ourense CF y Polvorín ahí están luchando también, sorprende a lo mejor las dificultades del filial del Lugo, de ese Polvorín con bastante juventud y recién ascendido.

- “Los chavales están acumulando experiencia, creo que están jugando muy bien y a medida que avance la competición, el Polvorín va a ser uno de esos equipos que van a crecer mucho dentro de ella, entonces creo que están haciendo las cosas bien. Seguro que están analizando los detalles que les impidieron sumar los puntos que merecieron y no tengo duda de que conseguirán el objetivo a final de temporada”.

- Fran Justo, entrenador del CD Arenteiro, muchas gracias por estar con nosotros en Galicia Sport, en ES Radio Galicia, muchas suerte para lo que viene y cuando elimines al Cholo Simeone de la Copa del Rey volvemos a hablar, ¿te parece?

“Vale, muchas gracias, y ojalá así sea. Hasta la próxima. Un abrazo muy fuerte”.

FRAN JUSTO FICHÓ POR EL CD LUGO

Pocas horas después de pasar por los micrófonos de esRadio Galicia se confirmó uno de los bombazos de la temporada, Fran Justo fichaba por el CD Lugo. El jovencísimo técnico fue la apuesta de Tino Saqués para sacar al equipo rojiblanco de la parte baja de la clasificación y tras un acuerdo entre clubes, el ourensano daba el salto al profesionalismo. Este es el culmen a una carrera inmaculada, en la que sus éxitos comenzaron a ser sonados en el fútbol base, para posteriormente continuarlos en categoría senior, primero ascendiendo al Nogueira de Ramuín a Preferente Galicia, posteriormente llevando al Ourense CF a soñar con cotas impensables, para cubrirse finalmente de gloria nuevamente en un CD Arenteiro al que ascendió a Segunda RFEF en la campaña 2020/2021, manteniéndolo en la categoría el pasado curso, haciendo historia en el actual. En Carballiño deja a un equipo líder, con cuatro puntos de ventaja sobre el segundo clasificado y soñando con cotas impensables hace bien poco como la Primera RFEF. Ahora toca salvar al CD Lugo del descenso, reto mayúsculo pero a la vez apasionante. Es la oportunidad de su vida para hacerse aún más grande de lo que ya es.

Y A CARBALLIÑO LLEGÓ JAVI REY

Para substituir a Fran Justo, todas las miradas apuntaban hacia O Barco de Valdeorras y los pronósticos no fallaron en esta ocasión, ya que Javi Rey fue el elegido por la dirección deportiva y la directiva del Club Deportivo Arenteiro. Y es hablamos de un entrenador con una idea similar a la llevada por el equipo hasta el momento, además de un trabajador nato, que ya merecía una oportunidad en alguna categoría superior a la Tercera División.





CD ARENTEIRO 2022/2023

| JUGADOR | DEMARCACIÓN | CLUB 2021/22 |
|-----------------|-------------------|-----------------|
| DIEGO GARCÍA | PORTERO | CD ARENTEIRO |
| ADRIÁ ROJAS | PORTERO | MÉRIDA AD |
| GERMÁN NOVOA | CENTRAL | CD ARENTEIRO |
| DIEGO "VITRA" | CENTRAL | CD ARENTEIRO |
| SAMU SANTOS | CENTRAL | PONTEVEDRA CF |
| MARIO GARCÍA | CENTRAL | INACTIVO |
| POL BUESO | CENTRAL | CD ARENTEIRO |
| JOSÉ C. MÁRQUEZ | LATERAL IZQUIERDO | CD ARENTEIRO |
| JORDAN SÁNCHEZ | LATERAL DERECHO | ZAMORA CF |
| ÁLEX FERNÁNDEZ | MEDIOCENTRO | CD ARENTEIRO |
| ADRIÁN CRUZ | MEDIOCENTRO | CD ARENTEIRO |
| CURRO RIVELOTT | MEDIOCENTRO | XEREZ DEPORTIVO |
| MANUEL ROMAY | MEDIOCENTRO | PONTEVEDRA CF |
| AGUSTÍN "PIBE" | EXTREMO IZQUIERDO | CD ARENTEIRO |
| RAFA MELLA | EXTREMO DERECHO | SD COMPOSTELA |
| MARTÍN LAMELAS | EXTREMO DERECHO | BERGANTIÑOS CF |

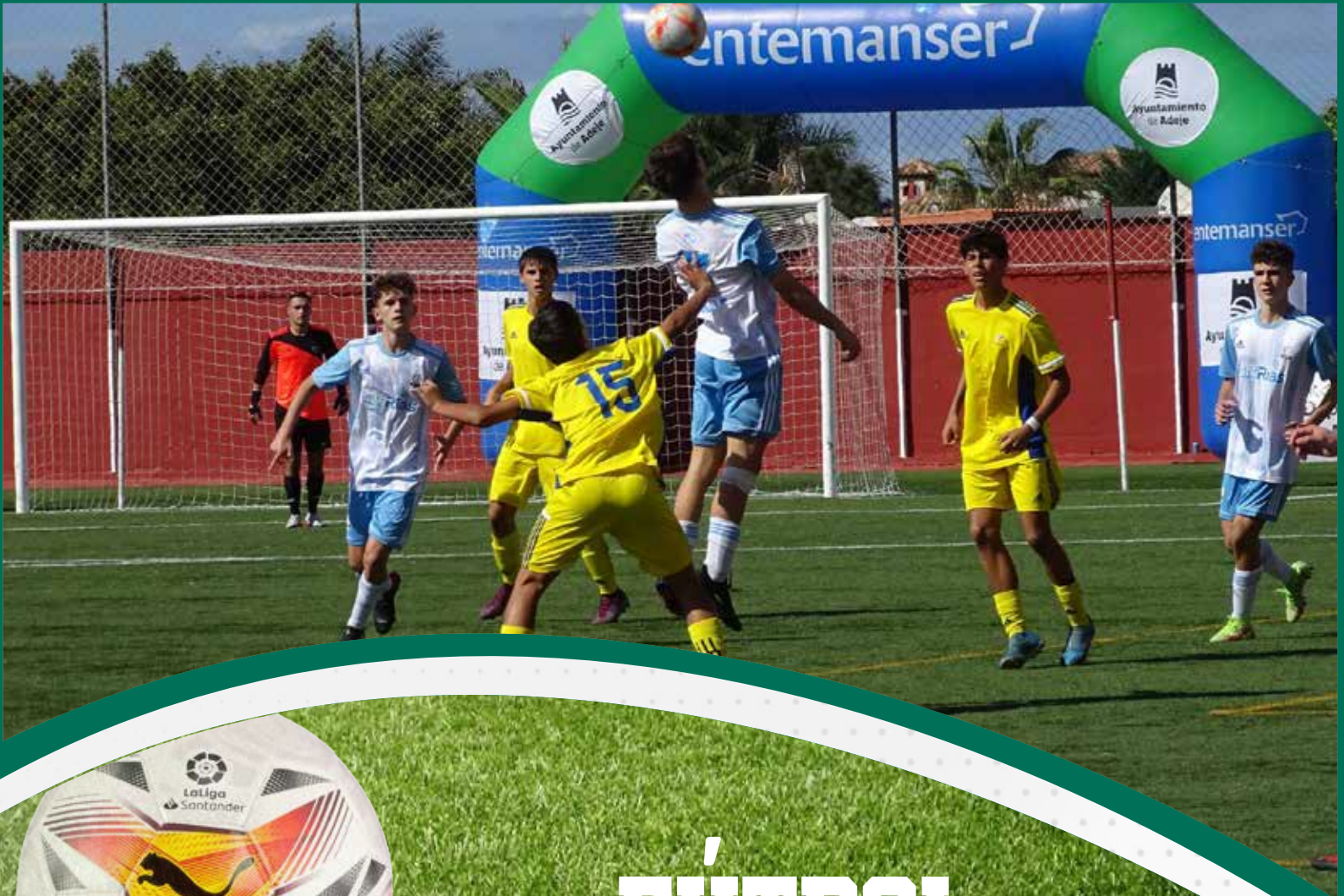
| | | |
|------------------|------------|----------------|
| ÁLEX CONDE | MEDIAPUNTA | GIM. SEGOVIANA |
| MARQUITOS ALONSO | MEDIAPUNTA | CD ARENTEIRO |
| ANTÓN ESCOBAR | DELANTERO | BERGANTIÑOS CF |
| MANÍN GONZAGA | DELANTERO | SALAMANCA CF |
| UXÍO DA PENA | DELANTERO | CD ARENTEIRO |

CUERPO TÉCNICO Y DELEGADO

| | | |
|-----------------|------------|--------------|
| FRAN JUSTO | ENTRENADOR | CD ARENTEIRO |
| JAVIER GONZÁLEZ | AUXILIAR | CD ARENTEIRO |
| MANU DOMÍNGUEZ | AUXILIAR | CD ARENTEIRO |
| CELSO GONZÁLEZ | DELEGADO | CD ARENTEIRO |

JUNTA DIRECTIVA

| | | |
|-------------------|----------------|--------------|
| ARGIMIRO MARNOTES | PRESIDENTE | CD ARENTEIRO |
| JUAN B. FERNÁNDEZ | VICEPRESIDENTE | CD ARENTEIRO |
| MIGUEL A. ROMERO | SECRETARIO | CD ARENTEIRO |
| JOAQUÍN JIMÉNEZ | TESORERO | CD ARENTEIRO |
| MARÍA JESÚS BELLO | VOCAL | CD ARENTEIRO |
| LUCÍA FERNÁNDEZ | VOCAL | CD ARENTEIRO |
| MARÍA ROJAS | VOCAL | CD ARENTEIRO |
| MANUEL CID | VOCAL | CD ARENTEIRO |



FÚTBOL

LA CAMPEONA DE ESPAÑA VOLVIÓ A BRILLAR EN CANARIAS

La Selección Gallega sub 16 estará en la Fase Oro, tras dejar en el camino a Canarias y a Madrid.

La Selección Gallega sub 16 luchará por revalidar el título nacional, tras conseguir meterse en la “Fase Oro”, después de dejar en el camino a Canarias y a la Comunidad de Madrid. Los de Rubén López lideraron el grupo, derrotando primero a los madrileños por 3-0 y empatando posteriormente ante los insulares sin goles. De esta manera, la cosecha de cuatro puntos fue suficiente y el billete fue para los nuestros.

PRIMER ENCUENTRO BRILLANTE ANTE MADRID

La “Irmandiña” debutó en la primera fase del Campeonato de España ante la Selección Madrileña, una de las grandes favoritas al título. Pero la realidad fue muy diferente, pues los nuestros fueron un vendaval y arrollaron desde el principio. A los 25 minutos de juego llegó el 1-0, tras resolver Xandre un mano a mano a la perfección. Los madrileños no tiraron entre los tres palos en la primera mitad del encuentro. Tras el paso por los vestuarios, Xandre volvió a golpear a los cuatro minutos de reiniciarse el duelo, mientras que el 3-0 definitivo fue materializado por Rubén Fernández a pocos instantes de la conclusión.

ANTE CANARIAS LA CLASIFICACIÓN CASI ERA UN HECHO

El encuentro definitivo del grupo enfrentó a Galicia y a Canarias, teniendo ventaja los nuestros, ya que les valía un empate para pasar a la Fase Oro e incluso perder por una diferencia de menos de tres goles. A su vez, los canarios eran anfitriones y eso siempre da un plus, con lo que el partido prometía

emociones fuertes, ya que nunca conviene vender la piel del oso antes de cazarlo. Ante un panorama tan favorable, Galicia decidió no arriesgar, cedió el balón a un rival que no fue capaz de poner en apuros serios a los nuestros casi en ningún momento. Con el empate inicial se llegó al descanso y en la segunda mitad el guion continuó por los mismos derroteros, confirmándose finalmente un empate a ceros que dio el pase a una Irmandiña que luchará por revalidar el título logrado el pasado curso, y además con total merecimiento, ya que pasó esta primera fase con una grandísima autoridad.

FASE INTERMEDIA CAMPEONATO DE ESPAÑA SUB 16

| LOCAL | VISITANTE | MARCADOR |
|---------|-----------|----------|
| GALICIA | MADRID | 3-0 |
| GALICIA | CANARIAS | 0-0 |

CLASIFICACIÓN: 1º- GALICIA (4 PUNTOS), 2º- MADRID (3 PUNTOS), 3º- CANARIAS (1 PUNTO).



FÚTBOL

OTRA GENERACIÓN DE ORO QUE ASPIRA AL TÍTULO NACIONAL

Si la pasada campaña el peso lo llevaban los chicos de 2006, en esta son los nacidos en el año 2007.

La Selección Gallega sub 16 estuvo compuesta por 18 integrantes en la convocatoria final para afrontar la fase inicial del Campeonato de España en las Islas Canarias, habiendo chicos de cinco clubes, siendo los más representados Deportivo y Celta, como suele ser habitual y lógico, al ser las dos canteras trasatlánticas en nuestra comunidad. En esta ocasión fueron los blanquiazules los que más futbolistas aportaron a la Irmandiña con un total de siete, por seis de los celestes, mientras que el CD Lugo estuvo representado por dos de sus jóvenes promesas, al igual que el CD Conxo. No podemos olvidarnos tampoco del Ural Español CF, pues ahí estuvo también Sergio Montes, un talento de los más importantes del balompié gallego.

RUBÉN LÓPEZ: "LA FELICIDAD ES ABSOLUTA"

El seleccionador, Rubén López, atendió los micrófonos oficiales de la Federación Gallega de Fútbol, tras el choque definitivo: "La felicidad es absoluta, llegamos a Canarias con el claro objetivo de clasificarnos para la fase final, tuvimos enfrente dos selecciones potentísimas y lo conseguimos. El partido ante Madrid, con un esfuerzo inmenso, quizás hizo mella en el segundo ante Canarias. La temperatura aquí es muy alta, el calor y el esfuerzo del primer día nos hizo sufrir. Además, nos enfrentábamos a un gran rival, al cual teníamos analizado, sabíamos el tipo de jugador que tenía y a partir de ahí tuvimos claro lo que teníamos que hacer. Atrás no corrimos ningún riesgo, minimizamos las fortalezas del rival y el equipo estuvo presente, generó ocasiones, no entraron, pero el resultado nos vale, somos primeros y quiero dar la enhorabuena a los chicos, ya que trabajaron mucho para esto".

| SELECCIÓN GALLEGA SUB 16 | | |
|--------------------------|----------------|-------------------|
| JUGADOR | DEMARCACIÓN | CLUB |
| ANXO REGUEIRO | PORTERO | RC DEPORTIVO |
| IVÁN PÉREZ | PORTERO | RC CELTA |
| JORGE SÁLAMO | DEFENSA | CD CONXO SANTIAGO |
| SAMU FERNÁNDEZ | DEFENSA | RC DEPORTIVO |
| DAVID FERNÁNDEZ | DEFENSA | CD LUGO |
| PABLO GARCÍA | DEFENSA | RC DEPORTIVO |
| IKER FERNÁNDEZ | DEFENSA | RC DEPORTIVO |
| JULIÁN GALLO | CENTROCAMPISTA | RC CELTA |
| DANI NOYA | CENTROCAMPISTA | CD CONXO SANTIAGO |
| ANDRÉS ANTAÑÓN | CENTROCAMPISTA | RC CELTA |
| MATEO MUÑOZ | CENTROCAMPISTA | CD LUGO |
| ÁNGEL DÁVILA | CENTROCAMPISTA | RC CELTA |
| LUCAS CASTRO | CENTROCAMPISTA | RC DEPORTIVO |
| MARIO PRADO | DELANTERO | RC CELTA |
| SERGIO MONTES | DELANTERO | URAL ESPAÑOL CF |
| XANDRE | DELANTERO | RC CELTA |
| NICO RUIZ | DELANTERO | RC DEPORTIVO |
| RUBÉN FERNÁNDEZ | DELANTERO | RC DEPORTIVO |



**San Vicente
de Vimianzo**
FUNERARIA

Pontenova, 4
Vimianzo (A Coruña)
oficina@funerariasanvicente.es
www.funerariasanvicente.es

Ana Ansede Traba

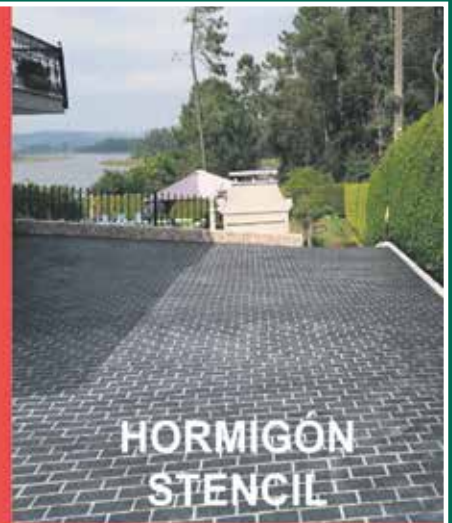
☎ 639 82 71 70

PAVIMENTOS

**N
O
R
V
I**



HORMIGÓN
IMPRESO



HORMIGÓN
STENCIL

ESPECIALISTAS EN SUELOS DE HORMIGÓN

Lugar Matodoso, 70 - O Matodoso - 27267 - Castro de Rey (Lugo)



657 629 058



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 - Vilaríño
15991 Cespón - BOIRO - A CORUÑA

Comerciales: 629 75 54 05 / 629 75 54 06 / 630 049 848
info@pirotecniaricardoeusa.com
Teléfono Fijo: 881 006 146



CARLOS CARVALHAL CUMPLE UNO SE SUS SUEÑOS

El técnico luso siempre quiso entrenar en España y tiene su primera oportunidad en el RC Celta.

No corren buenos tiempos en casa Celta, el primer equipo no arranca por el momento y la zona baja de la clasificación es una realidad casi desde el comienzo de la temporada, lo que acabó con la paciencia de una directiva que nunca terminó de congeniar con Eduardo Coudet, entrenador que siempre cumplió desde que llegó a Vigo, pero que tampoco tenía la confianza del máximo responsable de la dirección deportiva, un Luis Campos que, en términos futbolísticos, camina con ideas muy alejadas al técnico argentino. Por todo ello, a nadie debe sorprender la destitución, eso sí, el tiempo dirá quién tenía razón y si fue buena idea no seguir dejando al “Chacho” desarrollar su trabajo para llevar a la plantilla a buen puerto, por cierto, una plantilla con muchos cambios, tras perder a puntales importantes, entre ellos canteranos de calado, como Brais Méndez y un Denis Suárez defenestrado por el presidente, como por todos es sabido a estas alturas, y al que los técnicos tienen prohibido poner sobre el terreno de juego. El ambiente no es el más adecuado para pelear en una competición de máxima dificultad como la Primera División española, pero la realidad dice que ya no hay tiempo para lamentaciones, con una ventaja, el parón por el Mundial concede una segunda oportunidad, algo inusual, pero que es una absoluta realidad, ya que habrá una nueva pretemporada para poder acoplar piezas, e incluso un nuevo mercado para poder hacer cambios en la plantilla.

LLEGÓ CARVALHAL

Tras todo lo relatado, llegó Carlos Carvalhal, un entrenador con bastante

nombre en Portugal, tras conseguir éxitos muy importantes, entre los que destaca el haber llegado a la final de Copa con un Leixoes que militaba en la tercera categoría lusa por aquel entonces, jugando al curso siguiente la Copa de la UEFA, pues aunque cedieron ante el Sporting CP, los lisboetas ya estaban clasificados para la Champions. Corría el año 2002 y fue la primera vez que un club acudía a Europa sin estar en la máxima categoría de su país, siempre dejando a un lado al Castilla, que es filial del Real Madrid y acudió a la Recopa estando en Segunda en la temporada 1980/1981, tras llegar a la final de Copa, la cual perdió contra su hermano mayor, quien también fue campeón de liga ese curso, lo que posibilitó la participación del segundo equipo en la segunda competición continental del momento.

SU SIGUIENTE GRAN ÉXITO FUE EN SETUBAL

Carlos Carvalhal llegó en 2008 a Setubal y clasificó al Vitoria de Setubal para la Copa de la UEFA vía campeonato liguero, logrando también un título, ya que los suyos levantaron la Copa de la Liga, otro logro espectacular en una entidad muy modesta, a la que en una etapa anterior ya había logrado ascender a Segunda División. A raíz de este éxito, el Asteras Trípoli de Grecia le hizo una gran oferta y se lanzó a su primera experiencia fuera de Portugal, pero a los pocos meses de comenzar el curso, se marcha de mutuo acuerdo con el club. Pocos días después regresa a Portugal y firma en el Marítimo, donde no tuvo la mejor de las suertes, pero en noviembre de 2009 le llega la oportunidad en un grande, el Sporting CP, al que cogió en



FÚTBOL

una situación complicada, terminando finalmente la liga en cuarta posición, muy alejado del objetivo marcado por el club, tal vez de manera bastante irreal. Su siguiente experiencia fue en Turquía, a donde llegó en el verano de 2011, siendo destituido en abril con el equipo segundo, pero sin opciones de título. El curso siguiente lo comenzó en el Istanbul Basaksehir, terminando la experiencia a los tres meses de comenzar. Ahí llegaría una inactividad de casi tres años, en los que Carlos no dejó de trabajar y de empaparse de fútbol, rechazando bastantes ofertas, pues sus objetivos pasaban por el estudio de diferentes metodologías, que le llevasen a seguir creciendo como entrenador de élite.

EL NUEVO CARLOS

El nuevo Carlos Carvalhal, por decirlo de alguna manera, asume su primer proyecto en junio de 2015, y lo hace en la Championship de Inglaterra y de la mano de un histórico venido a menos como el Sheffield Wednesday. Las cosas le van de maravilla, pues logra clasificar al equipo para el play off de ascenso a Premier League dos años consecutivos. En el tercer curso en la casa, las cosas no estaban saliendo de manera tan brillante pero el Swansea se fija en él en el mes de diciembre, con lo que finalmente rescinde contrato con el Sheffield Wednesday, para iniciar su primer proyecto en la máxima división inglesa. El objetivo claro era sacar al equipo de la zona de descenso, algo que parecía un milagro, y aunque no pudo lograrlo, dejó muy buenas sensaciones, estando a tan solo tres puntos de la gesta.

HISTÓRICO RÍO AVE

Tras años en Inglaterra, su siguiente ilusión sería regresando a Portugal, en el Río Ave, volviendo a hacer historia. Y es que en Vila do Conde logró la clasificación para la UEFA Europa League, con lo que al término de ese curso 2019/2020, le llegó una oferta importante del Sporting Braga, club de



su ciudad natal, al que ya había entrenado catorce años antes en una corta etapa. En su casa triunfó a lo grande, llegando a la final de la Copa de la Liga del curso 2020/2021, cediendo con polémica ante el Sporting CP en el mes de enero, pero el mal sabor de boca se lo quitó pocos meses después, cuando su equipo ganó la Copa de Portugal a lo grande, tras derrotar al Benfica por 2-0 en la finalísima. Ya el pasado curso, el Braga disputó la Europa League, llegando a cuartos de final, donde cedió en la prórroga ante el Glasgow Rangers. Al final de curso puso fin a su segunda experiencia en su Braga natal, firmando con el Al Wahda, siendo cesado tras solo cuatro partidos y cuatro puntos sumados, algo pocas veces visto en el fútbol, pero en Emiratos Árabes no suelen tener mucha paciencia con los proyectos. Menos de un mes después de todo lo sucedido en tierras asiáticas, le llegó la oportunidad de fichar por el Celta de Vigo, cumpliendo así su sueño de entrenar en la Liga Santander.



CHRIS RAMOS: UN GADITANO EN LA LUCHA POR EL PICHICHI

Llegó a Lugo el verano del año 2020, para ganarse el cariño de la afición a base de sacrificio.

Chris Ramos llegó a Lugo el verano del año 2020, cedido por el Real Valladolid. El club pucelano se había fijado en sus condiciones cuando era jugador del San Fernando, fichándolo en el mercado invernal del curso 2017/2018, pero tan solo cuatro meses después decidió que el delantero centro no estaba todavía maduro para formar parte de la plantilla de la siguiente campaña. Ramos tenía 21 años y se fue cedido al Sevilla Atlético, para una temporada después encadenar una segunda cesión, esta vez en el Badajoz, conjunto con el que jugó el play off de ascenso a Liga Smartbank. De esa manera se llegó al mencionado verano de 2020, momento en el que el gaditano tuvo la posibilidad de regresar a la Liga Smartbank, eso sí, no en el Real Valladolid, sino en el CD Lugo, acumulando así una tercera cesión. En el Anxo Carro dejó muestras de sus grandes condiciones y aunque no tuvo un año muy goleador, convenció por completo a la afición. Su garra, espíritu de sacrificio, pundonor y carácter lo llevaron a ganarse también el respeto de técnicos y compañeros, siendo un jugador que aunque no fue titular de manera habitual, saltó al terreno de juego en todos los encuentros ligeros, a excepción de los disputados ante Fuenlabrada, Girona y Castellón, siendo muy importante para que el equipo alcanzase la meta de la permanencia. Al término de la campaña, el ariete regresó a Valladolid, para rescindir contrato pocas semanas después y unirse definitivamente al CD Lugo. Ramos llegó libre en julio de 2021, comprometiéndose con la entidad hasta el 30 de junio de 2024. En su segunda campaña en la casa, Chris ya se hizo con la titularidad, sumando más de 3000 minutos y anotando 7 goles, para vivir el mejor momento de su carrera deportiva en la actualidad, en esta temporada

2021/2022, en la que pelea por el pichichi, cuando se llevan disputadas 14 jornadas, en las que vio puerta ya en seis ocasiones, ocupando el segundo lugar de la tabla de máximos artilleros, siendo superado tan solo por Myrto Uzuni, jugador del Granada CF.

FICHA TÉCNICA

| | |
|---------------------------------|--|
| NOMBRE Y APELLIDOS | CHRISTOPHER RAMOS DE LA FLOR |
| FECHA DE NACIMIENTO | 18 DE ENERO DE 1997 |
| LUGAR DE NACIMIENTO | CÁDIZ |
| CLUBES A LO LARGO DE SU CARRERA | MERCADAL SAN FERNANDO "B" SAN FERNANDO REAL VALLADOLID SEVILLA ATLÉTICO (CEDIDO) CD BADAJOZ (CEDIDO) CD LUGO (CEDIDO) CD LUGO |



FÚTBOL

LA CANTERA YA TIRÓ LA PUERTA ABAJO

El RC Deportivo debe mirar a Abegondo de una vez por todas.

La temporada 2022/2023 está volviendo a dejar claro que en el RC Deportivo hace falta un cambio de rumbo y además de manera muy urgente. El primer equipo tiembla en cada partido, aunque viendo el vaso medio lleno, conserva las opciones de ascenso directo, algo que ya no es poco, tras un mercado de verano absolutamente nefasto, en el que los fichajes están dejando mucho que desear, siendo las dos únicas noticias positivas, Rubén Díez y un Max Svensson defenestrado por Borja Jiménez, pero que con Óscar Cano está brillando con luz propia y convenciendo cada vez más a la fiel parroquia blanquiazul.

Y en el medio de un panorama más que preocupante, la cantera no se cansa de pedir a gritos oportunidades a base de actuaciones espectaculares e históricas, brillando con luz propia, siendo incluso Campeona de España juvenil hace menos de año y medio con una generación casi íntegra de segundo año. Mirando más a la actualidad, el Fabril lidera la Tercera División con una plantilla jovencísima, en la que vuelven a lucir la mayoría de los grandes futbolistas de esa mágica generación que triunfó a nivel nacional, de la que dos jugadores están ya en el primer equipo, Trilli y Peque, aunque eso sí, en la actualidad no salen al campo casi ni por recomendación. Y todo esto estando el Depor en el tercer escalón del fútbol nacional, pero lo peor de todo, aún hay quién habla en el club de que hay que tener paciencia. Paciencia es la que están teniendo muchos de los canteranos nacidos en los años 2002, 2003, 2004 y 2005, para no mandar al Depor a freír espárragos y aceptar una de las diferentes grandes propuestas que fueron recibiendo de entidades nacionales e incluso, en algunos casos, europeas.

En la Plaza de Pontevedra no hay dirección deportiva y todo está en manos de una secretaria técnica que hace de todo, eso sí, menos conceder ruedas de prensa para dar alguna explicación de lo que lleva sucedido desde el comienzo del curso, y que a la vez deja más que claro que ellos solos no pueden con todo esto, como es lógico y normal. No se trata de echarlos del club, ni mucho menos, sino de que de una vez por todas se puedan dedicar a ser “secretarios técnicos”, solo eso, pues entre otras cosas, es la labor para la que fueron contratados, el resto ya son inventos casi de carcajadas en un club serio y que aspira a un ascenso a Segunda División.

Tras todo lo relatado, igual va siendo horas de que el consejo de administración dé señales de vida y comience a mirar a Abegondo, para que, de paso, una entidad centenaria y con 6 títulos nacionales deje de hacer el indio por España adelante en busca de futbolistas de Segunda “B”, como si jugar en el Depor fuese moco de pavo, o estuviese para cualquiera. Que no tienen mucha idea del mundillo del fútbol no es nuevo, lo increíble es que ante eso se atreviesen a asegurar en su día que a A Coruña no llegaría ningún director deportivo hasta ascender a Segunda. No son más ilusos porque ya no se puede serlo más, pues vienen a decirnos que esto es fácil, que aquí con el nombre y poco más, nos vemos en Cuatro Caminos en el mes de mayo con un autobús descapotable, para después pasar por María Pita a saludar desde el balcón. No han aprendido nada de dos años muy flojos, en el que el equipo no cumplió el objetivo, y lo que es peor, ni siquiera fue capaz de construir algo positivo de cara al futuro, pues a día de hoy, la plantilla 2022/2023 es muy inferior a la de 2021/2022, por muy increíble que pueda parecer.



FÚTBOL

MANU JUSTO GANA LA PARTIDA EN LA DELANTERA

El Racing de Ferrol cuenta con dos arietes que son la envidia de la Primera RFEF.

El Racing de Ferrol cuenta con una plantilla muy importante dentro de la Primera RFEF, y además lo está demostrando con grandes resultados desde el comienzo de la temporada. Cristobal Parralo dio con la tecla y su equipo se instaló en el pelotón cabecero, siendo una de las grandes sensaciones del primer cuarto de competición. El conjunto verdillo tiene calidad en todas las líneas y lo que es más importante para poder llegar a un objetivo ambicioso, competencia. Uno de los casos más relevantes está sin duda en la delantera, pues por primera vez en casi una década, Joselu no está partiendo como punta titular. El de Palmeira continúa siendo uno de los grandes arietes de la categoría, de eso no cabe duda, pero es que en A Malata aterrizó otro puntal, el olívico Manu Justo. La disputa es feroz y por el momento es el segundo el que está saliendo de inicio, situándose como segundo máximo artillero del grupo 1, tras anotar cinco dianas en once encuentros. También Joselu sabe lo que es marcar esta temporada, aún saliendo desde el banquillo, pues hizo el gol del empate ante el Córdoba, uno de los grandes rivales de los ferrolanos para el ascenso.

DIO EL SALTO A SENIOR DESDE EL JUVENIL DEL AREOSA

Cuando hablamos de Manu Justo, lo estamos haciendo de un chico que salió hacia el fútbol senior desde el Areosa juvenil, conjunto que por entonces jugaba en División de Honor. Su primera experiencia fue en el Rápido de Bouzas, fichando un año después por el Arosa SC. En Villagarcía brilló durante dos temporadas, lo que lo llevó a escalar hacia la Segunda B, después de aceptar una oferta del Coruxo FC. Nuevamente en su ciudad natal, Justo

destapa el tarro de las esencias, juega, asiste, y anota una decena de goles como verdillo, dejando claro que estaba preparado para más. Y ahí apareció el Elche, por entonces en Segunda División, corría el mes de junio del año 2019. Manu firma un contrato de tres temporadas, pero se da la circunstancia de que nunca llegó a jugar como ilicitano en partido oficial. El primer curso fue cedido al UCAM Murcia, pero en el mes de enero tiene una oferta muy interesante del Celta "B" y finalmente se llega a un acuerdo entre todas las partes para que pueda probar suerte en el filial, eso sí, también cedido por un Elche que no quiso hablar de traspaso en ningún momento. Como celtiña jugó curso y medio, pues en el mes de junio ambos clubes acordaron renovar la cesión, dejando el jugador un muy buen sabor de boca. El ascenso del Elche a Primera le complicó las cosas para poder quedarse en el primer equipo ilicitano, y en su tercera campaña en la entidad volvió a ser cedido, esta vez al Racing de Santander. Con el club cántabro fue bastante importante nuevamente, el grupo logró el objetivo del salto a Liga Smartbank y Justo jugó de manera habitual, metiendo goles muy importantes y que significaron sumar los tres puntos. Al acabar la temporada regresó a Elche, para quedar libre de manera definitiva y firmar un contrato de un año con el Racing de Ferrol el pasado mes de julio. Por el momento las cosas están saliéndole a las mil maravillas, se está revalorizando con 26 años y ya hay clubes de la Liga Smartbank que tienen apuntado su nombre de cara al futuro. El Racing también intentará renovarlo, algo que a buen seguro conseguirá si logra el soñado ascenso, pues las partes se entienden de maravilla y cuando eso sucede, pocas cosas pueden impedir que termine por haber fumata blanca.

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

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

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

PIZARRAS HERMANOS CASTEDO

Tifs.: 982 231 874
 610 558 035
 pizarrascastedo@hotmail.com

Ctra. Lugo - Fonsagrada. km 4 (Barbain) O CARQUEIXO - LUGO
 Castedo. IB - CASTROVERDE

- RECONSTRUCCIÓN DE TEJADOS VIEJOS
- TODO TIPO DE CUBIERTAS DE PIZARRA
- CUBIERTAS DE PANEL SANDWICH
- TODO TIPO DE MEDIANERAS
- VENTANAS VELLUX - CANALONES
- VENTA DE TODO TIPO DE PIZARRA
- IMPERMEABILIZACIONES

¡Pidanos Presupuesto sin compromiso!

www.pizarrascastedo.com

PAULETA TRIUNFA EN LISBOA

- La de Redondela pide a gritos la llamada de la Selección Nacional.

Parece que fue ayer, pero han pasado ya más de seis años desde que Paula Domínguez, más conocida en el mundo del fútbol como "Pauleta", pusiese rumbo a Portugal, para continuar con su prometedora carrera en las filas del Sporting Braga. Desde entonces ya no salió del país luso, triunfando a lo grande a las orillas del Miño, para dos años después fichar por uno de los grandes, el todopoderoso Benfica, donde continúa en la actualidad, siendo la capitana y una de las grandes referencias.

SUS INICIOS FUERON EN EL CASA PACO

Nacida en Redondela, Pauleta se inició en el mundo del fútbol siendo una niña, en la cantera del Casa Paco, pasando también por la Escuela de Fútbol Base de Redondela. Posteriormente llegó su primer gran salto, pues fichó por un histórico del fútbol gallego, uno de los equipos más grandes que hubo en Galicia, el extinguido Federación Viguesa de Peñas Recreativas El Olivo. Pauleta jugó allí hasta los 19 años, fichando por el Sporting Braga en el verano del año 2016. El reto era importante, pues fue el paso definitivo al profesionalismo. No lo acusó, continuó brillando con luz propia, como hacía en El Olivo, convirtiéndose en una de las jugadoras más importantes del campeonato luso casi desde el primer momento. Tras dos años como "guerreira", poniendo "o Minho" a sus pies, la centrocampista recibe una gran oferta del Benfica. No era un paso fácil de dar, pues estamos hablando de los comienzos del club lisboeta con la sección femenina y el objetivo era el ascenso a Primera, es decir, jugar en el Benfica significaba jugar en Segunda al menos durante un curso. No importó, Pauleta lo tuvo claro y confió plenamente en el ambicioso proyecto que le brindaban en Lisboa.

EN EL BENFICA LLEGARON LOS TÍTULOS

Y en la capital lusa llegaron los mayores éxitos de la carrera de Pauleta y además desde el principio. La verdad es que el proyecto pintaba a espectacular, pues no podemos olvidar la magnitud de la entidad de la que estamos hablando, pero no es precisamente sencillo llegar y besar el santo. El primer curso como "encarnada" fue de ensueño, logrando el ascenso, algo más que previsible, pero añadiendo también un título, el de Copa de Portugal, algo casi impensable antes del comienzo, pero que a la vez las jugadoras siempre tuvieron en la cabeza. El segundo curso comenzó de manera brillante nuevamente, ganando la Supercopa, yendo las cosas también de maravilla en el campeonato liguero, pero en el mes de marzo llegó la pandemia provocada por el covid, y la competición se suspendió con el Benfica líder, eso sí, empatadas a puntos con el Sporting, pero el curso ya no se reanudaría, quedando el título del año 2020 vacante. Con todo, la clasificación sirvió para dictaminar que conjunto se llevaría la plaza Champions, siendo para un Benfica que como mencionamos anteriormente iba líder por golaveraje. Ese mismo curso también llegó un nuevo título, pues en el mes de enero se jugó la final de la Copa de la Liga y las "encarnadas" se impusieron al Sporting Braga.

LA PRIMERA LIGA LLEGÓ EN 2021

No pudo ser en 2020, tras suspenderse el campeonato, pero el conjunto lisboeta no perdonó un año después, levantando el primer título liguero de su historia. Fue un curso de doblote, pues las rojillas también ganaron la Copa de la Liga. El debut en Champions fue otro de los alicientes, terminando la experiencia en dieciseisavos de final, cediendo ante el Chelsea. Ya la pasada campaña, el Benfica volvió a llevarse el título liguero, mientras que en Champions pasó las rondas previas, para plantarse en el top-16, jugado en modo liguilla, cayendo en un grupo en el que se clasificaron Lyon y Bayern de Múnich.





FABIANO VUELVE A SER "O REI" DE SAN LÁZARO

El brasileño dirige un equipo al que imprimió raza, carácter y espíritu ganador.

No corrían buenos tiempos por casa Compos, ya que tras un verano cargado de incertidumbre, el equipo no comenzó bien el curso y la plantilla comenzaba a crear verdaderas dudas en una aficionado que desde un primer momento se aferró al buen hacer de uno de sus grandes ídolos de la época dorada, Fabiano Soares. Y el brasileño no solo fue capaz de hacer creer al grupo de sus grandes posibilidades, sino que le imprimió ese carácter y esa garra que ya él tenía como jugador, llegando poco a poco las victorias que permitieron al equipo abandonando la parte baja e incluso situarse ya a tan solo un punto del play off al término de la décima jornada. Derrotar a este Compostela es complicadísimo en la actualidad, aunque a la vez tampoco debe esconderse que para pelear por algo grande con garantías, no estaría demás retocar la plantilla en posiciones puntuales de cara al mercado invernal.

LA SINTONÍA ES ABSOLUTA ENTRE GRADA Y EQUIPO

Una de las grandes bazas del Compos es la gran comunión que hay entre afición y equipo, y de eso solo hay un artífice, Fabiano Soares, que vuelve a ser "O Rei" de San Lázaro, sin ningún género de dudas. Y es que todo fluye al son que marca el canarinho, un técnico que tiene las cosas muy claras, fútbol sí, pero lo primero es competir, y eso hay que hacerlo siempre, de la manera que sea, por lo civil o lo criminal, siempre en el buen sentido del término.

UNA LIGA IGUALADÍSIMA

La Segunda RFEF ya fue el curso pasado una categoría en la que las diferencias fueron mínimas, volviéndose a repetir esta campaña ese mismo patrón,

al menos por el momento. Por todo ello, no caben los descuidos, pues en un abrir y cerrar de ojos caes muchas posiciones en la clasificación, al igual que una serie de tres o cuatro victorias consecutivas te sitúa en la pomada para pelear por todo.

EQUIPO BASTANTE GOLEADOR

El Compostela anotó hasta el momento doce goles en los primeros diez partidos, una cifra que no es que sea espectacular, pero que sirve para que sea uno de los conjuntos que más anota del grupo 1 de Segunda RFEF, lo que habla por sí solo de lo que cuesta todo en esta categoría. El balance tampoco es malo en cuanto a los goles en contra, pues los santiagueses encajaron nueve, es decir, menos de uno por partido, lo que deja muy claro el buen hacer de un equipo que continúa creciendo y que todavía no alcanzó su mejor versión.

EL EQUIPO JUVENIL PELEA POR LA PERMANENCIA

El Compos juvenil pelea por la permanencia en División de Honor y lo hace con una plantilla que está capacitada para poder alcanzarla, aunque por el momento acumula menos puntos de los que realmente mereció. A su vez, el nivel de una liga como la que estamos hablando es elevadísimo y las jóvenes perlas deberán hilar muy fino hasta final de curso, pues a poco que llegue el equilibrio en las áreas, este equipo ganará muchos enteros. Otro dato a tener en cuenta es que el Compos ya jugó contra la mayoría de los grandes en lo que va de primera vuelta y está a solo dos puntos de abandonar el descenso.



FÚTBOL

“LOS PRESUPUESTOS EN TERCERA YA SE DISPARAN”

Carlos García, presidente de la UD Paiosaco, apuesta por la permanencia de los suyos a final de temporada.

El presidente de la UD Paiosaco, Carlos García, confía plenamente en la salvación de los suyos, en lo que está siendo el curso del regreso a la élite gallega, tras un brillante ascenso desde el grupo norte de Preferente Galicia. El máximo mandatario verdiblanco conversó con el departamento de redacción de Galicia Sport, en una interesante entrevista, la cual les exponemos a continuación.

- Carlos, son ya ocho temporadas como presidente de la UD Paiosaco, en las que hicisteis historia. Desde aquel 2015 hubo mucha magia, ascensos, títulos coperos y bueno, ahora volvéis a Tercera, a la élite gallega.

- “Sí, hubo momentos muy bonitos, quizás aquel primer ascenso a Tercera División fue lo más espectacular, después, este retorno también fue muy bueno, sobre todo porque tampoco era algo que se estuviese buscando de manera desesperada, pero aquel primer ascenso y ganar las dos Copas de A Coruña fue una alegría desproporcionada, sobre todo la primera de ellas, pues hacía mucho tiempo que no se ganaba y en nuestro pueblo siempre se le dio una importancia muy grande a la competición copera. Además, fue en Riaza, delante de más de 3000 personas, entonces eso son momentos espectaculares para la historia del club y que recordamos todos con cariño. Mirando a esta temporada, la hemos preparado de la mejor manera posible, siempre dentro de nuestras posibilidades, por ahora nos está costando pero yo creo que vamos a mejorar y a alcanzar la permanencia”.

- Es un salto importante el de Preferente Galicia a Tercera RFEF, ¿quizás el más grande dentro de las categorías autonómicas?

- “Sí, se nota mucho, los presupuestos en Tercera ya se disparan, nosotros tenemos el que tenemos, podemos llegar a donde podemos llegar, no podemos competir con otros equipos que están en nuestra zona, unos por presupuesto y otros por tema de historia, de llevar años en la competición. Es que estamos tres o cuatro equipos en veinte kilómetros y todos peleamos por los mismos jugadores, imagínate lo difícil que es para el Paiosaco. Nosotros somos los más modestos, por decirlo de alguna manera”.

- Pero también sois de tirar de ingenio y menudos engranajes montáis a base de ello.

- “Los jugadores que vienen a jugar aquí tienen claro que lo único que se les pide es que peleen hasta el último momento y den todo por el escudo. La gente con eso ya se marcha contenta. El ejemplo pudo ser el partido ante el Arteixo de hace un par de semanas, pues a pesar de la derrota, que fue un varapalo, la gente despidió a los jugadores con aplausos y animándolos, pues lo dieron todo e incluso podemos decir que merecieron más. Nosotros queremos revertir la situación y seguir en la categoría y estoy seguro que vamos a tener nuestras opciones. Yo confío a tope en el equipo y por supuesto, en el cuerpo técnico”.

- Aunque el equipo esté en la zona baja, eso no quiere decir que no compitiera, pues lo hizo en la gran mayoría de los partidos, yo diría que en todos, a excepción del jugado ante el Estradense.

- “Sí, yo también pienso lo mismo. Por ejemplo, se compitió bien ante el Fabril, en Villagarcía merecimos muchísimo más, tuvimos ocasiones para sacar un mejor resultado, después aquí con el Estradense fue nuestro peor partido, junto con la primera parte de Viveiro, que por errores propios se nos complicó todo, además el campo estaba impracticable, fallamos bastantes ocasiones en la segunda parte y no pudimos puntuar. Esta es una competición en la que cada error en las áreas penaliza muchísimo, ahí es donde más se nota el cambio de Preferente a Tercera”.

- De lo que no hay duda es de que en afición, pocos clubes pueden presumir de una tan fiel como la del Paiosaco.

- “La afición es algo que los jugadores descubren cuando vienen aquí. En nuestro campo siempre hay 300 o 400 personas que están animando al equipo, están con ellos e incluso cuando jugamos fuera hay mucha gente que se desplaza, sea donde sea, vayamos a O Barco, a Ourense, o a donde sea, siempre tenemos nuestros 40 o 50 aficionados animando y eso siempre es de agradecer, porque no hay casi ninguna afición que lo haga. Aquí, muchas veces tenemos aficionados hasta en los entrenamientos, mirando el entrenamiento, animando, hablando con los jugadores al final, etc. Esas cosas son las que nos hacen también diferentes y por todo ello la gente está tan a gusto en el club”.

- Carlos, algo que me consta es que para ti es especial ese fútbol base, son 16 equipos, contando al femenino en la Liga de Fútbol-7, sois ya una entidad trasatlántica en número de licencias.

- “Uno de los principales motivos por los que esta directiva está aquí es precisamente por eso, por el fútbol base. Está claro que la punta de lanza que tienes siempre es el primer equipo, pero nosotros por lo que entramos fue por la base, por tener un buen proyecto ahí también. Yo en el Paiosaco ya estuve echando una mano como entrenador, después quedé de coordinador y después ya me metieron a presidente, que yo no quería, te soy sincero, pero alguien tenía que asumir el cargo. La verdad es que estamos bastante orgullosos de nuestra escuela, ahora también queremos aumentar la calidad e ir sacando algún jugador hacia el primer equipo, eso es lo que buscas, que lleguen al primer equipo. Después, estamos muy orgullosos también, porque hay jugadores que salieron de aquí, que están ahora en la base de canteras como la del Depor y también de clubes de A Coruña que militan en competiciones importantes como las Ligas Gallegas o las Divisiones de Honor. Ojalá lleguen a profesionales y si no puede ser, pues aquí tienen su casa para jugar como senior en el primer equipo, en su club, en su casa”.

- Y volvéis a recuperar el equipo femenino, después de deshacerse en su momento, debido en gran medida a la pandemia provocada por el covid.

- “Sí, efectivamente, así fue. En el fútbol femenino por ahora hay menos licencias que en el masculino y eso aún lo hace todo más complicado para nosotros. Ahora recuperamos la sección, nos costó mucho, pero comenzamos otra vez en la Liga de Fútbol-7 y esperamos pasar ya pronto a las competiciones de fútbol-11. Estamos muy contentos, son jugadoras jóvenes, muy luchadoras, que tienen mucha ilusión y la verdad es que estamos orgullosos de ellas”.

- Ya para terminar la entrevista, un mensaje para la gente de Paiosaco y para todos los socios del club.

- “No podemos pedirles nada más, al final son más de 650 socios, incluyendo la base. Son muchos socios, pues nuestro pueblo tiene 900 habitantes, sé que también algunos son de fuera, pero estamos muy contentos del apoyo de nuestro pueblo, además es que siempre que necesitas algo, la gente responde y se vuelca, incluso sea o no sea socia, es que siempre nos están apoyando, es que nos siguen cada fin de semana, es que de verdad, no nos podemos quejar de nada, como tampoco nos podemos quejar de las ayudas del ayuntamiento, pues nos ayudan con las instalaciones, con subvenciones, con todo tipo de cosas que se necesiten, estamos muy contentos. Está claro que todo se puede mejorar, pero quejarse es imposible quejarse de nada”.



Gallega

Gallega de Mallas S.L.

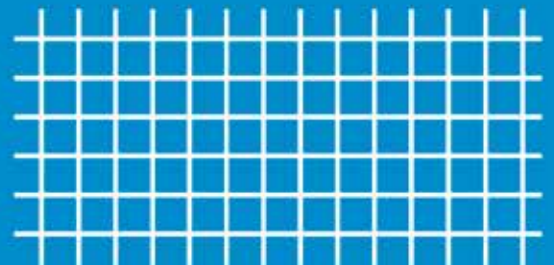
GRUPO HIERROS AÑÓN

Rúa de Madeira, Parc. E2
Pol. Ind. Bértoa
15105 Carballo - A Coruña

T. 981 641 230

info@gallegamallas.es
www.gallegamallas.es

Desde 1994





FÚTBOL

SCD PASTORIZA: UNA ENTIDAD MODÉLICA Y QUE NO SE CONFORMA

Pablo Pérez coordina un proyecto que cuenta con 17 equipos en competición cada fin de semana.

La Sociedad Cultural Deportiva Pastoriza continúa firme en su apuesta por su escuela deportiva de formación, a la cual dio un gran impulso en el año 2015, iniciando así una nueva era deportiva, social y cultural, con un lema muy claro, "PastorizaMasQfútbol". A su vez, la sección femenina tomó un gran protagonismo, convirtiéndose en la segunda con más licencias de toda la delegación de A Coruña, tan solo por detrás de la del Victoria CF.

Mirando al cómputo global del club, hasta 17 equipos salen a competir cada fin de semana: senior masculino, senior femenino, juvenil, cadete, dos infantiles, tres alevines, dos benjamines, dos prebenjamines, un equipo promesas femenino, un infantil femenino, un femenino en la liga de fútbol-7 y un equipo de veteranos. Los datos hablan por sí solos y es que los del concello de Arteixo han trabajado mucho y bien, la gente confía en ellos y su masa social no deja de crecer cada temporada.

EL SENIOR FEMENINO SUEÑA CON EL ASCENSO

Seis triunfos y un empate colocan al Pastoriza en segunda posición, a tan solo dos puntos del liderato. Las de Rubén Bárcena tienen ya un buen colchón de puntos respecto al sexto clasificado, con lo que salvo sorpresa mayúscula estarán en la fase de ascenso a 1ª División de la Liga Gallega. Alba García y Diana Rey están de dulce de cara a puerta y pelean por el pichichi de la competición, pero no podemos dejar de destacar el gran estado de forma del equipo en global, siendo ejemplos claros, Cris Revuelta, Noa Naveira, Zaira Rodríguez, Candela Moreno, Celia Vallejo o Rocio Tasende, tan solo por nombrar a algunas de las grandes jugadoras que posee esta modélica entidad.

PLANTILLA SCD PASTORIZA- LGF 2ª DIVISIÓN

KARLA YESSENIA CALVO BECERRA

YEIMI KARINA CALVO BECERRA

NOA FERREIRO CABADO

ALBA GARCÍA CASTRO

MARÍA EUGENIA GASALLA DEL PUERTO

MARÍA GEREMÍAS TABOADA

ANA GÓMEZ RODRÍGUEZ

BEGOÑA IGLESIAS LOUREIRO

CARMEN MARTÍNEZ CANEDO

MARÍA CANDELA MORENO SABIO

NOA NAVEIRA GÓMEZ

CRISTINA REVUELTA ÁLVAREZ

DIANA REY ARES

ZAIRA RODRÍGUEZ BARRIO

ROCÍO TASENDE RAMA

ANTÍA VÁZQUEZ GARCÍA

UXÍA VÁZQUEZ GARCÍA

CLAUDIA VEIGA SÁNCHEZ

SABELA VEIGA SÁNCHEZ

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

REVESTIMENTOS NORDÉS

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

ROCA
 Santiuste

Av.Arteixo 80 - San Andrés 121
 www.rocasantiuste.com

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

Calefacción, Biomasa, Solar térmica, Refrigeración

Café Colón

Colón, 7 - CARBALLO ☎ 981 702 706

café bar GALICIA
 CARBALLO

BOBS
 Hamburguesas
 Bocatas calientes

CARBALLO - Tel. 606 58 54 08

CASA CRUZ
 CERVECERIA - ALBERGUE

☎ 982 545 140
 652 204 548

RESERVAS info@casacruzportomarín.com
 C/ Benigno Quiroga 16 PORTOMARÍN (LUGO)

Especialistas en la instalación de sistemas de calefacción

Instalaciones

JUAN
"BALOO"



LUN-VIER 9:00 - 13:00 y 15:00 - 19:00

619 904 695 balooxd@gmail.com
C/Lino Sexto Sánchez, 4 bajo, 15800, Melide www.instalacionesbaloo.es

¿HUMEDADES?

HUMENOR.es

INGENIERIA EN HUMEDADES

Diagnóstico Gratuito 981 105 053

AR INSPLABER S.L.
ANTONIO REGUEIRA LORENZO

Ingeniería Acústica
Estanterías de Pladur
Tabiquería y Trasdosado
Aislamientos e Insonorizaciones
Falso Techo Continuo y Desmontable

981 732 819 / 609 939 296 insplaber@yahoo.es

Polígono Industrial de Bértoa - C/ da Lousa, Nave 5 , Parcela D-8 - 15105 - Carballo (A Coruña)







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

Teléfonos:
981 73 43 92 - 610 506 909



XANELA
ocio e animación

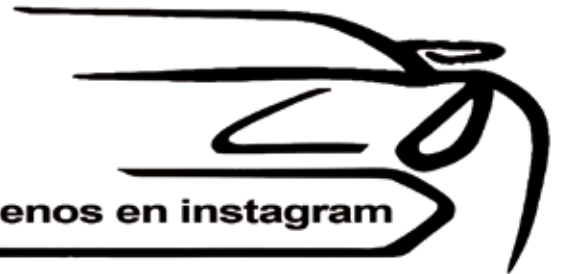
Ocio e animación para todos

www.xanelaocio.com info@xanelaocio.com 682 105 450

POLIDEPORTIVO

VO FERROL



VEHÍCULOS DE OCASIÓN  síguenos en instagram

C/ Otero Pedrayo, 8 - Pol. de la Gándara - 15407 FERROL · A CORUÑA - T.: 686 315 140



Presupuesto sin compromiso
Precios económicos

Montaje de muebles
Portes y guardamuebles
Embalaje

629 477 028



Avda. Coruña n.º 78 Bajo
982 103 396 · 631 307 613

C/ Montero Ríos n.º 11 - 13 Bajo
982 041 500 · 602 322 380

 ORochoZamano

MÁS DE 40 AÑOS FABRICANDO E INSTALANDO CON GARANTÍA



Telf. 981 821 565
Piñeirño 5 - La Rasa - NOIA
rotulosageitos@gmail.com





LA SELECCIÓN GALLEGA DE HOCKEY SOBRE HIERBA ESTUVO EN LOS NACIONALES SUB 18

En este 2022 se cumplió el objetivo, tras participar tanto en categoría masculina como en femenina.

La Selección Gallega acudió a Somontes (Madrid) para participar en los Campeonatos de España en categoría sub 18. Las cosas fueron muy bien, ya que más allá de los resultados, se vio la clara evolución, tanto de las nuestras como de los nuestros, finalizando tanto el combinado femenino como el masculino en sexta posición. José Miguel Guevara, jugador de Escola HC, fue el máximo anotador “irmandiño” con tres dianas. Esta fue la primera edición en los últimos años en la que Galicia acudió con ambas selecciones, otro dato a tener muy en cuenta, pues aunque es evidente que queda mucho camino por recorrer, a la vez también se ven los frutos del gran trabajo realizado por técnicos, directivos y unos deportistas que se esfuerzan en el día a día con la clara ilusión de llegar a jugar en categorías importantes del hockey hierba nacional. Un gran ejemplo de ilusión por el hockey y de trabajo bien realizado en las últimas campañas es Escola HC, pues no podemos olvidar que son una entidad creada hace menos de un lustro y ya se deja ver, incluso aportando jugadores y jugadoras a los combinados autonómicos, como en esta ocasión, pues en la Comunidad de Madrid estuvieron hasta ocho representantes del club coruñés, además de Noa Antelo y Antía Suárez, chicas cedidas este curso en el Albor de Ourense.

Mirando al nivel del resto de selecciones, una temporada más volvió a quedar claro que Cataluña es la gran potencia nacional, seguida de la Comunidad de Madrid. Una de las sorpresas más agradables llegó con el tercer puesto de Cantabria en categoría femenina. Las cántabras jugaron un hockey de altura y mostraron el grandísimo nivel de una generación envidiable y que a buen seguro seguirá dando muchísimo que hablar.

CLASIFICACIÓN FEMENINA

1º CATALUÑA

2º MADRID

3º CANTABRIA

4º PAÍS VASCO

5º VALENCIA

6º GALICIA

7º ANDALUCÍA

8º ASTURIAS

CLASIFICACIÓN MASCULINA:

1º CATALUÑA

2º MADRID

3º PAÍS VASCO

4º ANDALUCÍA

5º CANTABRIA

6º GALICIA

7º ASTURIAS

8º VALENCIA



POLIDEPORTIVO

EL EQUIPO JUVENIL FEMENINO DEL CH ALBOR BRILLÓ EN SANTANDER

Las pupilas de José Ramón Veloso no pudieron finalizar primeras pero fueron la gran sensación.

La ciudad cántabra de Santander acogió los sectores Nacionales de la Copa de España Juvenil Femenina de hockey sobre hierba, que se han disputado desde el viernes 18 al domingo 20 de Noviembre. Allí estuvo un representante de nuestra comunidad, un CH Albor que fue la gran sensación, y todo ello a pesar de no obtener la clasificación.

Pero es que los de la ciudad de As Burgas brillaron con luz propia y aunque no pudieron obtener billete hacia la fase final, fueron capaces de competir de tú a tú contra todos los rivales, quedándose a las puertas. Las pupilas de José Ramón Veloso han dejado una excelente imagen, y eso que partían en inferioridad de condiciones, pues no podemos olvidar que no entrenan todas juntas en el día a día, pues varias de las chicas están cedidas por Escola HC y viven en A Coruña, ya que en Galicia escasean las licencias en las categorías más altas, no así de infantiles para abajo, donde ya se nota el buen hacer de las últimas campañas por parte de los clubes en el fomento del hockey hierba. Además, también hubo algún contratiempo de última hora en forma de lesión, pero la garra de estas “guerreras indomables” superó todos los límites, llegando a jugar chicas con grandes contracturas en el último partido, y todo ello por petición propia. Finalmente no pudieron quedar primeras, pero estuvieron realmente cerca, pues cada vez que salieron al terreno de juego, defendieron cada bola, se sacrificaron y mostraron una concentración tan espectacular, que tácticamente los errores fueron contados en el campeonato. Por si fuera poco, aprovecharon las oportunidades en ataque y llegaron con opciones hasta el último segundo de la última jornada. Eran pocos los que podían esperar un rendimiento tan formidable y la ovación fue de calibre superlativo al terminar el encuentro ante

un RGC Covadonga que temió por la clasificación, pese a ser el favorito, pues entre otras cosas, no pudo desnivelar la contienda hasta el último minuto del encuentro.

Ojo a este grupo de jugadoras que ha logrado reunir el CH Albor, pues si logra tener continuidad, puede dar muchísimas alegrías ya a corto plazo. En Santander lanzaron su primer gran aviso, pero tienen carácter ganador, no se conforman y ya dejaron claro que quieren más.

| RESULTADOS | |
|---------------------|---|
| C.H. ALBOR (2) | - AT. TERRASA (1) |
| SARDINERO (1) | - CH ALBOR (1) |
| RGC COVADONGA (1) | - C.H. ALBOR (0) |
| CLASIFICACIÓN | |
| 1º | RGC COVADONGA, GIJÓN |
| 2º | C.H. ALBOR, OURENSE |
| 3º | SARDINERO HC, SANTANDER |
| 4º | ATLETIC TERRASA HC |
| PLANTILLA | |
| PORTERAS: | CARLOTA Y ANTÍA. |
| JUGADORAS DE CAMPO: | SABELA, YAIXA, ANA, LOLA, ALBA, SOFIA, LORENA, YADIRA, UXIA, NOA, YURENA Y LUCIA. |
| ENTRENADOR: | JOSÉ RAMÓN VELOSO. |



“VAMOS A DISFRUTAR AÚN MÁS QUE CON ADAXE Y FOLERPA”

Pablo Brañas, seleccionador gallego sub 18 y entrenador de Escola HC, estuvo con Galicia Sport.

Pablo Brañas cumple su segunda temporada como seleccionador gallego sub 18 de hockey sobre hierba, además de continuar con un encomiable trabajo en uno de los clubes de moda del deporte gallego, Escola HC. Los coruñeses se fundaron hace poco más de un lustro y ya son una de las grandes referencias a nivel autonómico.

- Pablo, son ya unas cuantas temporadas con el proyecto de Escola y podemos decir que el club pasa por su mejor momento, eso sí, aún todavía lejos de tocar techo.

- “Sí, estamos recogiendo ya algunos frutos del trabajo de estos años desde que se fundó Escola HC. Ya muchos de aquellos niños que empezaban están en categorías mucho más competitivas, ya categorías en las que se busca algo más que la diversión, categorías no tan formativas, sino ya un poquito más competitivas. Además, los chavales que están en edad sub 14 o sub 16, están entrando en dinámica de competición con los mayores, con los senior, y también ahora con la posibilidad de acudir a jugar Campeonato de España de autonomías con la Selección Gallega sub 18. Tenemos la suerte de que a la sub 18 fueron nueve jugadores de Escola HC y la verdad es que estoy muy contento con el desarrollo de los chicos, están aprendiendo y mejorando muy rápido, aún con todas las carencias de las que hablamos muchas veces y de los hándicaps que tenemos al no disponer de infraestructura, del campo cuando queremos, etc. Entonces, estas oportunidades de utilizar CETEGA, que es el Centro de Tecnificación Gallego, a través de la Selección Gallega sub 18 es bueno, tienen un

poquito más de tiempo para entrenar y poder competir en otro nivel. Al final, los chavales más mayores de Escola están en edad juvenil, tienen 16, 17 años y así tienen otra oportunidad de jugar, ya no solamente con gente senior, sino también contra chavales de su edad a nivel nacional, que también es competir y al final es lo que les va a hacer mejorar. No solamente es entrenar, también está bien que jueguen contra gente de su edad y no siempre contra mayores, que está bien, te exige y puedes mejorar, pero el plus de jugar contra chavales de su edad es lo que creo que más hace que ellos se den cuenta de la progresión que llevan”.

- Háblanos del Campeonato de España de selecciones, gran papel con un sexto puesto que nos sitúa ya por delante de otras federaciones que teóricamente deberían estar por delante de Galicia, tanto por dinero invertido como por número de licencias.

- “Yo no pude asistir al Campeonato de España, ya que coincidió justo con el nacimiento de mi hija. Estuve en toda la preparación, pero después coincidió todo con lo de la niña y tuve que quedarme en Coruña. Estuve en contacto con mi cuerpo técnico casi en todo momento. El resultado fue bueno, sobre todo viendo la calidad y el nivel de las otras selecciones, porque al fin y al cabo Galicia lleva muy poquito tiempo invirtiendo tiempo y recursos en potenciar el hockey a nivel federación, no como en otras federaciones que igual llevan diez o doce años trabajando de manera ya muy seria. Aquí vamos por el buen camino, el Centro de Tecnificación lleva ya cuatro años funcionando, pero competimos contra federaciones que ya

llevan muchos años invirtiendo en el aspecto autonómico, y ya no solo en tecnificación, sino en preparar un equipo para competir en este Campeonato de España de Autonomías. La mayoría son más profesionales, llevan mucho tiempo compitiendo con grupos y nosotros estamos naciendo aún. Teniendo todos esos hándicap en cuenta, conseguir un sexto puesto en sub 18 yo creo que está muy bien. Se quedó por encima de selecciones como Valencia o como Asturias, que cualquiera de las dos invirtió muchísimo dinero, muchísimos recursos en desarrollar el hockey, sobre todo Valencia. Entonces, quedar por encima, cuando nosotros estamos empezando, pues dice mucho. Competir contra Cataluña, que ganó la final 7-1 a Madrid, que son las dos federaciones más potentes, pues competir contra Cataluña, aunque pierdes de manera abultada por 5-0, pero plantando cara, creando tus ocasiones, pues es una gran noticia. Cataluña es líder en hockey hierba por historia, y dejando a un lado ese partido, perdimos 3-2 con Andalucía, que fue tercera, le plantamos cara a Cantabria en el partido por el quinto puesto, aunque perdimos 3-1, pero Cantabria es otra de las fuertes. Yo pienso que todo esto nos sirvió para ver que estamos por el buen camino en Galicia. Ahora simplemente es no dormirse, seguir trabajando y mantener a esta generación para que pase a sub 21, además de seguir trabajando todas las categorías que vienen por abajo. Tenemos calidad, hay materia prima, simplemente hay que invertir tiempo y tener paciencia para que las cosas se equiparen un poco más. La gente ya vio un cambio, ahora ya se ve una Galicia más organizada, una Galicia que intenta jugar y que no solamente tira de pundonor y del carácter gallego para luchar y competir.

- Pablo, volviendo a Escola, en A Coruña echamos de menos el Adaxe, el Folerpa, ¿algún día podremos disfrutar con Escola HC tanto como lo hicimos con clubes históricos como los mencionados?

- “Sí, yo creo que incluso más todavía, pues todo es diferente. Yo creo que con el Adaxe, con el Folerpa, con INEF en su momento, se disfrutó, era otra época y aún sigue habiendo mucha gente de esa época, pero las cosas que se están haciendo ahora en Escola HC, e incluso en el Athletic, el otro club de la ciudad, pues es justo aprender de los errores que se cometieron en esas épocas pasadas, que fue descuidar la cantera y solo centrarse en los senior. Eso ahora mismo no es así, creo que es lo que estamos haciendo bien, tener una base y que esa base alimente a los mayores. Eso es algo que no se hizo con el Adaxe en su momento y es lo que ahora nos va a hacer dar continuidad y tener hockey para muchos años. Siempre que mantengamos esto, vamos a tener un equipo competitivo de mayores y vamos a seguir teniendo chavales que puedan competir en Galicia y en España a nivel sub 14, sub 16 o sub 18. Todo esto es algo que no te hace echar de menos otras épocas. Esas épocas yo las viví como jugador, pero ahora como entrenador y también en estos últimos años echando una mano como jugador, pues te digo que se respira el mismo hockey de hace años, pero con otra idea, con muchas más ganas de seguir creciendo y no solamente esperar al fin de semana para jugar. Ahora todo lo que podamos jugar, todo lo que podamos entrenar, en cualquier categoría de Escola, ves ese fanatismo y esa pasión, algo muy parecido a lo que ves en el fútbol o en otro deporte, que si bien en la época del Adaxe o del Folerpa podía haber algo, a la vez no se dedicaba tiempo a la parte de la escuela y de la formación y esto último es lo que hace que te mantengas en el tiempo”.

- ¿Por dónde pasan los objetivos del equipo senior en esta temporada 2022/2023?

“Como le digo siempre a los chavales, nosotros somos aquí la cenicienta, somos los que siempre tenemos que ir con humildad, sabiendo que estamos para crecer, seguir aprendiendo, y creo que se está viendo ya un poquito la diferencia. Los chavales están mucho más maduros, al final es un equipo muy joven, muchos jugadores son aún cadetes, ni siquiera juveniles, y aún así ya tienen más desparpajo, menos miedo a jugar con los senior y en este inicio de temporada ya estamos terceros. Hemos jugado ya contra los equipos más duros y con nuestra impronta y nuestra forma de jugar vamos haciendo camino. Este año creo que vamos a poder competir,

nuestro objetivo es entrar en el top four de la liga y jugar los play off, la fase final de la liga. Queremos un poquito más que el año pasado, mejorar ese resultado, queremos estar entre los cuatro mejores”.

- El campo de A Torre está otra vez en muy malas condiciones, hay que pedirle al concello de A Coruña que actúe y además que lo deje en exclusiva para el hockey, sería algo mágico y un paso adelante descomunal, ¿no crees?

“El campo de A Torre lo compartimos con el fútbol, al final quisieron hacer un híbrido, que existen en la actualidad, pero en este caso, el estado en el que se encuentra el campo de A Torre no permite ni desarrollo de hockey, ni tampoco el del fútbol. Esperemos que esto se cambie y aunque se utilice también para el fútbol, al menos sea más orientado a la parte del hockey. Tener más disponibilidad es fundamental para seguir dando pasos y a la vez, mejorar este campo es fundamental, pues es el único que hay en A Coruña. Eso es lo que esperamos en los próximos cambios que vengan, pues se necesita mucho”.



CHEMA LÓPEZ: "ESTAMOS EN LA MEJOR LIGA DEL MUNDO"

El presidente del Viaxes Amarelle estuvo con Tomás Salvadores en el programa Galicia Sport de esRadio.



MAQUISABA LOGISTICS S.L.

Parque empresarial de Santa Comba
15840 Santa Comba (A Coruña)
T 981 199 922 • info@maquisabalogistics.com



Parque empresarial de Santa Comba, Parcela 12
15840 Santa Comba (A Coruña)
T 981 50 96 40
administracion@maquisaba.com
www.maquisaba.com

José María López Pardo, más conocido en el mundo del fútbol sala como "Chema", es el presidente del Viaxes Amarelle, equipo recién ascendido a la Primera División femenina y que quiere consolidarse en lo que para todos los grandes expertos es la mejor competición liguera del mundo. El máximo mandatario naranja estuvo con Tomás Salvadores en el programa Galicia Sport, el cual pueden escuchar a diario a través de esRadio Galicia para toda la comunidad. A continuación les transcribimos íntegra toda la entrevista, emitida el pasado jueves 24 de noviembre.

- Chema, después de una campaña excepcional, la del pasado curso, con ascenso incluido a Primera División, ahora llegó la élite, os está costando un poquito más, como es lógico, ¿marcamos el objetivo en la permanencia?

- "Es cierto que el año pasado subimos con mucha facilidad, sin excesivos problemas. Este año ya es Primera y es ya más complicado, pero bueno, seguimos con las aspiraciones intactas. Hay que tener en cuenta también que llegó gente nueva, gente que se está adaptando y todo eso no es fácil. Estamos hablando de la mejor liga de fútbol sala femenino del mundo".

- Cinco equipos gallegos en la categoría, Galicia manda ahora mismo, además también con un Pescados Rubén Burela para el que sobran las palabras.

- "Así es, estamos cinco ahora mismo, Madrid también tiene unos cuantos, pero Galicia es ahora mismo la referencia. Además, tenemos a tres de ellos luchando en la parte de arriba. Burela por supuesto luchará por el título, pero Poio y Enviaia ahí están, van a jugar el play off casi seguro, y después Marín también está haciendo una gran temporada. Nosotros hacemos lo que podemos, estamos undécimos en la clasificación y peleando a tope cada partido por llegar al objetivo final de la permanencia".

- Un Poio al que sigues bastante, pues allí está tu hija, Martita, una grandísima jugadora, que además ha sido llamada a la Selección Nacional en las últimas fechas.

- "Sí, tuvo la oportunidad de estar en el partido ante Japón. Ella está en Poio desde el año pasado, la temporada pasada fue un poco más de adaptación, también venía de una lesión, y en esta ahí está, y sus padres encantados, claro, muy orgullosos".

- Presidente del Amarelle, un ojo en Poio también, el fútbol sala femenino está en tu día a día casi cada segundo y tu control sobre las categorías es espectacular.

- "Son muchos años en la directiva, mi hija jugó desde los 12 años en el Amarelle, ahora está en el Poio, por lo tanto es normal que sí tenga un conocimiento amplio de todo lo que tenga que ver con el fútbol sala femenino".

- La Selección Española femenina a qué nivel está en la actualidad, presidente, ¿viene el futuro tan halagüeño como estos últimos años?

- "La Selección Española está clasificada otra vez para la fase final del Campeonato de Europa y porque no hay Mundial, pues si lo hubiese seguro que pelearía con los mejores. A nivel liga tenemos la mejor del mundo, las categorías inferiores funcionan, el futuro es tan bueno o mejor que el momento actual, no cabe duda".

- Chema, un placer estar charlando contigo, os deseamos lo mejor desde Galicia Sport, desde esRadio Galicia, espero que os salvéis y que podamos celebrarlo a final de temporada.

- Gracias a vosotros por la invitación, ojalá se cumplan tus deseos y el Amarelle continúe creciendo en la mejor liga del mundo. Un abrazo y hasta la próxima.



COSTA VIEIRA S.L.

CONSTRUCCIONES, CANTERÍA Y MOVIMIENTOS DE TIERRA



PÍDENOS PRESUPUESTO

HORARIO:

DE LUNES A VIERNES : 09:00 h a 13:00 h, 15:00 h a 19:00 h

WORLD SKATE GAMES

- Diez medallas gallegas en Argentina.
- Guzmán y Taibo se consagraron.
- Impresionante CP Gondomar.
- Saavedra lideró a la Selección de hockey.

Diez medallas gallegas en los World Skate Games de Argentina, lo que representaron un 25% del total de las logradas por la delegación española. El éxito es tan rotundo que habla por sí solo sobre el potencial de los clubes de nuestra comunidad y del talento natural que tienen nuestros deportistas cuando hablamos del mundo del patín, casi da igual la modalidad de la que hablemos. Con todo, la disciplina en la que más metales acumularon los gallegos fue en el patinaje de velocidad, llevándose la palma un Chevi Guzmán que se bañó en oro hasta en tres ocasiones. El del FSV Vigo no dio opción en los 200 metros TT, en la prueba de primera vuelta, ni tampoco en los 100 metros sprint.

MANU TAIBO SE CONSAGRÓ

También brilló con luz propia el jovencísimo Manuel Taibo, quien se proclamó campeón del mundo júnior en los 1000 metros sprint de patinaje de velocidad en pista, competición también celebrada dentro de los World Skate Games de Argentina. Nacido en Oleiros en el año 2004, el joven talento perteneciente al club SCD Rabadeira se consagró, luciendo una vez más y además demostrando que es un patinador muy completo, pues al mencionado oro, también hay que sumar una medalla de plata en los 10.000 metros puntos junior y una de bronce en los 15 kilómetros eliminación junior. Pero el último día de los World Skate Games llegó el bombazo definitivo, pues el oleirense se apuntó un nuevo bronce, esta vez en la Maratón y compitiendo ante corredores senior.

PATINAJE ARTÍSTICO: LUCAS YAÑEZ Y CPI GONDOMAR

El patinaje artístico también trajo grandes noticias para los nuestros, ya que al conocido oro de Lucas Yañez, tenemos que sumar el bronce del CP Gondomar en Grupos Show pequeños. El club de la comarca de Vigo logró el éxito con el espectáculo "Last Kaneri" y redondea un año soberbio, pues no podemos olvidar que ya fue subcampeón de España en Reus, cuarto en el Europeo de Italia y segundo en la Copa del Mundo.

HOCKEY SOBRE PATINES: BRUNO SAAVEDRA

El compostelano Bruno Saavedra, jugador del Dominicos, fue determinante para que la Selección Española se hiciese con la medalla de bronce en categoría sub 19 de hockey sobre patines. En el decisivo encuentro ante Portugal, que decidía la lucha por el bronce, Bruno anotó dos goles en la prórroga, para que el combinado nacional se impusiese por 7-5.

También hubo dos gallegos en la Selección absoluta, Ignacio Alabart, jugador del FC Barcelona y Dava Torres, del Hockey Club Liceo, quedándose a las puertas de las medallas en esta ocasión, tras ceder ante Francia en los cuartos de final y contra todo pronóstico, siendo uno de los grandes bombazos del campeonato.

MARÍA BILBAO SE QUEDÓ A LAS PUERTAS DEL CAJÓN

Gran actuación de María Bilbao, finalizando en cuarta posición con el Club Patín Loreto en la modalidad de cuarteto con espectáculo "Freeze me". La coruñesa pasa por un estado de formar de matrícula de honor y en Argentina volvió a quedar muy claro el por qué de estar entre las mejores del mundo.





POLIDEPORTIVO

LUCAS YAÑEZ REVALIDÓ EL TÍTULO MUNDIAL JUNIOR

El patinador coruñés completa una temporada de matrícula de honor y ya piensa en el salto a senior.

Era el máximo favorito y los pronósticos no fallaron en esta ocasión. Lucas Yañez se plantó en los World Skate Games de Argentina con las ideas muy claras y en un estado de forma de matrícula de honor. La adaptación al país sudamericano, donde la climatología siempre es un hándicap a superar, no fue problema y el patinador brilló como de él ya se esperaba. Y es que nos tiene mal acostumbrados, los títulos formaron parte de su vida desde que era un niño y comenzaba en esto del patinaje artístico, con lo que A Coruña se habituó a vibrar con un deportista que llegará a categoría senior para tirar la puerta abajo y con la firme intención de colarse en el pelotón de los mejores del planeta desde un comienzo. No será sencillo el salto, el nivel del patinaje a nivel mundial es cada vez más espectacular, pero si alguien puede hacerlo es él, la perla perteneciente al CPA Maxia, uno de los clubes más brillantes del panorama nacional. Su entrenadora principal es Rosa García, la gran artífice de que el talento del deportista salga a relucir, su principal apoyo en el día a día y en los principales campeonatos. Ella también es una de las mejores del panorama mundial y alma mater de la entidad coruñesa, fábrica de verdaderos talentos desde hace ya varias décadas.

SEGUNDO ORO CONSECUTIVO

El de Argentina es el segundo oro consecutivo de Yañez en un Campeonato del Mundo, pues no podemos obviar que el pasado año ya se impuso en Asunción (Paraguay). La temporada de Lucas está siendo de ensueño, pues en el mes de septiembre ya se proclamara Campeón de Europa, en julio se llevó una competición de nueva creación, la Copa del Mundo, disputada en

Alemania, mientras que en julio se impuso en una nueva edición del Campeonato de España.

LUCA LUCARONI ES SU ÍDOLO

En la previa de los World Skate Games, Lucas Yañez concedió una entrevista a la página oficial del evento, en la que dejó titulares muy interesantes, como que su principal ídolo es Luca Lucaroni, ya que, en palabras del propio Lucas: "pienso que que mi patinaje y mi forma de ser en la pista se parece a la de él. Está claro que es mucho mejor que yo, siempre miro sus vídeos, miro como patina y me gusta mucho".

SIN MIEDO AL SALTO A CATEGORÍA SENIOR

La próxima campaña llegará un gran salto para Lucas Yañez, pues llegó el momento de que dé el salto a categoría senior. La teoría dice que está más que preparado y su firme intención es seguir haciendo historia y convertirse en el mejor del planeta. La experiencia siempre es un grado y el primer gran objetivo será ir adquiriéndola entre los mejores del mundo, para intentar situarse entre ellos a corto plazo. Si algo tiene siempre en la cabeza Lucas es el paso de infantiles a cadetes, momento en el que los patinadores pasan de hacer dobles a hacer triples, algo que a él le costó, pero a base de constancia y perseverancia logró sacar lo mejor de sí nuevamente y volver a la senda de las victorias. Ahora llega otro gran momento dentro de su carrera deportiva y a buen seguro que volverá a conseguir todas las metas que se vaya proponiendo.



POLIDEPORTIVO

LA ERA DIEGO TABOADA COMENZÓ DE LA MEJOR MANERA

El Intasa San Sadurniño es líder y ya sueña con un nuevo salto a la élite nacional.

El nuevo proyecto del Intasa San Sadurniño comienza a dejar muy claro que en Ferrolterra no es una utopía poder soñar con regresar a la élite. Y es que el equipo es líder del grupo A de Superliga 2, dejando unas sensaciones de poderío importantes, tras ganar seis encuentros, cinco de ellos sumando los tres puntos, y ceder tan solo en uno, el de la primera jornada liguera ante el Arona Playa de los Cristianitos, en el que acumuló un punto, pues la derrota llegó en la muerte súbita (3-2).

DIEGO TABOADA LLEGÓ ESTE AÑO A LA CASA

La temporada 2022/2023 llevó un fichaje de relumbrón al banquillo del Intasa San Sadurniño. Hablamos de Diego Taboada, uno de los mejores entrenadores del país, como demostró en los últimos años en el Emevé de Lugo, en toda una Superliga. El lucense se comprometió como técnico del primer equipo y también como director técnico del club. Hacer crecer la cantera es algo a lo que Diego da mucha importancia y por ahí pasan las líneas maestras para que este club continúe expandiéndose y creciendo a nivel deportivo.

LUIS CUADRADO TAMBIÉN SE EMBARCÓ EN EL PROYECTO

Otro de los grandes entrenadores del voleibol gallego es Luis Cuadrado, quien llegó a Ferrolterra para formar parte del cuerpo técnico de Diego Taboada en el primer equipo. El coruñés procede de Calasancias, conjunto al que llevó hasta Superliga-2 en su momento, siendo el verdadero alma mater de un proyecto sensacional, basado en la juventud y en la cantera herculina. Pocos eran los que creían que los suyos pudiesen alcanzar cotas de calado

superior como la segunda categoría del voleibol nacional, pero el tiempo le dio la razón y la fiesta terminó siendo de órdago.

PLANTILLA INTASA SAN SADURNIÑO

| NOMBRE | DEMARCACIÓN |
|----------------------|-------------|
| GUILLERMO AVENDAÑO | RECEPTOR |
| ALEJANDRO VIZOSO | LÍBERO |
| ANTONIO TACÓN | COLOCADOR |
| MANUEL ABA | OPUESTO |
| BORIS RODRÍGUEZ | CENTRAL |
| ROI LOSADA | COLOCADOR |
| MARCOS BLANCO | RECEPTOR |
| JEYSON MORENO | RECEPTOR |
| MANUEL GÓMEZ | RECEPTOR |
| HUGO BRAVO | OPUESTO |
| ALEJANDRO CASTRILLÓN | CENTRAL |
| TEO DÍAZ | CENTRAL |
| FERNANDO MEZA | CENTRAL |
| MARCOS PIÑÓN | LÍBERO |



MOTOR

RUBÉN FERNÁNDEZ PROMOCIONA HACIA EL TEAM HRC

El piloto vigués da un paso más en su carrera y llega al mejor equipo de de motocross del mundo.

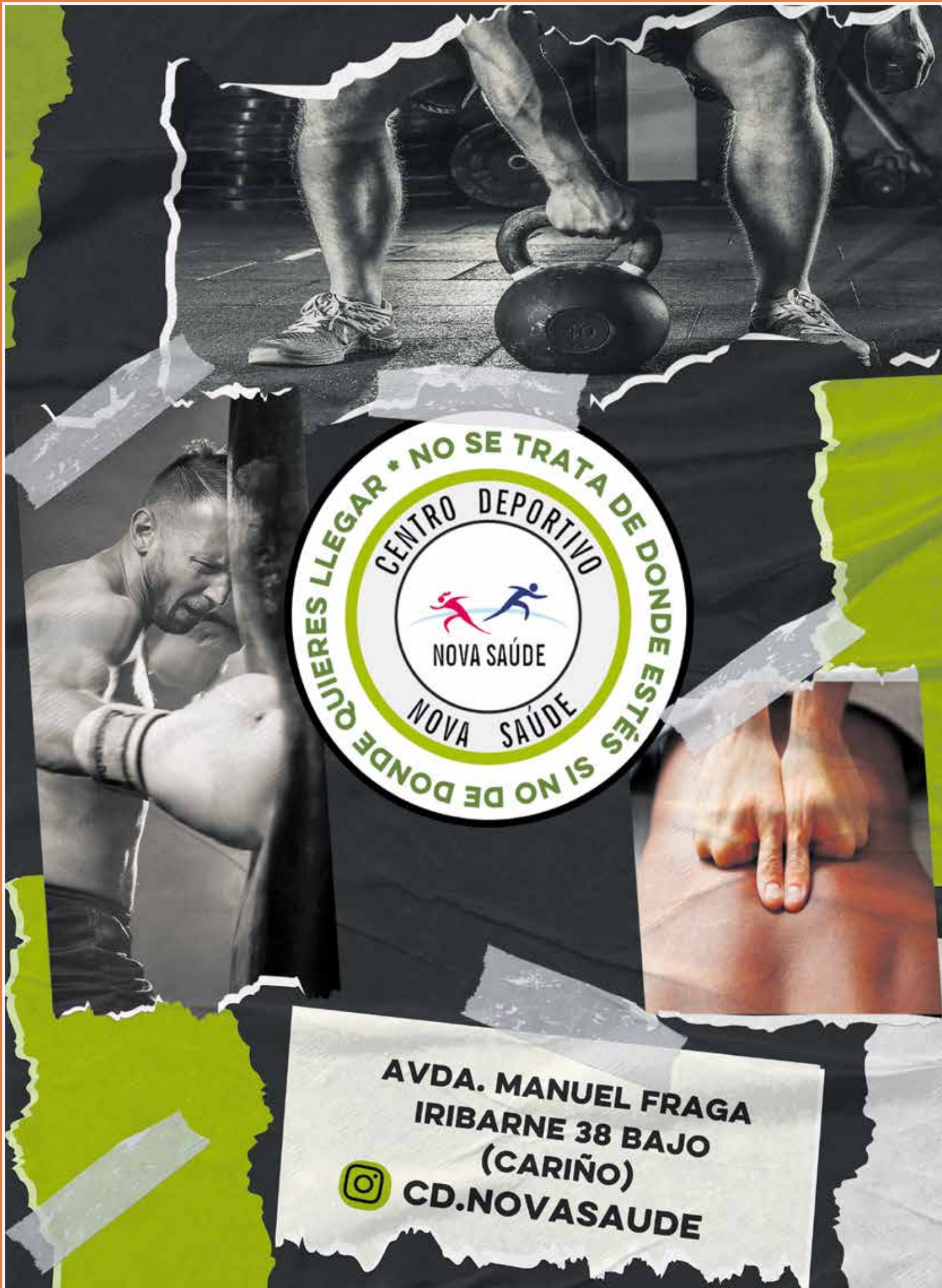
Rubén Fernández da un importante salto en su carrera, pues a comienzos del mes de septiembre fue premiado con la promoción hacia el equipo oficial Honda, siendo confirmado como piloto del Team HRC, el equipo oficial de Honda en el Mundial de MXGP, la categoría reina del motocross. De esta manera, el olívico será compañero de equipo del pentacampeón y actual Campeón del Mundo, Tim Gajser. La evolución de Rubén es espectacular en los últimos cursos y a día de hoy es considerado como uno de los posibles Campeones del Mundo de los próximos años. A sus 23 años vive el mejor momento de su carrera y eso que en 2022 pasó por lesiones que mermaron su clasificación final. Con todo, fue octavo y logró pisar el cajón, algo que también lograra en el año 2021. Llegar al mejor equipo del paddock son palabras mayores y tras un descanso, después de participar con la Selección Española en el Motocross de las Naciones, Fernández afrontará una durísima pretemporada durante el final del otoño y parte del invierno.

Koji Watanabe, presidente de HRC, tiene claro que el momento de Rubén ha llegado y que está más que preparado para afrontar el reto. “Este es el

momento perfecto para que haga el cambio al Team HRC. Ya ha tenido éxito con Honda y ahora esperamos poder aprovechar eso en los próximos años”, afirmó ante la prensa, alabando también la renovación de Tim Gajser y felicitándose por el gran dúo de pilotos con el que cuenta el equipo de cara al año 2023.

ESPAÑA FUE SEXTA EN EL MOTOCROSS DE LAS NACIONES

El Motocross de las Naciones, celebrado en Michigan, dejó un sabor de boca agri dulce en la armada española, y no porque el sexto puesto no sea sensacional, sino porque la abundante cantidad de lluvia caída durante el sábado por la noche y el domingo, dejaron el circuito cargado de barro y en unas condiciones desfavorables para los nuestros, quienes sí se habían encontrado fulgurantes en la jornada de entrenamientos, estando todos en la pelea, tanto Rubén Fernández, como Jorge Prado, como Guillem Farrés. El evento levantó mucha expectación en nuestro país, y es que entre otras cosas, el motocross está pasando por un claro boom, viviendo el mejor momento de su historia en España e incluso a nivel mundial, tanto a nivel pilotos, como de seguimiento por parte de los aficionados.



**AVDA. MANUEL FRAGA
IRIBARNE 38 BAJO
(CARIÑO)
CD.NOVASAÚDE**



DEPORTES DE CONTACTO



SHAOLIN WENG CHUN KUNG FU

¡DESCUBRE POR QUE MARCAMOS LA DIFERENCIA!

Shaolin Kung Fu
Qigong - Chi Kung
Armas

Defensa Personal
Defensa Personal Operativa
Clases Personalizadas



Centro Cai - Calle Simon Bolivar, 3 - 15011 A Coruña ☎ 636793034



decopin s.l.

DECORACIÓN Y PINTURA



CLUB DEPORTIVO ESCUELA AYUDE



☎ 981 507 017 📞 610 949 426 📞 698 152 276

📍 CLUB-DEPORTIVO-ESCUELA-AYUDE

✉ ESCUELAYUDE@GMAIL.COM

📍 VICENTE RISCO, 9 BAJO - 15800 - MELIDE (A CORUÑA)

“EN EL GALLEGO ME QUEDÓ UNA ESPINITA CLAVADA”

El púgil Alejandro Barreiro González estuvo dialogando con la redacción de Galicia Sport.



Alejandro Barreiro González continúa acumulando experiencia en el mundo del boxeo, a dónde llegó de manera definitiva en el año 2020, en una decisión tomada en pleno confinamiento. Desde ahí se preparó durante un año, debutó, dejó maneras pese a perder a los puntos, para dar lo mejor de sí en el pasado Campeonato Gallego, en el que se quedó a un solo paso de la finalísima, cediendo en semis a los puntos. Ahí le quedó una espinita clavada, por lo que promete más batalla de cara al futuro más inmediato.

- Alejandro, lo primero, cuéntenos un poquito, cómo nace tu pasión por los deportes de contacto y cómo llegas a lo que es el mundo del boxeo.

- “Mi pasión comienza ya desde niño. Yo me he criado viendo a mi padre, que fue Campeón de Galicia de kickboxing y acudió también a Campeonatos de España. Él me fue inculcando, por decirlo de alguna manera, lo que es el deporte de contacto. Practiqué todo tipo de deportes aún así. Empecé con judo, pero también estuve con natación, esgrima o fútbol, además del kickboxing. Al fútbol jugué muchos años, doce, si no recuerdo mal. Después, lo que es boxeo en sí, eso surgió hace poquito, en la pandemia concretamente. Ahí empecé a retomar lo que es el deporte de contacto nuevamente”.

- ¿Por qué decides que es el momento de regresar?

- “El boxeo siempre me gustó y siempre tuve la curiosidad de saber lo que se sentía dentro de un ring, y como yo soy de esas personas inquietas, que al final no dejan de hacer nada de lo que se le pasa por la cabeza, pues imagínate tú. Además, estábamos en época de pandemia, todos confinados, el no poder trabajar y estar en tu negocio, pues al final hace que le des muchísimas vueltas a las cosas, y bueno, una de las cosas que se me vino a la cabeza fue el boxeo. Había visto videos de Mike Tyson que me chocaron,

me impactaron y es como que me animaron a entrenar, a volver a entrenar, a volver a querer competir, y de alguna manera me ayudó a tener la cabeza distraída en ese momento de incertidumbre que había con la pandemia”.

- ¿Y antes de la pandemia estabas compitiendo en otro deporte?

- “Antes de la pandemia no competía, competí a kickboxing en su momento de manera local, comarcal, de entretenimiento, por llamarlo de alguna manera, pero yo donde estuve muchos años fue en el fútbol, ahí fue donde competí durante 12 o 13 años, pero lo que es el deporte de contacto lo retomé hace relativamente poco, en la pandemia como te decía, después, hace un año que debuté en un combate”.

- Háblanos de ese debut, además ante un rival inesperado, ¿no es así?

- “Antes de debutar tuve que hacer un año de preparación, como es lógico. Lo hice aquí, en nuestro centro, en Nova Saúde, con la ayuda de mi padre y en colaboración con un club, que es el Mayobre Fight Sports, que dirige Manuel Mayobre Rey, que fue alumno de mi padre, y bueno, durante un año estuve preparándome, por semana con mi padre, la mayoría del trabajo es en solitario, y después los fines de semana me iba a Ferrol y entrenaba allí con Manuel. Fue un año de preparación para habituarme, para formarme más, pues aunque yo tuviera una base, llevaba mucho tiempo sin hacer nada y a la hora de la verdad era un nuevo deporte para mí. Debutamos un año después, fue una experiencia rara, porque en principio iba a debutar ante un rival que tenía cero combates, igual que yo, pero una semana antes cogió covid y se suspendió la pelea en principio, ya que posteriormente me encontraron un rival a última hora, un rival de Vigo, de la escuela de Amoedo, que tenía ya cuatro o cinco combates. Pero si quería debutar, era lo que me tocaba. Tras consultarlo y pedir consejo, al final acepté la pelea, pues tampoco me iba a quedar sin pelear por la enfermedad del rival, y des-



DEPORTES DE CONTACTO

pués, a modo de preparación también quería vivir la experiencia. La verdad que fue muy bien, se hizo el combate, la experiencia fue enriquecedora, me peleé con un rival que teóricamente era superior a mí, pero competí muy bien y aunque perdí a los puntos, me fui muy contento y con ganas de seguir”.

- Y desde aquella, ya fuiste incluso a algún Gallego, ¿no es así?

- “Sí, estuvimos en el Campeonato Gallego que se celebró en Sanxenxo. Fui en la categoría de -75 kg, éramos trece participantes en esa categoría, y bueno, con la grata sensación de que quedé en tercera posición. Llegué a semifinales, en semifinales creo que peleé un combate de tú a tú, pero la balanza a puntos cayó en contra mía y ahí me quedé. Tengo esa espina ahí clavada, porque la verdad es que me veía con pío y medio en la final”.

- Con ganas ya de revancha entonces.

- “Siempre tienes aspiraciones de más. A mí me gusta ir preparado a los sitios, que mi rival tenga en mí a un buen competidor, que si me gana, que me gane de verdad, no porque no esté yo preparado para la cita”.

- Háblanos también un poquito del boxeo como deporte, ¿es tan bonito y completo como siempre se dijo?

- El deporte es muy bonito, el boxeo es muy bonito, la actividad como boxeo es muy bonita, quizás no haya un deporte más completo que lo que es el boxeo, tanto a nivel de condición física, como a nivel de fuerza o de resistencia, pues trabaja todo, velocidad, flexibilidad, coordinación, percepción, toma de decisiones... Todo eso se puede trabajar sin ningún tipo de problema. El deporte del boxeo se ha defenestrado un poco en España, pero poco a poco va volviendo a coger auge, va teniendo más publicidad y la gente se está animando mucho más. Después, lo que es el boxeo como competición,

ya es totalmente diferente a lo que es la actividad, no tiene nada que ver. No tiene nada que ver hacer una sesión de boxeo recreativo, por decirlo de alguna forma, que después prepararte para pelear en un ring”.

- Alejandro, más allá del deporte pero a la vez relacionado también con él, en el año 2018 decidías comenzar un nuevo proyecto y nacía Centro Deportivo Nova Saúde, son ya cuatro años al pie del cañón, ¿contento?

- “Así es, abrimos el centro en el concello de Cariño. Lo llamamos así porque queríamos abarcar otras facetas. Aunque es muy difícil quitar a la gente la idea de que es un gimnasio, ya que está así establecido en la sociedad, pues nosotros lo que creamos fue un centro deportivo, un espacio para niños, jóvenes, gente ya adulta y también para la tercera edad, en el que pueden trabajar diferentes objetivos personales. Unos trabajan para sentirse más saludables, otros para recuperar movilidad e incluso vitalidad, otras personas trabajan para opositar y otras, pues por ejemplo, para aprender a boxear. Trabajamos múltiples disciplinas e incluso tenemos sección de quiromasaje, damos pilates, boxeo, entrenamiento funcional, entrenamiento personal... Ahí estamos con todas las disciplinas para ofertar diferentes actividades y que la gente tenga más posibilidades dentro de nuestro pueblo y nuestra comarca, para poder hacer deporte con calidad y sobre todo de manera efectiva”.

- Y ahí estás trabajando todo el día casi, desde primera hora ya por Nova Saúde

- “Sí claro, el centro lo administro yo, es decir, soy la persona que está ya desde la mañana, atiende y recibe a la gente, la mayor parte de las clases las doy yo, las de boxeo, las de pilates, etc. Después, hay otras cosas muy importantes del día a día, desinfectar y mantener todo limpio es básico, y al final pues bueno, trabajas el día entero en el centro, eso sí que es verdad”.



DEPORTES DE CONTACTO

- **La gente os respondió siempre y así sigue siendo tras la pandemia.**
 - Nosotros teníamos un número elevado de gente, durante la pandemia sí que es verdad que lo pasamos un poquito regular, ya que la gente, como es lógico, tenía miedo a estar en sitios cerrados, además tiraron muchas piedras contra lo que fue los gimnasios y los centros deportivos y todo eso afectó. Ahora parece que la gente vuelve a animarse, que todo va resurgiendo poco a poco. La verdad que yo en estos cuatro años estoy muy contento con lo que el centro está haciendo y por lo que está aportando al pueblo de Cariño, e incluso a la zona en sí, pues viene gente de Cedeira, o de Ortigueira a entrenar aquí, y la verdad es que estoy muy satisfecho. Me acuerdo que al principio nadie daba un duro por esto, me decían que era muy arriesgado, que Cariño era un concello pequeño, que no había suficiente gente para esto... Pero bueno, al final es echarle horas, trabajarlo, intentar que toda la gente esté contenta dentro del recinto, que vaya consiguiendo los objetivos marcados y por el momento aquí estamos y esperemos seguir muchos años”.

- **¿Qué le decimos a esa gente más perezosa pero que debe ponerse ya a hacer ejercicio físico antes de que sea demasiado tarde?**

- “Decirles que Nova Saúde es un centro en el que hay muy buen ambiente, la gente colabora muchísimo, la verdad es que solo puedo hablar maravillas, nunca tuve un problema con nadie y yo animo a la gente a hacer una actividad física, sea cual sea, es la mejor medicina que puede haber para tener una buena salud. Que a nadie le de vergüenza venir a hacer actividad física, porque lo que te va a aportar para un futuro va a ser mucho más de lo que te va a restar. Entonces, decirles que se animen y que se conciencien que el deporte y la actividad física son importantísimos para llegar a una vejez autónoma y sin tanto medicamento, pues a día de hoy, por desgracia, se puso muy de moda eso de dejar todo para

los médicos, para las pastillas y esas cosas cero saludables, que los propios médicos, que son grandes profesionales, te dicen que hay que tratar de evitar. Yo sé que el esfuerzo físico cada día gusta menos, pero la gente tiene que concienciarse del todo y ponerse un poquito con el deporte. Simplemente ir a andar ya es un logro, pero a edades tempranas no es suficiente para mejorar en salud, para no restar tu fuerza a medida que pasan los años, etc. Yo a día de hoy veo ya a gente de 25 y 30 años con problemas de espalda, con problemas de rodilla o dolencias en el cuello, pero no veo que hagan nada por solucionarlo. Al final, la gente tiene que tener claro que el deporte y la actividad física es la mejor medicina para evitar problemas e incluso para solucionarlos”.

- **Has vivido experiencias reconfortantes y casi milagrosas, cómo hablábamos fuera de la entrevista.**

- “Hay experiencias muy reconfortantes, desde gente de la tercera edad que está postrada en una cama, y desde ahí trabajar y trabajar con ella y ver como mejoran en el día a día, hasta lograr que anden, hasta ayudar a otra a recuperar lesiones muy difíciles o simplemente ayudar a otra a cumplir un objetivo personal que veía inalcanzable. Al final, haber ayudado a mejorar a una persona y lograr que esa persona tenga una mejor calidad de vida, no tiene precio. Y después, el agradecimiento de la familia, que es infinito, son cosas que acaban llegando muy adentro”.

- **Si nos dejamos algo, Alejandro, tienes la palabra para finiquitar la entrevista.**

- “Simplemente una cosa más. No quisiera olvidarme de dar las gracias a Manuel Mayobre Rey y por supuesto a mi padre, Alejandro Barreiro Fernández, ya que si no fuera por ellos no podría dedicarme al boxeo. Darles las gracias por todo y espero seguir mejorando junto a ellos”.

SÍGUENOS EN   

Lollypop

Cookies

GOMINOLAS - CARAMELOS - FRUTOS SECOS
CHOCOLATES - GOFRES - HELADOS - GRANIZADOS
BOLLERÍA - PAN - JUEGOS ONCE ...

CUMPLEAÑOS - FIESTAS | 986 918 817 | 872 398 155
Pedidos y entregas en cualquier parte de Galicia

C/ Concepción Arenal, 122 - MOÑA - Pontevedra

SCHOOL OF ENGLISH
ARZUA

INGLÉS PARA NIÑOS * CLASES DE REFUERZO
(A partir de 3 años) (Primaria - ESO - Bachillerato)

PREPARACIÓN EXÁMENES OFICIALES
(KET - PET - FIRST)

CURSOS PARA COMERCIO Y HOSTELERÍA
☎ 616 046 887
schoolenglish.arzua@hotmail.com
C/ Babasor Parda, 13 Bajo, Arzúa



Juan Guerra

Pulpería tradicional en Galicia

Pulpe á feira Cacheiros Churrasco y criollos
Carne é caldeiro Quece con membrillo
Café de puchoiro Licores de la tierra Vinos de Ulla y Barranitos

Teléfonos: 981 50 30 54 - 639 818 025

Venta los miércoles en Santiago y los viernes en el Polígono Industrial de Ames - Santiago



CAENVA SL

PORCELANICOS Y MARMOLES



☎ 671 700 755
info@marmolescaenva.com
www.marmolescaenva.com
Polígono Industrial Madanela, n° 81 - Melide, A Coruña



Pétalo

Estética Unisex

Avenida Malhía, 17 Bajo 9ºq. - Bertamirans Tel: 881 16 58 14 - 663 83 31 71
petalo.estetica@gmail.com  Pétalo Estética

ESQUINA DE ORO

CAFE-BAR

ABIERTO TODOS LOS DÍAS DESDE LAS 6:00 AM

SÁBADOS DOMINGOS Y FESTIVOS ABIERTO de 6:00 a 15:00 h.

C/ San Vicente, 42 - 15007 A Coruña • T.: 981 243 131



TALLERES RECIMIL

Donramiro, 54 LALÍN - Pontevedra

Tfno/ Fax 986 784 041
Movil 630 990 624
talleresrecimil@hotmail.com

FONTANERÍA, CALEFACCIÓN, GAS, AIRE ACONDICIONADO Y ENERGÍAS RENOVABLES



Santi

INSTALACIONES

☎ 653 459 990



24h URGENCIAS

✉ SANTISF@HOTMAIL.ES LUNES - VIERNES 8:00 A 13:00 Y DE 15:00 A 19:00
📍 BRAÑA DO MEDIO, (PARQUE 32, LOC.7) - 36540 - SILLEDA (PONTEVEDRA)

Construcciones

ROPAN

Construcciones - Rehabilitaciones - Reformas - Obra pública

www.construccionesropan.com

☎ 988 412 251 ✉ gestion@ropan.es
📍 Avenida Luis Espada 91 bajo. Verín (Ourense)



BALSA

ELECTROMECHANICA

Taller de Reparación de Automóviles

686 95 90 32 - 981 73 28 85
electromecanicabalsa@gmail.com

Rúa Seixo, parcela C-23
Pol. Ind. de Bértoa - 15105 Carballo





ESGRIMA: RANKING GALLEGO ABSOLUTO MASCULINO

Jorge Eiriz, Dani Pinto y Luis Castro lideran en espada, florete y sable de manera respectiva.

| | ESPADA | FLORETE | SABLE |
|-----|-----------------------------|---------------------------|-------------------------|
| 1º | JORGE EIRIZ PEREIRA | DANIEL PINTO CANO | LUIS CASTRO ALONSO |
| 2º | NICOLÁS NIÓN CARNERO | SAN KIM | PAULO CASTRO ALONSO |
| 3º | XAQUÍN DALMAO FERNÁNDEZ | GERMÁN FERREIRO RODRÍGUEZ | IAGO GONZÁLEZ VARELA |
| 4º | XIÁN FRANXO ROBLES | MAURO GONZÁLEZ RODRÍGUEZ | VÍCTOR PÉREZ REVENGA |
| 5º | MATEO RODRÍGUEZ RODRÍGUEZ | DAVID DEIBE RODRÍGUEZ | ALBERTO RODRÍGUEZ CALVO |
| 6º | FRANCISCO CANCELO FERNÁNDEZ | PABLO REGUEIRO RODRÍGUEZ | ANDRÉ MARTÍN CARRAL |
| 7º | CARLOS ARITA RIVAS | DANILO COSTA | DIEGO ÁLVAREZ RUÍZ |
| 8º | ADRIÁN PENIDO NÚÑEZ | MARCOS RASCADO NOVAS | SAMUEL OGANDO BAYR |
| 9º | RODRIGO RAMA BLANCO | JORGE PERMUY PÉREZ | GABRIEL COVELO MOURIÑO |
| 10º | GUILLERMO BELMONTE MARÍN | BRUNO WINTER FERNÁNDEZ | PEDRO CASAL CAMPELO |



DEPORTES DE CONTACTO

ESGRIMA: RANKING GALLEGO ABSOLUTO FEMENINO

Araceli Bugallo, Beatriz González y Pilar Garnelo son las más fuertes en la actualidad.

| | ESPADA | FLORETE | SABLE |
|-----|----------------------------|---------------------------|---------------------------|
| 1º | ARACELI BUGALLO OTERO | BEATRIZ GONZÁLEZ SANTOS | PILAR GARNELO HERMIDA |
| 2º | NAHIR LÓPEZ ANTONIO | GLADYS SLUYDTS FERNÁNDEZ | LEYRE GRANDE IZQUIERDO |
| 3º | ROSA CANO DIOSA | XIANA PÉREZ OGANDO | MICHELLE ESTÉVEZ OTERO |
| 4º | ELISA MARTÍNEZ VIDAL | DANIELA BLANCO SÁNCHEZ | INÉS SILVA FERNANDES |
| 5º | SARA CASTRO DIOS | MARÍA MARIÑO BLANCO | MARÍA DOMÍNGUEZ HERNÁNDEZ |
| 6º | LAURA FERNÁNDEZ ALIRANGUES | MEI CARREIRA COUCEIRO | BEATRIZ GONZÁLEZ TATO |
| 7º | NIEVES EIRIZ MATA | MARÍA DOMÍNGUEZ HERNÁNDEZ | ANA BARROS GARCÍA |
| 8º | VEGA ARMADA SANTOS | SOFÍA SALGADO GARCÍA | ANGELY MÉNDEZ MÁRQUEZ |
| 9º | MAE PÉREZ ÁLVAREZ | PILAR GARNELO HERMIDA | PATRICIA GUTIÉRREZ SAA |
| 10º | ANDREA CASTRO DIOS | PAULINA TOMÉ LÓPEZ | ANA FERNÁNDEZ SOUTO |



JOSÉ MÉNDEZ: “LLEGUÉ AL CLUB ESGRIMA CORUÑA EN EL AÑO 2018”

El venezolano es el encargado de lo relacionado con las armas de convención, es decir, florete y sable.

José Méndez llegó al Club Esgrima Coruña en el año 2018, llevando en la actualidad todo lo referente a las armas de convención, es decir, florete y sable. Venezolano de nacimiento, el protagonista de nuestra siguiente entrevista compartió durante buena parte de su vida, su pasión por la esgrima con su profesión de veterinario.

- José, son ya décadas como maestro y desde hace unos añitos ejerciendo en el Club Esgrima Coruña, ¿Cómo van las cosas?

- “Pues sí, llegué al Club Esgrima Coruña en el año 2018. Principalmente estoy trabajando con las armas de convención, que son el florete y el sable. Las cosas van muy bien, estoy muy contento aquí y espero poder seguir aportando mi granito de arena para que el club continúe obteniendo buenos resultados.”

- La evolución está siendo magnífica y eso siempre es un motivo de orgullo y satisfacción.

- “Sí, la evolución es muy buena. Mi trabajo está muy enfocado a desarrollar una escuela de iniciación en lo referente al sable, ya que en A Coruña ningún otro club desarrolla el sable como arma, entonces nosotros en el club estamos tratando de impulsarlo. Tenemos un grupito de sable, niños en edades escolares e incluso adolescentes ya. Después, hemos tratado de recuperar el florete y ahí estamos, trabajando mucho con el deporte base y con los niños en iniciación”.

- Cuando hablamos de espada, florete y sable, ¿qué modalidad es más practicada?

- “La espada es el arma mayoritaria a nivel nacional e internacional. Hay mucha más gente practicando espada que las armas de convención. Tampoco sabría decirte la razón específica, pero sí que es verdad que a nivel global la

espada se lleva la palma. Con todo, las armas de convención también van a los Juegos Olímpicos, tenemos tanto florete como sable en las Olimpiadas. La esgrima es uno de los deportes olímpicos por excelencia y todas las categorías están presentes”.

- Y vosotros ahí estáis de nuevo, con deportistas con muchas expectativas en la entidad e incluso alguno mirando a París 2024.

- “El Club Esgrima Coruña siempre ha logrado sacar esgrimistas de élite. Estuvimos con Elisa Martínez varias temporadas, hasta que se fue a vivir a Madrid. Ahora está en la Universidad, está estudiando medicina y en lo deportivo fue séptima en una Copa del Mundo, campeona de España individual y por equipos, etc. También a nivel paralímpico tenemos deportistas de mucho nivel, ahí está Iago Fernández, que es el actual campeón de España de espada y también de florete. Estas últimas semanas estuvo representando a España en Hungría, en la primera Copa del Mundo que da puntos para los Juegos Olímpicos de París. Encontró unos buenos puntos en espada, quedó de número 22, se clasifican los primeros 32 del ranking y muy bien. Con el florete no tuvo tanta suerte, aún así también cogió puntos. Al final cayó en el tablón de 64 y bueno, también da confianza el saber que sumas”.

- ¿Lo ves ya en los próximos Juegos Olímpicos o es muy pronto?

- “Es joven, se lo está planteando como un objetivo, está en la universidad también y claro, relativamente entrena aún poco, pero tiene mucho talento y si se lo cree, va a llegar muy lejos. El de esta última Copa del Mundo fue el mejor resultado que tuvo y estoy seguro que va a darle un impulso enorme. Por cierto, no quiero olvidarme de Ángel, que está en edad juvenil y este mismo mes se llevó la medalla de bronce en espada juvenil, en la categoría M20.



DEPORTES DE CONTACTO

Tiene 15 años, es una absoluta barbaridad lo que logró, dio la sorpresa y se coló hasta las medallas”.

- ¿Hay pasión por la esgrima en Galicia?

- “Si te soy sincero, Galicia no tiene mucha pasión. Hablamos de un deporte minoritario, es de esos deportes un poco extraños, de esos deportes poco practicados y justo eso es lo que buscamos en la actualidad, es decir, tratar de expandirlo. Nos gustaría que cada vez más niños vieran la esgrima como una opción, es un deporte apasionante y los que prueban, se quedan con nosotros. La esgrima es un deporte de los más antiguos que existe y ojalá la gente se anime mucho más. Esto es como todo, los deportes minoritarios tenemos el reto de competir con el fútbol, con el baloncesto y con los deportes grupales, que toda la vida llamaron más. Nosotros lo intentamos y tratamos de buscar gente para que se anime a hacer esgrima”.

- José, ¿continuáis con la sede en la Casa del Agua?

- “Nuestra sede principal es la sala de esgrima de la Casa del Agua. Allí hay una sala muy completa que pertenece al Ayuntamiento de A Coruña y ellos nos ceden el espacio, creo que junto a la Fundación Emalca. Nosotros estamos los lunes, miércoles y viernes por las tardes, además de los martes y jueves, que es cuando compartimos espacio con otros clubes de esgrima de la ciudad.

- En A Coruña también hay otros clubes y casi todos tienen sus raíces en el Club Esgrima Coruña, lo que habla claro de vuestra historia.

- “Al ser la entidad más antigua, el resto se originó a partir del Club Esgrima Coruña, pues las fundaron ex alumnos del club que poco a poco quisieron montar sus propios proyectos personales. Nosotros apoyamos todo lo que sea en favor de la esgrima”.

- Por cierto, ¿es la esgrima un deporte de contacto o un arte marcial?

- “La esgrima es un deporte de contacto, pero tiene la peculiaridad de que es el único deporte de contacto en el que no está permitido el contacto físico, solamente se puede tocar al rival a través de las armas. Entonces, cuando las acciones de ataque o de contraataque se pueden volver un poco peligrosas, o puede haber cuerpo a cuerpo, pues ahí se da el alto a la acción, porque no está

permitido el contacto físico”.

- En lo personal, la esgrima es tu pasión absoluta, pero nunca te olvidaste de los estudios, lo que siempre recomiendas también a tus pupilos.

- “Sí, yo practico esgrima desde categorías infantiles. Cuando ya llegas a cierta edad, aunque te decantas por estudiar, pues yo opté también por no dejar la esgrima de lado, por seguir en el deporte. Al final me licencié en veterinaria, pero la esgrima es mi pasión y trato de compaginar todo aún en la actualidad”.

- Un sueño por cumplir a corto plazo.

- “Un sueño por cumplir es lograr sacar algún niño en categoría infantil que logre ganar el Campeonato de España, eso sería muy bonito. Luego, me gustaría mucho que Iago Fernández estuviese en los Juegos Paralímpicos y ya si consigue una medalla sería espectacular”.

- Son ya años en España y siempre en el Club Esgrima Coruña, ¿no es así?

- “Sí, siempre aquí. Yo las titulaciones de maestro de armas me las saqué ya aquí en la Federación Española de Esgrima, pero yo soy venezolano de origen. Como dices, ya llevo años viviendo en España. Yo estaba trabajando de veterinario y surgió la oportunidad de entrar como deportistas en el Club Esgrima Coruña. Claro, cuando estaba muy ocupado con el trabajo, pues era como ocio y colaboración con el club. Después fue cuando me dieron la oportunidad de empezar a llevar el florete en el club y decidí afrontar el reto de llevar las armas de convención del club”.

- Ya para finalizar la entrevista, un mensaje para la gente de la ciudad y de toda la comunidad gallega.

- “Yo invito a toda la gente de A Coruña a que se una a la esgrima, a que pruebe la esgrima, pues es un deporte muy interesante, un deporte que mucha gente lo ve raro pero es muy practicado a nivel mundial, es uno de los deportes milenarios que existe y queremos que se animen. Estamos en la Casa del Agua, además, ahora los niños, a través de la Xunta de Galicia, pueden hacer un curso de iniciación gratuito de un mes, así que no hay excusa para no hacer deporte o para no llevar una vida saludable, y además con la oportunidad de practicar un deporte convencional”.



Expertos en la fabricación y colocación de todo tipo de muebles a medida

CARPINTERÍA EN GENERAL

637 092 561
 carpinteriaadriancorral@gmail.com
 info@carpinteriaadriancorral.gal
 Rúa 4, Parcela 78 - Polígono Industrial de Madanela 15800 Melide (A Coruña)

AUTO AFONSO

LUNES-JUEVES 9:30 A 13:30
 16:00 A 20:00
 VIERNES 9:00 A 13:00

TALLER DE MECÁNICA, CHAPA PINTURA Y VENTA DE VEHÍCULOS USADOS

640 680 936
 AUTO-AFONSO
 AUTOMOVILESVERINEP@HOTMAIL.COM
 RUA OURENSE, 5 - 32600 VERIN (OURENSE)




avalon kai
club deportivo

666 435 318
 INFO@AVALONKAI.COM
 WWW.AVALONKAI.COM
 PONTE DO SAR, Nº 41 - CP. 15702 - SANTIAGO DE COMPOSTELA - A CORUÑA

Karate Infantil
 Karate Adultos
 Autodefensa Feminista
 BJJ Feminista
 Dody Combat

Ashanga Yoga
 Vinyasa Yoga
 Espalda Sana
 Pilates
 GAP

Iván Calvo

Fontanería - Calefacción
 Gas - Energía Solar - Piscinas
 Mantenimiento Comunidades

Instalaciones

661 019 824
 instalacionesivancalvo@gmail.com



Carpintería L. Castro

653 114 944
 Lunes a Viernes 9:00 a 14:00 y de 15:00 a 20:00
 Avda. de Laza, 37 - 32600 - Verín (Ourense)




LALIN
pinturas

647 44 75 31

lalin-pinturas @lalinpinturas_sl_
 decoracionlalin@gmail.com
 Ponte, 97 3º E - 36500 Lalín (Pontevedra)




Reformas Miguel
Tel. 697 240 723

Lunes a Viernes 9:00 a 19:00
 Pza. do Concello, 7 - 36500 - Lalín (Pontevedra)



MANUEL LÓPEZ FONTANERÍA

Trabajos de Fontanería
 Calefacción y Gas

617 956 471
 fontaneriamanulopez@gmail.com
 Rosalía de Castro, 19 - 15800 - Melide (A Coruña)




Excavaciones Meixome

647 165 683
 Lunes a Viernes 8:30 a 20:00
 oscar.meixome@gmail.com
 Lugar Castiñeiro, 8 - MEIXOME - 36512 Lalín (Pontevedra)

Talleres LUIS

982 377 823
 638 109 085
 talleresluismonterroso@gmail.com
 C/ Mary Quintero, nº 10 27560 MONTERROSO (Lugo)




ESPECIALIZADOS EN EL TRANSPORTES DE GANADO OVINO Y PORCINO POR CARRETERA

649 876 451 LUNES - VIERNES 9:00 A 13:00
 TRZAS@HOTMAIL.ES
 RÚA 4, PARC. 76-78 - POLÍGONO INDUSTRIAL DE MADANELA 15800 - MELIDE (A CORUÑA)



CLÍNICA
ALAMEDA

centro de especialidades

PUBLIREPORTAJE

CLÍNICA ALAMEDA: EL COMIENZO DE UNA NUEVA ERA

Uxía Nogueira relata para Galicia Sport lo que será un proyecto para toda la provincia de Ourense.

Uxía Nogueira Bello, licenciada en enfermería y actual DIRECTORA de CLÍNICA ALAMEDA, nos habla de la nueva etapa que comienza en una empresa hasta ahora familiar, fundada en el año 1979. Desde hace poco más de un año, CLÍNICA ALAMEDA pertenece a un nuevo grupo inversor y le toca a las nuevas generaciones continuar con un legado que acumula prestigio y profesionalidad, pero que a la vez requiere tomar un nuevo impulso, ir más allá y convertirse en una de las grandes referencias de la provincia de Ourense. En Clínica Alameda podemos contar con especialistas ampliamente cualificados y con gran experiencia en: medicina general/de familia, enfermería general, alergología, dermatología, aparato digestivo, medicina interna, neumología, anestesia y reanimación, tratamiento del dolor, oftalmología, otorrinolaringología, cirugía ortopédica y traumatología, fisioterapia, psiquiatría, obtención de muestras, depósito de medicamentos y radiodiagnóstico. A su vez, profesionales como la propia Uxía Nogueira implantan analíticas a domicilio y enfermería a domicilio, lo que habla por sí solo sobre el espíritu de trabajo de los profesionales de un centro en el que lo mejor está TODAVIA POR LLEGAR.

Uxía, la historia de Clínica Alameda comenzaba hace ya 43 años y ahora llega una nueva era, ¿cómo la afrontáis?

“Sí, así es. Clínica Alameda ha sido siempre una empresa familiar, que lleva funcionando desde el Año 1979. Como dices, ahora llega una nueva etapa, llena de retos, pero al mismo tiempo ILUSIONANTE. Los nuevos gestores, capitaneados por UXIA NOGUEIRA, están convencidos de la necesidad de una apuesta fuerte, tanto económica como técnica y por supuesto humana. Nuestras nuevas instalaciones pronto estarán terminadas y pronto estaremos ya en ellas. Estamos haciendo una importante inversión económica (mas de 1.000.000 €) en instalaciones, equipos médicos y desde luego en equipo humano, sumando nuevos profesionales de prestigio, pues queremos ser una clínica de referencia en la atención sanitaria y ambulatoria en la provincia de Ourense”.

Por ahora seguís en Alameda número 6, pero como nos dices, pronto os encontraremos en Carretera de Orense número 25, ¿tenemos ya fecha?

“Ahora seguimos en Alameda número 6, pero a principios de año nos cam-

biamos, calculamos que en el mes de febrero. Son casi 900 metros cuadrados destinados a clínica, con posibilidad de aumentar otros 600 metros más, en una posible segunda fase si fuese necesario. La nueva ubicación es en Carretera de Orense número 25 bajo. En las nuevas instalaciones vamos a disponer de aparatología de última generación, como puede ser: equipo de radiodiagnóstico, torre de endoscopia, etc, etc. Nuestra ilusión es dar un trato exquisito y por supuesto de calidad a nuestros pacientes, solucionar sus problemas de salud y sobre todo, con el mejor equipo humano que pueda estar a nuestro alcance. Aparatología, instalaciones de calidad y los mejores profesionales, yo creo que por ahí tiene que asentarse el nuevo proyecto. A la vez, trataremos de traer nuevas especialidades a la clínica. Nuestra Idea es crecer en el cuidado y la asistencia a nuestros pacientes.

Estáis muy volcados con el deporte, incluso patrocinando al CD Arenteiro, el equipo de moda, ya no solo en el fútbol gallego, sino en España.

“Estamos volcados con el deporte en general, ya que es un hábito de vida muy saludable y es algo que también queremos impulsar. No solo tenemos la misión de ayudar a curar enfermedades, sino también la de fomentar los hábitos de vida saludables para no desarrollarlas. Otro campo en el que Estamos haciendo una gran apuesta es en el de la ESTETICA y BIENESTAR.

Uxía, muchas gracias por estar con Galicia Sport, si nos dejamos algo en el tintero, tienes la palabra para cerrar esta pequeña entrevista.

“Nada, simplemente volver a recalcar que estamos realizando un esfuerzo en mejorar notablemente las instalaciones y también en crecer en cuanto al equipo humano que compondrá el nuevo centro, y, sobre todo, decir que estamos a disposición del pueblo y de toda la provincia para poder ayudarles a resolver cualquier problema relacionado con la salud”.



CLÍNICA
ALAMEDA

centro de especialidades

CENTRO DE ATENCIÓN SANITARIA
EN O CARBALLIÑO

☎ 988 270 463

📠 988 274 631

✉ ADMIN@CLINICAALAMEDA.COM

🕒 LUNES - VIERNES SÁBADO

9:00H A 21:00H 9:00H A 14:00H

Nº DE REGISTRO SANITARIO C-32-000347

NOS TRASLADAMOS
CTR. ORENSE
25
PRÓXIMA APERTURA

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



NUEVA APERTURA: RESIDENCIA AMBOAGE EN A ESTRADA





**Z39
OFIMÁTICO**

COOPERATIVA DE VIVENDAS

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

Desde 153.932 euros!

www.z39ofimatico.gal

info@z39ofimatico.gal

881 250 109

cooperativízate

Xesta

XESTIÓN DE COOPERATIVAS



OPERIS

OBRAS Y MANTENIMIENTO

Comprometidos con el futbol base



www.operisobras.com