

EDICIÓN ESPECIAL

GALICIA SPORT

EDICIÓN TIME

EL PERIÓDICO DEL PARTIDO

LA PUBLICACIÓN DEL DEPORTE GALLEGO

III PREMIOS

MEJORES DEPORTISTAS

GALLEGOS

2022



Granitos Carballido

La Naturaleza a sus pies

Tif.: 670 063 544

POLÍGONO INDUSTRIAL DE MATELA S/N
27150 OUTEIRO DE REI. LUGO

EMAIL: contacto@granitoscarballido.com
WWW.GRANITOSCARBALLIDO.COM

GRAZAS Á VOSA

PERSE
VERIA
NCIA
SAÍMOS ADIANTE

GRAZAS AOS CLUBES, FEDERACIÓNS E DEPORTISTAS
POR TER FEITO TODO ESTE ESFORZO

AS CIFRAS DE LICENZAS FEDERATIVAS
E MUTUALIZADOS DO XOGADE
XA RECUPERAN E MESMO SUPERAN
OS DATOS PREPANDEMIA

<https://deporte.xunta.gal/>

 Xacobeo 21-22



XUNTA
DE GALICIA

“EL 2023 DOBLAMOS LA APUESTA”

Cuando un proyecto se inicia, la mente vuela y es inevitable imaginar cómo pueden llegar a salir las cosas, siendo el optimismo máximo por lo general. En el año 2021 nació la primera edición de los premios Galicia Sport y lo hacía con la firme intención de consolidarse en el tiempo, intentando llegar al máximo de deportes posible para poder dar de manera correcta la máxima visibilidad a los deportistas, poniendo especial interés en aquellos deportes que de manera incomprensible están más alejados de los grandes focos. La respuesta fue fabulosa, tanto por parte de clubes, como de técnicos, como de los propios protagonistas y de los aficionados en general, da igual del punto de nuestra tierra del que estemos hablando, por lo que tan solo podemos mostrar agradecimiento una vez más. No existen las palabras para poder dar las gracias por la colaboración mostrada por un mundo del deporte que si de algo sabe es de solidaridad. Llegamos a la tercera edición ya y este año hemos dado un paso más, gracias a entrenadores y especialistas en las diferentes modalidades deportivas, que prestaron su total colaboración para ejercer como jurado. Los votos de nuestros lectores fueron el otro eslabón de un engranaje del que salieron las puntuaciones finales. La web de Galicia Sport se colapsó por momentos, lo que habla claro del apoyo recibido por los deportistas y del éxito de formato de cara a un público que volvió a batir registros, como ya lo hiciera el pasado año por estas mismas fechas y con el mismo motivo. Pero no nos conformamos con haber llegado hasta aquí y en este año 2023, y tras la sugerencia de un gran número de técnicos especialistas, queremos dar un paso más y desde el próximo mes de marzo nos pondremos a buscar nominados para encontrar a las máximas promesas en el deporte base de los diferentes deportes. De esta manera, nacen los I Premios Galicia Sport dedicados al deporte formativo. Ahora lo que nos toca es trabajar para que en el mes de junio técnicos y aficionados puedan votar a sus favoritos. Posteriormente, también habrá una publicación especial para que toda la comunidad gallega pueda conocer mejor a las perlas del futuro. Así, doblamos la apuesta y soñamos con volver a ilusionarles, siempre con el optimismo y la confianza de ser capaces de volver a dejar huella.

Álvaro Aldrey



STAFF



EDITA

JL PUBLICACIONES S.L.

E-MAIL: INFO@JLPUBLICACIONES.COM

WEB: WWW.JLPUBLICACIONES.COM

DIRECCIÓN

JOSÉ LUIS FERNÁNDEZ

REDACCIÓN

ÁLVARO ALDREY

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

ANDREE MONTESINOS

PUBLICIDAD

M^a JOSÉ TENREIRO

CRISTINA OTERO

LORENA ARIAS

GEMMA MURILLO

ADMINISTRACIÓN

EVELIN RUBERTE

COLABORADORES

PILY PARDO

DONATO GAMA

RAÚL INFANTE

JORGE URIACH

FERNANDO BLANCO

JORDI URIACH

FOTOGRAFÍA

CESIÓN CLUBES

DEPÓSITO LEGAL: C-1555-2018



GRACIAS

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

HEMOS SUPERADO LAS 550.000 IMPRESIONES ENTRE LAS 3 REDES SOCIALES.

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

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

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

HUMEDADES - FRIO - CALOR

TODO TIENE SOLUCIÓN

VENTA Y APLICACIÓN EN TODA GALICIA

DECÍDASE POR LO CONOCIDO Y DURADERO



www.teais.es

981 60 21 11

986 37 42 11

988 21 40 42

982 65 00 25



- Degustación de vinos
- Venta de vinos y productos
- Visitas guiadas a bodegas
- Visitas a lagares
- Restauración
- Cursos de cata
- Visitas a viñedos



Tlf.: 602 485 455

Lugar de Altamira s/n
36698 DENA (SANTA EULALIA P.), Meaño (Pontevedra)
adegasbrandomar@gmail.com

 Adegas Brandomar



**REAL FEDERACIÓN
GALEGA DE FÚTBOL**

www.futgal.es

Todos unidos polo fútbol galego



NOMINADOS Y GALARDONADOS

MEJOR CLUB GALLEGO A LA GESTIÓN DEPORTIVA

🏆 CLUB HALTEROFILIA CORUÑA

FÚTBOL

MEJOR JUGADOR PROFESIONAL:

- 🏆 **BORJA IGLESIAS** (REAL BETIS- NATURAL DE SANTIAGO)
- IAGO ASPAS (RC CELTA- NATURAL DE MOAÑA)
 - BRAIS MÉNDEZ (REAL SOCIEDAD- NATURAL DE MOS)
 - JOSELU MATO (RCD ESPANYOL- NATURAL DE SILLEDA)

MEJOR JUGADORA PROFESIONAL:

- 🏆 **TERE ABELLEIRA** (REAL MADRID- NATURAL DE PONTEVEDRA)
- NURIA RÁBANO (FC BARCELONA- NATURAL DE AMES)
 - VERÓNICA BOQUETE (ACF FIORENTINA- NATURAL DE SANTIAGO)
 - MARI PAZ VILAS (LEVANTE LAS PLANAS- NATURAL DE VILAGARCÍA)

MEJOR ENTRENADOR/A PROFESIONAL:

- 🏆 **RUBÉN ALBÉS** (ALBACETE BALOMPIÉ- NATURAL DE VIGO)

MEJOR JUGADOR SEMIPROFESIONAL:

- 🏆 **PABLO DURÁN** (RC CELTA "B"- NATURAL DE TOMIÑO)
- BRAIS MARTÍNEZ (RACING DE FERROL- NATURAL DE BAIONA)
 - CARLOS LÓPEZ (ZAMORA CF- NATURAL DE ARES)
 - BRAIS ABELENDA (PONTEVEDRA CF- NATURAL DE BEMBIBRE)

MEJOR JUGADORA SEMIPROFESIONAL:

- 🏆 **PAULA NOVO** (DEPOR "B"- NATURAL DE BOIRO)
- ELENA PÉREZ (SÁRDOMA CF- NATURAL DE VIGO)
 - NURIA TORRES (PM FRIOL- NATURAL DE PORTONOVO)
 - ANDREA VILLADEAMIGO (INTERRÍAS- NATURAL DE ROMA)

MEJOR ENTRENADOR/A SEMIPROFESIONAL:

- 🏆 **LUIS TREVIÑO** (VIAJES INTERRÍAS- NATURAL DE)
- DAVID FERREIRO (SÁRDOMA CF- NATURAL DE VIGO)
 - JAVI REY (CD BARCO- NATURAL DE OURENSE)
 - RUBÉN DOMÍNGUEZ (OURENSE CF- NATURAL DE OURENSE)

MEJOR CANTERA NO PROFESIONAL:

- 🏆 **CORUXO FC**
- CIDADE DE RIBEIRA CF
 - ESCOLA DE FÚTBOL DENIS SÚAREZ
 - AGRUPACIÓN JUVENIL DE LÉREZ

BALONCESTO

MEJOR JUGADOR:

- 🏆 **SERGI QUINTELA** (CB BREGÁN- NATURAL DE LUGO)
- ERIK QUINTELA (CB BREGÁN- NATURAL DE LUGO)
 - ALBERTO ABALDE (REAL MADRID- NATURAL DE FERROL)
 - JONATHAN BARREIRO (UNICAJA- NATURAL DE CERCEDA)

MEJOR JUGADORA:

- 🏆 **BLANCA MILLÁN** (CENSINO- NATURAL DE SANTIAGO)
- RAQUEL CARRERA (VALENCIA BASKET - NATURAL DE OURENSE)
 - MARÍA ARAUJO (SPAR GIRONA- NATURAL DE VIGO)

MEJOR ENTRENADOR/A (PREMIO DIRECTO SIN VOTACIÓN):

- 🏆 **MONCHO FERNÁNDEZ** (OBRADOIRO CAB- NATURAL DE SANTIAGO)

BALONMANO

MEJOR JUGADOR:

- 🏆 **RODRIGO CORRALES** (VESZPRÉM- NATURAL DE CANGAS)
- ÁLEX CHAN (CISNE- NATURAL DE PONTEVEDRA)
 - DAVID IGLESIAS (LIMOGES- NATURAL DE BUEU)

MEJOR JUGADORA:

- 🏆 **ALICIA FERNÁNDEZ** (RAPID BUCAREST- NATURAL DE VALDOVIÑO)
- AITANA SANTOMÉ (BM PORRIÑO- NATURAL DE MOAÑA)
 - ESTELA DOIRO (BM COSTA DEL SOL- NATURAL DE A GUARDA)

MEJOR ENTRENADOR/A:

- 🏆 **QUIQUE DOMÍNGUEZ** (ANAITASUNA- NATURAL DE PONTEVEDRA)
- ISMAEL MARTÍNEZ (BM PORRIÑO- NATURAL DE CANGAS)

HOCKEY PATINES

MEJOR JUGADOR:

- 🏆 **CÉSAR CARBALLEIRA** (HC LICEO- NATURAL DE A CORUÑA)
- DAVA TORRES (HC LICEO- NATURAL DE A CORUÑA)
 - IGNACIO ALABART (FC BARCELONA- NATURAL DE A CORUÑA)

MEJOR JUGADORA:

- 🏆 **MARÍA SANJURJO** (HC LICEO- NATURAL DE A CORUÑA)
- LARA YAÑEZ (HC LICEO- NATURAL DE A CORUÑA)
 - ICÍA BREA (HC RAXOI- NATURAL DE SANTIAGO)

MEJOR ENTRENADOR/A:

- 🏆 **JUAN COPA** (HC LICEO- NATURAL DE A CORUÑA)
- EDU CASTRO (FC BARCELONA- NATURAL DE A CORUÑA)
 - PABLO ARIAS (DOMINICOS JUVENIL- NATURAL DE A CORUÑA)

FÚTBOL SALA

MEJOR JUGADOR:

- 🏆 **RUBÉN LEMOS "RUBI"** (INTERVIÚ- NATURAL DE SANTIAGO)
- ADRIÁN MARTÍNEZ (O PARRULO- NATURAL DE FERROL)
 - DAVID PAZOS (PESCADOS RUBÉN BURELA- NATURAL DE AMES)
 - ADRIÁN PIRATA (NOIA PORTUS APOSTOLI- NATURAL DE LUGO)
 - LUIS LÓPEZ "LUCHO" (PESCADOS RUBÉN- NATURAL DE LUGO)

MEJOR JUGADORA:

- 🏆 **SILVIA AGUETE** (MARÍN FUTSAL- NATURAL DE PONTEVEDRA)
- ALE DE PAZ (MARÍN FUTSAL- NATURAL DE NEDA)
 - MARTITA LÓPEZ-PARDO (POIO- NATURAL DE A CORUÑA)
 - JESSICA DIÉGUEZ "CHIKY" (ENVIALIA- NATURAL DE VERÍN)
 - ANTÍA PÉREZ (PESCADOS RUBÉN BURELA- NATURAL DE VIGO)

MEJOR ENTRENADOR/A:

- 🏆 **SANTI VALLADARES** (PEÑÍSCOLA- NATURAL DE PADRÓN)
- JORGE BASANTA (VIAJES AMARELLE FSF- NATURAL DE VIVEIRO)
 - GONZALO I. "MORENÍN" (TORREBLANCA- NATURAL DE VIGO)
 - HÉCTOR SOUTO (B. TIMUR SURABAYA- NATURAL DE CHANTADA)
 - JOSÉ CARLOS MARTÍN "CHIPÍ" (FSF CASTRO- NATURAL DE VIGO)

VOLEIBOL

MEJOR JUGADOR:

- 🏆 **VÍCTOR BOUZA** (CV EMEVÉ- NATURAL DE LUGO)
- MARIO DOVALE (DINAMO DE BUCAREST- NATURAL DE LUGO)
 - GABRIEL DEL CARMEN (ROTOGAL BOIRO- NATURAL DE VIGO)

MEJOR JUGADORA:

- 🏆 **CAROLINA CAMINO** (EMEVÉ- NATURAL DE QUIROGA)
- JIMENA FERNÁNDEZ (EMEVÉ- NATURAL DE A CORUÑA)
 - LUCÍA VARELA (I. GORGONZOLA NOVARA- NATURAL DE A CORUÑA)

MEJOR ENTRENADOR/A:

- 🏆 **JOSÉ VALLE** (ARENAL EMEVÉ- NATURAL DE LUGO)
- DIEGO TABOADA (INTASA SAN SADURNIÑO- NATURAL DE LUGO)
 - JORGE BARRERO (CV ZALAETA- NATURAL DE A CORUÑA)



**BERMUDEZ &
ASOCIADOS**

A B O G A D O S

Civil / Mercantil
Laboral / Social
Administrativo
Penal

Negociación
Asesoramiento
Defensa judicial

C/ Pena do Rei, 4 Entlo. Izq. - 27002 LUGO • T.: 982 873 934 • www.lugoabogado.com

OFICINA VILALBA (Cita previa): C/ Plácido Peña, 10 4º

A LOS PREMIOS GALICIASPORT 2022

HOCKEY HIERBA

MEJOR JUGADOR:

- XURXO CID (CH BARROCÁS- NATURAL DE OURENSE)
- MANU PROL (CLUB DE CAMPO MADRID- NATURAL DE OURENSE)
- ANTÓN PARENTE (TENIS SANTANDER- NATURAL DE OURENSE)

MEJOR JUGADORA:

- LUCÍA LAMELAS (VILLAR OURENSE- NATURAL DE OURENSE)
- CARLOTA ÁLVAREZ (CH ALBOR- NATURAL DE OURENSE)
- YURENA VELOSO (CH ALBOR- NATURAL DE OURENSE)

MEJOR ENTRENADOR/A:

- ROBERTO OLIVEIRA (CH BARROCÁS- NATURAL DE OURENSE)
- JOSÉ RAMÓN VELOSO (CH ALBOR- NATURAL DE OURENSE)
- ÁNGEL IGLESIAS (ESCOLA HC- NATURAL DE A CORUÑA)

GIMNASIA RÍTMICA

MEJOR GIMNASTA MASCULINO:

- AARÓN AMOR (CLUB MARÍA BARBEITO)
- ISMAEL NAVAZA (CD XIMNASIA RÍTMICA COMPOSTELA)
- RUBÉN BRAÑA (CLUB MARÍA BARBEITO)

MEJOR GIMNASTA FEMENINA:

- CANDELA MARTÍNEZ (CLUB MARÍA BARBEITO)
- EVA REZA (ESCOLA XIMNASIA ACORDES)
- CLARA LONGA (CLUB MANIOTAS)

MEJOR ENTRENADOR/A:

- CRISTINA COSTAS (CLUB TREBOADA)
- IRINA BOUDARINA (CLUB ESQUÍO)
- MARÍA FERNÁNDEZ (CD XIMNASIA RÍTMICA COMPOSTELA)

ATLETISMO

MEJOR ATLETA MASCULINO:

- ADRIÁN BEN (NATURAL DE VIVEIRO)
- TARIKU NOVALES (NATURAL DE NOIA)

MEJOR ATLETA FEMENINA:

- ANTÍA CHAMOSA (NATURAL DE PONTEVEDRA)
- BELÉN TOIMIL (NATURAL DE MUGARDOS)

PIRAGÜISMO

MEJOR PALISTA MASCULINO (PREMIO DIRECTO):

- CARLOS ARÉVALO (NATURAL DE BETANZOS)

MEJOR PALISTA FEMENINA:

- TERESA PORTELA (NATURAL DE CANGAS DO MORRAZO)
- ANTÍA JÁCOME (NATURAL DE PONTEVEDRA)

MOTOR

MEJOR PILOTO RALLYES (PREMIO DIRECTO):

- VÍCTOR SENRA (NATURAL DE DUMBRÍA)

MEJOR PILOTO MOTOCROSS

- RUBÉN FERNÁNDEZ (NATURAL DE VIGO)
- JORGE PRADO (NATURAL DE LUGO)

VELA

MEJOR REGATISTA MASCULINO (PREMIO DIRECTO):

- NICO RODRÍGUEZ (NATURAL DE VIGO)

MEJOR REGATISTA FEMENINA:

- PATRICIA SUÁREZ (NATURAL DE VIGO)
- TAMARA ECHEGOYEN (NATURAL DE OURENSE)

GOLF

MEJOR GOLFISTA MASCULINO (PREMIO DIRECTO):

- SANTI TARRÍO (NATURAL DE TOURO)

MEJOR GOLFISTA FEMENINA (PREMIO DIRECTO):

- FÁTIMA FERNÁNDEZ (NATURAL DE SANTIAGO)

REMO BANCO FIJO

MEJOR REMERO/A:

- RODRIGO CONDE (NATURAL DE MOAÑA)
- CAETANO HORTA (NATURAL DE NOIA)

MEJOR CLUB DE REMO BANCO FIJO (PREMIO DIRECTO):

- SD SAMERTOLAMEU

NATACIÓN

MEJOR NADADOR (PREMIO DIRECTO):

- MARIO MÉNDEZ (CN RÍAS BAIXAS- NATURAL DE VIGO)

MEJOR NADADORA (PREMIO DIRECTO):

- PAULA OTERO (CN ARTEIXO- NATURAL DE A CORUÑA)

MEJOR CLUB (PREMIO DIRECTO):

- CN PONTEAREAS

TRIATLÓN

MEJOR TRIATLETA MASCULINO (PREMIO DIRECTO):

- ANTONIO SERRAT (NATURAL DE VIGO)

MEJOR TRIATLETA FEMENINA (PREMIO DIRECTO):

- SARA GUERRERO (NATURAL DE NARÓN)

DEPORTE ADAPTADO

MEJOR DEPORTISTA MASCULINO (PREMIO DIRECTO)

- MARTÍN DE LA PUENTE (TENIS EN SILLA- NATURAL DE VIGO)

MEJOR DEPORTISTA FEMENINA (PREMIO DIRECTO)

- SUSANA RODRÍGUEZ (TRIATLÓN ADAPTADO- NATURAL DE VIGO)

PREMIO A LA TRAYECTORIA DEPORTIVA

CATEGORÍA MASCULINA (PREMIO DIRECTO)

- JUAN LUIS AMIGO "JUANITO" (FUTBOLISTA- NATURAL DE SIGÜEIRO)

CATEGORÍA FEMENINA (PREMIO DIRECTO)

- VERÓNICA BOQUETE (FUTBOLISTA- NATURAL DE SANTIAGO)



soluciones
de prevención y salud



www.solucionesdeprevencionysalud.com



MOBILIARIO URBANO



REVESTIMIENTOS Y FABRICACIÓN DE PISCINAS ENTERRADAS O SUPERFICIE



PARQUES INFANTILES

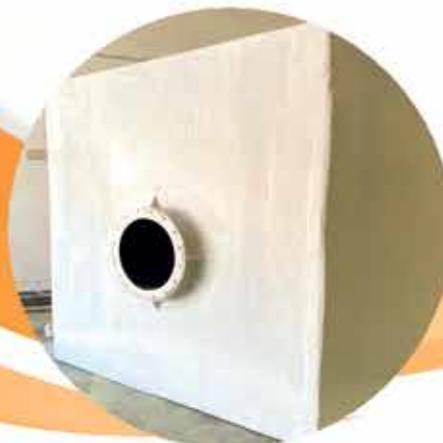


Policolor

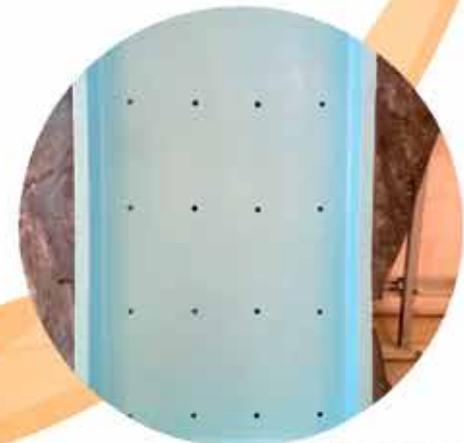
POLIESTER CORUÑA S.L.



PIEZAS ESPECIALES



FABRICACIÓN DE DEPÓSITOS IN SITU



PIEZAS PARA EL SECTOR ALIMENTARIO

FABRICACIÓN Y REPARACIÓN DE PIEZAS DE POLIESTER CON FIBRA DE VIDRIO

 www.policor.es

 +34 881 968 915

 policor@policor.es

Rúa Parroquia de Rois, 11F, 15166 Bergondo, A Coruña



ELIDENTE

LABORATORIO DENTAL

Desde 1986

Siempre pensando en el paciente

www.elidente.com

ESPECIALISTAS EN PRÓTESIS SOBRE IMPLANTE

La mayor infraestructura CAD/CAM dentro de un laboratorio dental a nivel nacional



Prótesis dentales personalizadas para cada paciente. La mejor relación calidad/precio del mercado.

TECNOLOGÍA PROPIA Y ALTO CONOCIMIENTO DE LOS MATERIALES SE OBTIENEN AL POSEER UN LABORATORIO DENTAL MODERNO.



36
profesionales
altamente
cualificados

Tlf 981 557 089
Fax 981 557 501
elidente@elidente.es
Vía Edison 29, Pol. Tambre
15890 Santiago de Compostela, A Coruña





CLUB HALTEROFILIA CORUÑA: OTRO AÑO DE AUTÉNTICO RELUMBRÓN

La entidad herculina volvió a apuntarse un nuevo doblete copero en un 2022 que volvió a pasar a la historia.

El Club Halterofilia Coruña fue sin duda el mejor club gallego del año 2022, ya que volvió a hacer historia y además a lo grande, tras conseguir un doble título copero, tras ganar la Copa del Rey por sexta vez y la Copa de la Reina por cuarta ocasión, confirmando de esta manera el tercer doblete de su dilatada historia, tras los logrados en 2018 y en 2021. La entidad herculina se plantó en el Pabellón de Os Remedios de Ourense como clara favorita y fue capaz de cumplir los pronósticos de la mano del técnico Ferenc Szabo, brillando a lo grande Irene Martínez, que logró la mejor marca femenina en el campeonato

consiguen los deportistas de este Club Halterofilia Coruña”.

- ¿Cuál fue la clave para un crecimiento tan grande?

- “Para mí la clave, además del trabajo, es tener una gran afición. Aquí no hay día, no hay noche, se trabaja para sacar esto adelante, estamos buscando continuamente nuevos talentos, buscando la fórmula de mejorar el rendimiento de los deportistas, de cambiar o actualizar los sistemas de entrenamientos, etc. Siempre tenemos el mono de la halterofilia en la cabeza”.

- Ferenc, son muchos años en la pomada, dando mucha guerra, y a día de hoy sois sin duda la gran referencia nacional de la halterofilia.

- El año 2022 fue inmejorable una vez más, doble éxito en la Copa, además de todas las medallas de los chicos en los diferentes Nacionales y en los diferentes torneos que se fueron disputando a lo largo de los meses.

TALLERES DOBLE R talleres@dobler.es

981 059 893 - 642 573 928

Avd. Nostián, Nave 8A, Pol. La Artística -15140 A Coruña

FICHA TECNICA

CLUB:	CLUB HALTEROFILIA CORUÑA 23/03/1986 A CORUÑA
EQUIPO TÉCNICO:	- DIRECTOR TÉCNICO: FERENC SZABÓ - ENTRENADOR: JESÚS ALBERTO FIDALGO SOTO. - ENTRENADOR: CARLOS CASTRO MARIÑO.
PRESIDENTE:	FRANCISCO JOSÉ GARCÍA PEREIRO
VICEPRESIDENTA:	LUCÍA MAGDALENA FILGUEIRAS
SECRETARIO	CARLOS CARRETERO SANDÁ
TESORERO	JESÚS FIDALGO SOTO
VOCAL	DIEGO VIERA RIVAS



- “Sí, es así, incluso destacaría una cosa más, ya que hace unos días estuvimos en Valencia disputando la Copa Federación de clubes en las categorías de base. Este año se disputó en sub 15 y en sub 17, tanto masculino como femenino. Es la prórroga de 2022, pues se clasifican para estar allí los cinco primeros equipos de cada categoría de la Liga Escolar 2022. Es como la Copa del Rey absoluta pero en las categorías de base. Retrasan un poco las fechas por motivos de las fiestas de navidad, pero pertenece al 2022. Ahí son cuatro categorías y de las cuatro, en tres hemos ganado nosotros, el Club Halterofilia Coruña”.

- El dominio es también absoluto a nivel nacional en cuanto a la base, lo que nos decías, tres de cuatro y que no se puede pedir más.

- “Yo creo que dominamos. Cuando se convoca un campeonato nacional de base, la gente ahora mismo nos da por favoritos y en las quinielas primero viene A Coruña y después están los demás”.

- Mirando a lo personal, son ya muchos años en A Coruña, prácticamente fundabas tú el club.

- “Llevo aquí 32 años ya, el club se fundó en 1986 y yo llegué aquí en el 1990.

La verdad es que el Club Halterofilia Coruña pasó por momentos difíciles, apenas había actividad, pero con el trabajo de muchos años hemos podido levantarnos e ir para arriba”.

- ¿Dónde nace tu afición por el mundo de la halterofilia?

- “Yo nací en esto. Mi padre, que se llama igual que yo, fue el fundador de la Federación Húngara de Halterofilia. Fui deportista, llegué a ser campeón de mi país, después tuve que abandonar muy joven la actividad deportiva y desde entonces, desde el año 1981, cuando tenía 25 años, ya me activé como entrenador. Por un lado es una desgracia tener que dejar la actividad deportiva muy joven, pero por otro lado fue positivo, porque como entrenador acumulo muchísima experiencia, hablamos de 42 años ahí. Esto me ayuda mucho a desarrollar la actividad”.

- Vuelven los Juegos Olímpicos en 2024, ¿hay posibilidades de que algún deportista del Club Halterofilia Coruña se cuele en la cita de París?

- “Es un reto muy complicado para toda la halterofilia nacional. Hay posibilidades, pero a la vez tenemos que pensar que hace 20 años había unas 500

MAGAFEY
NEUMATICOS

Santiago Apostol, 82-84 , Baixo - 15689 MESON DO VENTO - ORDES (A Coruña)
981 692 880 620 741 167 neumaticosmagafey@hotmail.com www.neumaticosmagafey.com



plazas para acudir a los Juegos Olímpicos y sin embargo a día de hoy van 120, 60 hombres y 60 mujeres en todo el mundo. Entrar ahí es una misión muy difícil pero vamos a darlo todo para que puedan estar allí nuestros deportistas, a ver si alguno lo puede conseguir”.

- ¿Quiénes cuentan con posibilidades?

- “Ahora mismo, si lo pienso, podría conseguirlo Irene Martínez, que es la mejor de España, Ruth Fuentesfría, que va muy fuerte entre las jovencitas, Irene Blanco, que fue Campeona del Mundo juvenil hace unos años, y si miramos a los chicos, pues Víctor Castro o Martín Liste también tienen opciones y van a darlo todo por conseguirlo”.

- Lo que es innegable es que la ciudad de A Coruña os adora y está pendientes de vosotros en cada momento.

- “En A Coruña nos sentimos muy queridos, sentimos el calor de la ciudad, de la gente, de las instituciones públicas, nos apoya la Xunta, la Fundación Deporte Galego, el Ayuntamiento de A Coruña, la Diputación, la Fundación Emalca... Espero no olvidarme de nadie, pero nos ayudan mucho y eso nos quita de muchos problemas y muchas dificultades”.

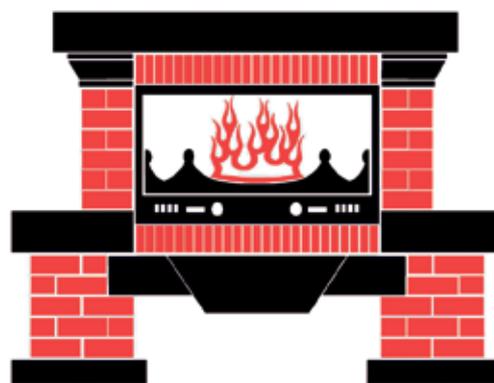
- Otra cosa que es un lujo son las instalaciones, ¿contento?

“Sí, muy contento. Hace 12 años, después de 20 de verdaderas penurias, hemos conseguido que el Ayuntamiento nos cediese las instalaciones de la Casa del Agua, de hecho, ahora se llama Centro de Halterofilia Casa del Agua, y ahí tenemos todo lo que necesitamos. Cuando entramos hasta me dio miedo, pensaba para mí, a ver cómo llenamos todo este espacio, pero a día de hoy ya incluso empieza a quedarse pequeño, pues entrenan diariamente cerca de 100 deportistas, pero muy bien, son 300 metros cuadrados y además en una ubicación ideal, en el centro de la ciudad, cerca de cinco institutos de educación secundaria y eso también nos ayuda muchísimo”.

- Ferenc, ya para terminar, ganadores de los III Premios Galicia Sport, el club es reconocido ya por muchos de los deportistas, presidentes y entrenadores gallegos de otras disciplinas deportivas y este año ya no hubo votación, pues por unanimidad, prácticamente todos mencionaban al Club Halterofilia Coruña y se quitaban el sombrero con vosotros.

- “La verdad que cuando me enteré quedé impresionado, no contaba con esto cuando me lo comunicabas, le doy a todo el mundo las gracias por valorar nuestro trabajo, mañana se lo diré a todos los chicos del club para que puedan disfrutarlo”.

AGRA FUEGO



CHIMENEAS

Desde 1993



981 825 811

www.agrafuego.com

Taramancos, 36 Noia



@Discotecaolimpovigo



Discoteca Olimpo Vigo
Olimpo Baile

OLIMPO

Viernes, Sábado,

Domingo,

Visperas y Festivos

Telf: 673 304 730

Calle Venezuela 25

XURXO CID: “ESTOY COMO EN UNA SEGUNDA JUVENTUD”

El ourensano vive un gran momento de forma y se ve con cuerda para estar activo unos cuantos años más.

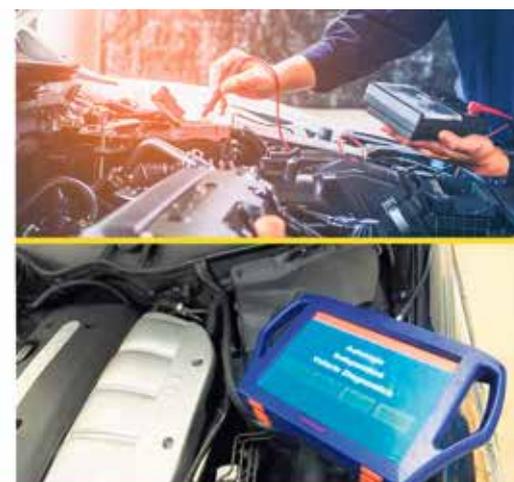


MEJOR JUGADOR	
DEPORTISTA:	XURXO CID 28/06/1988 OURENSE
CLUB ACTUAL:	CH BARROCAS
EDAD DE INICIO:	5 AÑOS
DEBUT EN PRIMER EQUIPO:	02/03
NOMINADOS A MEJOR JUGADOR:	- XURXO CID (CH BARROCÁS) - MANU PROL (CLUB DE CAMPO) - ANTÓN PARENTE (TENIS SANTANDER)
JURADO:	JURADO FORMADO POR DOS COMISIONES DE TÉCNICOS DE LA FEDERACIÓN GALLEGA. LA COMISIÓN 1 LA FORMARON COQUE DEL RÍO Y JAVIER VALENCIA, MIENTRAS QUE LA COMISIÓN 2 LA FORMARON ESTÍBALIZ ARRUGAETA Y PILAR CEREIJO, SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN EL PORTAL WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.

Lleva en el mundo del hockey desde los 5 años y siempre fiel a los colores del club de su vida, el CH Barrocás. Hablamos de Xurxo Cid, quien volvió a imponerse en los premios Galicia Sport, al igual que ya sucediera en la pasada edición. El jugador ourensano brilla curso tras curso y es uno de los pilares de un equipo que esta campaña volvía a División de Honor B, tras el ascenso logrado el pasado mes de junio. Xurxo también sabe lo que es la Selección Española y uno de los mayores éxitos de su carrera llegó en 2021, tras ganar el Campeonato de Europa de hockey sala en la localidad lusa de Paredes.

AÑO 2022 MUY POSITIVO

“El año 2022 fue positivo, ya que conseguimos el ascenso a División de Honor B, así que muy contentos. Volvimos al sitio donde nunca debimos dejar de estar, pero somos un club humilde y lo importante es reponerse. En cuanto a la temporada actual, empezó bien, en hierba tuvimos ya el parón y estamos bien clasificados para mantenernos, que es el objetivo. Si nada se tuerce deberíamos mantenernos bien. Mirando al hockey sala, pues este año tuvimos algo



Reparación y Servicio integral

☎ 986 372 074

☎ 634 619 598

📷 @resermotorvigo

Trva. de Vigo, 43 - Vigo - www.resermotor.com - resermotor@gmail.com



de mala suerte con las lesiones y nos quedamos a las puertas de la final four a nivel nacional. Fuimos campeones de Galicia, pero nos eliminaron antes de llegar a la final four, fue una pena porque era en Ourense, pero no pudo ser en esta ocasión”.

LA IMPORTANCIA DEL ASCENSO

“A nivel gallego necesitamos un equipo en División de Honor B, si no es así, el hockey al final sale muy perjudicado. Yo creo que una de las cosas importantes para que crezca la cantera es que vean que cada domingo a Mariñamansa viene el mejor hockey. Nos vienen a ver a nosotros, ven jugadores también de fuera con mucho nivel y al final los chavales se van enganchando a todo esto”.

MARIÑAMANSA

“Es un campo que acaban de cambiar ahora, las instalaciones en sí siempre podrían estar mejor, pero están bien, y lo que es el terreno de juego está homologado por la Federación Internacional y es una maravilla. Ojalá hubiera también la posibilidad de que pudiesen hacer algo similar en A Coruña y en Vigo, sería algo muy bueno para todos y para el crecimiento de este deporte en Galicia”.

FUNDAMENTAL EL TRABAJO CON LA BASE

“Nos hacen falta chavales de la base, cuantos más mejor. Al ser el hockey un deporte tan pequeñito, al final si no trabajas bien la base es todo muy complicado. Esto es un proceso largo, en la Federación Gallega parece que sí que van trabajando muy bien con los chavales y ahí hay que hacer fuerza, que los niños empiecen a jugar cada vez más y cada vez ir más hacia arriba. Para ver los frutos necesitamos unos años. Al final, hay que trabajar mucho, no hay mucho dinero, los monitores lógicamente escasean y se trata de crecer casi haciendo milagros”.

ESTADO DE FORMA ACTUAL

“Ahora mismo me siento mucho mejor incluso que cuando tenía 20 años. Juego mucho más tranquilo, estoy más tranquilo, también me cuido mucho más que cuando tenía 20 años y estoy como en una segunda juventud. Ves todo de otra forma, te cuidas corriendo, te cuidas en la alimentación, al final las cosas me están saliendo y es gracias a todo eso y al buen trabajo de todo el equipo en general”.

HOCKEY HIERBA O HOCKEY SALA

“Nosotros tenemos la temporada de hockey hierba que comienza en septiem-

bre y se extiende hasta diciembre, luego se juega a sala y vuelve la hierba. A mí lo que más me gusta es el hockey sala, si llega a haber hockey sala todo el año, yo la hierba ni la pisaba, con eso ya te lo digo todo”.

GANADOR EN LOS III PREMIOS GALICIA SPORT

“Dar las gracias a todos los que me votaron y a vosotros por hacerme la entrevista. Espero estar dando guerra por lo menos 3 o 4 años más si nada se tuerce. Darle la enhorabuena también a los otros candidatos al premio, lo merecen tanto como yo y además son íntimos amigos míos los dos, así que en esta ocasión todo quedaba en casa y si lo hubiesen ganado ellos, estaría tan contento como ganando yo”.



TALLER MECANICO NOVA - NVI

- Diagnosis - Distribuciones
- Cambio de aceite
- Frenos - Suspensión
- Nos encargamos de la ITV
- Montura y Equilibrado de Neumáticos
- Instalación de radios y navegadores
- Instalación de etapas y sonido
- Y mucho mas

LUCÍA LAMELAS: "QUIERO ESTAR EN EL EUROPEO SUB 18"

La jugadora del Villar de Ourense es una de las grandes promesas del hockey sobre hierba nacional.



MEJOR JUGADORA	
DEPORTISTA:	LUCÍA LAMELAS 04/01/2006 OURENSE
CLUB ACTUAL:	VILLAR OURENSE
NOMINADAS A MEJOR JUGADORA:	- LUCÍA LAMELAS (VILLAR OURENSE) - CARLOTA ÁLVAREZ (CH ALBOR) - YURENA VELOSO (CH ALBOR)
JURADO:	JURADO FORMADO POR DOS COMISIONES DE TÉCNICOS DE LA FEDERACIÓN GALLEGA. LA COMISIÓN 1 LA FORMARON COQUE DEL RÍO Y JAVIER VALENCIA, MIENTRAS QUE LA COMISIÓN 2 LA FORMARON ESTÍBALIZ ARRUGAETA Y PILAR CEREJO, SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN EL PORTAL WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.

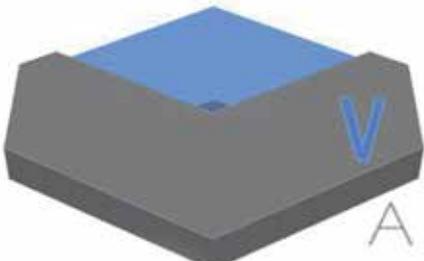
Lucía Lamelas es una de las grandes promesas del hockey sobre hierba autonómico y nacional. Lleva toda una vida en el hockey y a día de hoy ya tiene claro que quiere vivir en este mundillo para siempre. Su calidad está fuera de toda duda y sus citas con la Selección Española están a la orden del día, siendo su próximo objetivo entrar en la lista definitiva para el próximo Campeonato de Europa sub 18.

jugadora del año 2022, no es lo más importante, pero a la vez siempre genera una satisfacción imagnino.

- "Sí, como dices tú, está claro que al final no practicamos deporte para que nos den premios, pero a la vez siempre está bien que reconozcan tu trabajo y que la gente opine que te mereces ese premio y te vote, pues es algo muy bonito y que te llena por dentro".

- Lucía, fuiste la ganadora de los III Premios Galicia Sport como mejor

- Juegas en el Villar Ourense, son ya muchos años en la casa, pero cuén-



VÁZQUEZ

ASESORES



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

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

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



tanos cómo comenzaba tu pasión por el mundillo del hockey hierba.

“Mis padres trabajaban los dos cuando era pequeña, entonces me quedaba en el comedor del colegio y después iba a una actividad para estirar un poquito el horario y que ya me pudiesen recoger ellos por la tarde. En ese momento era tenis o hockey, solo tenía esas dos opciones en el cole, y no se por qué, yo tenía claro que tenía que ser hockey. Empecé en Segundo de Primaria en el cole, me encantó desde el principio, y del cole pasé a entrenar al campo de hierba en Mariñamansa. El campo está a 15 minutos de mi casa y a mí me gustaba tanto que obligué a mis padres a llevarme. Y desde allí hasta el día de hoy. Mi vida a día de hoy gira entorno al hockey. Siempre jugué aquí, en el Villar Ourense”.

- Mirando al año 2022 y a este inicio de 2023, ¿por dónde fueron pasando tus objetivos?, ¿qué te espera de aquí al mes de junio?

- “La primera competición importante que tuve esta temporada fue con la Selección Gallega. Fuimos al Campeonato de España sub 18, obtuvimos un séptimo puesto, que no está nada mal, sobre todo teniendo en cuenta que se juega ante grandes potencias como Cataluña o Madrid. En lo personal me salieron también las cosas muy bien, me llevé el premio de máxima goleadora y las sensaciones fueron muy buenas en general. Para nosotras fue también una preparación de cara a este 2023, pues éramos aún de primer año y este año, en octubre, podemos repetir en el Nacional y seguro que estamos más preparadas. Ya mirando al club, en el Villar de Ourense tenemos ahí un equipito muy bueno de cadetes, se prepararon muy bien para los sectores de hierba y sala. En cuanto al primer equipo, que es el que juego, pues estamos preparando la fase de ascenso a División de Honor B, que será en mayo. Queremos ascender y vamos a por todas de aquí al final”.

- Ourense es sin duda la capital por excelencia del hockey hierba gallego, tenéis hockey por los cuatro costados, un campo de lujo como Mariñamansa y eso siempre es importante también, en ese aspecto son condiciones muy buenas para formarse con garantías en este deporte tan apasionante y que además es olímpico.

- “La verdad es que yo doy gracias por estar en Ourense, porque somos la única ciudad de Galicia que tiene un campo homologado y en condiciones y eso se nota mucho. En A Coruña y en Vigo también hay equipos, pero el hecho de no entrenar nunca en un campo en condiciones se nota mucho. En Ourense ahora mismo hay tanto hockey que el campo que tenemos se queda pequeño ya. Damos gracias por tenerlo, además está casi nuevo,

hace un año o dos que lo cambiaron y estamos contentísimos”.

- Sube el nivel en Ourense por lo que me dices, más licencias, buenos entrenadores, cada vez hay más ingredientes para que el hockey tome definitivamente la relevancia que se merece.

- “Todos los clubes se están centrando mucho en la base, cada vez hay más niños y niñas en edades tempranas y todo eso dentro de unos años se va a multiplicar de manera exponencial. Ahora ya hay equipos senior, pero con los jugadores y jugadoras que vienen de abajo va a haber aún más. Eso va a permitir hacer más equipos, más ligas, más competición en general, lo que también aumentará el nivel”.

- Un sueño por cumplir en el mundo del hockey.

- “En lo individual, este año hay un Europeo sub 18 y me gustaría pelear por ir. Quiero seguir creciendo como jugadora, me gustaría estar a lo largo de toda mi vida vinculada al hockey, cuando no me den las piernas para correr, pues estar como entrenadora o directiva de un club. También arbitro en la actualidad, no sé cómo, pero lo que sí sé es que quiero estar siempre vinculada a todo este mundillo. Ya en lo colectivo, conseguir los objetivos que nos hemos propuesto y lograr el ascenso sería una grandísima alegría”.

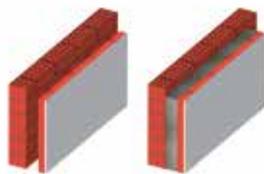


HUMENOR .es

INGENIERIA EN HUMEDADES

Diagnóstico Gratuito 981 105 053

**AISLAMIENTO
TÉRMICO**



**ESPECIALISTAS
EN SISTEMAS DE
VENTILACIÓN**



TRATAMOS





ROBERTO OLIVEIRA: “SOÑAMOS CON SER CAMPEONES DE ESPAÑA”

El entrenador del Barrocás no esconde sus deseos de ver a sus pupilos levantando el cetro nacional en Sala.

Roberto Oliveira se impuso en la III Edición de los Premios Galicia Sport, tras los votos del jurado formado por técnicos de la Federación Gallega y de los lectores a través de nuestra web oficial. El técnico del CH Barrocás concedió una entrevista a nuestro medio, en la que dejó claro cuales son los pilares fundamentales para intentar que el mundo del hockey aumente en número de fichas en nuestra comunidad, algo fundamental para que también pueda aumentar la calidad.

CH BARROCÁS Y SELECCIÓN NACIONAL

“Para el CH Barrocás fue un buen año, pues conseguimos el ascenso a División de Honor B y todos los objetivos se consiguieron, después, a nivel Selección Española, conseguimos ascender a la División de Honor A, algo muy importante para el hockey nacional. Yo estoy como analista con la sub 21 de hockey hierba y nos quedó el sabor agri dulce de quedar cuartos en el

Europeo, cuando tuvimos la medalla muy cerca, pero bueno, esto es deporte de formación y lo más importante es formar bien a los jugadores”.

PROMOCIÓN DEL HOCKEY

“La Federación Gallega está haciendo un trabajo importante, está haciendo una promoción del deporte que es necesario, tanto en sitios como Coruña o Vigo, como en Ourense. Lo que sí que es cierto es que a nivel de base todavía nos faltan jugadores. Creo que las fichas son escasas y el número de equipos también. Tampoco tenemos muchos entrenadores, entrenar a niños requiere mucha paciencia y mucho tiempo y hoy en día por las circunstancias de toda la gente joven, estudios y demás, pues está siendo cada vez más complicado. Es cierto que la Federación Gallega hizo varios cursos de nivel 1 y nivel 2, que está muy bien, pues se anotaron chicos nuevos, que quieren empezar en esto, pero bueno, yo a nivel de Barrocás lo que noto a día de hoy es falta de

HERFRAGA

MAQUINARIA PARA LA INDUSTRIA CONSERVERA

Desde 1930



www.herfraga.com

entrenadores, esa es la realidad”.

SE NECESITAN MÁS CAMPOS EN GALICIA

“Yo estoy convencido que A Coruña y Vigo, si tuviesen un campo específico de hockey, subiría muchísimo el número de fichas y el nivel del hockey gallego. En A Coruña hay una buena base, está Escola HC y Athletic Coruña, vienen ahora de jugar el sector masculino y femenino juvenil de sala, eso quiere decir que están haciendo las cosas muy bien, pero tienen el hándicap de no tener un campo específico y eso al final echa mucho para atrás. Entiendo que las instituciones vean esto como un deporte minoritario, pero todos pagamos impuestos, todos tiramos del deporte y yo no me imagino un club de baloncesto que no tenga pabellón o cosas por el estilo. No digo que todos los años haya que pensar en instalaciones de hockey, pero alguna vez tendrá que tocar también”.

EL HOCKEY DEBE SER DEPORTE ESCOLAR

“Para mí la clave pasa por que el hockey pase a incluirse en el deporte escolar, creo que al final los niños están en el cole, allí juegan y hacen muchas actividades, practican fútbol, baloncesto, tenis y demás, y creo que sería primordial, sobre todo al no disponer de muchos clubes propios. La base está en los colegios y el hockey debería incluirse en el deporte escolar. Eso sí, para eso también se necesitan entrenadores que puedan ir a esos colegios y poder llevar el hockey a todos los centros educativos de las ciudades y de los diferentes pueblos”.

EL FUTURO PASA POR EL TRABAJO

“El futuro pasa por trabajar, la Federación Gallega está haciendo su trabajo, los clubes también tenemos que responder, las instituciones nos tienen que ayudar y al final lo que tienen que pensar es que todo eso es una base de educación para los niños, y también de cultura para cuando sean adultos poder afrontar su vida adulta y su vida laboral con las mejores condiciones”.

DIVISIÓN DE HONOR A NO ES UN OBJETIVO REAL

“A día de hoy, pensar en División de Honor A no es un objetivo real, no tenemos ni condiciones ni infraestructura para ello y no creo siquiera que los jugadores se divirtiesen. Nosotros estamos en la categoría que creo que merecemos y en la que podemos competir. En la máxima sería muy bonito estar un año, pero creo que los jugadores se frustrarían, pues no tenemos ni el nivel competitivo, ni el nivel de infraestructura, entonces pues bueno, para un club como el CH Barrocás la segunda categoría es idea. La cantera es muy

importante para nosotros, seguimos formando niños, tenemos una buena base en infantiles y el objetivo es que cuatro o cinco de esos niños puedan estar jugando en División de Honor B en cuatro o cinco años. Yo creo que en hierba estamos muy bien, estamos contentos donde estamos y nos quedó la pena del Sala, de no poder llegar a la final four en casa, ya que nos quedamos a las puertas. Lo seguiremos intentando en los próximos años”

EL SUEÑO DE LA COPA DE EUROPA DE SALA

“Un sueño por cumplir en el Barrocás está claro, yo creo que a todos nos gustaría quedar campeones de España de hockey sala. Es una generación que lleva 10 años seguidos jugando Campeonato de España, algo muy complicado, de hecho, solo Complutense ha sido capaz de lograrlo también. En estos diez años sacaron cuatro medallas de bronce, nunca tuvieron la suerte de poder jugar la final, y el sueño sería ganar el Nacional y con ello clasificarnos para jugar una Copa de Europa con el Barrocás”.

MEJOR ENTRENADOR	
DEPORTISTA:	ROBERTO OLIVEIRA 22/04/1973 OURENSE
CARGOS TEMPORAL ACTUAL:	- ENTRENADOR DEL CH BARROCÁS - ANALISTA SELECCIÓN ESPAÑOLA SUB 21 DE HOCKEY HIERBA.
NOMINADOS A MEJOR ENTRENADOR:	- ROBERTO OLIVEIRA (CH BARROCÁS) - JOSÉ RAMÓN VELOSO (CH ALBOR) - ANGEL IGLESIAS (ESCOLA HC)
JURADO:	JURADO FORMADO POR DOS COMISIONES DE TÉCNICOS DE LA FEDERACIÓN GALLEGA. LA COMISIÓN 1 LA FORMARON COQUE DEL RÍO Y JAVIER VALENCIA, MIENTRAS QUE LA COMISIÓN 2 LA FORMARON ESTÍBALIZ ARRUGAETA Y PILAR CEREJO, SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN EL PORTAL WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.

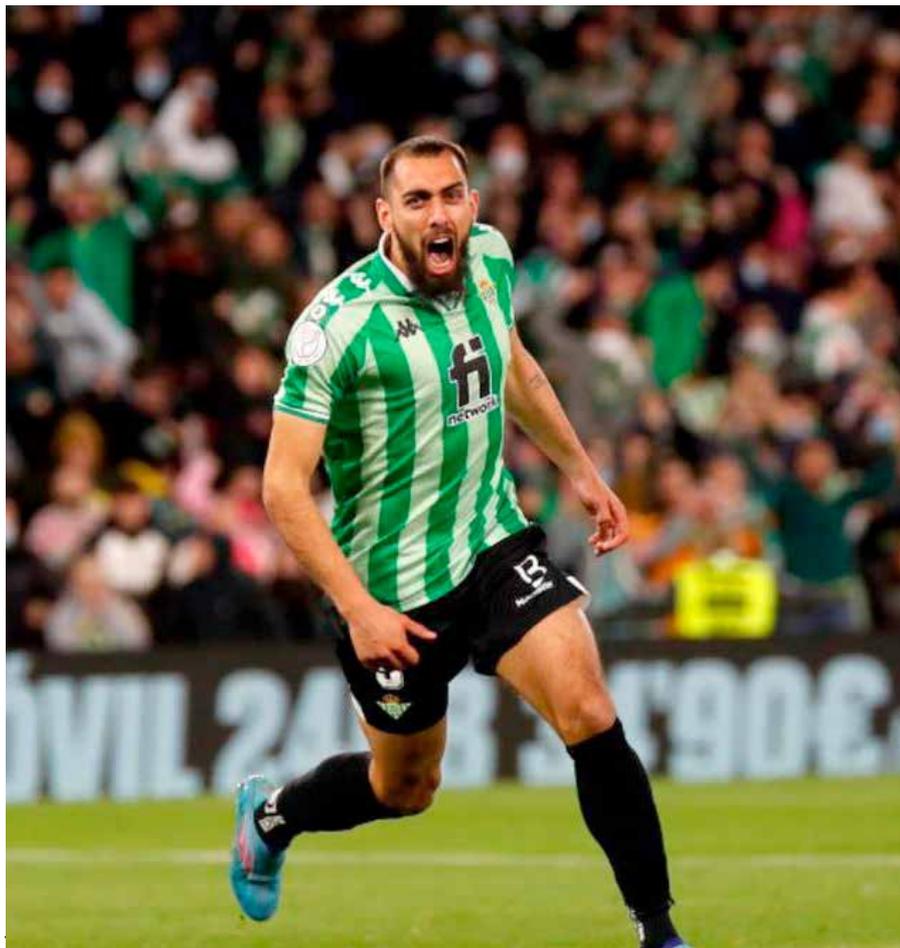
EFILUME
www.efilume.com

Estufas de pellets y leña
 con grandes descuentos
 Presupuesto sin compromiso

T. 981 573 053
 Via Pasteur, 49. Polígono del Tambre
 15890 Santiago (A Coruña)

EL PANDA TRIUNFÓ A LO GRANDE EN UN 2022 PARA LA HISTORIA

Borja Iglesias anotó 19 dianas en 2774 minutos en la campaña 21/22, ayudando al Betis a ganar la Copa.



MEJOR JUGADOR PROFESIONAL	
JUGADOR:	BORJA IGLESIAS QUINTÁS 7/01/1993 SANTIAGO DE COMPOSTELA
CLUB ACTUAL:	REAL BETIS
TRAYECTORIA:	- CANTERA CD CONXO - CANTERA VALENCIA CF - CANTERA VILLARREAL CF - R.C CELTA B - REAL ZARAGOZA - REAL BETIS BALOMPIÉ
NOMINADOS A MEJOR JUGADOR:	- BORJA IGLESIAS (REAL BETIS) - IAGO ASPAS (RC CELTA) - BRAIS MÉNDEZ (REAL SOCIEDAD) - JOSELU MATO (RCD ESPANYOL)
JURADO:	JURADO FORMADO POR FERNANDO BLANCO (ENTRENADOR NACIONAL) Y JORGE URIACH (ENTRENADOR NACIONAL), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN LA WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.

El fútbol gallego pasa por el mejor momento de su historia y buena prueba de ello es la gran cantidad de futbolistas de nuestra tierra que han llegado a las categorías de élite del fútbol profesional. Elegir al mejor del 2022 fue una tarea más complicada que nunca, pues cualquiera de los nominados hubiese sido un justo vencedor, llevándose el gato al agua un Borja Iglesias que convertido en una de las estrellas de la Liga Santander, consiguió anotar 19 dianas en 2774 minutos, repartidos en tres competiciones, pues no podemos olvidar que el Real Betis disputó la pasada Europa League, además de ser

campeón de la Copa del Rey, marcando Borja el gol en una finalísima (1-1) en la que los suyos se llevaron la gloria en la tanda de penaltis. En el curso actual, el compostelano no ha bajado el pistón y ya lleva nueve dianas, colocándose entre los máximo artilleros de Primera División, estando el Betis en la pelea por clasificarse para la Champions League, además de estar vivo en la Europa League, competición en la que ya espera rival en octavos de final, tras estar exentos de los dieciseisavos, después de haber terminado la liguilla de grupos en primera posición.





**revecar
FACHADAS S.L.**

**AISLAMIENTO TÉRMICO
DE FACHADAS**

**PINTURAS Y PEQUEÑAS
REFORMAS**

T. 636 645 601
aislamentosrevecar3@gmail.com



TERESA YA ES UNA ESTRELLA DEL FÚTBOL MUNDIAL

La ex capitana del Depor Abanca es indiscutible en el Real Madrid y en la Selección Española.

Apuntaba a jugadora de élite desde que era una niña, pero los pronósticos se quedaron cortos. Y es que aquella futbolista que destacaba en la cantera del AJ Lérez, consiguiendo también logros importantes en el mundo del fútbol sala en las filas del Poio Pescamar, se hizo mayor, primero dando el paso al Deportivo, entidad con la que logró hacer historia, para fichar posteriormente, en el verano de 2020, por un trasatlántico mundial como el Real Madrid. Tan solo un par de meses más tarde de aterrizar en la capital de España llegó su debut como internacional absoluta en un encuentro de clasificación para la Eurocopa de Inglaterra ante Moldavia, jugando la última media hora, tras entrar al terreno de juego substituyendo a Aitana Bonmatí. Tere ya era una habitual en las categorías inferiores, siendo pieza clave en aquella sub 19 de oro que se proclamó campeona de Europa. Con el Real Madrid también se hizo determinante y en la actualidad forma parte de una plantilla espectacular y que cada vez está más cerca de competir de tú a tú con el Barça, algo que parecía casi un imposible hace bien poco, pues no podemos olvidar que la entidad merengue creó la sección femenina en el año 2020.



MEJOR JUGADORA PROFESIONAL

JUGADORA:	TERESA ABELLEIRA DUEÑAS 09/01/2000 PONTEVEDRA
CLUB ACTUAL:	REAL MADRID
DEMARCACIÓN:	CENTROCAMPISTA
TRAYECTORIA:	- AJ LÉREZ - RC DEPORTIVO - REAL MADRID
NOMINADAS A MEJOR JUGADORA:	- TERE ABELLEIRA (REAL MADRID) - NURIA RÁBANO (FC BARCELONA) - VERO BOQUETE (ACF FIORENTINA) - MARI PAZ VILAS (L. LAS PLANAS)
JURADO:	JURADO FORMADO POR LAURA ALVITE (JUGADORA DEL CF NOIA) Y SARA ROMERO (JUGADORA DEL TORDOIA), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN LA WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT

calidad & asesoramiento profesional



MAQUINARIA, HERRAMIENTAS, BUZONES... FERRETERÍA EN GENERAL

C/ Verdillo, 13 - Bajo - 15100 Carballo
 981 701 117 - 659 426 467

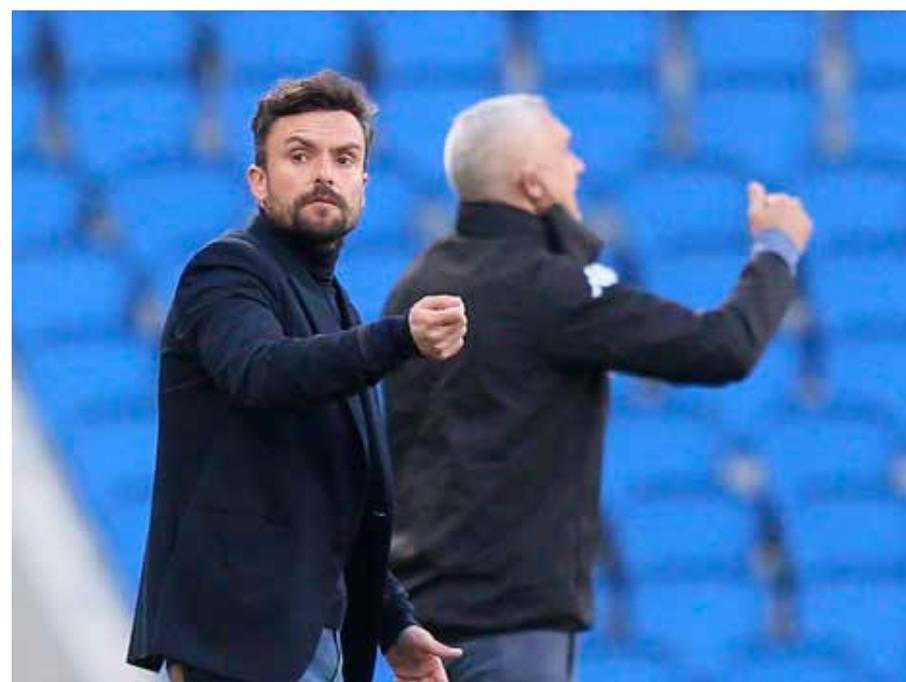
ferreteriaaran@ferreteriaaran.com / www.ferreteriaaran.com

AHORA TAMBIÉN GRAN EXPOSICIÓN: Polígono de Bértoa - Rúa do Cobre. Parc. C6C - 15105 Carballo *visítanos*

RUBÉN ALBÉS, EL TÉCNICO DE MODA DEL FÚTBOL NACIONAL

Su gran hacer en Lugo y Albacete disparó su caché y varios clubes de Primera ya lo tienen en su agenda.

Tiene tan solo 38 años, pero lleva más de una década acumulando experiencias en el mundo del fútbol profesional y semiprofesional, dirigiendo en divisiones de empaque desde los 25, siendo en su momento el entrenador más joven del país en un banquillo de categoría nacional. Hablamos de Rubén Albés, el técnico de moda en España, después de su gran demostración de conocimientos y gestión de grupo, tanto en el Lugo hasta el pasado junio, como en el Albacete desde entonces y hasta el día de hoy. Los lucenses consiguieron una permanencia muy holgada, pues a falta de tres jornadas ya era matemática, mientras que los albaceteños pelean por el ascenso a Primera División en el curso actual, siendo la gran revelación de la Liga Smartbank, sobre todo teniendo en cuenta que llegan de nuevo a la categoría, tras haber ascendido el pasado curso desde Primera RFEF. La cotización de Albés se disparó total y absolutamente y ya son varios clubes de Primera División los que lo tienen en su agenda de cara a la campaña 2022/2023. El siguiente reto del olívico pasa por el ascenso y ojo con este "Alba", pues a la chita callando ya está dando muchos quebraderos de cabeza a los grandes gallos.



MEJOR ENTRENADOR PROFESIONAL (PREMIO DIRECTO SIN VOTACIÓN)

ENTRENADOR:	RUBÉN ALBÉS YÁÑEZ 24/02/1985 VIGO
CLUB ACTUAL:	ALBACETE BALOMPIÉ
CLUB DEL DEBUT:	BURJASSOT CF
DEBUT EN CATEGORÍA NACIONAL:	2010
TRAYECTORIA:	<ul style="list-style-type: none"> - BURJASSOT CF - WYDAD CASABLANCA (AUXILIAR) - NOVELDA - CD ELDENSE - REAL VALLADOLID B - REAL VALLADOLID (AUXILIAR) - RC CELTA B - UCAM MURCIA - FC HERMANNSTADT - CD LUGO - ALBACETE BALOMPIÉ



EL RIBA
Vermouth

646 836 410
CONTACTA CON NOSOTROS

Plaza do Campo, 12 Lugo

¿QUIERES SER DISTRIBUIDOR DE NUESTRO VERMOUTH?



www.elriba.es

LA PROGRESIÓN MÁS METEÓRICA DE LAS ÚLTIMAS DÉCADAS

Pablo Durán pasó de Preferente Galicia a debutar en Primera División en menos de año y medio.

Pocas progresiones tan meteóricas se recuerdan en el fútbol como la de Pablo Durán, pues tras destacar en las filas del Porriño Industrial en el grupo sur de Preferente Galicia, fue fichado por la SD Compostela en el verano de 2021. Era un absoluto desconocido para la mayoría, pero en pocas semanas dejó boquiabiertos a todos los aficionados y dando la razón a una dirección deportiva picheleira que demostró también una visión privilegiada para detectar un talento tan sensacional dos categorías más abajo de la que se desenvolvía la Esedé. Pablo no decepcionó en la temporada y se convirtió en

el mejor jugador de la Segunda RFEF, lo que le valió para que el RC Celta se fijase en él. El pasado verano llegó a Vigo y en pocos meses se ganó participar con el primer equipo y debutar en Primera División. Su sitio es el filial y el de Tomiño lo tiene muy claro, pero de lo que ya no hay duda es de que estamos hablando de un futbolista llamado a consolidarse en la élite. Está en uno de los mejores lugares para ello y a buen seguro que triunfará, pues no solo es su talento en el terreno de juego, sino también su calidad humana y su sacrificio diario a base de trabajo, la única receta para triunfar.



MEJOR JUGADOR SEMIPROFESIONAL	
JUGADOR	PABLO DURÁN FERNÁNDEZ 25/05/2001 TOMIÑO
CLUB ACTUAL:	RC CELTA "B"
DEMARCACIÓN:	DELANTERO
TRAYECTORIA:	- TOMIÑO FC - PORRIÑO INDUSTRIAL - SD COMPOSTELA - RC CELTA B
NOMINADOS A MEJOR JUGADOR:	- PABLO DURÁN (RC CELTA B) - BRAIS ABELENDIA (PONTEVEDRA CF) - CARLOS LÓPEZ (ZAMORA CF) - BRAIS MARTÍNEZ (RACING FERROL)
JURADO:	JURADO FORMADO POR MIGUEL DUQUE (JUGADOR DEL PALENCIA) Y ADRIAN CASTRO (JUGADOR DEL PALENCIA), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN LA WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.

ASADOR

Vilanova

TU NUEVO ESPACIO DE COPAS Y BAILE

☎ 881 923 238 LUN-DOM 11:00 am. a 24:00pm

POL.TEMPLE - RÚA POLIGONO 16 • CAMBRE - A CORUÑA

Especialidades

Cochinillo a la Castellana

Cordero al espeto

Lechón al espeto

Falda al espeto.





“LA SEGUNDA RFEF YA ES UN VIVERO DE JUGADORAS DE FUTURO”

Luis Treviño, entrenador del Viajes InterRías, está disfrutando mucho de una categoría de gran nivel.

Luis Treviño es uno de los mejores entrenadores de nuestra comunidad y así fue reconocido en la III Edición de los premios Galicia Sport, tras su grandísima labor como técnico del Viajes InterRías, equipo al que logró llevar hasta toda una Segunda RFEF, categoría ya muy importante dentro del fútbol femenino nacional. El de Vilagarcía dialogó con la redacción de Galicia Sport y a continuación reflejamos lo más destacado de la productiva charla.

GANADOR EN LOS III PREMIOS GALICIA SPORT

“Para mí fue una sorpresa y aunque no lo hubiera ganado hubiese sido bonito igual ya solo el estar nominado y que haya gente que reconozca mi trabajo. Es un premio que da confianza al trabajo que llevas haciendo todos estos años, ya no solo en 2022, sino todos estos años pasados en el InterRías”.

OCHO AÑOS EN EL VIAJES INTERRÍAS

“Todo empezó en 2015. Yo acababa de tener un año de experiencia en el fútbol femenino en el Atlético Arousana, además habíamos ascendido a Nacional, y tras varias opciones que tenía el Viajes InterRías, al final se decantaron por mí. Al ser un proyecto tan ambicioso, con tantas ganas de crecer y de llegar a lo más alto, poniéndose metas muy cortitas, pero muy ambiciosas, pues entre respaldos y patrocinios y la suerte de tener buenas jugadoras y acertar con las plantillas, en un espacio corto de tiempo el crecimiento ha sido brutal, tanto en la entidad como a nivel personal”.

UNA PERSONA MUY AMBICIOSA EN LO DEPORTIVO

“Yo siempre soy ambicioso. Aquí, desde la primera vez que me comprometí



San Vicente
de Vimianzo
FUNERARIA

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

Ana Ansede Traba

☎ 639 82 71 70



MEJOR ENTRENADOR SEMIPROFESIONAL

ENTRENADOR:	LUIS TREVIÑO 16/09/1978 VILAGARCÍA DE AROUSA
TRAYECTORIA	VILAGARCÍA SD, AROSA SC JUVENIL, SD CHISPA, PONTEVEDRA CF JUVENIL, BEIRAMAR CF, CÉLTIGA CF, SD ROMAY, AT. AROUSANA, CD BAMIO, ED AROUSA (ACTUALIDAD) E INTERRÍAS (ACTUALIDAD).
ULTIMO ÉXITO:	ASCENSO A 2ª RFEF
NOMINADOS A MEJOR ENTRENADOR	- LUIS TREVIÑO (VIAJES INTERRÍAS) - DAVID FERREIRO (SÁRDOMA CF) - RUBÉN DOMÍNGUEZ (OURENSE) - JAVI REY (CD ARENTEIRO) JURADO FORMADO POR FERNANDO BLANCO (ENTRENADOR NACIONAL) Y JORGE URIACH (ENTRENADOR NACIONAL), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN LA WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.



con el club, la frase que siempre me exigían era ascenso año a año. Está claro que al final esto es deporte, que todo el mundo está a lo mismo, a querer crecer, a querer mejorar, a ascender, pero yo a nivel personal pienso que aún falta algún pasito más en mi carrera, bien sea con InterRías en su momento, o si por lo que sea se desvían los caminos, pues en otro equipo. Yo incluso tengo la espinita de poder ir al extranjero a probar, pero siempre en el mundo del fútbol femenino, pues no me planteo volver al masculino”.

HAY QUE SEGUIR MEJORANDO A NIVEL GLOBAL

“Yo creo que aquí en Galicia, a mí pesar, y es algo que comento con compañeros y compañeras, yo creo que se le está dando esa etiqueta de que ha

crecido muchísimo el fútbol femenino, pero yo lo que veo es que se siguen cometiendo los mismos errores a nivel dirección y a nivel formación que hace 8 años, que cuando empecé yo con el Atlético Arousana. Es decir, se siguen cometiendo los mismo errores y no le damos a esto el impulso que necesita, porque al final, por muy Segunda RFEF que estemos nosotros, por muy Primera RFEF que esté el Deportivo, yo creo que se sigue tratando a la jugadora como amateur, por mucha etiqueta que se le ponga de profesional, por mucho que estén en estas ligas altas incluso. Yo el otro día se lo decía a un árbitro, no entiendo como el arbitro y las porteras pueden salir con el mismo color de ropa, eso solo pasa en el femenino, en Primera RFEF masculina eso

“Tu salud nos importa”

Jennifer Cores

Col. GA00164

Asesoramiento nutricional:

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

Estudios y reequilibrio de composición corporal

Estudios de Sarcopenia.

Charlas de educación nutricional.



www.jennifercores.com

info@nutricionjennifercores.com



649 326 782



Centro de Asesoramiento nutricional Jennifer Cores: Plaza de Galicia, 5 - 2ºB - Villagarcía de Arosa - Pontevedra.

Espacio Arroelo Pontevedra: Michelena, 11 - 3º - Pontevedra

es imposible que pase, en Segunda RFEF masculina eso es imposible que pase, en cambio aquí da igual. Es un ejemplo de muchos para exponer que no se trata con la profesionalidad que se debe tratar este mundo del fútbol femenino, lo tienen como algo secundario. Es algo que me da pena, porque sí que se ha crecido en muchas cosas y en apoyo social, pero a nivel deportivo, los directivos deberían empezar a tomárselo un poquito más en serio”.

CAMBIOS ENTRE PRIMERA NACIONAL Y SEGUNDA RFEF

“Los cambios son muchos. De primeras, ya partimos de que todos los compañeros o compañeras a los que me enfrento cada semana son buenísimos o buenísimas. Es un duelo de banquillos continuo cada semana y ahí ya ves un poquito que se preocupan mucho más por el scouting, ya es gente mucho más preparada, etc. Yo a nivel personal, el crecimiento es brutal y les doy las gracias al acabar todos los partidos siempre. Me encanta esta liga, esta categoría ya es un vivero de jugadoras de futuro, ya no hay tanta gente que juega al fútbol por jugar y realmente te encuentras a jugadoras de fútbol de verdad. Es un vivero brutal, con unas canteras tremendas, con niñas que juegan con unos recursos tremendos, veteranas que tienen mucha experiencia en esas ligas y enseñan mucho a sus compañeras, etc. Realmente, cada fin de semana, el fallo en estas categorías se paga mucho y eso es lo que te denota que ya estás en una categoría más profesional de la que estábamos el año pasado”.

A POR LA PERMANENCIA

“Sabíamos que este primer año iba a ser difícil, queremos que todo esto siga siendo una realidad y mantenernos aquí, que es lo que nos va a permitir el poder plantearnos retos mayores en los siguientes años. Está claro que va a estar muy difícil, la victoria de esta semana nos vino de perlas para seguir creyendo, porque realmente las chicas están trabajando muy bien, pero hacía falta esa victoria para un poquito reafirmar su trabajo y a ver si de aquí al final somos capaces de cumplir el objetivo”.

LA AFICIÓN DE VILLALONGA

“El pueblo de Villalonga está muy con ellas. Ya tuvo tradición, yo cuando convenciera a la directiva de hacer el cambio para aquí fue también porque mi madre en el año 1971 jugaba en el Villalonga, es algo que siempre lo tuvo ahí. Vienen al campo muchas generaciones de esas mujeres que de aquella eran casi tachadas de todo por jugar al fútbol y ahí están, las ves y siempre te dicen, oye, que sea el sábado, porque el domingo tengo que ir a misa, o cosas así, claro, es gente mayor, pero están súper enganchadas y quieren muchísimo a las jugadoras. Los niños también las quieren muchísimo, son sus referentes, además muchas de ellas son sus entrenadoras, pues también

entrenan en la base del Villalonga y bueno, al final ese matrimonio que se ha creado entre la grada y las jugadoras hacen muy bonito cada fin de semana.

UN EJERCICIO DE ESFUERZO Y RESISTENCIA

“De aquí al final es un ejercicio de esfuerzo y resistencia y tenemos que demostrar que cuando nos ponemos somos un equipo muy difícil. Lo demostramos esta semana, que peleamos contra viento y marea, con diez durante más de 35 minutos, pero en eso somos muy buenas y si somos capaces de seguir así, el proyecto seguirá creciendo”.



Laya montaxes eléctricos

Luis Laya

Tf.: 686 955 311

Avd. Cambados, 157 - Vilagarcia

layamontaxeselectricos@gmail.com



SEXTO II
Restaurante • Marisquería
Antonio Raposo

Rúa da Raiña, 23 "Franco", a 100 m de la Catedral
Santiago de Compostela • T: 981 56 05 24
Tel/Fax: 981 56 05 96 • sextodos@hotmail.com



ESPECIALIDADES

Pescado al horno
Pescados y mariscos de la Ría
Carnes
Jornadas de caza (temporada)
Jornadas de río (temporada)
Cenas y comidas de
empresa y grupos

Casa O Gurés
Turismo Rural

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

Serantes, 22 moraima - 15124 Muxía
981 750 826 - 639 070 210 - 697 338 033

casarural@casagures.com
www.casagures.com



Cabañas en el Árbol
Costa da Morte

www.cabañasenelarbolcostadamorte.com

Clínica del pie



"LA SALUD COMIENZA POR UNOS PIES SANOS"

PODOLOGÍA DEPORTIVA

PODOLOGÍA INFANTIL

ANÁLISIS BIOMECÁNICO

ESTUDIO DE LA MARCHA EN 3D

PLANTILLAS A MEDIDA

CIRUGÍA DEL PIE
(JUANETES, DEDOS EN GARRA, UÑAS INCARNADAS)

CLÍNICA EN BOIRO

☎ 981 845 149 - 608 188 663

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

CLÍNICA EN PORTO DO SON

☎ 981 767 533 - 608 188 663

Calle Iglesia, N.º 29, bajo C

N.º Registro Sanitario C-15-003757

www.clinicadelpieoscarmayan.es





**Todo tipo de trabajos en pladur, cornisas,
colocación de techos desmontables,
trabajos de insonorizaciones, pinturas**

☎ 696 744 727

✉ javierlisteescayolas@gmail.com

**📍 Costa Grande, 8 - MILLADOIRO - 15895
Ames (A Coruña)**



CYS HISPANIA

CONSTRUCCIONES Y SERVICIOS

☎ 617 480 793

✉ info@cyshispania.com

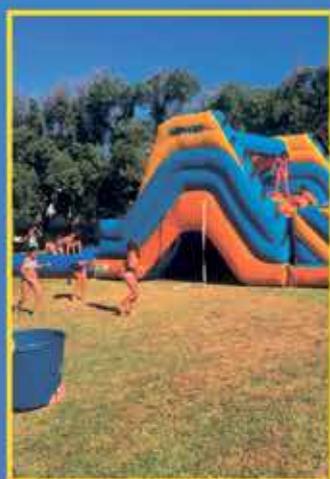
**📍 República de El Salvador, 4 Bajo - 15701
Santiago de Compostela
(A Coruña)**



TIKOLANDIA

*Alquiler de hinchables
para fiestas
en Galicia*

*precios especiales
para campos de fútbol,
torneos, etc...*



**ESPECIALISTAS
EN EVENTOS**

667 645 026

www.tikolandia.es



Diversión asegurada

PAULA NOVO: LA JOYA BARBANZANA PIDE PASO

La de Boiro es una de las máximas promesas del fútbol nacional y apunta a estrella.

Cuando hablamos de Paula Novo lo hacemos de una de las máximas promesas del balompié gallego, como lo lleva demostrando ya desde que es una niña, cuando militaba en las categorías inferiores del Atlético Riveira, entidad con la que llegó a jugar en la Liga Gallega Infantil masculina. De ahí al Concello de Boiro y posteriormente al Depor. En A Coruña ya sabe lo que es debutar en el primer equipo y con 18 años es una de las estrellas del filial, conjunto que lidera el grupo 1 de Primera Nacional y que busca el salto a Segunda RFEF. Novo es internacional en las categorías inferiores de la Selección Española y sus siguientes retos pasan por alcanzar el primer equipo blanquiazul de manera definitiva y por consolidarse como profesional. Eso sí, el pasado mes de enero llegó un contratiempo, pues sufrió una lesión de larga duración, con lo que ahora lo que toca es recuperarse. Es época de mucha paciencia, pues la rehabilitación es vital cuando hablamos del ligamento cruzado. Su carácter es tan ganador que nada podrá con ella y a buen seguro que regresará más fuerte de una mala noticia que no corta sus ambiciosos objetivos. Paula apunta a estrella y es un orgullo para el fútbol de nuestra tierra..



MEJOR JUGADORA SEMIPROFESIONAL

JUGADORA:	PAULA NOVO SAVORIDO 01/01/2005 BOIRO
CLUB ACTUAL:	RC DEPORTIVO B
DEMARCACIÓN:	DEFENSA
TRAYECTORIA:	- ATLÉTICO RIVEIRA - CONCELLO DE BOIRO/CD BOIRO - RC DEPORTIVO B
NOMINADAS A MEJOR JUGADORA:	- PAULA NOVO (RC DEPORTIVO) - ELENA PÉREZ (SÁRDOMA CF) - NURIA TORRES (PM FRIOL) - ANDREA VILLADEAMIGO (INTERRÍAS)
JURADO:	JURADO FORMADO POR LAURA ALVITE (JUGADORA DEL CF NOIA) Y SARA ROMERO (JUGADORA DEL TORDOIA), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN LA WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.



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

Teléfonos:
981 73 43 92 - 610 506 909



Restaurante y marisquería,
especialidad en pulpo a la Mugardesa.
Pescados, mariscos, carnes, salpicón.

☎ 981 470 210 - 637 352 552

Avda. do Mar, 4 - 15620 - Mugardos (A Coruña)





EL CORUXO FC TAMBIÉN BRILLA EN CUANTO A FORMACIÓN

Los olívicos cuentan con una cantera de lujo y que ya está entre las importantes de Galicia.

El Coruxo FC es una de las entidades más potentes del fútbol gallego, pues no podemos olvidar que son ya 13 temporadas las que pasaron desde aquel histórico ascenso a Segunda B. Corría el año 2010 y desde entonces se mantiene vivo el sueño, teniendo su punto más álgido en la campaña 2019/2020, cuando los verdillos se quedaron a las puertas de jugar la promoción a Liga Smartbank. Fue el año en el que llegó la pandemia y quién sabe lo que hubiese sucedido si el curso llega a terminar con normalidad. Y si el primer equipo evolucionó como la espuma, las categorías inferiores fueron a un paso más lento, pero poco a poco también se convirtieron en importantes, llegando un momento extraordinario el pasado junio, tras el salto del equipo juvenil a División de Honor. Los verdillos compiten en la élite y por el momento están en la pelea por la permanencia y con las aspiraciones intactas. A su vez, el resto de la base también brilla, militando el primer cadete en División de Honor y estando el primer infantil en plena lucha por el ascenso a Liga Gallega. En cuanto a la escuela de fútbol-8, el talento es cada vez mayor, contando el club con equipos desde alevines hasta prebenjamines.

MEJOR CANTERA NO PROFESIONAL

CANTERA:	FUNDADO EN 1930 - REFUNDADO EN 1946 - VIGO
PRESIDENTE:	GUSTAVO FALQUE
COMPLEJO PARA FÚTBOL BASE:	FRAGOSELO
NOMINADOS A MEJOR CLUB:	- CORUXO FC - CIDADE DE RIBEIRA CF - ESCOLA DE FÚTBOL DENÍS SUÁREZ - AGRUPACIÓN JUVENIL DE LÉREZ
ESTADIO:	O VAO
JURADO:	JURADO FORMADO POR FERNANDO BLANCO (ENTRENADOR NACIONAL) Y JORDI URIACH JR (ENTRENADOR NACIONAL), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN LA WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.

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



viraxes
servizos deportivos
www.viraxes.com

- Xestión de instalacións deportivas (piscinas, ximnasia, pavillóns...)
- Obra deportiva
- Venda de equipamento e material deportivo
- Asesoramento técnico (estudios de viabilidade, eficiencia enerxética, formación, últimas tendencias...)

659 498 353

contacto@viraxes.com

R/ Desiderio Varela, n.º 8 baixo. Local 5 • 15100 Carballo (A Coruña)



SERGI QUINTELA VIVIÓ UNO DE LOS MEJORES AÑOS DE SU CARRERA

El CB Breogán regresaba a la ACB la pasada campaña y se clasificó para jugar competiciones europeas.



Regresaba a Lugo en abril de 2019, tras estar esa campaña cedido en el Força Lleida, y desde entonces se hizo indiscutible, convirtiéndose además en el gran ídolo del breoganismo. Ser profeta en la propia tierra no es nada sencillo, pero Sergi Quintela lo consiguió a base de mucho sacrificio y dando pasos arriesgados en su carrera, pero que a la hora de la verdad siempre le valieron para evolucionar. Comenzaba en Liga EBA, en el filial breoganista, el Estudiantes, pero cuando se le quedó pequeño no dudó en hacer las maletas para irse a Cambados, a la LEB Plata, para jugar en el Club Xuventude. Allí estuvo dos temporadas y en la campaña 2016/2017 lo fichó el Breogán de nuevo, esta vez para formar parte del primer equipo. En el segundo de los cursos como celeste llegó el ascenso a la ACB, pero la dirección deportiva decidió que Sergi debía seguir evolucionando en LEB Oro y lo cedió a Força Lleida. Un mes y medio antes del término de esa campaña y con el Lleida con los objetivos cumplidos, el Breo reclamó sus servicios para afrontar el tramo final del curso e intentar remontar para conseguir seguir en la liga. Ahí se produce el debut del lucense en la élite nacional, aunque el equipo no logró alcanzar la permanencia. Quintela se convirtió en pieza fundamental de la plantilla en LEB Oro y en el segundo año del Breo en la liga tras el descenso, logra regresar a la élite. Sergi continuó con un rol importante en ACB y el conjunto lucense vive uno de los mejores momentos de su historia, logrando la clasificación para la previa de la Champions League la pasada temporada, algo que está en plena disposición de volver a repetir en la actual.

SE RECUPERA DE UNA LESIÓN

Como reveló Tito Diaz, director general del club, en rueda de prensa, Sergi Quintela llevaba mes y medio jugando con bastante dolor en la planta del pie, hasta que llegó un momento que se agudizó y el club decidió que era el momento de pararlo, pues el principal objetivo de la entidad es proteger a uno de sus jugadores más importantes. El tiempo de baja no se puede determinar con claridad en este tipo de lesiones. El buen momento por el que pasa el equipo, con la permanencia prácticamente en el bolsillo, fue también importante para que Quintela pudiese disponer de la máxima tranquilidad para recuperarse al 100% antes de regresar a la cancha.

A DO CUÑADO
Cervecería - Restaurante

Avda. Novo Mesoiro, 5 Baixo
15190 La Coruña • T 661 45 23 96



ESTADÍSTICAS MUY BUENAS UNA VEZ MÁS

El "42" breoganista se mantiene en pista una media de 16:46 minutos por partido en la campaña 2022/2023, teniendo un porcentaje de un 41,2% de acierto en el tiro de dos y del 35% desde más allá del 6,75, mientras que en el tiro libre el tanto por cien se eleva hasta el 78,1. Casi dos rebotes de media por partido, una asistencia y una recuperación, son números muy positivos para un jugador de tan solo 26 años y que ya está entre los mejores nacionales de la competición. Además, Sergi es un jugador de los que brilla mucho más allá de la estadística, pues su inteligencia y saber estar lo hacen determinante en el trabajo oscuro del equipo, el cual es siempre fundamental y la diferencia entre perder o ganar en un buen número de ocasiones a lo largo de las campañas.

LA SELECCIÓN ESPAÑOLA

Hablar de Selección Española son siempre palabras mayores, más aún cuando nos estamos refiriendo a la actual campeona de Europa, pero al nivel que está el lucense, cada vez comienza a ser más seria la posibilidad de que en cualquier momento llegue para él la llamada de Sergio Scariolo. Sería un sueño hecho realidad y un grandísimo broche de oro a una carrera deportiva de auténtico lujo y a la que todavía le quedan muchas páginas de gloria que escribir en los próximos años. Sergi Quintela es un verdadero fenómeno y lo demuestra en cada segundo que tiene un balón en sus manos.



MEJOR JUGADOR

JUGADOR	SERGI QUINTELA SALVADOR 21/04/1996 LUGO
CLUB ACTUAL:	CB BREGÁN
DEMARCACIÓN:	ESCOLTA
TRAYECTORIA:	- CB ESTUDIANTES LUGO - CLUB XUVENTUDE BALONCESTO - FORÇA LLEIDA CLUB ESPORTIU - CLUB BALONCESTO BREGÁN
NOMINADOS A MEJOR JUGADOR:	- SERGI QUINTELA (CB BREGÁN) - ERIK QUINTELA (CB BREGÁN) - JONATHAN BARREIRO (UNICAJA) - ALBERTO ABALDE (REAL MADRID)
JURADO:	JURADO FORMADO POR GONZALO GARCÍA DE VITORIA (CENTRENADOR NACIONAL) Y AITOR VÁZQUEZ (EX ENTRENADOR Y JUGADOR DEL ARZÚA), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN LA WEB DE GALICIA SPORT.



981 89 69 22



646 10 67 67

Avda. del Brasil, 65 - bajo · 15840 SANTA COMBA (A Coruña)





y también ...

TRANSPORTES PORTES

MUDANZAS LIMPIEZAS

Rápido, económico y fiable



MILLADOIRO - AMES

C/ Rosalía de Castro, 8

Tif. 660 75 10 00

ARTEIXO

Avda. Fiesterra, 18-20

Tif. 624 028 038

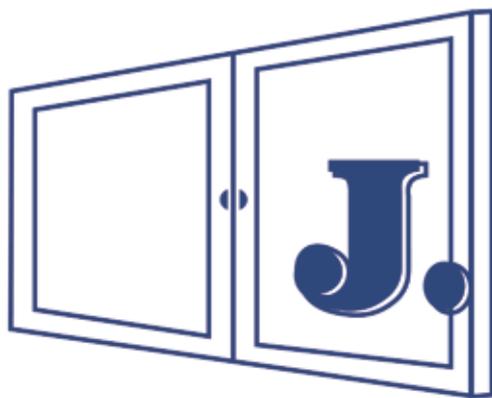
SANTIAGO

Vía Edison, 50 A - Pol. Tambre

Tif. 661 003 676

www.martinopportunity.com

Síguenos en **facebook**



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

BLANCA MILLÁN SUFRIÓ UNA GRAVE LESIÓN EN SU MEJOR MOMENTO

La pívot del Durán Maquinaria Ensino estaba realizando un curso 2022/2023 de matrícula de honor.

Blanca Millán vio truncada una temporada espectacular, tras una grave lesión de rodilla el pasado mes de diciembre, lo que la mantendrá alejada de las canchas lo que resta de campaña 2022/23. La jugadora del Durán Maquinaria Ensino estaba demostrando que está entre las mejores del campeonato y los datos así lo atesoran, pues venía promediando 15.7 puntos, 4 rebotes y 1.5 asistencias por encuentro, números de crack y que estaban haciendo brillar a su equipo hasta el punto de estar en la lucha por entrar en la Copa de la Reina. Pero desde la lesión de Blanca todo se truncó, las lucenses encadenaron una serie de seis derrotas consecutivas y se hundieron en la tabla, hasta llegar a estar a las puertas de entrar en la zona de descenso varias semanas consecutivas. Poco a poco se entonó un poco la mala situación y en la actualidad tienen ya tres triunfos de margen. La compostelana es sin duda una de las mejores de la Liga Endesa y la principal prioridad del Ensino es que su rehabilitación transcurra con la máxima tranquilidad. No hay prisa para que reaparezca, pues a sus 25 años tiene tiempo de sobras para seguir maravillando a sus fans y para llevar a la entidad celeste a la pelea por cotas mayores.



FICHA TÉCNICA

JUGADORA:	BLANCA MILLÁN MODIA 18/05/1998 ALTURA 1,79 SANTIAGO DE COMPOSTELA
DEMARCACIÓN:	PÍVOT
TRAYECTORIA:	- COLEGIO PELETEIRO - MAINE BLACK BEARS (NCAA) - DURÁN MAQUINARIA ENSINO
NOMINADAS A MEJOR JUGADORA:	- RAQUEL CARRERA (VALENCIA BASKET) - BLANCA MILLÁN (ENSINO) - MARÍA ARAUJO (SPAR GIRONA)
JURADO:	JURADO FORMADO POR GONZALO GARCÍA DE VITORIA (ENTRENADOR NACIONAL) Y AITOR VÁZQUEZ (EX ENTRENADOR Y JUGADOR DEL ARZÚA), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN LA WEB DE GALICIA SPORT.



óptica cambre

CUIDAMOS DE TU SALUD VISUAL

981 676 002 658 803 030

opticacambre@gmail.com

Pza. de Europa, 5 Bajo · 15660 Cambre (A Coruña)
Nº REGISTRO SANITARIO E-15-000120



MONCHO FERNÁNDEZ: EL ALQUIMISTA QUE OBRA MILAGROS

El técnico del Obradoiro CAB es la clave de un proyecto que vive en la élite desde el año 2011.

El Obradoiro CAB ya no se entiende sin su gran jefe desde el banquillo, un Moncho Fernández que llegó a la casa en el verano del 2010, ascendiendo al equipo a la Liga ACB en su primer curso y no abandonando la élite desde entonces. Los milagros están a la orden del día cada campaña y con uno de los presupuestos más austeros de la liga, el “alquimista” saca jugo a plantillas que en principio parecen muertas, pero que con el paso de las semanas siempre terminan por rendir a un grandísimo nivel. Por sus manos pasaron jugadores que en Santiago se convirtieron en estrellas, siendo claros ejemplos Mike Muscala o Artem Pustovyi. El pasado curso, el Obradoiro CAB sufrió lo indecible para permanecer, en un año complicadísimo en el que finalmente llegó al objetivo, bajando dos equipos que venían de jugar en Europa como Andorra y Burgos. Moncho fue clave para convencer a los suyos de que era posible y sus pupilos sacaron lo mejor de sí en situaciones inverosímiles. En la temporada actual van mejor las cosas, pues la permanencia es casi un hecho, con siete triunfos de margen con la penúltima plaza, con lo que el sueño del play off ya no es una utopía en Santiago de Compostela.



MEJOR ENTRENADOR	
ENTRENADOR:	MONCHO FERNÁNDEZ VIDAL 19/09/1969 SANTIAGO DE COMPOSTELA
DEPORTE:	BALONCESTO
CLUB ACTUAL:	OBRAIDOIRO CAB
LIGA:	ACB
APODO:	O ALQUIMISTA
TEMPORADAS EN EL CLUB:	13
TRAYECTORIA PROFESIONAL:	- GIJÓN BALONCESTO (AUXILIAR) - GIJÓN BALONCESTO - LECHE RÍO BREGÁN (AUXILIAR) - CLUB BALONCESTO LOS BARRIOS - CLUB BALONCESTO MURCIA - OBRAIDOIRO CAB

35 años

SABORA

35 anos tostando no día

www.cafesabora.com



35 anos traballando para ter o mellor café día a día.





RODRIGO CORRALES: UN FELINO AL SERVICIO DE LA SELECCIÓN

El de Cangas do Morrazo es uno de los mejores porteros del mundo y un fijo en el combinado nacional.

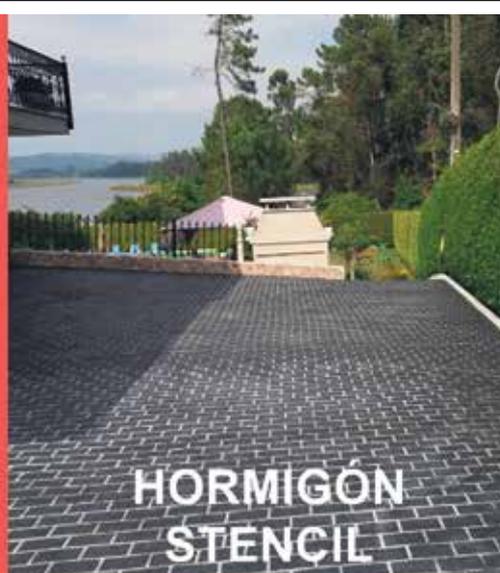
Tiene cuerda para mucho rato, pero la realidad dice que a sus 32 años cuenta con un palmarés de lujo y un nivel que lo sitúa entre los mejores porteros del mundo, siendo indiscutible para Jordi Ribera en el combinado nacional desde hace ya un buen número de temporadas. Hablamos de Rodrigo Corrales, uno de los mayores talentos que sacó el balonmano gallego a lo largo de la historia y que además se encuentra en plenitud, dando el mejor nivel de su carrera deportiva. Su carácter ganador y su máxima inteligencia lo hacen aumentar aún más su alta efectividad bajo palos, siendo muy importante en los títulos logrados por sus respectivos equipos y por una España que con él y Gonzalo Pérez de Vargas en portería vive un romance continuo con el cajón en los diferentes campeonatos. Y es que en los últimos años se proclamó campeona de Europa en dos ocasiones, además de conseguir un subcampeonato, siendo también un gran éxito la tercera posición en los dos últimos Mundiales, al igual que en la última Olimpiada disputada en Tokio. El palmarés de Rodrigo también brilla en su participación con los clubes por los que fue pasando, habiendo ganado ya 5 ligas, 3 Copas y 2 Copas de la Liga.

MEJOR JUGADOR	
JUGADOR:	RODRIGO CORRALES RODAL 24/01/1991 CANGAS DO MORRAZO
CLUB ACTUAL:	MKB VESZPRÉM
DEMARCACIÓN:	PORTERO
TRAYECTORIA:	- FC BARCELONA - BM HUESCA - ORLEN WISLA PLOCK - PSG - MKB VESZPRÉM
NOMINADOS A MEJOR JUGADOR:	- RODRIGO CORRALES (VESZPRÉM) - ÁLEX CHAN (CISNE) - DAVID IGLESIAS (LIMOGES)
JURADO:	JURADO FORMADO POR JOSÉ IGNACIO PRADES (SELECCIONADOR NACIONAL) Y PABLO CACHEDA (ENTRENADOR DISICLÍN BALONMÁN LALÍN), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN LA WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.



PAVIMENTOS

NORVI



HORMIGÓN IMPRESO

HORMIGÓN STENCIL

ESPECIALISTAS EN SUELOS DE HORMIGÓN

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





657 629 058

LA REINA DE VALDOVIÑO TAMBIÉN TRIUNFA EN BUCAREST

Alicia Fernández es uno de los pilares de la Selección Española y una de las mejores centrales del mundo.



MEJOR JUGADORA	
JUGADORA:	ALICIA FERNÁNDEZ 21/12/1992 VALDOVIÑO
CLUB ACTUAL:	RAPID DE BUCAREST
TRAYECTORIA:	- BALONMANO NARÓN - VALENCIA - BM PORRIÑO - AULA CULTURAL VALLADOLID - BERA BERA - RAMNICU VALCEA - RAPID BUCAREST
NOMINADAS A MEJOR JUGADORA:	- ALICIA FERNÁNDEZ (R. BUCAREST) - ESTELA DOIRO (BM COSTA DEL SOL) - AITANA SANTOMÉ (BM PORRIÑO)
JURADO:	JURADO FORMADO POR JOSÉ IGNACIO PRADES (SELECCIONADOR NACIONAL) Y PABLO CACHEDA (ENTRENADOR DISCIPLIN BALONMÁN LALÍN), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN LA WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.

Alicia Fernández es uno de los pilares de la Selección Española desde hace más de un lustro, consiguiendo éxitos de todos los colores, incluyendo una medalla de plata en el Mundial de Japón 2019, la cual estuvo muy cerca de ser de oro. La central juega en la actualidad en una liga de muchísimo nivel como la rumana, estando su equipo, el Rapid de Bucarest, también inmerso en la Champions League. El pasado mes de noviembre llegó un contratiempo, pues sufrió la rotura del menisco interno de su rodilla izquierda, cuando disputaba con España el Campeonato de Europa, lo que la obligó a

una rehabilitación de varios meses. Su capacidad para generar juego y anotar goles por velocidad y en lanzamientos inverosímiles la hacen diferente, especial y determinante y por todo ello es una jugadora tan cotizada. Otra de las grandes cualidades de Alicia es su carácter y su espíritu de superación sobre la cancha en las situaciones más adversas. Es una de las mejores del mundo en su posición y su palmarés no es tan extraordinario por casualidad. La reina de Valdoviño tiene todavía 30 años y muchas clases magistrales de balonmano que impartir todavía sobre el parqué.



INSDMACOR, S.L.
INSTALACIÓN DE MADERA CORUÑA

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

www.instalaciondemadera.com



QUIQUE DOMÍNGUEZ ENAMORA EN EL HELVETIA ANAITASUNA

El pontevedrés acumula su tercer curso en la casa y el pasado año renovó contrato hasta junio de 2025.

Pasó de la cancha a los banquillos sin ninguna transición de por medio, convirtiéndose en el alma máter de un Academia Octavio al que terminó dirigiendo durante 12 temporadas, tras estar cuatro como jugador del primer equipo. Quique Domínguez llegó a Vigo en el año 1998 desde el equipo en el que desarrolló la mayoría de su carrera como jugador, la SD Teucro. En el año 2014 tomó el camino inverso, pasando del Octavio al Teucro, esta vez como entrenador. Tras cuatro años en Pontevedra, llegó su primera y única experiencia en el extranjero, concretamente en el Mudhar HC, para una temporada después fichar por el Atlético Novás. En O Rosal estuvo tan solo una campaña, pues llegó la Liga Asobal a llamar a su puerta, ya que Helvetia Anaitasuna le planteó una oferta irrechazable. En Pamplona volvió a demostrar que es uno de los mejores del mundo y enamoró, siendo renovado su contrato el pasado año 2022 y además con la máxima confianza por parte de la directiva, pues no es nada sencillo que ofrezcan seguir hasta 2025 cuando hablamos del mundo de los banquillos, pero Quique es un entrenador de los que no tocan en la tómbola y de ello son muy conscientes en tierras navarras.



MEJOR ENTRENADOR	
ENTRENADOR:	QUIQUE DOMÍNGUEZ MUNAIZ 26/01/1969 PONTEVEDRA
CLUB ACTUAL:	HELVETIA ANAITASUNA
COMPETEICÓN:	LIGA ASOBAL
TRAYECTORIA:	- SD OCTAVIO - SD TEUCRO - MUDHAR HC - ATLÉTICO NOVÁS - HELVETIA ANAITASUNA
NOMINADOS A MEJOR ENTRENADOR:	- QUIQUE DOMÍNGUEZ (HELVETIA A) - ISMAEL MARTÍNEZ (CBM PORRIÑO)
JURADO:	JURADO FORMADO POR JOSÉ IGNACIO PRADES (SELECCIONADOR NACIONAL) Y PABLO CACHEDA (ENTRENADOR DISCIPLÍN BALONMÁN LALÍN), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN LA WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.



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





Almacén 20 - Puerto de Celeiro
Almacén 6-7 - Puerto de Cedeira
Almacén 56B - Muelle A Palloza ▲ Coruña

Tel.: 649 070 461
administracion@atraina.com
www.atraina.com

CÉSAR CARBALLEIRA: UN DEFENSOR IRREBASABLE Y CON GOL

El coruñés fue fundamental para que el HC Liceo pudiese celebrar el título liguero el pasado curso.

César Carballeira es la esencia pura del liceísmo, pues comenzaba en el club con tan solo 3 años, pasando por todas las categorías de formación hasta alcanzar el primer equipo, en el que debutó con tan solo 16 en un encuentro ante el Alcoy. Corría la campaña 2012/2013 y el prometedor defensa ya dejaba sus primeros destellos en una plantilla de lujo, que terminó proclamándose campeona de la OK Liga. Poco a poco fue adquiriendo minutos y en los siguientes cursos se fue consolidando en la élite. En el 2018 vivió su única experiencia fuera de A Coruña, fichando por el Reus Deportiu, conjunto en el que permaneció dos años, pues en mayo de 2020 se anunciaba el regreso del hijo pródigo a la entidad verdiblanca. Desde entonces se convirtió en un auténtico líder, en indiscutible, en uno de los mejores defensores del mundo, viviendo un idilio con los títulos, pues si en 2021 llegó la Copa del Rey a las vitrinas liceistas, en el 2022 se confirmó el sueño del título liguero, palabras mayores. El Liceo sufrió una reestructuración en la campaña actual, pero si algo está muy claro es que César es el pilar en el que se sostiene un engranaje que ya vuelve a estar en la pelea por los entorchados una vez más.



MEJOR JUGADOR	
JUGADOR	CÉSAR CARBALLEIRA DOMÍNGUEZ 10/02/1996 A CORUÑA
CLUB ACTUAL:	HC LICEO
DEMARCACIÓN:	DEFENSA
TRAYECTORIA:	- HC LICEO - REUS DEPORTIU - HC LICEO
NOMINADOS A MEJOR JUGADOR:	- CÉSAR CARBALLEIRA (HC LICEO) - DAVA TORRES (HC LICEO) - IGNACIO ALABART (FC BARCELONA)
JURADO:	JURADO FORMADO POR CARLOS LOUREIRO (ENTRENADOR NACIONAL) Y DIEGO LAGO (JUGADOR DEL COMPAÑÍA DE MARÍA), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN LA WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.



AIRA SUMINISTROS
 ACCESORIOS DE ALUMINIO

☎ 881 129 642

✉ info@airasuministros.com

🌐 www.airasuministros.com

📍 Estr. de Castela, 319 Bajo - 15404 Ferrol (A Coruña)

JUAN COPA: EL ENTRENADOR QUE SÍ ES PROFETA EN SU TIERRA

El coruñés ganó todos los títulos nacionales con el HC Liceo y ahora va a por la WSE Champions League.



Si un entrenador merece todo tipo de galardones por lo realizado el pasado año 2022 ese es Juan Copa. El técnico del HC Liceo fue sin duda el mejor de la OK Liga, tras llevar a los suyos a un título que no llegaba a A Coruña desde hacía una década. Y es que en una liga en la que compite el FC Barcelona a base de talonario, conseguir levantar el cetro es algo más que una gesta. Copa lo ha ganado todo con la entidad verdiblanca en cuanto a títulos nacionales, pues en 2021 fue la Copa del Rey, teniendo también dos Supercopas en su palmarés. En la temporada actual llegó una profunda reestructuración a la plantilla verdiblanca, ya que tras los éxitos, los jugadores recibieron ofertas ante las que la entidad herculina no pudo competir, lo que no impide que esté en la pelea por todos los títulos. Ganar la Champions League sería el premio gordo y aunque no son los favoritos, nadie debe descartar a un elenco de guerreros que tiene más garra y carácter que cualquier otro equipo de Europa y que cada semana que pasa da un paso más en cuanto a adaptación. Este engranaje coruñés ya da miedo una vez más y el gran culpable de ello tiene nombre propio, Juan Carlos Copa Quiroga.

MEJOR ENTRENADOR	
ENTRENADOR:	JUAN CARLOS COPA QUIROGA 24/08/1970 A CORUÑA
CLUB ACTUAL:	HC LICEO
DEMARCACIÓN:	ENTRENADOR
TRAYECTORIA:	- HC LICEO B - HOCKEY CEE - HC LICEO - HC LICEO B - CP CERCEDA - HC LICEO
NOMINADOS A MEJOR ENTRENADOR::	- JUAN COPA (HC LICEO) - EDU CASTRO (FC BARCELONA) - PABLO ARIAS (DOMINICOS JUVENIL)
JURADO:	JURADO FORMADO POR CARLOS LOUREIRO (ENTRENADOR NACIONAL) Y DIEGO LAGO (JUGADOR DEL COMPAÑIA DE MARÍA), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN LA WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.



- Consultorio
- Tienda especializada
- Peluquería
- Diagnóstico por imagen
- Análisis
- Urgencias
- Servicio a domicilio

BÁRBARA SANZ MACEIN Colegiado 1278
 C/ Sayoso n.º 39, Bajo · 15165 A Coruña
T.: 627 666 594 · 981 794 268



“PODEMOS COMPETIR DE TÚ A TÚ CONTRA CUALQUIER RIVAL”

María Sanjurjo confía plenamente en las posibilidades del HC Liceo en los meses finales de la campaña.

María Sanjurjo es una de las máximas estrellas de la OK Liga de hockey sobre patines y eso que tan solo tiene 22 años. La coruñesa se hizo grande en el Liceo, salió a uno de los mejores clubes del país como Telecable, para regresar a un nivel todavía más superlativo y guiar a las suyas a la lucha con las mejores.

María, regresabas al Liceo el pasado verano de 2021, lo hacías con la firme intención de hacer historia y vaya si lo estáis haciendo, tanto en Liga, como en Copa de la Reina, como en una Champions en la que debutabais en la temporada actual y ya estáis en los cuartos de final.

“Sí, bueno, la verdad es que poco a poco vamos para arriba, así que muy contenta por todo lo que estamos haciendo, tanto la pasada campaña como en la actual”.

Comenzabas en Dominicos, donde te iniciabas en el hcokey muy pequeña, pero luego ya pasabas al Liceo muy pronto, ¿no es así?

“Sí, comencé en Dominicos, pero jugué muy poquito allí, pues ya siendo muy pequeña pasé al Liceo y desde la base fui quemando etapas hasta llegar al pri-

mer equipo. Luego tuve la experiencia de Gijón y el verano pasado otra vez aquí en casa, en el Liceo”.

En el Liceo formasteis un grupo de chicas muy jovencitas en su momento, ascendiendo al equipo a OK Liga por primera vez y ya disteis mucha guerra en OK Liga por entonces.

“Sí, así es, ya estuviéramos dos años en OK Liga, justo antes de irme a Gijón, además, incluso ya jugáramos Copa de la Reina. Para lo jóvenes que éramos, esos años fueron espectaculares y nos superamos a nosotras mismas en muchas ocasiones. La verdad es que fueron año increíbles, en los que yo disfruté mucho del hockey y no pudo haber una mejor manera de comenzar en OK Liga”.

Y en tu vuelta a A Coruña, te reencontrabas con Stanis, que ya había sido tu entrenador previamente y probablemente la persona que mejor te conoce.

“Lo había tenido en el juvenil, cuando jugaba con chicos, en OK Liga después y también lo tuve en la Selección Gallega. Es de los entrenadores que mejor me



Corsetería especializada en todo tipo de contornos y copas "A...O"

644244342

www.losdeseosdeeva.com

Av. Rubine 13-15 local 7 A Coruña



MEJOR JUGADORA	
JUGADORA:	MARÍA SANJURJO 22 AÑOS A CORUÑA
INTERNACIONAL:	SELECCIÓN ESPAÑOLA
CLUB ACTUAL:	HC LICEO
CANTERA:	HC LICEO
INICIOS EN EL HOCKEY:	DOMINICOS, PASANDO MUY PRONTO A LA CANETERA DEL HC LICEO.
TRAYECTORIA SENIOR:	- HC LICEO - TELECABLE GIJÓN - HC LICEO
PALMARÉS CON LA SELECCIÓN:	CAMPEONA DEL MUNDO (BARCELONA, 2019)

conoce seguro, de eso no cabe duda”.

La pasada campaña el equipo quedaba en la parte alta, lograba la clasificación para la Copa de Europa y a mitad de liga también se metió en la Copa de la Reina, cita en la que elimináis a Vilasana, ¿hubo un antes y un después antes de ese encuentro ante Vilasana?

“Yo pienso que hubo un antes y un después ya antes de la eliminatoria ante Vilasana, creo que ese paso que tú dices quizás llegara ya en la liga, en el momento que ya estábamos adaptadas y fuimos capaces de ganarle a algunos de los grandes. Obviamente, el partido de Vilasana sí que marcó y estamos muy contentas por él, pero pienso que el trabajo de todo el año ya tuvo visibilidad desde un par de meses antes de la Copa de la Reina”.

Este año os volvisteis a clasificar y la cita se acerca ya cada vez más.

“Sí, sí, además poco a poco estamos mejor, con muchas ganas de seguir yendo para arriba, con ganas de saber contra quien nos cruzamos y también muy pendientes de la Liga y de la Champions, pues no queremos despistarnos en ninguna de las tres competiciones”.

Estáis en cuartos de final de la Champions, ¿puede soñar la afición?

“Por supuesto, claramente, si estamos en cuartos es porque merecemos estar ahí y podemos competir contra cualquiera, además se nos da muy bien competir, que es de lo que se trata en este tipo de torneos y las posibilidades las tenemos, no somos las favoritas, pero sí pienso que podemos aspirar a ganar”.

¿Cómo es la plantilla de este HC Liceo 2022/2023?

“Bueno, yo creo que dentro de la pista ya se ven resultados y fuera de ella es lo que más aporta de todo, pues tenemos un equipo de diez. Es algo que se suele decir, pero aquí es una realidad, nos llevamos muy bien y al final este grupo que hay fuera, también se ve reflejado dentro de la pista para pasar momentos difíciles”.

Ya para terminar la entrevista, vienen los meses decisivos, ¿cómo los afronta el HC Liceo?

“Siendo realista, la Liga se nos ha complicado bastante, lo vamos a intentar al máximo, pero hemos tenido unos fallos a principio de temporada que al final pasan factura, pero vamos a seguir peleándola, eso que nadie lo dude. Después, en la Champions y en la Copa de la Reina estamos totalmente dentro y aspiramos a todo. Ojalá podamos limar la diferencia también en liga y meternos entre los cuatro equipos que juegan el play off”.



981 641 080
 699 454 024
 info@grabadoscalvo.com
 C/ Av. de los Bosques, 9 Bj.
 15142 Arteixo - A Coruña

Trofeos personalizados,
en metacrilato, madera, cristal,...
Grabado Industrial, láser y fresa.
Placas en Braille.
Especialistas en arte funerario.
Placas en acero Inox.
Aluminio, plásticos técnicos,...

www.grabadoscalvo.com

RUBI LEMOS VIVE UNA SEGUNDA Y MÁGICA JUVENTUD

El ala fichó por Movistar Inter el pasado mercado invernal, lo que habla claro del nivel al que está jugando.



MEJOR JUGADOR	
JUGADOR	RUBÉN LEMOS MARIÑO "RUBI" 13/11/1987 SANTIAGO DE COMPOSTELA
CLUB ACTUAL:	INTER MOVISTAR
DEMARCACIÓN:	ALA
TRAYECTORIA:	- AUTOS LOBELLE - RIBERA NAVARRA - O PARRULO FERROL - LEVANTE UD - INTER FS
NOMINADOS A MEJOR JUGADOR:	- RUBI (INTER FS) - ADRI (O PARRULO) - PIRATA (NOIA PORTUS APOSTOLI) - LUCHO (PESCADOS RUBÉN BURELA) - DAVID PAZOS (PESCADOS RUBÉN B.)
JURADO:	JURADO FORMADO POR PACHI (SELECCIONADOR GALLEGO SUB 16) Y VÍCTOR SOUSA (PRESIDENTE DEL SALA OURENSE), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE NUESTROS LECTORES.

Los años no pasan por Rubén Lemos Mariño, más conocido en el mundo del fútbol sala como "Rubi". Y es que parece que fue ayer pero han pasado casi 15 años desde que llegó su debut en Primera División. Lo hizo en el club de sus amores y en el que se formó en las categorías inferiores, un Autos Lobelle que es historia viva del deporte gallego e incluso nacional. No vivió la época más dorada de la entidad como jugador, pero tampoco la peor, de hecho, el único título nacional de su palmarés llegó en Santiago de Compostela con aquella Supercopa de 2010. Dos temporadas después se fue a Ribera Navarra, ante la decadencia de un proyecto que comenzaba a desmoronarse y que ya tomaba trazas de defunción, lo que finalmente terminó por suceder con los años. En tierras navarras estuvo seis cursos, para fichar por el Levante en la campaña 2019/20. En Valencia brilló con luz propia y fue pieza fundamental, lo que lo llevó al equipo más laureado del mundo el pasado enero, Movistar Inter FS. En el club presidido por José María García se reencontró con un entrenador con el que ya brilló, "Pato", pues el alicantino era el técnico de Ribera Navarra en los primeros años en los que Rubi estuvo en Tudela



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.



**FIELES A LA TRADICIÓN
GALLEGA MILENARIA**

***VILLANUSTRE, UN CONCEPTO SINGULAR
DE EXPLOTACION GANADERA***

***65 Has de pastoreo.
25 Has sembradas a maiz.
280 bueyes.***

**ESTABULACIÓN DE BUEYES
SISTEMA DE PRODUCCIÓN
SEMIEXTENSIVO**

***ENTORNO ÚNICO
DE VERDES PASTOS***

**ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA
CON RECURSOS PROPIOS
DE FORRAJES, CEREALES**



CARNES SELECTAS

**Consideradas entre
las mejores del Mundo**



Tlf: 630 077 417

15183 As travesas, Carral, A Coruña



SANTI VALLADARES TRIUNFA A LO GRANDE EN EL PEÑÍSCOLA FS

El de Padrón está a punto de celebrar el ascenso a Primera División, tras un curso para la historia.

Remó lo increíble para que el proyecto del Santiago Futsal continuase vivo y en la élite, consiguiendo cinco permanencias milagrosas en Primera División con presupuestos infames para la categoría. Santi Valladares es la imagen viva del hombre de club, pues se mantuvo fiel a unos colores durante 14 temporadas, pasando por las categorías inferiores, por el filial y por un primer equipo al que llegó en 2012 en una situación límite. Nadie daba un duro por los compostelanos y la sombra de la desaparición fue constante

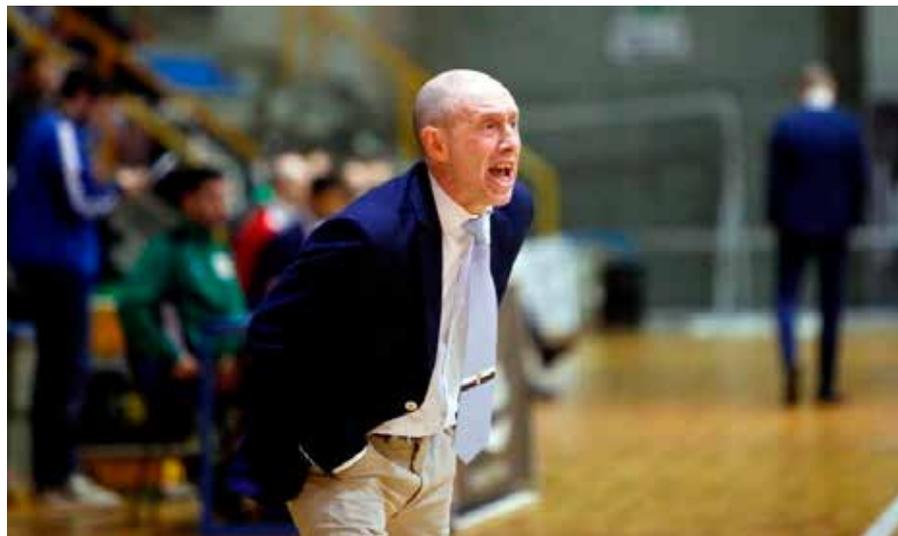
curso tras curso. Obró cinco milagros consecutivos, pero a la sexta el equipo cedió y cayó a la Segunda División. Tuvo ofertas importantes para marcharse, pero decidió quedarse, y eso que, como en cursos anteriores, iba a tener que lidiar con uno de los presupuestos más bajos, da igual que fuese Segunda División, las cosas fueron así en un club al que dejaron morir de manera incomprensible en una ciudad que solo con el tiempo se dará cuenta de lo que ha perdido. Santi logró llevar al equipo a la permanencia en Segunda y a la

Nada más galego, nada más noso...





octava posición de la liga. Su siguiente proyecto fue en el Africa Ceutí, donde jugó play off de ascenso a Primera en la campaña 2020/2021, para llegar a Peñíscola el pasado curso, volviendo a jugar el play off, tras ser su equipo segundo en la fase regular. En el curso actual, los de la provincia de Castellón están haciendo historia, pues sumaron 55 puntos de 57 hasta el momento, teniendo una ventaja de 15 puntos con respecto a la segunda posición, con lo que ascenderán a Primera de manera poco menos que segura, faltando tan solo confirmar el día exacto de la celebración y si finalmente serán capaces de batir todos los registros históricos de la categoría de plata del fútbol sala nacional.



MEJOR ENTRENADOR	
ENTRENADOR:	SANTIAGO M. VALLADARES LÓPEZ 15/07/1963 PADRÓN
CLUB ACTUAL:	PEÑÍSCOLA FS
COMPETEICÓN:	LIGA ASOBAL
TRAYECTORIA:	- AUTOS LOBELLE B - AUTOS LOBELLE/SANTIAGO FUTSAL - UNIÓN AFRICA CEUTÍ - PEÑÍSCOLA FS
NOMINADOS A MEJOR ENTRENADOR:	- SANTI VALLADARES (PEÑÍSCOLA FS) - JORGE BASANTA (VIAXES AMARELLE) - MORENÍN (TORREBLANCA MELILLA) - HÉCTOR SOUTO (BINTANG TIMUR S.) - CHIPI (FSF CASTRO)
JURADO:	JURADO FORMADO POR PACHI (SELECCIONADOR GALLEGO SUB 16) Y VÍCTOR SOUSA (PRESIDENTE DEL SALA OURENSE), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE NUESTROS LECTORES

PLANTILLA PEÑÍSCOLA FS 2022/2023	
GUSTAVO PÉREZ SEGURA "GUS"	PORTERO
MATÍAS STARNA	PORTERO
JESÚS NAZARET "AICARDO"	CIERRE
AGUSTÍN PLAZA	ALA
CRISTIAN PAUL	ALA
ELÍAS BELTRÁN	ALA
LUCIANO GAUNA	ALA
NICOLÁS ROSENTAL	ALA
FRAN PANIAGUA	ALA
CARLOS SALADIÉ	ALA
VÍCTOR PÉREZ	ALA
DIEGO SANCHO	PÍVOT
JOSÉ MARIO CUENCA	PÍVOT
JUANQUI SÁNCHEZ	PÍVOT
DIEGO QUINTELA	PÍVOT
SANTI VALLADARES	ENTRENADOR

**PIZARRAS
HERMANOS
CASTEDO**

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

Ctra. Lugo - Fonsagrada, km 4 (Barbáin) O CARQUEIXO - LUGO
Castedo, 13 - CASTROVERDE

¡Pidanos Presupuesto sin compromiso!

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

www.pizarrascastedo.com



LA MEJOR PORTERA DEL MUNDO VOLVIÓ A SER DECISIVA EN 2022

Silvia Agüete volvió a dar una exhibición en la pasada Eurocopa y España levantó un nuevo entorchado.

Es la mejor portera del mundo desde hace ya muchos años y en 2022 lo volvió a dejar muy claro, escribiendo su nombre en una nueva página de oro de una Selección Española que se proclamó campeona de Europa, algo que ya había logrado en el año 2019. La guardameta del MARÍN Ence Futsal fue decisiva durante todo el campeonato, luciendo sobre manera en la gran final, sacando dos mano a mano inverosímiles a la lusa Ana Azevedo. El partido

se definió en los penaltis y Silvia paró dos, a Ana Azevedo y a Ana Pires, demostrando una vez más que es única en el mundo. La heroína de la Eurocopa tuvo nuevamente nombre propio y España se llevó un nuevo título. Silvia Agüete está cerca de cumplir una década defendiendo al combinado nacional, pues debutó en noviembre de 2013 en un amistoso ante Portugal. Su crecimiento fue en progresión y pese a que ya va siendo una veterana, vive



Nº REGISTRO
SANITARIO:
E-15-001301

TU ÓPTICA EN MUROS

Somos especialistas en todo para lo relacionado con tu visión:

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

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

ÓPTICA DO MAR
MUROS



CENTRO ESTÉTICA Chi

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

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



uno de los mejores momentos de su carrera deportiva. Mirando a la competición de clubes, en el curso 2021/2022 llegó a Marín Futsal, tras cinco años en el Poio. El proyecto marinense se estrenaba en la élite y poco a poco se está convirtiendo en uno de los más importantes del panorama nacional.

FICHA TÉCNICA

JUGADORA:	SILVIA AGUETE OUTÓN 11/01/1987 PONTEVEDRA
CLUB ACTUAL:	MARÍN ENCE FUTSAL
DEMARCACIÓN:	PORTERA
TRAYECTORIA:	- QUEIROGA - LEIS PONTEVEDRA - POIO PESCAMAR - O PIRATA FS MOAÑA - POIO PESCAMAR - MARÍN ENCE FUTSAL
NOMINADAS A MEJOR ENTRENADOR:	- SILVIA AGUETE (MARÍN FUTSAL) - ALE DE PAZ (MARÍN FUTSAL) - CHIKY (OURENSE ENVIALIA) - ANTÍA PÉREZ (PESCADOS RUBÉN B.) - MARTITA (POIO PESCAMAR)
JURADO:	JURADO FORMADO POR PACHI (SELECCIONADOR GALLEGO SUB 16) Y MORENÍN (ENTRENADOR DE TORREBLANCA), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE NUESTROS LECTORES.



MenuL@n
SOFTWARE HOSTELERIA

L@ndín
SOFTWARE



CashDro

cashlogy



Fidelización
Módulo Delivery
Reservas online
Monitor de Cocina

OrderL@n
TELECOMANDAS





ADRIÁN BEN: LOS CRACKS SIEMPRE DEJAN DESTELLOS DE CALIDAD

No fue el curso más destacado del de Viveiro, pero aún con todo dejó muestras de su grandísimo nivel.

MEJOR ATLETA MASCULINO	
ATLETA:	ADRIÁN BEN MONTENEGRO 04/08/1998 1,79 M 64 KG NATURAL DE VIVEIRO
CLUB ACTUAL:	ADIDAS TEAM
ESPECIALIDAD:	MEDIO FONDO
ENTRENADOR:	ARTURO MARTÍN
NOMINADOS A MEJOR ATLETA:	- ADRIÁN BEN - TARIKU NOVALES
JURADO:	JURADO FORMADO POR JOAO RIBEIRO (ENTRENADOR NACIONAL) Y ALFONSO PALOMANES (ENTRENADOR NACIONAL), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN LA WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.

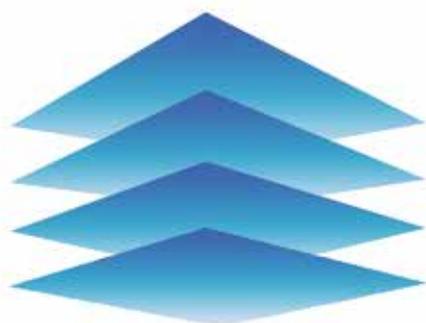
El año 2022 no fue el más brillante de Adrián Ben, pues el de Viveiro nos tiene acostumbrados a gestas extratósfericas, como el quinto puesto en los 800 metros de los Juegos Olímpicos de Tokio, celebrados en el año 2021, pero cuando hablamos de una estrella mundial, siempre hay destellos que destacar. No tuvo un buen Mundial en Eugene, ni tampoco un gran Europeo en Munich, pero sin embargo logró superar su mejor marca personal en los 1500 metros al aire libre, dejándola en 3:36.41 en un evento celebrado en Huelva el pasado 25 de mayo. Algo más de dos meses antes ya había hecho su mejor registro en los 800 metros en pista cubierta, concretamente el 2 de marzo en Madrid. Las medallas en los Nacionales también estuvieron a la orden del día el pasado año. El 2023 también comenzó con récord para Adrián, pues el 8 de enero en Ourense batió su mejor registro en los 3000 metros en pista cubierta, dejando el nuevo en 7:53.66. Este año es el previo a los Juegos Olímpicos de París, por lo que tiene una importancia máxima para todos los atletas de la élite mundial, pues deberán lograr la clasificación para la cita en tierras francesas y convencer a los respectivos seleccionadores nacionales.



INSTALACIONES
DUCHO

FONTANERÍA
CALEFACCIÓN
ENERXÍA SOLAR
REFORMAS

EXTRAMUNDI - PADRÓN • 981 81 11 18 - 618 25 49 03 • www.instalacionesducho.com • instalacionesducho@hotmail.com



REVESTIMENTOS
NORDÉS

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

ANTÍA CHAMOSA SUEÑA CON LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE PARÍS

La pontevedresa es una de las máximas promesas de la marcha nacional y ya sueña con cotas mayores.



Antía Chamosa es una de las grandes promesas de la marcha atlética nacional, dando un paso al frente definitivo en el año 2021, cuando fue capaz de subirse al podio en el Campeonato de Europa sub 23 en la prueba de los 20 kilómetros. Ese mismo año llegó su debut como internacional absoluta y en 2022 ya estuvo en eventos como la Copa del Mundo de Omán o el Campeonato de Europa celebrado en Munich, en el que acabó en una gran decimoquinta plaza. En el primer evento mencionado participó en los 20 kilómetros, mientras que en el segundo lo hizo en los 35. Su siguiente reto pasa por intentar estar en los Juegos Olímpicos de París y el 2023 será determinante para calibrar sus opciones de conseguirlo. La marcha española pasa por un gran momento, con muchos atletas de gran nivel, tanto en categoría femenina como en la masculina, y Antía es el fiel reflejo de lo bien formadas que vienen las nuevas generaciones. Lo mejor está por llegar para la pontevedresa, pues competir con las mejores del mundo de tú a tú está cada vez más cerca, algo que parecía poco menos que un imposible hace bien poco, pero su calidad está fuera de toda duda y su sacrificio está haciendo el resto.

MEJOR ATLETA FEMENINO

ATLETA:	ANTÍA CHAMOSA 07/10/1999 1,70 47 KG NATURAL DE PONTEVEDRA
ENTRENADOR	MONTSERRAT PASTOR.
DEBUT COMO INTERNACIONAL ABSOLUTA:	16 DE MAYO DE 2021.
NOMINADOS A MEJOR ATLETA:	- ANTÍA CHAMOSA - BELÉN TOIMIL
JURADO:	JURADO FORMADO POR JOAO RIBEIRO (ENTRENADOR NACIONAL) Y ALFONSO PALOMANES (ENTRENADOR NACIONAL). SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN LA WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.

REIGOSA

MARMOLES Y GRANITOS

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

Más de 50 años a su servicio, ofrecemos un servicio integral, asesoramos, medimos, fabricamos e instalamos cualquier tipo de pieza de:

Mármol, Granito, Compac, Silestone, Dekton, Pizarra, Calizas ...

COMPRAMOS VEHÍCULOS SINISTRADOS NACIONALES E IMPORTACIÓN



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



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

Desguace homologado para la descontaminación y reciclaje de vehículos

AUTORIZADO POR LA XUNTA DE GALICIA



MARTÍN DE LA PUENTE VIVIÓ UN 2022 DE AUTÉNTICO ENSUEÑO

El vigués se convirtió en una estrella del tenis en silla, finalizando 2022 como líder mundial en dobles.

Martín de la Puente es ya una estrella del tenis en silla de ruedas, siendo buena prueba de ello la clasificación mundial, pues el olívico finalizó el año 2022 como número 1 del mundo en el ranking de dobles y como número 7 en el individual. Los títulos en el apartado colectivo en el US Open y en el Máster final de temporada son un sueño cumplido, pero la realidad dice que su carrera no ha hecho nada más que comenzar. Tiene solo 23 años, aunque su madurez se aproxima más a la de un veterano, su calidad impresionante y su juego es cada vez más sólido. El siguiente gran objetivo es llegar a ganar un título de los grandes en el plano individual y llegar a lo alto de la clasificación mundial, palabras mayores, pero que a su vez no deben sonar a utopía, pues hablamos de un fenómeno con un estilo propio muy marcado y con una ambición desmedida. Volviendo al dobles, su fiel escudero es el argentino Gustavo Fernández, con quien forma un dúo imparable, que se complementa a las mil maravillas y apunta a marcar una época sin ningún

género de dudas. En el año 2023 jugarán nuevamente juntos, siendo la meta clara defender las dos primeras posiciones del ranking.

CALENDARIO AÑO 2023

La temporada 2023 tuvo su primera gran cita en el abierto de Australia, grand slam que finalizó el 28 de enero y en el que el nuestro se plantó en los cuartos de final, siendo eliminado precisamente por su compañero de dobles, Gustavo Fernández. En el mes de marzo llegará la Copa del Mundo en Montreal, en mayo la Copa del Mundo por equipos en Portugal, en junio Roland Garros, en julio será el turno de Wimbledon y a finales de agosto se disputará el Abierto de Estados Unidos. Ya en noviembre se disputará el Máster final de temporada, para el que se clasificarán solamente los mejores del año.

Marmolera Gallega

Granitos Ceao, s.l.

MÁRMOLES Y GARNITOS NATURALES
PULIMENTADOS IMPORTACIÓN Y EXPORTACIÓN
ASERRADO, PULIDO Y CORTE DE MÁRMOLES Y
GRANITOS NATURALES - CANTERAS PROPIAS
SUMINISTRO Y COLOCACIÓN DE NUESTROS
MATERIALES EN: EDIFICIOS, VIVIENDAS, PLAZAS,
CEMENTERIOS, ETC.

Teléfonos:
982 20 97 03/04
629 829 204

Rúa das Comunicacións, 97 - Pol. Ind. Ceao - marmoleraGallega@marmoleraGallega.net

ARNELA
ALBAÑILERÍA, S.L.

OBRAS Y REFORMAS

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



WWW.JLPUBLICACIONES.COM

CARRERA METEÓTICA

Cuando era un niño, Martín era un amante del fútbol y soñaba con ser un jugador profesional, siendo un gran seguidor del RC Celta, al igual que en la actualidad. Todo se truncó cuando le diagnosticaron el síndrome de Proteus, una enfermedad que causa un desarrollo anormal de los huesos y también de los músculos. Con tan solo siete años calzaba ya una talla 45 y con ocho sufrió la amputación de su pie. Ahí comenzaría a desarrollarse su gran espíritu de superación, siempre gracias a una familia que lo mimó en cada momento y lo animó a seguir en el deporte. La resiliencia fue absoluta y tras probar en varias disciplinas, finalmente dio con el mundo del tenis. Tenía 12 años y uno más tarde ya comenzó a competir, llegando su primer gran título con 15 años, tras la conquista del Campeonato de España. Su proyección ya era estratosférica, continuó destacando al máximo y ganando, con lo que a los 18 ingresó en el CAR de Sant Cugat. De ahí directo a la élite mundial, llegando el estrellato absoluto en el año 2022, terminando como número 1 del mundo en el ranking de dobles y como número 7 en el individual, tras ganar el Open de Estados Unidos y la Copa de Maestros, junto al ya mencionado Gustavo Fernández.



MEJOR DEPORTISTA MASCULINO	
DEPORTISTA:	MARTÍN DE LA PUENTE RIOBÓ 22/06/1999 VIGO
DEPORTE:	TENIS EN SILLA
RANKING INDIVIDUAL AL TÉRMINO DEL AÑO 2022:	NÚMERO 7 DEL MUNDO.
ENTRENADOR:	ARTURO MARTÍN
RANKING DE DOBLES AL TÉRMINO DEL AÑO 2022:	NÚMERO 1 DEL MUNDO
PALMARÉS MÁS DESTACADO:	- CAMPEÓN DE LA COPA DE MAESTROS 2022. - CAMPEÓN DEL OPEN DE ESTADOS UNIDOS 2022. - SUBCAMPEÓN DEL MUNDO POR SELECCIONES NACIONALES EN 2021 Y 2022. - DIPLOMA OLÍMPICO EN LOS JUEGOS DE RÍO Y EN LOS DE TOKIO.



SERVICIOS Y LIMPIEZAS INDUSTRIALES
TRANSPORTISTA PROFESIONAL DE RESIDUOS
GESTIÓN DE RESIDUOS

☎ 659 299 276 · 627 276 124

administracion@portodepaula.com · limpiezaportodepaulacoruna.es · C/ Pontomazás, 4 · 15317 ARANGA (A Coruña)





651 082 771
JACOBO VILLAR FERNÁNDEZ
✉ decoracionespontevedra@gmail.com
📍 Camiño Esperón nº 18
36995 San Xoan de Poio
Pontevedra





SUSANA RODRÍGUEZ: UNA VIDA INTENSA Y CARGADA DE ÉXITOS

Un problema visual no impidió que la olívica alcanzase metas tan solo al alcance de las grandes elegidas.

Susana Rodríguez dio una exhibición en los Juegos Paralímpicos de Tokio el pasado verano de 2021, ganando la prueba de triatlón adaptado, lo que fue su primera medalla en la competición por excelencia, sumándola a un palmarés de lujo y que incluso se incrementó desde entonces, pues no podemos olvidar que la viguesa fue campeona mundial hasta en cinco ocasiones y europea en tres, de hecho, es la actual dominadora de ambos campeonatos, tras los títulos conseguidos en el recién finalizado 2022, uno de los mejores años de su carrera deportiva.

DEL ATLETISMO AL TRIATLÓN

La atleta olívica nació con albinismo y una grave deficiencia visual, pero desde la infancia siempre fue una gran amante del deporte. Llegó al atletismo con 10 años, comenzando su andadura con una profesora de la Organización Nacional de Ciegos Españoles en el Centro de Tecnificación de Pontevedra. En el año 2008, su carrera deportiva dio un ligero giro, pues tras no conseguir plaza para el Mundial decidió mirar hacia el triatlón, un deporte que siempre levantó un gusanillo especial en ella. En el año 2012 comenzó a lograr grandes éxitos, como el oro en el Mundial de Auckland (Nueva Zelanda). Desde ahí y hasta la actualidad, cinco oros mundiales, dos platas y tres bronces, además de tres oros europeos, dos platas y dos bronces. Su primera cita paralímpica fue en Río de Janeiro 2016, quedando en quinta posición, acompañada de su guía Mabel Gallardo. En Tokio 2020 se convirtió en la primera deportista española en conseguir la clasificación en dos disciplinas deportivas diferentes, pues lo logró tanto en triatlón como

tismo con 10 años, comenzando su andadura con una profesora de la Organización Nacional de Ciegos Españoles en el Centro de Tecnificación de Pontevedra. En el año 2008, su carrera deportiva dio un ligero giro, pues tras no conseguir plaza para el Mundial decidió mirar hacia el triatlón, un deporte que siempre levantó un gusanillo especial en ella. En el año 2012 comenzó a lograr grandes éxitos, como el oro en el Mundial de Auckland (Nueva Zelanda). Desde ahí y hasta la actualidad, cinco oros mundiales, dos platas y tres bronces, además de tres oros europeos, dos platas y dos bronces. Su primera cita paralímpica fue en Río de Janeiro 2016, quedando en quinta posición, acompañada de su guía Mabel Gallardo. En Tokio 2020 se convirtió en la primera deportista española en conseguir la clasificación en dos disciplinas deportivas diferentes, pues lo logró tanto en triatlón como



Pirotecnia R. RESÚA, S.L

DALE UN TOQUE DE COLOR A TU BODA

DISPONEMOS DE TODO TIPO DE ARTIFICIOS Y EFECTOS

PRESUPUESTO PERSONALIZADO Y ADAPTADO A SUS NECESIDADES



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

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



en atletismo. En su disciplina por excelencia llegó el estrellato absoluto con un oro histórico en la clase PTVI, junto a su guía Sara Loehr, y que puso la guinda a un palmarés de lujo y al que todavía le quedan muchos éxitos por sumar. En el mundo del atletismo estuvo en los 1500 metros, también en la clase PTVI, junto a Celso Comesaña, que actuó como guía. Las cosas fueron de maravilla, logrando diploma, tras terminar en quinta posición.

MEDALLA DE ORO DE LA CIUDAD DE VIGO

En el año 2021, el pleno del Ayuntamiento de Vigo decidió por unanimidad conceder a Susana Rodríguez la Medalla de Oro de la Ciudad. El auditorio Mar de Vigo acogió el acto en el que recibió el galardón, lugar desde donde el alcalde, Abel Caballero, mostró orgullo y admiración al hablar de la atleta, recalando en el acto que “es una referente en todo el planeta”.

ESTUDIANTE DE LUJO

Además de ser una deportista de élite, el espíritu de sacrificio y superación de Susana va mucho más allá, pues fue una estudiante modélica, diplomándose en el año 2009 en Fisioterapia en la Universidad de Vigo, llegando incluso a estudiar una segunda carrera, pues en el año 2015 se licenció en Medicina en la Universidad de Santiago. Su brillante expediente también incluye el MIR, ya que también fue capaz de aprobarlo, iniciando su residencia en el año 2016 en el Hospital Clínico de Santiago de Compostela, trabajando como médica interna residente de medicina física y rehabilitación.



MEJOR DEPORTISTA FEMENINO	
DEPORTISTA:	SUSANA RODRÍGUEZ GACIO 04/03/1988 VIGO
DEPORTE:	TRIATLÓN
DEPORTE SECUNDARIO:	ATLETISMO
TIPO DE DISCAPACIDAD:	VISUAL
MEDALLAS INTERNACIONALES:	- 17 (9 OROS, 4 PLATAS Y 4 BRONCES)
PALMARÉS MÁS DESTACADO:	- 5 MEDALLAS DE ORO EN CAMPEONATOS DEL MUNDO. - 3 MEDALLAS DE ORO EN CAMPEONATOS DE EUROPA. - 1 MEDALLA DE ORO EN JUEGOS OLÍMPICOS..

LORACA CONSTRUCCIONES



659 865 386

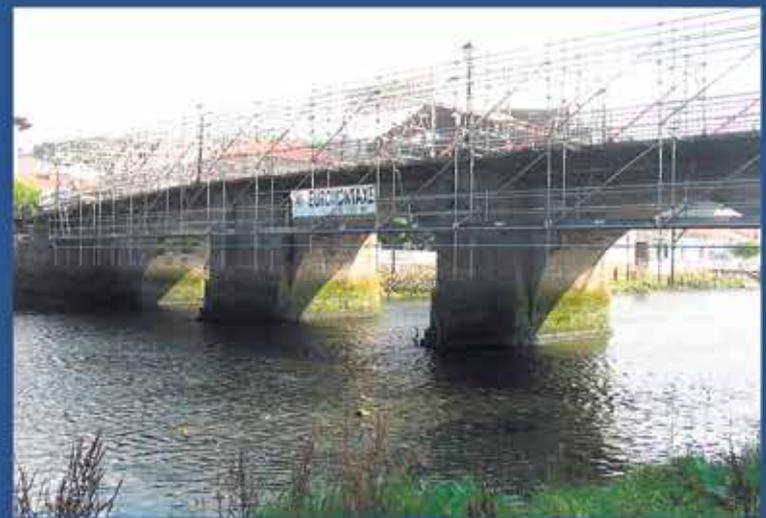
Ínsuas, 15 - 27600 - Sarria (Lugo)
construccionesloraca@gmail.com



EUROMONTAXE

COLOCACIÓN DE ANDAMIOS
EUROPEO Y ELÉCTRICO
MONTACARGAS DE OBRA
ALQUILER Y VENTA

Rúa das paxariñas, s/n
15189 Tarrío - Culleredo - A Coruña
Tlf. oficina: 981 278 150
Fax: 981 273 100
info@euromontaxe.com





FABRICA DE MAQUINARIA AGRÍCOLA Y FORESTAL

FRESADORA
CAMBIO 4 VELOCIDADES



DESBRUZADORA
FORESTAL



FRESADORA
FRUTERO



TRITURADORA
OLIVO



TRITURADORA
DE PRADERA



ASTILLADORA



Las MÁQUINAS de PROFESIONALES

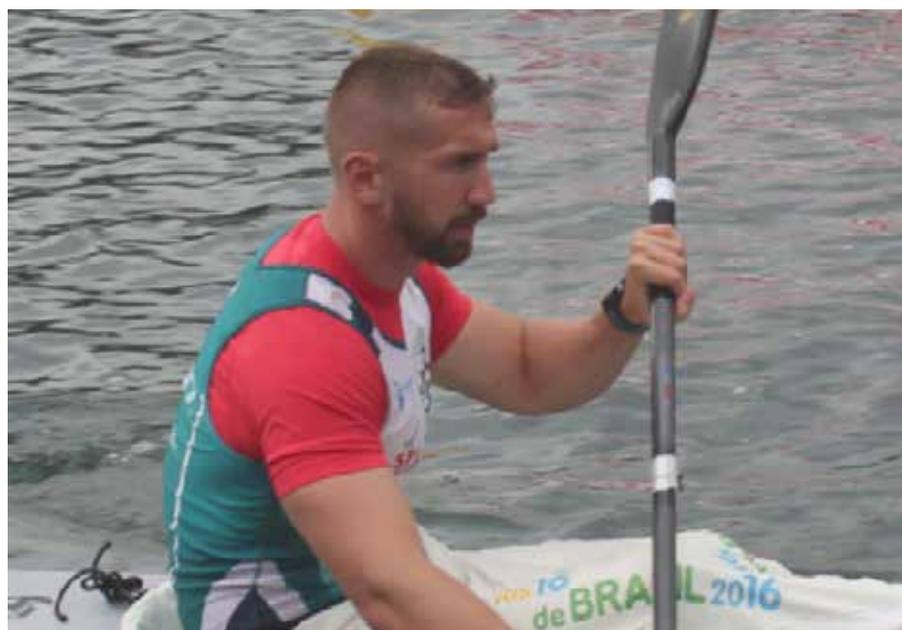
Tel. 981 756 703 / Pol. Ind. Bértoa - Parc. E-16 - Carballo (A Coruña) / e-mail: jgn@industriasjgn.com / www.industriasjgn.com

CARLOS ARÉVALO DESTAPÓ EL TARRO DE LAS ESENCIAS EN 2022

El brigantiño se consolidó como el mejor palista español del momento, tras ganar dos oros en el Mundial.

Carlos Arévalo lleva ya muchos años siendo una de las grandes figuras del deporte nacional, pero a medida que pasan los cursos, su nivel va a más y en 2022 vivió el mejor de su carrera, tras conseguir dos medallas de oro en el Mundial de Canadá. El palista es parte fundamental del K4 500 español, conjunto que ya fue plata en los pasados Juegos Olímpicos de Tokio y que ya es favorito para el oro en los próximos de París, más aún tras la exhibición en tierras americanas. España se llevó el título y Carlos también se lo apuntó en el K1 200, tras una demostración de poderío espectacular. Con estas nuevas preseas, Arévalo ya suma cuatro en grandes eventos, pues ya consiguiera la plata en el Mundial de Hungría 2019 con el K4 500 español, además de la mencionada en la pasada Olimpiada.

Los buenos resultados del gallego no pasaron desapercibidos para el Comité Olímpico Español, pues el pasado diciembre lo eligió como mejor deportista del año 2022, junto a la rider de snowboard Queralt Castellet, lo que habla por sí solo sobre el gran mérito que tiene todos los éxitos que está logrando en el mundo del piragüismo.



MEJOR PALISTA MASCULINO

DEPORTISTA:	CARLOS ARÉVALO LÓPEZ 06/12/1993 1,90 M 87 KG BETANZOS
DEPORTE:	PIRAGÜISMO
MODALIDAD:	AGUAS TRANQUILAS
COMPETICIÓN PRINCIPAL:	K4 500
PALMARÉS INTERNACIONAL:	- PLATA EN LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE TOKIO 2021. (K4 500) - PLATA EN EL MUNDIAL DE 2019, CELEBRADO EN HUNGRÍA. (K4 500) - ORO EN EL MUNDIAL DE 2022, CELEBRADO EN CANADÁ (K1 200) - ORO EN EL MUNDIAL DE 2022, CELEBRADO EN CANADÁ (K4 500)

Pablo Dopico PINTURAS

Ctra. Catabois, 189 - 191, 2º Izda.
15405 FERROL
pablodovaz@gmail.com

☎ 616 646 529



AC ARGEREY CASTRO
Decoración

www.argereycastrodecoracion.es

**SERVICIO RÁPIDO
ASESORAMIENTO ADAPTADO
CONFECCIÓN A MEDIDA - INSTALACIÓN**

**CORTINAS, ESTORES, TAPICERÍA,
ALFOMBRAS, PAPEL PINTADO,
ROPA DE CAMA**



📍 RÚA ANDURIÑAS, 6-8 - 27004 LUGO ☎ 982 218 916 ✉ INFO@ARGEREYCASTRODECORACION.COM



WWW.JLPUBLICACIONES.COM

TERE YA PIENSA EN LOS SÉPTIMOS JUEGOS DE SU CARRERA

La de Cangas pasa por un gran momento y en el 2022 se apuntó una nueva medalla en un Mundial.

Una de las grandes leyendas del piragüismo nacional continúa dando guerra y a sus 40 años no solo compite de tú a tú con las mejores, sino que continúa añadiendo medallas a su palmarés. Tere Portela volvió a brillar en el año 2022 y consiguió destacar sobre manera el pasado mes de agosto en los Mundiales de Halifax (Canadá), tras finalizar en segunda posición en la prueba del K2 200, junto a Sara Ouzande, lo que significó una medalla de plata que fue el premio al gran esfuerzo de ambas durante muchos meses. La de Cangas do Morrazo también forma parte del K4 500 nacional, un proyecto que crece y que en tierras canadienses logró estar en la final, quedándose a las puertas del podio, tras finalizar en cuarta posición. El siguiente reto de la palista es llegar a París y su estado de forma es fenomenal para poder conseguirlo, pues los años no pasan por ella y su calidad ya de por sí está fuera de toda duda. Es una leyenda y a buen seguro que volverá a superarse para seguir cumpliendo sus objetivos personales. Estar en tierras francesas ya sería motivo de celebración, pero no para una Tere Portela que ya sueña con una segunda presea en una cita olímpica.



MEJOR PALISTA FEMENINO	
DEPORTISTA:	MARÍA TERESA PORTELA RIVAS 05/05/1982 CANGAS DO MORRAZO
DEPORTE:	PIRAGÜISMO
MODALIDAD:	AGUAS TRANQUILAS
PARTICIPACIONES EN JJOO:	6
ULTIMO ÉXITO:	PLATA EN EL MUNDIAL DE CANADÁ EN AGOSTO DE 2022.
PALMARÉS INTERNACIONAL:	- PLATA EN LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE TOKIO. - 2 MEDALLAS DE ORO, 7 DE PLATA Y 7 DE BRONCE EN CAMPEONATOS DEL MUNDO - 7 MEDALLAS DE ORO, 4 DE PLATA Y 6 DE BRONCE EN CAMPEONATOS DE EUROPA.



CEA
CONSTRUCCIONES

Anxo Castro

☎ 666 748 452
✉ anxocastrocea@gmail.com

📍 Guitiriz · LUGO · 27300




PROFI CLEAN

Limpiezas profesionales en la provincia de A Coruña
Limpieza de viviendas, locales, comunidades, ventanas y cristales...

Casas Novas, s/n, Tallo (A Coruña) · M. 639 884 163 · profi-clean@hotmail.com · www.proficlean.es



FERNÁNDEZ ENAMORÓ Y HONDA LE BRINDA SU GRAN OPORTUNIDAD

El olívico fue promocionado hacia el equipo oficial, tras volver a dejar destellos de su gran pilotaje en 2022.

Rubén Fernández da un importante salto en su carrera, pues a comienzos del pasado 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 mundo son palabras mayores y tras un descanso, después de participar con la Selección Española en

el Motocross de las Naciones, Fernández afrontó una durísima pretemporada durante el final del otoño y lo que va de 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 2022

El último Motocross de las Naciones, celebrado en Michigan el pasado mes de octubre, dejó un sabor de boca agri dulce en la armada española, y no porque

BIKESAT
Venta y Reparación de Bicicletas
Manuel Piñeiro
669 936 937
www.bikesat.es

981 976 817 / 605 631 441
TREVELIN
FRUTERÍA
de Lorena Jara Garcia
Anxo Senra Fernández, 15 - Culleredo

RECANJI
RECAMBIOS
REPUESTOS DE AUTOMÓVILES USADOS
COMPRA Y RECOGIDA DE TODO TIPO
DE VEHÍCULOS
TRAMITACION DE BAJAS
JOSÉ ESPRONCEDA, NAVE 21 - ALVEDRO - CULLEREDO
recanjirecambios@gmail.com 659 791 920

AISLAMIENTOS & PINTURAS RyD

687 405 554 ☎ 635 833 914

📍 Torrente Ballester, 3 - 2º C - A Coruña



el sexto puesto no sea sensacional, sino porque la abundante cantidad de lluvia caída, dejó 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.



FICHA TÉCNICA	
DEPORTISTA:	RUBÉN FERNÁNDEZ GARCÍA 24/02/1999 VIGO
DEPORTE:	MOTOCROSS
CATEGORÍA:	MXGP
EQUIPO:	TEAM HRC
COMPAÑERO DE EQUIPO:	TIM GAJSER
NOMINADOS A MEJOR PILOTO:	- RUBÉN FERNÁNDEZ - JORGE PRADO
JURADO:	JURADO FORMADO POR JULIO GONZÁLEZ (ES MOTORES RADIO GALICIA) Y JORGE VARELA (EN BOXES-CUAC FM), PERIODISTAS ESPECIALIZADOS EN EL MUNDO DEL MOTOR, SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN LA WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.



EURO REPAR
CAR SERVICE
J. REDONDO, S.L.
981 850 381 | 654 550 515 | 685 963 523
jredondooutes@gmail.com | jredondo@ercs.es
C/ Agro das Mozas n.º 32 15230 OUTES (A Coruña)
www.talleresjredondo.com

TAPICAR CORUÑA
Tapicería en general

Síguenos
 

Avda. Manuel Platas Varela, 98- Bj
15142 - Villarrodís - Arteixo (A Coruña)
tapiceriatapicar@gmail.com

981 640 759
660 134 641



fontanería JORGE



LUNES-VIERNES SÁBADO
08:00 a 13:00 08:00 a 13:00
15:00 a 19:00

fontanerijorge@yahoo.es

652 825 814 fontanería-jorge Guindeiras, 38 Bajo - 32350 - A Rúa (Ourense)



EL AÑO MÁGICO DE VÍCTOR SENRA TERMINÓ CON DOS TÍTULOS

El de Dumbría se llevó su sexto Campeonato de Galicia y su primera Copa de España sobre asfalto.

Víctor Senra vivió el mejor año de su carrera deportiva, tras una lección de pilotaje de antología y que lo llevaron a apuntarse prácticamente todos los rallyes que disputó, tanto a nivel autonómico, como a nivel nacional. Lo que es innegable es que pasan los años, pero la vida continúa igual en el Campeonato de Galicia de Rallyes, es decir, con Víctor dominando y apuntándose un nuevo título, el sexto, todos ellos ganados de manera consecutiva y con gran autoridad. En 2022 tuvo un rival que le puso las cosas algo más complicadas, un Alberto Meira que volvió por sus fueros y promete mucha guerra de cara a 2023. De esta manera, Senra igualó con un histórico del motor gallego como Germán Castrillón como el piloto con más entorchados en el certamen autonómico. El piloto de Dumbría ganó el Berberecho de Noia, el Mariña Lucense, el Rally de Pontevedra, el Sur do Condado y el

Ribeira Sacra, mientras que fue segundo en A Coruña y tercero en el San Froilán, cita en la que confirmó el título de manera definitiva, llevando una nueva gran fiesta a la escudería Yacar Racing. Por otra parte, El "Skoda Fabia Rally2" volvió a rendir de manera formidable y de manera fiable, y buena prueba de ello es que los dos primeros clasificados del certamen autonómico conducían un coche de la fábrica checa.

TÍTULO EN LA COPA DE ESPAÑA DE ASFALTO

La temporada de Víctor Senra es probablemente la mejor de su carrera deportiva, pues no solo brilló a nivel autonómico, sino que también lo hizo a nivel nacional, arrasando en la Copa de España de Rallyes de Asfalto, ganando cinco de las seis pruebas, lo que habla por sí solo sobre su gran superioridad.

NS MOTORSPORT MADRID
Ctra. de Loeches, n.º 111
28850 Torrejón de Ardoz · MADRID

NS MOTORSPORT LLUGO
Rúa da Margarida, n.º 62
27003 LLUGO

NS MOTORSPORT

DISPONEMOS DE TIENDA FÍSICA EN LLUGO Y EN MADRID
TODO PARA EL MUNDO DE LA COMPETICIÓN
VISITA NUESTRA WEB WWW.NSMOTORSPORT.ES
SIGUENOS EN REDES SOCIALES Y ENTERATE DE TODO



WWW.JLPUBLICACIONES.COM

dad. Víctor se llevó el Rally do Cocido, el Rally de Narón, el Rally de Ferrol, el Rally Recalvi Rías Baixas y el Rally Norte de Extremadura. La única cita en la que no triunfó, ya que no pudo concluir la prueba, fue en el Rally Blendio Cristian López, disputado en tierras cántabras. El título definitivo llegó en Plasencia, en el Rally Norte de Extremadura, donde también se llevó el rally con autoridad. La gran novedad en tierras extremeñas fue que Senra compitió con el Hyundai i20 Rally2 de Iván Ares, dejando descansar su habitual Skoda Fabia Rally 2 en esa ocasión.

UN PILOTO MUY QUERIDO

El gran nivel mostrado por Víctor Senra en los últimos años hace que los grandes aficionados al motor gallego sueñen con verlo en el Supercampeonato. No es algo con lo que se haya especulado de cara al futuro, ni nada por el estilo, pero lo que es innegable es que el de Dumbria podría dar mucha batalla e incluso colarse en la parte alta desde muy pronto. Con el término de la temporada 2022 se comenzaron a saber los nuevos planes de los pilotos y pronto sabremos también las opciones de cada uno para plantar cara el mejor de 2022, un Senra que va a por todas y que no tiene techo en sus aspiraciones una vez más.



FICHA TÉCNICA	
DEPORTISTA:	VICTOR M. SENRA CARREIRA 23/07/1984 DUMBRÍA
DEPORTE:	AUTOMOVILISMO
CATEGORÍA:	RALLYES
DEBUT:	1996
AÑOS EN ACTIVO:	23
CARRERAS EN EL GALLEGO:	67 (32 VICTORIAS Y 43 PODIOS).
PALMARÉS MÁS DESTACADO:	6 CAMPEONATOS DE GALICIA (2017, 2018, 2019, 2020, 2021 Y 2022). - 1 COPA DE ESPAÑA DE RALLYES DE ASFALTO (2022).



COMPRAVENTA DE VEHÍCULOS
SERVICIO OFICIAL PEUGEOT
COSTA DA MORTE

contacto: ✉ senra@senrasport.com 🌐 www.senrasport.com 📞 687 979 406 📍 Lugar Olveira, 48 - 15151 Dumbria (Coruña)

TALLERES ALBERTO
Mecánica - Chapa y pintura
BUXÁN, S/N
15151 - DUMBRÍA (A Coruña)
albertoozon@hotmail.com
Telf. 665 368 997
981 744 103

R&H Motor
Mecánica del Automóvil
📞 981 914 556
ryhmotor@gmail.com
Rueiro, 2 - 15174 - Vilaboa - Culleredo

Dialgava

Ofrecemos el mejor Servicio a la Hostelería y Alimentación en A Coruña.

Amplia experiencia ofreciendo las primeras marcas
y una amplia variedad de Bodegas de calidad contrastada.

VINOTECA



Tienda on-line www.dialgava.es

info@dialgava.es



Ctra. Cambre-El Temple, 31 - 15660 Cambre (A Coruña)

981 65 54 98

667 650 826

A photograph of a dining room. In the foreground, a table is covered with a vibrant, multi-colored patterned tablecloth. On the table, there are several wine glasses, some containing white wine, and a small white plate with bread and cheese. A white napkin is rolled up on a silver charger plate. In the background, there is a wooden cabinet with a lamp that has a green shade. The wall is covered in floral wallpaper, and blue curtains are visible on the right side.

i a Casa do Cura!

#ACASADETODOS

a Casa
do Cura



NICO RODRÍGUEZ: DEL NAÚTICO DE VIGO AL PODIO DE UNA OLIMPIADA

Tras ganar una medalla de bronce en Tokio, el olívico quiere repetir en París, ahora junto a Silvia Mas.

Nico Rodríguez se formó en la escuela de vela del Real Club Náutico de Vigo, comenzando a competir de manera internacional en el año 2009 en la clase 420, siendo en 2013 cuando pasó a la clase olímpica 470. Su progresión fue meteórica, consiguiendo medallas en Mundiales y Europeos, llegando el broche de oro con el bronce conseguido en la Olimpiada de Tokio en el año 2021. Lejos de dormirse en los laureles, Nico continuó preparándose al máximo y el pasado 2022 tuvo su primera gran cita junto a su nueva compañera, Silvia Mas, pues hasta Tokio venía haciendo dúo con Jordi Xammar, deportista que ahora compite con Nora Brugman. El año 2023 es clave para estar el verano de 2024 en París y de eso es muy consciente un Nico que comenzó de manera formidable, al igual que su compañera de embarcación, mostrando ambos su gran nivel en la Lanzarote International Regatta, donde finalizaron en segunda posición, quedándose a tan solo un punto de lo alto del cajón, tras una última jornada en la que dieron una exhibición, ganando la Medal Race. Queda mucho camino por recorrer, pero lo que es innegable es que las cosas marchan por el buen camino.

MEJOR REGATISTA MASCULINO	
DEPORTISTA:	NICOLÁS RODRÍGUEZ GARCÍA-PAZ 30/04/1991 VIGO
DEPORTE:	VELA
CLASE:	470
CLUB:	REAL CLUB NAÚTICO DE VIGO
COMPAÑERA ACTUAL:	SILVIA MAS
PALMARÉS PRINCIPAL:	- BRONCE EN LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE TOKIO. - 1 MEDALLA DE PLATA Y 2 DE BRONCE EN CAMPEONATOS DEL MUNDO. - 2 MEDALLAS DE PLATA Y 1 DE BRONCE EN CAMPEONATOS DE EUROPA.

O Teu Operador
 INTERNET - TELÉFONO - TELEVISIÓN
oteuoperador.gal





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

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

PATRICIA SUÁREZ VA A POR TODAS Y PROMETE BATALLA

Forma dúo junto a María Cantero y el objetivo de ambas pasa por estar el próximo verano de 2024 en París.

El año 2022 fue muy importante en la carrera de Patricia Suárez, ya que tras su fenomenal papel en el Mundial, formando pareja con María Cantero, fue incluida en el equipo preolímpico de vela en la clase 49er FX, lo que significa entrar de lleno en la carrera por una plaza para los Juegos Olímpicos de París y formar parte de las becas ADO. El objetivo en este recién iniciado 2023 pasa por clasificar a España para la cita en tierras francesas y para ello tienen una gran oportunidad en el Mundial de La Halla. A partir de ahí, el duelo entre gallegas está servido, pues solo podrá representar a España una embarcación, estando todo entre la pareja Patricia Suárez/María Cantero y la formada por Tamara Echegoyen y Paula Barceló, siendo las segundas las favoritas en un principio, pero será la propia competición la que ejercerá de juez para decidir qué es lo mejor para nuestro país. El mundo de la vela tiene estas cosas en las citas olímpicas, pues de lo que no hay duda es de que ambos dúos están entre los mejores del mundo, no teniendo mucho sentido que no puedan estar ambos en los Juegos. Con todo, será un 2023 apasionante y los grandes beneficiados serán los aficionados a un mundillo sin igual.



MEJOR REGATISTA FEMENINA

DEPORTISTA:	PATRICIA SUÁREZ 1994 VIGO
DEPORTE:	VELA
CLASE:	49ER FX
CLUB:	REAL CLUB NÁUTICO DE VIGO
COMPAÑERA DE EMBARCACIÓN:	MARÍA CANTERO
ENTRENADOR:	ANTÓN PAZ
CLASIFICACIÓN ÚLTIMO MUNDIAL:	SEXTA POSICIÓN
OBJETIVO:	ACUDIR A LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE PARÍS 2024 REPRESENTANDO A ESPAÑA.
PRINCIPALES RIVALES POR LA PLAZA:	TAMARA ECHEGOYEN/PAULA BARCELÓ

RIAS BAIXAS

Santiago Roma®

ALBARIÑO

Vino elaborado en bannica de piedra

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

bodega@santiagoroma.com

C/ Catariño, 5 Besomaño Ribadumia
36636 Pontevedra España



RODRIGO CONDE SE HIZO MAYOR EN UN HISTÓRICO 2022

El remero brilló a lo grande en el Mundial de la República Checa y en el Europeo de Alemania.

Ya era sin duda una de las mayores promesas del mundo, apuntando a crack en la prueba del doble scull, pero necesitaba una actuación estelar en una gran cita para poder presumir también de palmarés, lo que sucedió a lo grande en el año 2022. Rodrigo Conde brilló tanto en el Campeonato del Mundo de la República Checa, como en el Europeo celebrado en Alemania, llevándose en ambas citas la medalla de plata. No pudo estar en los pasados Juegos Olímpicos de Tokio, pues mantener el peso estaba comenzando a suponer un riesgo para su salud, por ello renunció a un sueño, para comenzar otro. Dio el paso de la categoría ligera a la pesada, comenzó de cero y triunfó a lo grande, para mandar un gran mensaje a quien ya no creía en él, dejando claro que no solo está muy vivo, sino que quiere estar en París 2024 y además para hacer cosas importantes. Su compañero de embarcación es el joven catalán Aleix García y su compenetración es cada vez más espectacular. Por si fuera poco, hablamos de dos deportistas con un carácter ganador que los hace superarse a cada momento. Tienen mucho margen de mejora y a su vez ya están demostrando que están para mirar a los ojos y de tú a tú a los mejores.

MEJOR REMERO/A	
DEPORTISTA:	RODRIGO CONDE ROMERO 03/09/1997 MOAÑA
DEPORTE:	REMO
PALMARÉS MAS DESTACADO:	- PLATA EN EL MUNDIAL CELEBRADO EN LA REPÚBLICA CHECA EN 2022. - PLATA EN EL EUROPEO CELEBRADO EN ALEMANIA EN 2022.
NOMINADOS A MEJOR REMERO/A:	- RODRIGO CONDE - CAETANO HORTA
JURADO	JURADO FORMADO POR IRIA JARAMA (REMERA EQUIPO NACIONAL - SAN FELIPE) Y JOAQUÍN MONTERO (REMEMERO DEL EQUIPO NACIONAL - CR CEDEIRA), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN EL PORTAL WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.



A Lareira

Taberna Galega - Restaurante



Rúa Sol, 4 -Bajo - 27800 - VILALBA (Lugo)

☎ 982 512 842

carmenfernandezfernandez7@gmail.com

f @tabernagalegaalareira



El Hórreo

RESTAURANTE

CAFÉ - BAR

Gran Vía, 169
15100 Carballo
A Coruña

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



LA SD SAMERTOLAMEU REGRESÓ A LA EUSKO LABEL LIGA

El año 2022 fue el definitivo para que los de Meira confirmasen un salto que llevaban años mereciendo.

La Sociedad Deportiva Samertolameu tiene un total de 76 remeros en su canchaleira, ademais dos pertencentes al primeiro equipo, lo que habla claro del espléndido futuro que espera a una entidade que lleva dando alegrías a la parroquia moañesa de Meira desde el año 1979. La pasada campaña la base volvió a brillar una vez más y el primer equipo logró un nuevo salto a la élite, a la Eusko Label Liga, tras un play off de ensueño en Bermeo y Portugalete. A Terca lleva muchos años siendo la trainera reina de la Liga Gallega y ya merecía volver a un lugar que ya conoce y en el que no es nada sencillo consolidarse. El remo de élite regresa a un concello mágico, perteneciente a una comarca como O Morrazo, la cual nunca se cansa de sacar deportistas de máximo relumbrón. La SD Samertolameu es uno de los grandes orgullos de un remo gallego que crece cada día más y al que tan solo le falta un poquito más de apoyo para que los nuestros no tengan que emigrar en el momento que destacan. El mes de junio está cada vez más cerca y para ello se prepara un equipo que saldrá al mar como cenicienta, pero que nadie dude que peleará con todo por continuar un curso más entre los doce elegidos.

MEJOR CLUB 2022	
DEPORTISTA:	SD SAMERTOLAMEU 1979 MEIRA
NOMBRE DE LA TRAINERA:	A TERCA
PRIMER ASCENSO A EUSKO LABEL:	2014
ENTRENADOR 2022/2023	DAVID COSTA (SUBSTITUYE A DANI PÉREZ, QUE FICHÓ POR ZIERBENA)
PALMARÉS PRINCIPAL:	- 4 LIGAS DEL NOROESTE DE TRAINERAS. - 6 LIGAS GALLEGAS DE TRAINERAS. - 1 SUBCAMPEONATO MUNDIAL Y 6 CAMPEONATOS DE ESPAÑA EN BANCO MÓVIL. - 336 BANDERAS ENTRE TRAINERILLAS, BATELES Y TRAINERAS.

erika pilates center

- Centro Pilates
- Grupos reducidos
- Horarios adaptados
- Pilates embarazadas
- Entrenamiento running personalizado

Tel: 699 519 141
C/Perpetuo Socorro, 12 Bajo Izq. LUGO
www.erikapilates.es

deportes equip@t

Avda, da grabanxa,11 Telf. 981 696 249
15888 - Sigüeiro - Oroso

ACADEMIA A FRAGA TEL.: 604 024 612
C/ Pintor Pablo Manzano, 3 - 15660 Cambre (A Coruña)

A FRAGA ENCANTADA

C/ Pintor Lucio Muñoz, 3 - 15660 CAMBRE (A Coruña)
www.afragaencantada.es - escolainfantil@afragaencantada.com
Tel: 981 656 269

CRISTAL HOTELES

+34 981 148 738

reservas@hoteles-cristal.com

Avd. San Roque de Afuera, s/n
15011 A Coruña - España



SAN
ROQUE
RESTAURANTE



Avda, San Roque de Afuera, nº9
15011 A Coruña - España

+34 981 148 738 - reserva@hoteles-cristal.com

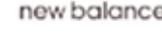
big outlet

Sports

www.bigoutletsports.com



ESPECIALISTAS EN GOLF



SERVICIO DE BORDADO PUBLICITARIO Y LABORAL

SERVIMOS EN 24H

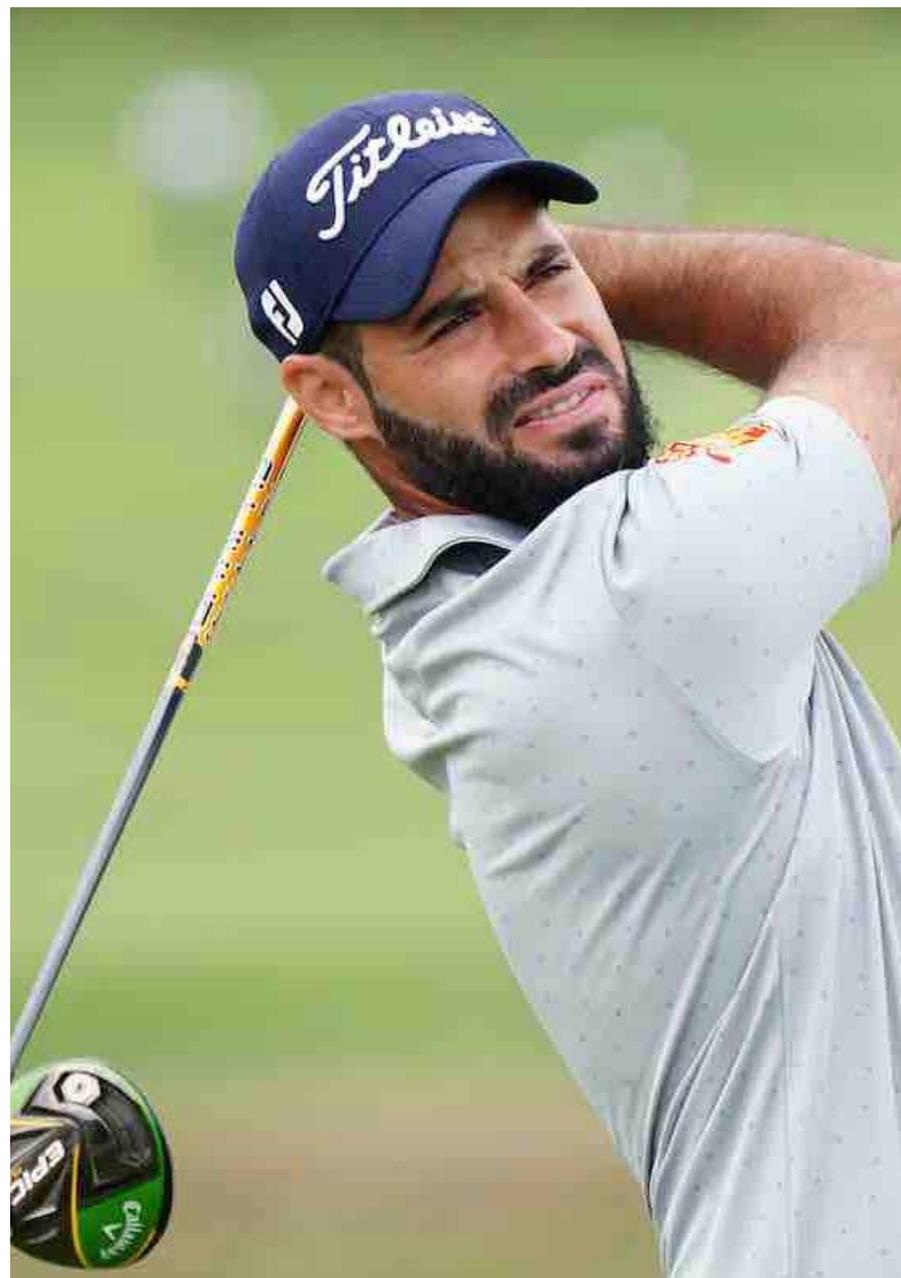
☎ 985 757 453 ✉ tienda@bigoutlet.es 📱 [bigoutletsports](https://www.facebook.com/bigoutletsports)

📍 Polígono de Silvota - Calle Peña Careses CR3-CR8
33192 Llanera

SANTI TARRIÓ CUMPLIÓ EN SU PRIMER AÑO EN EL DP WORLD TOUR

El de Touro mantuvo la tarjeta que le permite volver a competir en el circuito en el año 2023.

Santi Tarrío comenzó a jugar al golf a los 7 años y se hizo profesional a los 17, pasando por el European Challenge Tour, circuito en el que ganó en dos ocasiones, la primera de ellas fue el Real Czech Challenge y la segunda el Challenge de Cádiz, ambas en el año 2021, el de su ascenso a la élite de manera definitiva. El 2022 fue muy importante para él, ya que fue su primer año completo en el DP World Tour, lo que le llevó a pasar por todo tipo de campos nuevos para él y también de situaciones a la hora de desarrollar su juego, lo que no le impidió mantener la tarjeta que le permite afrontar una nueva temporada en el circuito. La adaptación al nuevo material fue otro hándicap a superar, además de la falta de experiencia, como es lógico y normal. Dar un paso adelante en lo físico es otro de sus grandes objetivos en la actualidad, pues Santi Tarrío lo considera fundamental para poder competir de tú a tú con los mejores del panorama mundial y para seguir aumentando su nivel de juego y sobre todo su regularidad. El año 2023 lo tiene marcado en rojo en su mente, pues tiene puestas muchas esperanzas en poder dar una gran alegría a los aficionados, volviendo a cosechar éxitos de relumbrón.



MEJOR JUGADOR

DEPORTISTA:	SANTI TARRÍO BEN 07/11/1990 TOURO
RANKING DP WORLD TOUR ACTUAL:	114
MEJOR RANKING DP WORLD TOUR:	87
COMPETICIÓN 2022:	DP WORLD TOUR
COMPETICIÓN 2023:	DP WORLD TOUR
CADDY:	NOELIA GARCÍA
PSICÓLOGO:	JOAQUÍN DOSIL
CLUB ACTUAL Y DESDE SIEMPRE	CLUB DE GOLF VAL DE ROJS

**TALLERES
BREA Y FUENTES**

981 53 11 67 / 639 01 35 57

CHAPA Y PINTURA · MECÁNICA RÁPIDA

Rosalía de Castro, 20 - MILLADOIRO - AMES breyfuentes@gmail.com

EN 2022 LLEGÓ LA SEGUNDA VICTORIA DE FÁTIMA FERNÁNDEZ

La santiaguesa ganó el pasado mes de marzo el clásico de golf femenino de Carlisle Arizona.

MEJOR JUGADORA	
DEPORTISTA:	FÁTIMA FERNÁNDEZ CANO 23/10/1995 1,70 M SANTIAGO DE COMPOSTELA
TOUR PRINCIPAL ACTUAL:	GIRA LPGA
TOUR ANTERIOR:	GIRA DE SYMETRA
VICTORIAS PROFESIONALES:	2
DEBUT COMO PROFESIONAL:	2018
RANKING MUNDIAL ACTUAL:	428
RANKING NACIONAL ACTUAL:	6
CLASIFICACIÓN NACIONAL:	1ª- CARLOTA ZIGANDA 2ª- ANA PELAEZ 3ª- CARMEN ALONSO 4ª- AZAHARA MUÑOZ 5ª- NURIA ITURRIOS 6ª- FÁTIMA FERNÁNDEZ

largos y complicados , con greens muy rápidos y en condiciones mucho más extremas. Es la Primera División del golf y ahí tenemos a una de las nuestras, dispuesta a seguir haciendo historia y aumentando su gran palmarés.



Fátima Fernández llegó al profesionalismo en el año 2018 y desde entonces no ha dejado de aumentar su ya de por sí elevado nivel, llegando en marzo de 2022 su segunda victoria en un torneo importante, tras llevarse el clásico de golf Femenino de Carlisle Arizona, perteneciente al Epon Tour, después de sacar tres golpes de ventaja a la paraguaya Sofía García, a la sueca Dani Holmqvist y a la panameña Laura Restrepo. Fue el segundo triunfo de Fátima en el Epon Tour, pues no podemos olvidar que en el año 2020 ya se impuso en el Morongo Casino Resort. “Llegué a este torneo como una preparación para continuar mi carrera en el LPGA”, declaraba Fernández en la cita de Arizona.

Tras dejar atrás su etapa en el Symetra Tour, la de Santiago de Compostela vivió un año 2022 de adaptación, pues no podemos olvidar que la Gira LPGA son palabras mayores, ya que, entre otras cosas, los campos son mucho más

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

Nos gusta verte **LEER**

Librería - Papelería

Nueva apertura

SANTOS OCHOA

CC. Marineda City
C/ Teresa Herrera 3

SERRAT YA CONOCE EL PODIO EN UNA PRUEBA DE SERIES MUNDIALES

El olívico triunfó en Bermudas el pasado mes de noviembre, tras finalizar en segunda posición.



Las pasadas series mundiales llegaron a su final en Abu Dhabi, poniendo así el broche de oro a una temporada atípica, pues comenzó en 2021, finalizando en 2022. El mejor español en el ranking fue el vigués Antonio Serrat, séptimo, tras un curso en el que volvió a ser capaz de competir con los mejores, llegando a liderar incluso el ranking en el comienzo de la campaña, cosechando también un segundo puesto en una de las pruebas que componen el calendario, concretamente la de Bermudas, celebrada en noviembre. De cara a 2023, competir al máximo vuelve a ser fundamental, pues estamos en año preolímpico y ganarse un sitio para París es la clara meta del olívico.

PRIMER PODIO EN SERIES MUNDIALES

El mencionado segundo puesto en Bermudas fue el primer podio de Antonio en una prueba de las Series Mundiales. Con todo, cuando finalizó el evento declaró que estaba feliz, pero que a su vez tenía una sensación agri dulce, ya que había visto la posibilidad de ganar, aunque finalmente se quedó a las puertas de superar a Vicent Luis. Su exigencia es máxima y va a por más.

MEJOR TRIATLETA MASCULINO

DEPORTISTA:	ANTONIO SERRAT SEOANE 24/01/1995 VIGO
DEPORTE:	TRIATLÓN
SERIES MUNDIALES 2022:	SÉPTIMO PUESTO Y MEJOR ESPAÑOL EN LA CLASIFICACIÓN.
OBJETIVO EN 2023:	LOGRAR LA CLASIFICACIÓN PARA LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE PARÍS.
PALMARÉS MÁS DESTACADOS:	- BRONCE EN EL CAMPEONATO EUROPEO, CELEBRADO EN VALENCIA EN EL AÑO 2021. - PLATA EN EL CAMPEONATO EUROPEO DE TRIATLÓN DE VELOCIDAD, CELEBRADO EN KITZBUHEL EN EL AÑO 2021. - PLATA EN UNA PRUEBA DE LAS SERIES MUNDIALES 2022, CONCRETAMENTE LA CELEBRADA EN BERMUDAS.

RG ROBERTO GONZÁLEZ
© 691 230 404

LIMPIEZA DE RADIADORES E INSTALACIONES DE AGUA

- Instalaciones
- Calefacción
- Mantenimientos
- Electricidad
- Reparaciones
- Fontanería



MIGUEL RON PINTOR

☎ 699 869 938

Pinturas en general. Barnizados.
Colocación de tarima, papel pintado...

Calle Pintor Villamil, 18 2º IZDA - 27004 - Lugo

REHABILITACIÓN DE EDIFICIOS EN COMBARRO

ASESORAMIENTO CON PRESUPUESTO PERSONALIZADO

FACHADAS
REFINTEGRALES
CUBIERTAS
OBRANUEVA




info@refagal.com 627 447 051

www.refagal.com Camiño Real, 4 -4B
36993, Combarro, Pontevedra



Captación de agua

Perforaciones horizontales

Tomas de tierra • Pozos de barrena

Instalación de bombas

Sondeos Guerra

981 503 096 - 608 181 803 - 606 307 605
VAAMONDE - 15886 Teo (A Coruña)
info@sondeosguerra.com
www.sondeosguerra.com

SARA GUERRERO VOLVIÓ A CASA Y EL TIEMPO LE DIO LA RAZÓN

La naronesa ganó el Campeonato de España 2022 y ya sueña con cotas mayores de cara al nuevo curso.

El año 2022 fue de relumbrón para una Sara Guerrero que regresó a su Narón natal para dar un impulso definitivo a su carrera deportiva, dejando atrás el Centro de Alto Rendimiento de Madrid, una decisión que parecía arriesgada, pero de lo que ya no hay duda es de que el tiempo terminó por darle la razón. Cambió de entrenador, de compañeros y también de forma de entrenar, pasa por Galicia por temporadas, pues el resto del año viaja por diferentes sitios del mundo compitiendo y también compartiendo sesiones de entrenamiento con deportistas de alto nivel. El frío no es un buen aliado para los triatletas, por eso, Guerrero estuvo en Nueva Zelanda preparándose en los últimos meses, ya que allí es verano, al estar hablando del hemisferio sur. Allí se disputará también la Copa del Mundo en el mes de mayo. La final de las Series Mundiales, que este año son en Pontevedra, es otro de los grandes objetivos de la naronesa, así como el Preolímpico de París y el Campeonato de Europa que será en Madrid. En el año 2022 fue Campeona de España por primera vez como senior y su nivel deja claro que su progresión fue espectacular y que lo mejor está todavía por llegar.



MEJOR TRIATLETA FEMENINO	
DEPORTISTA:	SARA GUERRERO MANSO 1997 NARÓN
DEPORTE:	TRIATLÓN
CLUB ACTUAL:	NAÚTICO DE NARÓN
ENTRENADOR:	AMANDO GUERRERO
RESEÑAS AÑO 2022:	- CAMPEONA DE ESPAÑA. - SEGUNDA PLAZA EN LA LIGA DE CLUBES CON EL NAÚTICO DE NARÓN. - GANADORA DEL TRIATLÓN DE NARÓN. - ESTUVO DISPUTANDO PRUEBAS DE CLASIFICACIÓN OLÍMPICA.

Korporis GYM
 @korporisgym
 www.korporis.es
 981 972 643
 korporisboiro@gmail.com
 C/ Cimadevila 18 Bajo, Boiro

Loz Bé Café
 CASA do POBO
 T. 981 798 828
 Golfiño, 36 - LORBÉ - 1577 Oleiros (A Coruña)

Pétalo Estética Unisex
 Avda. Mahiá, 17 Bajo Izq. - Bertamirans Tel: 881 16 58 14 - 663 83 31 71
 petalo.estetica@gmail.com Pétalo Estética

LATITUD
 43° 18' 17"
 Atemporal different place
 Elegancia, clasicismo e incluso, un punto de romanticismo, en un espacio atemporal, con un moderado y sutil, toque industrial.
 Toda una garantía, para dejar huella, en la memoria de nuestros clientes!!
 Rua das Flores, 4 - Paseo do Balneario - 14142 - Arteixo (A Coruña) 686 823 045

MARIO MÉNDEZ QUEMA ETAPAS Y LUCE A LO GRANDE EN 2022

El del CN Rías Baixas es una firme promesa de la natación nacional y no para de dar muestras de su nivel.

Comenzó la temporada 2022 ganando una medalla de plata en los Campeonatos de España de larga distancia en la prueba de los 5000 metros libre de categoría junior y la terminó batiendo el récord gallego de los 400 metros estilos en piscina corta, tras establecer una marca de 4:14.90. Hablamos de Mario Méndez, una de las máximas promesas nacionales y que cada vez toma más visos de realidad. Su progresión no tiene techo y no solo brilla en la piscina, pues sus éxitos también son rotundos en aguas abiertas, ya que consiguió el subcampeonato de España junior en los 10 kilómetros el pasado mes de marzo. Ya en agosto dio una exhibición aquí en Galicia, en la Travesía Costa Sisargas, una clásica del circuito nacional, incluido en el circuito Desarrolla by Duacode. Mario batió el récord de una prueba que celebraba su XII edición, tras llegar en 53 minutos y 24 segundos, superando a nadadores como Lucas Costa (CN Pontearreas) o Marcos del Río (CN Liceo). La travesía tiene un recorrido de 4,2 kilómetros en su competición larga, en la que participó el vigués, dando una exhibición sin precedentes. El año 2023 promete grandes emociones y su estado de forma también invita al optimismo.



MEJOR NADADOR	
DEPORTISTA:	MARIO MÉNDEZ PUGA 19 AÑOS VIGO
DEPORTE:	NATACIÓN
MODALIDAD:	PISCINA Y AGUAS ABIERTAS
CLUB ACTUAL:	CN VIGO RÍAS BAIXAS
ENTRENADOR:	KIKE PÉREZ CRUCES
ALGUNOS DE LOS ÉXTIOS EN 2022:	<ul style="list-style-type: none"> - SUBCAMPEÓN DE ESPAÑA DE 10 KILÓMETROS EN AGUAS ABIERTAS. - GANADOR DE LA TRAVESÍA COSTA SISARGAS, BATIENDO EL MEJOR REGISTRO DE LA PRUEBA, TRAS COMPLETAR EL RECORRIDO EN 53 MINUTOS Y 24 SEGUNDOS. - BATIÓ EL RÉCORD GALLEGO DE LOS 400 METROS ESTILO.

AUTOWASH
 VILLALONGA

Tu coche está hecho para
Brillar



PAULA OTERO VOLVIÓ A BRILLAR EN UN AÑO MUY COMPLICADO

La coruñesa se esforzó al máximo y volvió a dejar claro que ya es una absoluta realidad en categoría absoluta.

Paula Otero lidió con un 2022 diferente y complejo, pues no podemos olvidar que fue un año en el que tuvo que afrontar la selectividad, lo que no le impidió brillar. Es una estrella y está capacitada para lo que se proponga, tanto en piscina como en aguas abiertas. “Me gustaría seguir compaginando las dos modalidades el máximo tiempo posible”, adelantaba la coruñesa en una entrevista concedida a “La Voz de Galicia”. Su 2022 ya comenzó con dos oros en los Campeonatos de España de larga distancia en piscina, uno absoluto y otro junior, ambos en 5000 metros estilo libre. En el Open de Primavera también brilló, ganando los 800 metros libre. Un contagio por el covid la paró en el tramo final de su preparación hacia los Mundiales, no pudiendo mostrar su mejor versión. Sí pudo hacerlo en los Europeos, alcanzando el cuarto puesto en los 1500 metros libre, mejorando su mejor marca, dejándola ahora en 16:18.27. Ya a final de año estuvo en el Mundial de piscina corta, celebrado en Australia, una gran experiencia para seguir preparándose de cara a su verdadera especialidad, la piscina de 50 metros. Su próximo objetivo será un nuevo Open de Primavera, ya en el mes de abril.

MEJOR NADADORA	
DEPORTISTA:	PAULA OTERO FERNÁNDEZ 2004 A CORUÑA
DEPORTE:	NATACIÓN
MODALIDAD:	PISCINA Y AGUAS ABIERTAS
ENTRENADORAS:	LUISA DOMÍNGUEZ (CGTD) Y LUCÍA LEIRO (CN ARTEIXO)
CLUB ACTUAL:	CN ARTEIXO
TRAYECTORIA:	-CN CULLEREDO -CN LICEO -CN ARTEIXO
PRÓXIMA COMPETICIÓN RELEVANTE:	OPEN DE PRIMAVERA (SE CELEBRA DEL 29 DE MARZO AL 2 DE ABRIL EN PALMA DE MALLORCA)



CASA Y BAÑO **Star**

“UN CONCEPTO INTEGRAL DE LA REFORMA DE TU HOGAR”



Dirección: Estr. de Castela, 309 Bajo - 15404 Ferrol **Teléfono:** 981 330 290

E-mail: casaybano-star@casaybano-star.com

Visita nuestra Web: <https://www.casaybañostar.com>



PACIOS

REFORMAS Y CONSTRUCCIONES

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





 **698 148 558**
AVDA. MANUEL FRAGA
IRIBARNE 38 BAJO
(CARIÑO)
 **CD.NOVASAÚDE**



CLUB NATACIÓN PONTEAREAS: HACIENDO HISTORIA DESDE 1998

La entidad se convirtió con el paso de los años en una de las potentes de la comunidad autónoma gallega.

El CN Ponteareas lleva ya muchas temporadas cosechando éxitos, tras un trabajo exquisito que se vio recompensado en el año 2022 con un logro histórico, ya que el equipo femenino logró el ascenso a Primera División, tras unos resultados espectaculares en la Copa de España de Segunda, que llevaron al club a la quinta plaza entre los más de cien entidades que había en liza. Las seis primeras lograban el salto y de esta manera, el CN Ponteareas se metió entre las 24 que componen la Primera, competición a la que llegan con la firme intención de situarse en la parte alta de la tabla para así soñar con la División de Honor. El equipo estuvo formado por Iria Lemos, Carla Carrón, Sara Ibáñez, Carla Faro, Inés Borge, Sofía Carballo, Naiara Eijo, Alba Ortiz y Naroa Estévez.

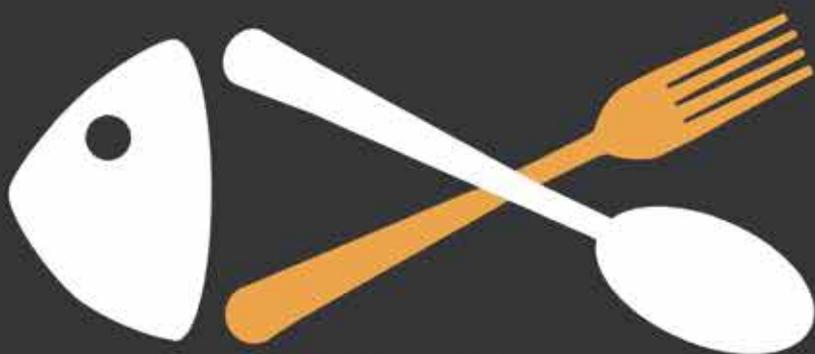
Pero la entidad no solo brilla con el equipo absoluto femenino, sino que lo hace también con la sección masculina y con una base en la que compiten deportistas desde categoría prebenjamín, teniendo también el club sección máster, en la que los logros también están a la orden del día cada curso.

Si miramos al ámbito individual, la jovencísima Carla Carron es una de las mayores promesas de nuestro país, integrante del equipo nacional y superándose a sí misma en cada competición. La nadadora apunta a estrella y en este 2023 a buen seguro que lo volverá a demostrar. También Sofía Carballo terminó 2022 brillando, pues fue novena en el Campeonato de España absoluto en piscina corta en la prueba de los 1500 metros libres. No podemos dejar de mencionar a Iria Lemos, mejor marca gallega en los 50 metros mariposa.

MEJOR CLUB	
CLUB	CLUB NATACIÓN PONTEAREAS 1998 PONTEAREAS
PRESIDENTE Y DIRECTOR TÉCNICO:	ANDRÉS CARRERA
INSTALACIONES DE ENTRENAMIENTO:	COMPLEJO DEPORTIVO ÁLVARO PINO
MODALIDAD:	PISCINA Y AGUAS ABIERTAS
NADADORAS DEL EQUIPO FEMENINO QUE LOGRARON EL ASCENSO:	- CARLA CARRÓN - SOFÍA CARBALLO - IRIA LEMOS - SARA IBÁÑEZ - CARLA FARO - INÉS BORGE - NAIARA EIJO - NAROA ESTÉVEZ - ALBA ORTIZ



Polígono Ind. Louzaneta (Ctra. de Friol)
 Nave, 8 - As Arieiras - 27297 LUGO
 Tel: 982 251 777 - Fax: 982 242 056 - M: 626 750 362
 Ctra. N-VI Km.486 - Gomeán (Corgo) • Tel: 982 302 345
 info@marmolesadrio.es • www.marmolesadrio.es

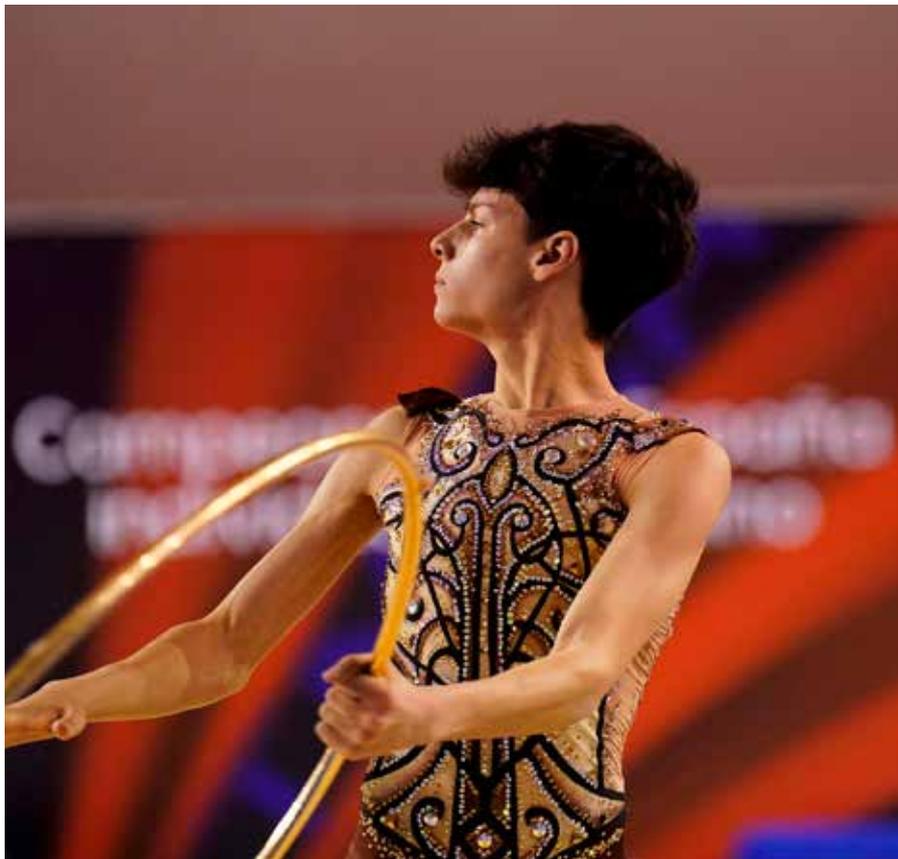


PESCADERIA
TENREIRO

Pescados, mariscos y comidas caseras

-  Rúa Francisco Comesaña, 1
15179 Oleiros, A Coruña
-  747 48 10 82
-  pescaderiatenreiro@gmail.com





AARÓN AMOR: "MI OBJETIVO ES EL ASCENSO A PRIMERA CATEGORÍA"

El gimnasta del María Barbeito fue el ganador de los III Premios Galicia Sport y va a por todas en 2023.

Aarón Amor continúa su sensacional progresión en el mundo de la gimnasia rítmica y para 2023 se marca por objetivo el ascenso a Primera Categoría, lo que ya estuvo muy cerca de conseguir el pasado año, aunque finalmente terminó por quedarse a las puertas. El deportista del María Barbeito no tiene techo en su crecimiento y a buen seguro que volverá a dejar destellos de su enorme calidad. En las últimas semanas, Aarón concedió una entrevista a Galicia Sport, tras ser el ganador de la tercera edición de los premios organizados por esta casa.

CONTENTO CON EL AÑO 2022

"El año pasado aún lo empezamos con mascarilla, pero por fin se fue norma-

lizando todo de manera definitiva. En temporadas anteriores no habíamos tenido todas las competiciones y en 2022 ya sí se pudieron llevar a cabo. Fue todo bastante bien y en cuanto a resultados también estoy contento, pues seguimos mejorando, ya no solo en resultados, sino en regularidad a la hora de competir, fallar menos, tener la mente más centrada o controlar los nervios".

OBJETIVOS PARA EL NUEVO CURSO

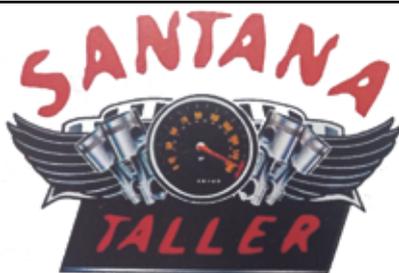
"Acaba de empezar el año, tengo el primer control estos días para poder ir a la Copa de la Reina. Mi objetivo principal es llegar al Campeonato de España en el mejor estado posible. Este año lo veo bastante posible, creo que puedo hacer los ejercicios muy bien, los tengo ya bastante controlados

Excavaciones y Transportes

HERDIPER, S.L.

Tfno.: 982 51 15 06 / Fax: 982 52 36 24
Móviles: 619 31 35 77 / 655 85 00 87
E-mail: herdiper@hotmail.com

Sixto, 20
27816 LANZÓS
VILLALBA (LUGO)



Mecánica
Chapa
Pintura
Servicio de grúa
Repuestos vehículos
sin carnet

Avd. de Castilla, 25 - 32600 - VERÍN

☎ 988 590 035 / 622 430 706 tallersantana.7@hotmail.com

Alfonso Prieto
Construcciones

**REFORMAS DE VIVIENDAS
OBRA NUEVA
CUBIERTAS EN PIZARRA**

**ALBAÑILERÍA CARPINTERÍA
FONTANERÍA ELECTRICIDAD**

620 266 487

LUGAR BALADO, 3 - SAN SIMON DA COSTA - 27800 - VILALBA (LUGO)

TALLERES

EXPOMOTOR

Centro de Servicio Integral del Automóvil

Limpieza de Tapicerías, Pulido de vehículos, Pulido de Faros, Pilotos Oscurecidos
Neumáticos, Embragues, Tintado de Lunas, Aceites, Distribuciones, Pre ITV...

Vehículo de sustitución

☎ 696 777 430
981 112 896

Xallas, 29 bajo - 15270 CEE
expomotor-ces@hotmail.com



para estar en este momento de la temporada, ya los llevo trabajado mucho y ya me salen bastante bien. Ahora falta pulir los últimos detalles y entrenar, entrenar y entrenar hasta que llegue la hora del Nacional. Allí tengo que intentar controlar los nervios y poder reflejar el ejercicio. En principio, el Nacional es a finales de mayo”.

EL MARÍA BARBEITO ES UNA FAMILIA

“En el María Barbeito nos llevamos todos muy bien, no solo entre nosotros, sino también con las entrenadoras. Nos tratan muy bien, son siempre muy respetuosas, nos ayudan un montón, se preocupan no solo por el ámbito deportivo, sino también por el ámbito personal y eso está muy bien. A la vez, también saben cuando tienen que ser estrictas y cuando no. Formamos una gran familia. Clara es mi entrenadora principal y ella es fundamental para mí”.

GANADOR DE LOS III PREMIOS GALICIA SPORT

“Cualquiera merecía el premio. Rubén es mi compañero de club, llevamos compartiendo entrenamientos muchos años y además nos llevamos muy bien. Es de los rivales más fuertes, tanto a nivel gallego como nacional, al igual que Ismael, con quien estuve compitiendo muchos años también y este año volveré a competir otra vez contra él. Es otro grandísimo gimnasta”.

EL NIVEL DE LA GIMNASIA RÍTMICA GALLEGA

“A nivel masculino, Galicia es una de las mejores comunidades, hay bastantes chicos y eso ya te ayuda a meterte más caña en los torneos y a dar lo mejor de ti. Si después ves que vas consiguiendo resultados, consiguiendo medallas y todo eso, pues te ayuda a autoconvencerte de que se puede ir a por todas. Los gallegos siempre obtienen muy buenos resultados a nivel nacional. En gimnasia femenina también, en nuestro club, Candela Martínez tiene muy buenos resultados, ascendió a Primera Categoría y va a dar muchísimo que hablar en ella, porque es muy buena”.

LA IMPORTANCIA DE LA FAMILIA

“Mi familia es fundamental. Este es un deporte muy caro, siempre están para todo, me acompañan a todas las competiciones, tanto dentro como fuera de Galicia y me llevan a entrenar todos los días, me recogen de clase, me llevan al pabellón, que hay media hora de camino, luego esperan allí prácticamente sin poder hacer nada, y así desde mi madre, mi padre, mi madrina... todos”.



MEJOR GIMNASTA MASCULINO

GIMNASTA:	AARÓN AMOR 13/05/2006 A CORUÑA
CLUB ACTUAL:	MARÍA BARBEITO
ENTRENADORA PRINCIPAL:	CLARA
OBJETIVO AÑO 2023:	ASCENSO A PRIMERA CATEGORÍA
NOMINADOS A MEJOR GIMNASTA:	- AARÓN AMOR (MARÍA BARBEITO) - ISMAEL NAVAZA (COMPOSTELA) - RUBÉN BRAÑA (MARÍA BARBEITO)
JURADO:	JURADO FORMADO POR NATALIA CASTRO (PRESIDENTA CR AGARIMO) Y PAULA PIÑEIRO (ENTRENADORA DEL CLUB SARAIBA), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN EL PORTAL WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.

CARPINTERÍA METÁLICA
HIERRO - ALUMINIO - INOX - PVC



- SOLDADURA DE ALUMINIO
- PORTALES Y REJAS
- MAMPARAS DE BAÑO
- CANCELLAS MANUALES Y MOTORIZADAS

Polígono Ind. Sete Pontes, P-33 - Rúa do Carballo, Vilalba (Lugo)
 ☎ 982 513 675 📞 673 184 124 @ estebanruiz1964@hotmail.es

COGRAPER, S.L
OBRAS Y REFORMAS

Ctra. Olegario Rodríguez Pérez, 5 - 36419 - Mos (Pontevedra)
 ☎ 986 333 855 📞 670 523 273 cograper@gmail.com

AS AGRICOLA SEBIO



981 500 698

DISTRIBUIDOR OFICIAL



Parque Empresarial - Ctra. Pontecarreira, 3
15810 Arzúa (A Coruña) agricolasebio@agricolasebio.es

CAFÉ + BAR 2515




981 30 61 84

@cafebar2515 ☎ cafebar2515@gmail.com
 📍 C. Villa de Negreira, 49, 15010 La Coruña

L-V 07:30 - 22:30
DOM CERRADO

“EN GIMNASIA SIEMPRE BUSCAMOS ALCANZAR LA PERFECCIÓN”

Candela Martínez destacó y fue elegida mejor gimnasta del año 2022 en los III Premios Galicia Sport.

Es una gran promesa de la gimnasia rítmica de nuestro país y cada año que pasa se encarga de dejarlo claro con actuaciones soberbias y que dejan boquiabiertas a las personas que sienten pasión por el mundo de la gimnasia rítmica. Hablamos de Candela Martínez, una joven coruñesa que viene de completar un 2022 de lujo, pero que no se relaja y va a por más. Es hija de una leyenda y de ella heredó un carácter ganador tan solo al alcance de esas personas tocadas con una varita mágica para llegar a donde se propongan en un mundo tan complejo y delicado como el deporte. La herculina ganó el premio a mejor gimnasta en los III Premios Galicia Sport y dialogó con nuestra redacción.

EL AÑO 2022 NO FUE NADA FÁCIL

“El año 2022 no fue un año fácil, fui a bastantes campeonatos y tuve muchas oportunidades de medirme, de aprender, de mejorar, algo que agradezco. Conseguí dos medallas en el Nacional en la primera parte de la temporada y luego también obtuve alguna medalla en torneos internacionales y en la fase final de la Liga Iberdrola. Fue un año en el que logré el objetivo del ascenso a Primera Categoría”.

NUEVOS OBJETIVOS

“La temporada actual está empezando todavía, lo hizo aún a finales de enero. Ahora venimos de un control y la semana que viene ya comienza la primera fase de la Liga Iberdrola y desde ahí a todo gas ya. Tengo que seguir mejorando y dar la mejor versión de mí misma. En gimnasia siempre buscamos alcanzar la perfección, es algo muy difícil, pero es para lo que entrenamos tantas y tantas horas cada semana. Un gran objetivo para este año es mantener la Primera Categoría, a la que acabo de ascender hace apenas un



mes, gracias a los resultados en los Campeonatos de España del año pasado”.

EL GRAN MOMENTO DEL CLUB MARÍA BARBEITO

“El María Barbeito es un gran club. Hay muchas niñas en iniciación y en escuela, hay también sección masculina, en la que también se consiguen grandes resultados y también está la rítmica adaptada, que a nivel nacional

CARPINTERÍA BRIÓN S.L.
TRABAJOS PARA INTERIORES Y EXTERIORES

Tif: 981 847 636
667 641 403

petobrion@carpinteriabrion.es www.carpinteriabrion.es

Lugar de Rosomil, N°24 15992 Escarabote, Boiro

FONTANERÍA Y OTROS

Francisco González Catrufo

La Rocha, 9 15181 ANCEIS
Móvil 617 233 609 CAMBRE - A CORUÑA

CONSTRUCCIONES Y RESTAURACIONES

COVAC

981 433 053
679 428 032 - 629 864 330

www.covacconstrucciones.com
construccionscovac@gmail.com

Chao, 83 - OMBRE - 15600 - Pontedeume (A Coruña)

EXCAVACIONES Y TRANSPORTES

MANUEL GONZALEZ

LOGISTICA CAMBADOS

M.659 434 683

Coirón, 117 B - DEMA excavagonzalez@gmail.com
Telf: 986 745 563 - Fax: 986 744 091 logisticacambados@gmail.com



MEJOR GIMNASTA FEMENINO

GIMNASTA:	CANDELA MARTÍNEZ 08/06/2005 A CORUÑA
DEPORTE:	GIMNÁSIA RÍTMICA
CATEGORÍA:	1ª CATEGORÍA.
ENTRENADORA PRINCIPAL:	MARTA BOBO
NOMINADAS A MEJOR GIMNASTA:	- CANDELA MARTÍNEZ (M. BARBEITO) - EVA REZA (ACORDES) - CLARA LONGA (MANIOTAS)
JURADO:	JURADO FORMADO POR NATALIA CASTRO (PRESIDENTA CR AGARIMO) Y PAULA PIÑEIRO (ENTRENADORA DEL CLUB SARAIBA), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN EL PORTAL WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.

también trae muchas medallas todos los años”.

ES HIJA DE LA LEYENDA MARTA BOBO, NÓVENA EN LOS JJOO DE LOS ÁNGELES

“Mi entrenadora principalmente es mi madre y luego las entrenadoras del club también están conmigo en el día a día y me aportan mucho. La que me monta los ejercicios y la que me corrige más personalmente es mi madre. Ella fue una gran campeona y es mi mayor ejemplo a seguir”.

LA GIMNASIA ES UN DEPORTE APASIONANTE

“A la gente lo que le digo es que siga la gimnasia, porque es un deporte muy bonito y yo animo a los niños y a las niñas a que se animen a practicarlo ya desde pequeños, aporta muchos valores y sobre todo, si te acaba gustando de verdad, que es lo normal, llena mucho”.

GANADORA EN LOS III PREMIOS GALICIA SPORT

“Siempre es una alegría que los aficionados y las entrenadoras se acuerden de mí y me hizo mucha ilusión. Eva y Clara son grandes gimnastas y para mí también se merecen el premio. Esta vez me tocó a mí y seguro que en años posteriores también ellas van a poder ganarlo”.

CURRUCHO
Sport
MECÁNICA EN GENERAL
Lg. Vilar, s/n-Porto do Son ☎ 660 835 134

FISIOTERAPIA Y NUTRICIÓN
FISSAP
Info@fissap.es
www.fissap.es
C/ Santa Marta de Arriba, 65-67 · 15706 Santiago de Compostela

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



“ESTE PREMIO ES DE SABELA, KARINA Y MÍO, NO SOLO MÍO”

Cristina Costas fue la mejor entrenadora del año en los premios Galicia Sport y alabó a sus compañeras.

Cristina Costas fue la mejor entrenadora del año en el mundo de la gimnasia rítmica en los III Premios Galicia Sport. La pontevedresa desarrolló su carrera en el Club Treboada, primero compitiendo y después dando formación a unas niñas que no paran de conseguir resultados, tanto a nivel gallego como a nivel nacional.

LOS INICIOS EN EL CLUB TREBOADA

“Yo empecé como gimnasta en el Club Treboada con 9 años. Empecé en promoción, luego pase a nivel absoluto y a partir de ahí, cuando dejé la gimnasia, empecé a entrenar, primero ayudando, luego me formé como entrenadora, hice los cursos, también estudié INEF y también ya en toda esa época comencé a entrenar a las niñas ya con más responsabilidad. Llevo desde los 17 años en el mundo de la formación, actualmente tengo 34”.

LA RÍTMICA ES UN DEPORTE DE MUCHO SACRIFICIO

“La gimnasia rítmica es un deporte que gusta mucho, pues combina un poco de baile con aparatos, pero cuando ya se va aumentando el nivel de profesionalidad, la verdad es que aguantan pocas niñas, porque implica muchas horas. Prácticamente entrenamos siempre cinco o seis días a la semana y además cuatro horas al día o tres horas y media, depende un poco de la instalación, entonces bueno, suele ser un deporte que llama mucho a las niñas, pero ya llegar al máximo nivel, pues llegan pocas”.

UN 2022 DE ENSUEÑO

“El año 2022 fue muy bueno para nuestro club. A nivel promoción conseguimos bastantes éxitos, luego también en base conseguimos muchas campeonas gallegas y luego la gran sorpresa llegó en el Nacional, ya que conseguimos un primer puesto con Lucía Dorado, que quedó Campeona de España juvenil. También tenemos una gimnasta en el nivel absoluto y también muy bien, se clasificó para el Campeonato de España, quedó sub-



Avda. de Razo, 120 - 15100 CARBALLO (A Coruña)
T. 981 70 39 56



campeona gallega y estamos muy contentas”.

EL GRAN AÑO DE LUCÍA DORADO

“Lucía Dorado fue gimnasta de nivel base, casi siempre queda campeona gallega en la categoría en la que compite y este año, al quedar campeona de España, asciende directamente a nivel absoluto, es decir, llegó al máximo nivel para competir”.

OBJETIVOS PARA EL AÑO 2023

“En el 2023 seguimos con la categoría base, en la que intentaremos sacar más campeonas gallegas y después en absoluto tenemos a Lola Ferro, que es una gimnasta infantil, que además fue llamada para una tecnificación con la Selección Nacional, estuvo en Valencia el año pasado, esperamos que haya más y la vuelvan a convocar. Lola tiene el Campeonato Gallego y luego otra vez el Nacional. Este fin de semana van Lola, Lucía Dorado y Edurne al control de la Liga Iberdrola, que es una competición que hay a nivel internacional aquí en España. Competimos el año pasado, pero por un problema de normativa salimos de la liga y este año queremos pelear por volver a entrar”.

MÁS DE 50 NIÑAS EN FORMACIÓN

“En la sección de rítmica, pues el Club Treboada tiene rítmica, trampolín y acrobática, pues en la sección de rítmica contamos, en lo que es el club en sí en competición, con alrededor de 50 niñas. Luego tenemos escuelas también, como la de Caldas, Soutomallor o Pontecaldelas, por poner tres ejemplos”.

LO QUE SE PREMIA ES LA CAPACIDAD DE ESFUERZO

“Nosotros premiamos la capacidad de esfuerzo, que las niñas cumplan, que trabajen, etc. Luego los éxitos vienen o no vienen, pero nos gusta que haya un compromiso a la hora de venir a entrenar y nos gusta que el trabajo esté bien hecho. Nosotros lo que pedimos es que cumplan, luego ya si hay éxitos o no hay éxitos, pues ya no lo puedes controlar, al final es una competición y dependes también de lo que hagan los demás, pero sobre todo tienen que quedarse con la satisfacción de que ellas trabajaron y que mejoraron, pedimos que mejoren conforme a ellas mismas, no conforme a las demás”.

NUEVOS SUEÑOS POR CUMPLIR

“El sueño que teníamos era un podio a nivel base y obviamente ahora el nuevo sueño es subir un poquito más en el nivel absoluto, es decir, subir el

nivel que tenemos en el club en nivel absoluto. Tenemos ahora mismo dos niñas y abrírnos camino en algún Campeonato de España absoluto sería maravilloso. Tuvimos muchos diplomas en base en el Campeonato de España, ahora el podio por fin, después de muchos diplomas, entonces ahora el siguiente sueño es hacernos un huequito en la primera división, por decirlo de alguna manera”.

III PREMIOS GALICIA SPORT

“La verdad es que fue un reconocimiento hacia mí y hacia mis compañeras. Somos tres, yo siento que sin ellas esto no hubiese sido posible. Después, tanto gimnastas, como integrantes del resto de clubes y demás familia de la gimnasia, pues tuve un apoyo muy fuerte, que no me esperaba la verdad y por supuesto que es una gran alegría. Mis compañeras son Sabela Argibay y Karina Fraiz, empezamos juntas las tres, desde los 16 o 17 entrenamos juntas, fuimos gimnastas del club juntas y actualmente seguimos entrenando en el club juntas, entonces bueno, obviamente estoy súper contenta de que me hayan dado este premio, pero yo siento que es un trabajo de tres y el premio es de las tres por igual, de Sabela, de Karina y mío, no solo mío”.

MEJOR ENTRENADORA	
ENTRENADORA:	CRISTINA COSTAS GARCÍA 20/10/1988 PONTEVEDRA
CLUB ACTUAL:	CLUB TREBOADA
SECCIÓN:	GIMNASIA RÍTMICA
TEMPORADAS EN EL CLUB:	- FORMA PARTE DEL CLUB TREBOADA DESDE LOS 9 AÑOS, ESTANDO EN LA FORMACIÓN DESDE LOS 17.
NOMINADAS A MEJOR ENTRENADORA:	- CRISTINA COSTAS (CLUB TREBOADA) - MARÍA FERNÁNDEZ (COMPOSTELA) - IRINA BOUDARINA (CLUB ESQUIÓ)
JURADO:	JURADO FORMADO POR NATALIA CASTRO (PRESIDENTA CR AGARIMO) Y PAULA PIÑEIRO (ENTRENADORA DEL CLUB SARAIBA), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN EL PORTAL WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.

CAFÉ • BAR • PANADERÍA



BOCADILLOS • BOLLERÍA • ROSCAS • EMPANADAS

Avda. do Concello, 15 Bajo • 36830 A LAMA • T. 986 76 81 45

A nosa Cocina



Belén Barbelto 653 02 01 37 - 604 06 67 36
Avda. Santa Cristina 32, Perillo Oleiros

RESTAURANTE PARRILLADA



AGUSTIN

Telf.: 981 02 63 04
636 87 73 27

ESPECIALIDAD
PULPO Y CHURRASCO



Carnicería

Pablo

O Carballés

ELABORADOS CÁRNICOS CORUÑA.
HACEMOS ENVÍOS A DOMICILIO A TODA
ESPAÑA EXCEPTO LAS ISLAS

Escríbenos en: www.carniceriapablo.com

<https://vaidemercados.gal/inicio/>

<https://plazasabastosgalicia.com/productos/es/>

Mercado de Elviña · Puesto 43 · A CORUÑA · T.: 619 360 525 · +carniceriapabloelviña @carniceriapabloelvina

**Oscar
Seijas**

CARPINTERÍA
EBANISTERÍA

Avda. de La Coruña, 432
27004 LUGO
Teléfono: 625 244 554

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

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

fontanería

m.mOURULLO

636 798 430



Instalación y reparación
de todo tipo de sistemas de
fontanería y calefacción

mmourullo@gmail.com

Rocha Vella, 12 - 15899
Santiago de Compostela (A Coruña)

INDIRE

REFORMAS

C/Venezuela, 105-107 . 4º dcha
15404 - Ferrol • T.636 770 688
francisco@indire.es
www.indire.es





REGO PAZ

FONTANERÍA - GAS - CALEFACCIÓN - ENERGÍAS RENOVABLES

606 076 751 · rego.paz@hotmail.com · www.regopaz.com

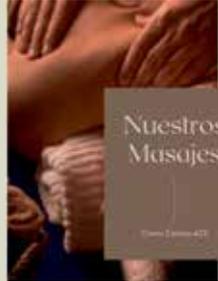
CENTRO DE ESTÉTICA AVANZADA



Contacta con nosotros:
981 51 04 96 / 660 729 010

 [esteticaage](#)

Avenida de Santiago, 31 Arca · Pedrouzo (O Pino)



centro de belleza



salón orgánico

 [tonhopeluqueros](#)

 [Toño Peluqueros](#)

 981 51 12 25
663 07 17 87

Avda. de Lugo 19, bajo · 1 Arca - O Pino

TMM



TERRAMOTOR

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



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



ALUMINIOS Y PVC LA GANDARA S.L.U.

Especialistas en trabajos en Aluminio y PVC Kömmerling

 981 325 700

 629 836 712

 info@aluminioslagandara.com

 www.aluminioslagandara.com

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

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



VÍCTOR BOUZA: “LO QUE ESTÁ CONSIGUIENDO EMEVÉ ES INCREÍBLE”

El jugador del CV Emevé volvió a brillar en un equipo plenamente consolidado en la élite nacional.

Víctor Bouza, jugador del CV Emevé, fue elegido como mejor jugador del año 2022 en los III Premios Galicia Sport. La calidad del lucense está fuera de toda duda y así lo ha reconocido un jurado que fue decisivo con sus votos. La entidad lucense se consolidó en la élite en los últimos años y Víctor es una de las grandes claves de un proyecto basado en la base y que no para de producir talento con el paso de los años.

- Víctor, para comenzar, recuérdale un poquito a los lectores de Galicia Sport tu trayectoria en el mundo del deporte, prácticamente siempre en Emevé, pero también con diferentes experiencias a lo largo de los años.

- “Sí, casi siempre en Emevé, aunque también he probado por algún otro equipo de la liga española fuera de Lugo y también en la República Checa”.

- ¿En casa mejor que en ningún otro sitio?

- “Está claro que cuando uno está en casa, siempre se siente más cómodo. Al final, jugar ante los tuyos siempre te da muchísima confianza, son muchos años jugando aquí en Lugo. Yo también tuve suerte cuando estuve fuera, pues

mis experiencias fueron todas bastante buenas, pero sí que es cierto que como en casa en ningún lado”.

- El CV Emevé con los años ha crecido mucho y se ha consolidado en la élite, lo que no es nada sencillo, pues al fin y al cabo son solo 12 equipos.

- “Si hablamos de presupuestos, lo que está consiguiendo el Emevé a lo largo de la historia es increíble. Básicamente porque los equipos de las primeras ligas tienen un presupuesto muchísimo más alto, entonces bueno, eso dice mucho de un club que si ha llegado hasta este punto es gracias al trabajo desde la base, lo que da aún más mérito a todo lo que consigue Emevé año tras año y además con las dos secciones, tanto la masculina como la femenina”.

Una cantera que funcionó en el pasado, sigue funcionando en la actualidad y el futuro es también muy esperanzador.

- “Sí, esta temporada no estoy tan conectado por motivos laborales, pero el Emevé siempre ha aportado mucha cantera y como ya dije anteriormente, para mí es la clave del gran funcionamiento de este club”.

Queixo Artesán

Desde 1947

SUSA

Eduardo Cotelo Gómez
Roberto Manuel Cotelo Fómez

LESTÓN - PAIOSACO ☎ 981 606 255 📞 630 415 132

CASA CAZOLEIRO

TURISMO RURAL

RUTAS A CABALLO
POR LA SIERRA DE MEIRA

Grañanova, 5 - MEIRA (Lugo)
T.: 982 330 331 / 606 133 151
www.casacazoleiro.com · info@casacazoleiro.com

FROITAS BELLAVISTA

Galerías Magariños - Local 5 (Al lado de la Plaza de Abastos)
32500 - O Carballiño (Ourense) ☎ 988 272 973

Calvo Sotelo, 11 - 32500 - O Carballiño (Ourense) ☎ 609 954 444

KIOSCO LOLITA

REVISTAS
FOTOCOPIAS
LOTERÍAS

Tel. 986 240 700
Avda. Atlántida 74. Alcabre - Vigo

LOTERÍAS Y APUESTAS DEL ESTADO

InPost
Todo lo que pide y más
PUNTO PACK



MEJOR JUGADOR

DEPORTISTA:	VÍCTOR BOUZA 06/10/1990 1,87 M LUGO
DEPORTE:	VOLEYBOL
CLUB ACTUAL:	CV EMEVÉ
DEMARCACIÓN:	RECEPTOR
TEMPORADA EN PRIMER EQUIPO:	9
NOMINADOS A MEJOR JUGADOR	- VÍCTOR BOUZA (CV EMEVÉ) - MARIO DOVALE (CV EMEVÉ) - GABRIEL DEL CARMEN (ROTOGAL) JURADO FORMADO POR FERNANDO LIZUAIN (PRESIDENTE CV BRUXAS) Y ASIER GARCÍA DE DIOS (ENTRENADOR NACIONAL), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN EL PORTAL WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.

todo lo posible”.

- **¿Cómo está el vestuario para afrontar estos últimos encuentros?**

- “El vestuario está muy bien. Ahora venimos de un partido muy complicado y encaramos el tramo final con mucha fuerza. Cuando jugamos en casa somos capaces de ganarle a cualquiera y estamos con muchas ganas de sacar puntos. Después, tenemos también la mirada puesta ya en la Copa del Rey, para la que estamos clasificados”. (La Copa se está jugando al cierre de esta edición de Galicia Sport).

- **Una Copa en la que los aficionados podemos soñar con vosotros, de eso no cabe duda ya a estas alturas.**

- “Es una competición muy bonita, se juega en cuatro días, siempre hay sorpresas, entonces tenemos mucha ilusión. Sabemos que es muy complicado, pues jugamos contra un equipo que nos supera en un porcentaje amplísimo en presupuesto, pero a un partido puede pasar cualquier cosa y vamos con muchas ganas a Soria”.

- **Otra cosa muy importante es que curso tras curso estáis engancho a toda una ciudad a un deporte como el voleibol, además en una ciudad que respira deporte por los cuatro costados, con un buen número de clubes en la élite.**

- “Sí, está claro que al final tener público en la pista siempre ayuda a sacar algunos partidos y al final eso es muy beneficioso para nosotros. Aún falta mucho para que se llene el pabellón, pero cuanto más gente haya mejor, así que esperamos que la gente siga apoyándonos y siga sumándose al mundo del voleibol”.

- **Ya para terminar, mejor jugador del año de 2022 en los III Premios Galicia Sport, imagino que siempre es un orgullo.**

- “Esta claro que estar nominado siempre gusta y yo desde aquí quiero dar las gracias a todos los que me apoyaron. Espero poder estar dando guerra muchos años más”.

- **Metiéndonos en la temporada 2022/2023, las cosas van muy bien, cuatro jornadas para el final, el equipo está salvado, podéis jugar play off e incluso terminar la fase regular como sextos clasificados.**

- “La parte media está muy apretada, no tuvimos suerte en los últimos partidos, contábamos con poder sacar algo más y no hemos podido puntuar y ahora nos queda algún partido complicado, pero que podemos sacar y llegar a una mejor clasificación de cara a los play off. No va ser fácil, pero vamos a hacer

PINTURA Y DECORACIÓN
DIEGO NOVOA
Pintura, decoraciones y pequeñas reformas.

☎ 685 280 758
📍 Avda. Castelao, 128 1º B - ARCADE - 36690 - Soutomaior (Pontevedra)


morgasan
carpintería

986 369 785
606 461 720

San Roque, s/n - Morgadán - 36389 Gondomar (Pontevedra)
info@morgasan.com www.morgasan.com

Mesón obo
Tapas

Comida y postres caseros en el mesón de toda la vida

☎ 981 927 237



🌐 www.mesonobo.es
✉ mesonobo@hotmail.com
📍 Menéndez Pelayo, 18 - A Coruña

Llevamos 40 años compartiendo con nuestros clientes los platos estrella de siempre, en una cocina rejuvenecida. Y también en versión tapas



CAROLINA CAMINO: "EL EMEVÉ YA ES COMO MI FAMILIA"

La jugadora de Quiroga es una de las mejores de España y con 20 años ya está en la Selección.

Carolina Camino es una de las mejores jugadoras de España, pese a su gran juventud, lo que habla claro del futuro tan esplendoroso que tiene por delante, no teniendo techo en su proyección. En la temporada 2022/2023 está siendo una de las chicas más importantes del Arenal Emevé y desde hace ya casi dos años sabe también lo que es la Selección Española en categoría absoluta.

- Carolina, cuéntenos un poquito, temporada 2022/2023, el equipo ya consiguió la permanencia y además de forma muy holgada y mostrando un buen juego, ¿satisfechas?

"La verdad es que creo que tenemos un buen equipo, fue una pena no haber aprovechado todo el potencial que tenemos cada una para haber clasificado para la Copa de la Reina, porque podíamos haberlo hecho perfectamente, pero bueno, tenemos que seguir luchando y el siguiente objetivo pasa por entrar en los play off, porque tenemos capacidad suficiente para poder estar en ellos y hacer un buen papel".

- Una Copa de la Reina que la temporada pasada os daba una gran alegría, pues llegasteis a la final y además en Lugo.

- "Sí, además para muchas de nosotras era la primera Copa y fue una experiencia maravillosa e inolvidable. Hicimos historia y tan solo faltó levantar el título".

- Llegabas a la Selección Española absoluta muy jovencita, ¿cómo viviste todo ese boom?

"El primer año que fui fue en 2021, ese verano fui a un preeuropeo y me sentí bastante cómoda, bastante bien. Los entrenamientos eran bastante duros, pero al ser de las pequeñas, pues a nosotras también nos llamaban más para ver como era la experiencia, aprender y así unos años para adelante poder contar con nosotras y jugar de titulares. La experiencia, disfrutar de todo y vivir el momento fue lo más importante, pues es la Selección y obviamente no siempre vamos a ir nosotras, es muy aleatorio, hay muy buenas jugadoras y depende

Aislamientos Barbanza
AISLAMIENTOS DE POLIURETANO, IMPERMEABILIZACIÓN CON POLIUREA

APLICACIÓN EN BARCOS, PISCINAS,
TERRAZAS, TEJADOS, CANALIZACIONES,
APARCAMIENTOS SUBTERRÁNEOS TRANSITABLES

☎ 690 631 621 ✉ pablo450rmz@gmail.com
📍 O Monte, 11 - BEALO - 15990 - Boiro (A Coruña)

📞 670 087 228

uxio
reformas e multiservicios

Ronda das Fontiñas, 304 - 27002 Lugo
www.uxioconstruccion.com uxio manu@gmail.com

CLUB CAPRICHOS

698 176 612

O CONDE, 41 - ÓRDENES (LA CORUÑA)



MEJOR JUGADORA

DEPORTISTA:	CAROLINA CAMINO FERNÁNDEZ 28/09/2003 QUIROGA
DEPORTE:	VOLEYBOL
CLUB ACTUAL:	ARENAL EMEVÉ
DEMARCACIÓN:	RECEPTORA
TRAYECTORIA:	- ED QUIROGA - RIBEIRA SACRA - CAEP SORIA - ARENAL EMEVÉ
NOMINADOS A MEJOR JUGADORA	- CAROLINA CAMINO (CV EMEVÉ) - JIMENA FERNÁNDEZ (CV EMEVÉ) - LUCÍA VARELA (IG NOVARA) JURADO FORMADO POR FERNANDO LIZUAIN (PRESIDENTE CV BRUXAS) Y ASIER GARCÍA DE DIOS (ENTRENADOR NACIONAL), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN EL PORTAL WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.

mucho del estado de forma y de cómo fuera la temporada en lo personal. Este pasado verano volví, nos clasificamos para el Europeo, que será el próximo verano, y en ese sentido estamos muy contentas todas”.

- Mirando a tu trayectoria, ahora estás en Emevé, pero también pasaste por el Ribeira Sacra, otro histórico del voleibol gallego, y previamente salías de las Escuelas Deportivas de Quiroga.

- “Empecé en Quiroga, también a través del cole, y luego ya me llamaron para ir al Ribeira Sacra para jugar a nivel gallego. Fue bastante bien, tampoco éramos las mejores, pero estábamos ahí siempre, terceras, cuartas, algún año fuimos primeras, otro segundas... Ahí me vieron y me llamaron para ir a la Selección Gallega y en los CESAS autonómicos ya estaba Pascual Saurí, que era el entrenador de la Selección Española permanente, que juega en Soria, nos vio a algunas, nos llamó para ir a Soria y allí estuve dos años concentrada en una residencia con todas mis compañeras, formándome y jugando en Superliga 2”.

La experiencia de la permanente de Soria, por lo que me cuentan otras chicas que también pudieron vivirla, es algo único y espectacular, ¿estás de acuerdo?

“Jugar Superliga-2 en la permanente, simplemente por preparación, pues no puedes ascender ni descender, sirve para prepararse para los UEFAS o preu-ropes de la categoría, pues es un lujo. A nosotras nos fueron bien algunos, no conseguimos medalla en ninguno de los que yo estuve, al último no pudimos ir por el COVID, pero estuvimos cerca de conseguir una medalla de bronce, nos quedamos a las puertas”.

¿Cómo ves tu el nivel del voleibol aquí en Galicia?

- “Yo creo que hay bastantes niñas gallegas que se están preparando para seguir ejemplos de gente que hemos llegado. Por ejemplo, en mi pueblo, en Quiroga, me tienen a mí como ejemplo y muchas niñas que están en el club de Quiroga y otras que están ya en el Ribeira Sacra, pues creo que pueden llegar bastante lejos, porque veo a algunas niñas que tienen muchísimo potencial y se pueden sacar unas grandes jugadoras de ahí. Y en general, bastante nivel también, tanto en Superliga como en juveniles. Yo creo que Galicia es de las comunidades que más nivel tiene, junto a Canarias y Cataluña”.

- Terminas contrato a final de temporada, ¿renovarás en Emevé una temporada más o se presentan nuevas aventuras en tu camino?

“Pues no te lo puedo decir todavía, porque la verdad es que aún no lo sé. Tengo la reunión con la directiva estos días, este año tengo representante y tenemos que hablar de todo esto, pues aún no lo hemos tratado. Yo estoy centrada en la competición, para pensar en todo eso hay tiempo. Emevé es un club muy acogedor, me siento como en una familia, es todo el mundo muy trabajador y estos tres años que llevo aquí me he sentido muy cómoda en todo momento. Yo estoy en periodo de formación y no tengo ni idea de lo que pasará, si sigo aquí será maravilloso y si tengo que salir, espero algún día volver ya completamente formada y seguir aportando a este club, que es mi familia”.

Un sueño por cumplir en el mundo del voleibol

- “Para mí algo increíble sería llegar a jugar en la máxima competición italiana”.

- Mejor jugadora del año 2022 en los III Premios Galicia Sport, imagino que siempre causa una sensación especial que se acuerden de una, tanto técnicos como aficionados.

- “Me siento muy orgullosa. A veces estos premios también van un poco en función a quién le cae mejor al publico, pero bueno, en general sé que hay mucha gente que me ha votado porque realmente piensa que lo merezco y eso siempre te da ánimos para seguir mejorando y evolucionando en este mundillo”.

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

Más de 30 años a su servicio

EXCAVACIONES Y CONSTRUCCIONES
CARABEL, s.l.
PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

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

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

benferreiro

ESTRUCTURAS METÁLICAS

benferreiro

METALURGICAS

INSTALACIONES EN POLÍGONO INDUSTRIAL AS GÁNDARAS

Distribuidor oficial Hörmann

HÖRMANN

Juan Jacobo Durán Lóriga, 7. Pol. Ind. As Gándaras - 27003 Lugo (al lado de Decathlon)
982 30 39 32 www.benferreiro.com bf@benferreiro.com

DESDE 1988



JOSÉ VALLE: “COMENCÉ A ENTRENAR CON TAN SOLO 19 AÑOS”

El entrenador del Arenal Emevé fue elegido como el mejor del año 2022 en los III Premios Galicia Sport.

José Valle es uno de los mejores entrenadores de España y el Arenal Emevé se beneficia de sus grandes conocimientos desde hace ya varias décadas. Es un técnico de la casa y hace ya casi tres lustros que dio el paso a la categoría senior. Triunfó a lo grande con una sección femenina a la que consolidó en Superliga, llegando a jugar la final de la pasada Copa de la Reina, y en el presente curso dio el paso al equipo masculino, con el que espera culminar también con éxito un proyecto que no hizo nada más que comenzar.

- José, este año pasabas del equipo femenino al masculino dentro de la estructura del CV Emevé, pero las cosas continuaron de maravilla en lo personal, imagino que contento por como están saliendo.

- “Fue una temporada de cambios, pero vamos cumpliendo los objetivos que nos habíamos marcado, entonces estoy francamente contento y con ilusión”.

- ¿Cómo fue transcurriendo tu vida en lo referente a los banquillos?

- “La verdad es que ya llovió, comencé muy pronto, con tan solo 19 años, ahí comencé a llevar equipos de categorías inferiores; infantiles, cadetes, etc. Poco a poco fueron llegando más equipos, más generaciones y hará cosa de unos 12 o 13 años me embarcaba en el proyecto del equipo femenino. Estábamos en Superliga 2 por entonces, el objetivo pasaba por seguir con el desarrollo de las jugadoras de cantera y apoyándonos en buenas generaciones que fueron saliendo fuimos capaces de ascender a Superliga. Descendimos al año siguiente, volvimos a ascender y tardamos un poco en estabilizarnos. Logramos hacerlo, las cosas están saliendo bien, el club creció mucho en los últimos años en lo que a estructura se refiere, se va buscando cada vez mas una estructura profesional, es cierto que aún queda mucho camino por recorrer, pero todo eso ayuda a que al final vayan saliendo también los resultados. Todo el mundo quiere ganar, pero también hay que ver el desarrollo de todas las generaciones que van lle-



**Pensión
Casa Manolo**

Mabegondo - Abegondo (A Coruña) Tfn : 981673006 / 666828941
restaurantecasamanolo@gmail.com



**Autocares
ALFERHER, S.L.**
Línea Navia de Suarna - Fonsagrada

SERVICIO DISCRECIONAL, TAXI Y TRANSPORTE DE MERCANCÍAS
982 34 00 55 - 659 98 70 86 - 619 24 68 01 (Taxi Navia)
C/ Párroco Alonso, 5 - 27100 FONSGRADA (Lugo)
alferhersl@gmail.com

SIF Servicios Integrales de Formación

TI IMAXÍNALO, NOS CREÁMOLO. TI NECESÍTALO, NOS DAMOSCHO

Formación, Conciliación, Igualdade, Intervención socioeducativa, envejecimiento activo...

677 555 748
info@sifservicios.com
www.sifservicios.com

Servicios Integrales de Formación
@SIFSERVICIOS



FARO
SERVICIOS INMOBILIARIOS
DESDE 1997

981 762 009
655 953 324

VENTA, ALQUILER Y TODOS LOS SERVICIOS RELACIONADOS
CON LA INMOBILIARIA, EN LA RÍA DE MUROS - NOIA
Porta Da Vila, Nº 2, Bajo (Praza do Concello) - Muros



MEJOR ENTRENADOR	
DEPORTISTA:	JOSÉ VALLE PICO ENTRENADOR NATURAL DE LUGO
DEPORTE:	VOLEYBOL
CLUB ACTUAL:	CV EMEVÉ
TRAYECTORIA:	SIEMPRE EN EL CLUB VOLEIBOL EMEVÉ, PASANDO POR CATEGORÍAS INFERIORES, EQUIPO FEMENINO Y EQUIPO MASCULINO DE LA ENTIDAD DIRIGIDA POR BIBI BOUZA.
NOMINADOS A MEJOR JUGADORA	- JOSÉ VALLE (CV EMEVÉ) - DIEGO TABOADA (INTASA) - JORGE BARRERO (ZALAETA) JURADO FORMADO POR FERNANDO LIZUAIN (PRESIDENTE CV BRUXAS) Y ASIER GARCÍA DE DIOS (ENTRENADOR NACIONAL), SIENDO LA TERCERA PUNTUACIÓN EN DISCORDIA LA SACADA DE LOS VOTOS DE LOS LECTORES EN EL PORTAL WEB OFICIAL DE GALICIA SPORT.

gando, de todos los equipos que hay en el club, que en este momento hay muchísimos y la verdad es que creo que vamos por el buen camino”.

- **Metiéndonos en la temporada actual, el equipo está completamente salvado sin ningún tipo de problemas y por qué no soñar con el play off.**

- “Sí, la verdad es que fue una grata sorpresa el estar salvados tan pronto, pues ya hace bastantes semanas que lo estamos de manera matemática y ahora estamos intentando entrar en el play off y en caso de entrar, queremos hacerlo lo más arriba posible. Está siendo un final de temporada duro, nos estamos enfrentando a todos esos equipos que marchan por delante de

nosotros y lo cierto es que los que están por detrás, en este caso Unicaja y Manacor, también vienen empujando muy fuerte, son equipos con plantillas grandes y mucho más presupuesto que nosotros, pero nosotros lo vamos a intentar hasta el último momento y si podemos ser séptimos mejor que octavos, sextos mejor que séptimos... Cuanto más arriba mejor”.

¿Cómo es la Superliga 2022/2023?

“En la liga hay un primer escalón en el que solo está Guaguas, que se mostró intratable en la competición, por encima del resto, apenas cedió unos cuantos sets, de hecho, el único equipo que fue capaz de sacar un set en su casa fuimos nosotros. Después viene

Soria, que está desarrollando un muy buen voleibol, un poquito por detrás de Guaguas quizás, pero no muy lejos. En un tercer escalón están una serie de equipos como Teruel, Melilla o Valencia, que dentro de una igualdad se mostraron un poco más fuertes que el siguiente grupo de equipos, que sería el formado por Barça, nosotros o Unicaja. A Unicaja sorprende verlo ahí, tiene una plantilla excepcional, son los actuales campeones de liga, pero tuvieron un inicio dubitativo y ahora van consiguiendo resultados, sobre todo contra los equipos de la zona media, que a priori somos más débiles que ellos, y ahora la duda es si va a ser capaz de llegar más arriba, de si es capaz de hacer un juego más consistente. También Manacor y Palma son equipos llamados a estar más arriba, pero bueno, tuvieron problemas, incluso alguno de ellos económicos, que luego solucionaron y fueron fichando jugadores hasta que se cerró el mercado de invierno. Después, por último están Textil y Boiro. Boiro tuvo el hándicap de que había hecho unos fichajes y finalmente por problemas burocráticos no le llegaron y Textil tenía una plantilla que a priori podía competir perfectamente, pero no le salieron las cosas, lo intentó con algunos cambios, cambió de entrenador, cambió algunos jugadores, ahora parece que está jugando mejor, pero no está consiguiendo tampoco resultados. Diría que es una liga bastante igualada a nivel global si miramos a los diez primeros clasificados”.

- José, masculino o femenino, ¿qué categoría te gusta más para entrenar?

- “Simplemente voleibol. Me gusta el voleibol, es un poco indiferente. Yo creo que todos los entrenadores tenemos una idea de cómo nos gustaría jugar y bueno, es lo que tratas de desarrollar, sin cuestión de género. Yo siempre intenté desarrollar la misma idea de voleibol, tanto en los equipos masculinos como en los femeninos”.

- Un sueño por cumplir

- “Estuvimos el año pasado muy cerca de conseguir un título absoluto, esa Copa de la Reina y bueno, por qué no, estaría bien conseguir un título a nivel absoluto. Sabemos que es muy complicado, cuando empecé en esto del voleibol, mi mayor sueño era el de ganar un Campeonato de España a nivel juvenil o a nivel junior. Es el fin del trayecto de categorías inferiores. A mí siempre me gustó el coger una generación en infantiles e ir con ella hasta juveniles y digamos que eso sería lo que plasma o lo que cierra el fin de ese camino. Si consigues un campeonato juvenil o junior, sería como el último eslabón antes de pasar a la categoría senior, en la que ya todos compiten en igualdad de condiciones, da igual si tienes 21 años o si tienes 31. Quizás ese campeonato juvenil o junior es el que siempre me despertó más ansia. Estuvimos muy cerca en el año 2009, fuimos subcampeones masculinos en juveniles y es como esa pequeña espina clavada”.



Juan Guerra

Pulpería tradicional en Galicia

T.: 981 503 054
639 818 025

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



Estamos no mercadillo de Pontevedra sábados alternos, no Milladoiro o venres e na Estrada e Santiago os mércores • www.pulperiajuerra.com



Maderas Javier Moreira

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

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



40 años
navegando
en la misma
dirección

XI
40 Años
de Servicio

Alfredo Brañas 33
Santiago de Compostela

Cocina Abierta
todo el día!!

- 10%
Si lo vienes
a buscar
de regalo



**Envíos a
domicilio**

Pedido mínimo 8€

Descubre nuestro menú

www.GaleonSantiago.com



**Pedidos, Envío
& Reservas**

981 072 674

981 599 017

• Cervecería • Raciones • Platos Combinados
• Hamburguesas • Bocadillos



Próxima construcción de estudios e viviendas de 2 e 3 dormitorios

CONTACTO

**DESDE
123.000,00 €**



www.resfincarosalia.com

640 850 773
fincarosalia@xestadagaliza.gal

**A 200 metros de NAVIA!!
Rúa Cañiza, 30**

cooperativízate
Xesta
XESTIÓN DE COOPERATIVAS

Vivendas en Cooperativa!



**Aquí encontrarás
la MEJOR OCASIÓN
de tu vida. ¡Escanéala!**



Nissan Qashqai



dCi 81 kW (110 CV) TEKNA+
Diésel / Manual
60.412 Km / 2017

22.400€

32 UD. en stock >>



ESCANÉAME

Peugeot 308



5P Puretech 110 S&S MAN Active Pack
Gasolina / Manual
41.962 Km / 2021

18.700€

27 UD. en stock >>



ESCANÉAME

Nissan Juke



1.5 dCi 110cv 6M/T N-Connecta
Diésel / Manual
79.443 Km / 2018

15.400€

11 UD. en stock >>



ESCANÉAME

Peugeot 208



1.2 Puretech 100cv S&S BVM6 Active Pack
Gasolina / Manual
42.300 Km / 2021

21.500€

21 UD. en stock >>



ESCANÉAME

Peugeot 208



1.2 PureTech 100cv Active Pack
Gasolina / Manual
39.631 Km / 2021

17.900€

15 UD. en stock >>



ESCANÉAME

Nissan Micra



IG-T 66 kW (90 CV) S&S N-Connecta
Gasolina / Manual
90.864 Km / 2018

13.700€

13 UD. en stock >>



ESCANÉAME

Peugeot 3008



Allure BlueHdi 96kW (130CV) S&S EAT8
Diésel / Automático
145.876 Km / 2019

23.900€

25 UD. en stock >>



ESCANÉAME

Fiat Ducato



30 Medio 2.0 Multijet 85kW (115CV)
Diésel / Manual
61.089 Km / 2019

24.900€

21 UD. en stock >>



ESCANÉAME

¡y mucho más!

HÍBRIDOS y ELÉCTRICOS

ESCANÉAME

Hasta 12.000€

ESCANÉAME

Entre 12.000€ y 22.000€

ESCANÉAME

De más de 22.000€

ESCANÉAME