

GALICIA SPORT

EDICIÓN

TIME

EL PERIÓDICO DEL PARTIDO

LA PUBLICACIÓN DEL DEPORTE GALLEGO

GALICIA SPORT N.º 53 · El periódico del partido Julio 2024



¡IA POR TODAS!



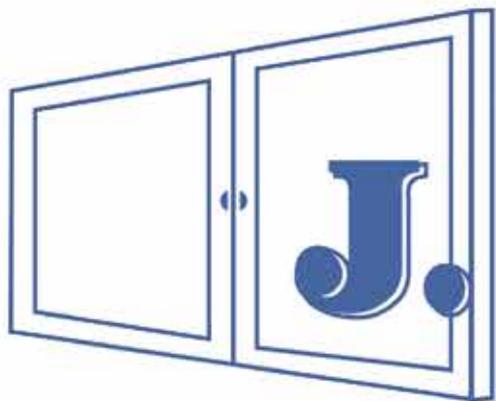
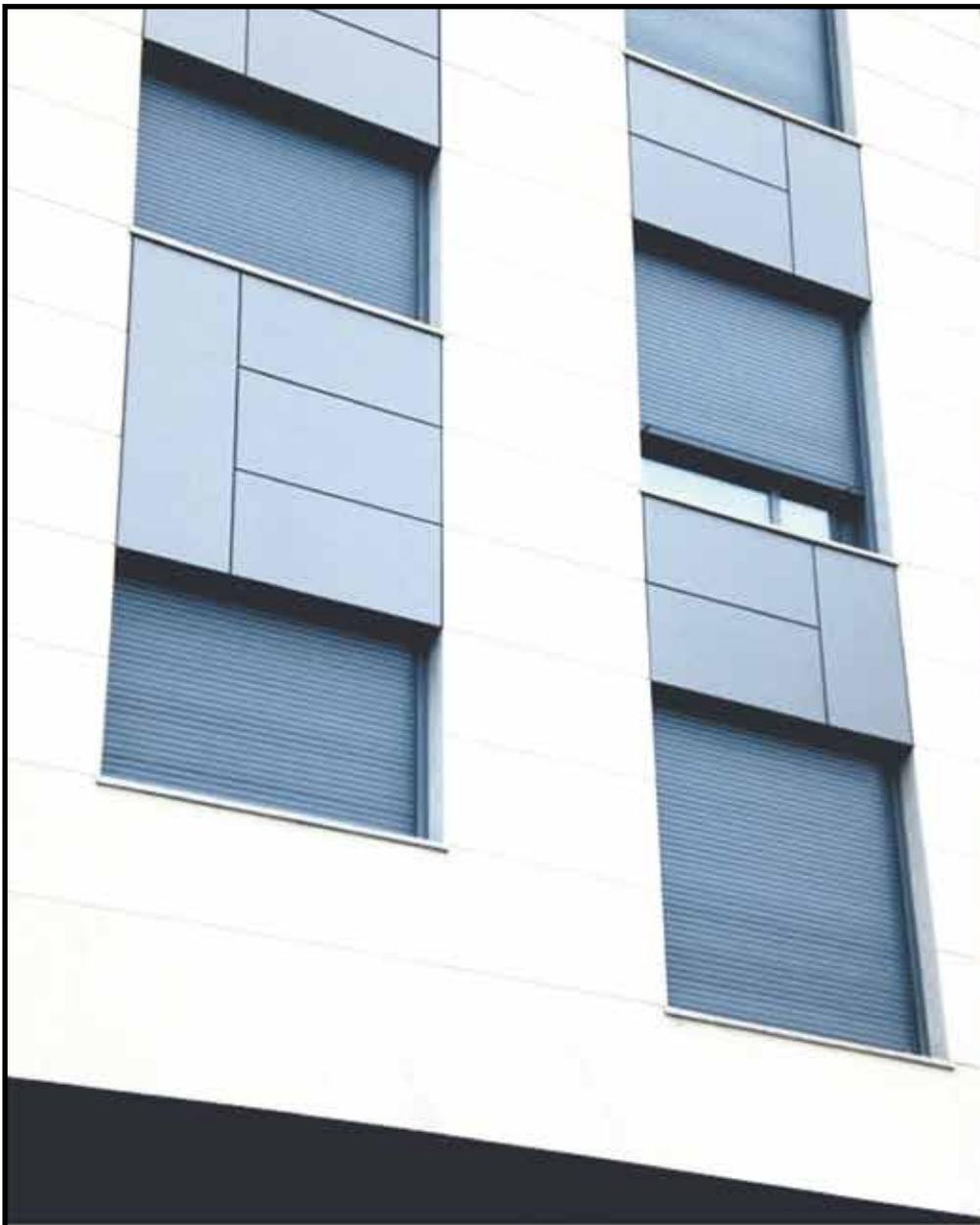
Vehículos nuevos, seminuevos y de ocasión.

Más de 150 vehículos en stock
 Financiación a su medida · Vehículos desde 1000 €
 Compramos su coche - Máxima tasación
 Garantía hasta 24 meses

Ctra. Nacional VI - Km 582 - Lugar de Coiro, 23 - 15168 Soeiro - SADA
 T: 639 724 051. E-mail: jcastro@autosdonaire.es

www.autosdonaire.es





REY ALUMINIOS

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

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

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

EDITA

JL PUBLICACIONES S.L.

E-MAIL: INFO@JLPUBLICACIONES.COM

WEB: WWW.JLPUBLICACIONES.COM



DIRECCIÓN

JOSÉ LUIS FERNÁNDEZ

REDACCIÓN

ÁLVARO ALDREY

MAQUETACIÓN Y DISEÑO

ANDREE MONTESINOS

PUBLICIDAD

MERY TENREIRO

CRISTINA OTERO

LORENA ARIAS

SALVADOR GONZALEZ

ADMINISTRACIÓN

EVELIN RUBERTE

COLABORADORES

PILY PARDO

DONATO GAMA

RAÚL INFANTE

JORGE URIACH

FERNANDO BLANCO

JORDI URIACH

FOTOGRAFÍA

CESIÓN CLUBES

DEPÓSITO LEGAL: C-1555-2018



[CONTENIDO]

JUEGOS OLIMPICOS PARIS 2024	10
ATLETISMO	14
PIRAGÜISMO	22
TRIATLÓN	31
VELA	32
REMO	34
BALONMANO	36
FÚTBOL	38
SKATE PARK	39
BALONCESTO	40
TENIS- WIMBLEDON	42
REMO- TRAINERAS	46
GIMNASIA RÍTMICA- CDXR COMPOSTELA	48
MOTOR- KARTING	50
MOTOR	52

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 SEGURO



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



3DEZA8

A túa marca Galega
de equipacións
deportivas.



A túa marca Galega de equipacións deportivas.
Deseño, impresión, corte e confección en Galicia.

Dar forma y color a tus ideas nunca fue tan fácil!

EQUIPACIONES DEPORTIVAS A MEDIDA

CHANDAL - CAMISETAS - SHORTS - SUDADERAS

PACKS A MEDIDA (EQUIPACIÓN, CHANDAL, SUDADERA, SET DE ENTRENO, MOCHILA...)

MERCHANDISING (TAZAS, TOALLAS, MACUTOS...)

BANDERAS -VALLAS PUBLICITARIAS- STANS

MESA DE CORTE

PLOTTERS SUBLIMACIÓN

PACKAGING - EXPOSITORES - CARTONAJE

TRESDEZA OITO

3deza8.com T_615 098 094 info@3deza8.com



- 🏠 Obra nueva
- 🏠 Restauración
- 🏠 Reformas en general
- 🏠 Rehabilitación de viviendas
- 🏠 Fachadas
- 🏠 Cubiertas
- 🏠 Locales comerciales
- 🏠 Impermeabilizaciones

ENTREGAMOS LA OBRA TOTALMENTE FINALIZADA



📞 620 941 157 ✉️ jlgtobras@gmail.com

📍 Cesteiros, 9, 3°C – 36960 – Sanxenxo (Pontevedra)



PARIS 2024

OLYMPIC GAMES



C.A.G
ventanas



TODO TIPO DE TRABAJOS EN CARPINTERÍA DE ALUMINIO Y PVC

CAG VENTANAS .



VISITA NUESTRA

EXPOSICIÓN EN NEGREIRA



VENTANAS PRACTICABLES



VENTANAS CORREDERAS



FORMAS ESPECIALES



PUERTAS



PERSIANAS Y
CONTRAVENTANAS



COLORES Y ACABADOS



· LA BARBERÍA DE ·

RIQUI



Peluquería de hombre y
barbería ubicada en Vigo.
Servicios: cortes de pelo clásicos
y modernos, degradados,
afeitado, recorte de barba...
Atención de martes a sábado.



 @labarberiadერიყი

 886 31 47 44

 labarberiadერიყი@gmail.com

 Ctra. Valladares, 237 - 36315 - Vigo



XXXIII EDICIÓN JUEGOS OLÍMPICOS: PARÍS 2024

La ciudad francesa será la capital mundial del deporte desde el día 26 de julio hasta el 11 de agosto. Allí estarán hasta veintitrés deportistas gallegos defendiendo a España, muchos de ellos con la intención de llevarse una medalla.

La XXIII edición de los Juegos Olímpicos tendrá a la ciudad de París como protagonista mundial desde el día 26 de julio hasta el 11 de agosto. Como es ya habitual desde hace varias décadas, la armada gallega contará con un buen número de deportistas en competición representando a España, veintitrés en esta ocasión, además de otros nueve que tienen vínculo con Galicia, bien por estar afincados en nuestra tierra o por competir con licencia de la Federación Gallega de manera habitual. Hablamos de Diego Domínguez (piragüismo), Sara Ouzande (piragüismo), David García (judo), Fran Garrigós (judo), Laura Martínez (judo), Nikoloz Sherazadhisvili (judo), María de Valdés (natación), Yulennis Aguilar (atletismo) y Enmanuel Reyes (boxeo). Por otra parte, el vigués Pedro García estará en la cita representando a la Selección de balonmano de Hungría.

En la capital francesa se espera un buen botín para los deportistas y las de-

portistas de nuestra comunidad, habiendo opciones claras en deportes como el piragüismo, la vela, el atletismo o el mundo del fútbol, tan solo por poner algunos ejemplos, pues ahí están estrellas mundiales como Antía Jácome, Carlos Arévalo, Rodrigo Germade, Tere Portela, Tamara Echegoyen, Ana Peleteiro o Teresa Abelleira.

GALICIA PROTAGONISTA DESDE EL COMIENZO

Desde la ceremonia inaugural de la Olimpiada será protagonista nuestra tierra, pues Tamara Echegoyen fue elegida abanderada de la expedición española, junto a Marcus Cooper, lo que habla claro también sobre el palmarés de la nuestra a lo largo de su carrera. Fue oro en Londres 2012 y desde entonces no se bajó de una cita olímpica, quedándose en la última edición, celebrada en Tokio, a las puertas de la medalla, en cuarta posición. En París quiere dar



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





un nuevo golpe de efecto y levantarnos a todos del sofá para vibrar con ella una vez más. Es una de las más grandes y aquí tiene un premio inolvidable.

ANA PELETEIRO ES LA GRAN ESTRELLA MEDIÁTICA

Es una de las deportistas españolas con más carisma y además llega a París con la clara intención de pasar a la historia. No quiere una medalla, sino que quiere la de oro, ese es su ambicioso objetivo en la capital gala. Hablamos de Ana Peleteiro, la gran estrella gallega, la que lleva la batuta a nivel mediático, a la que quisieron enterrar simplemente por haber decidido ser madre. Muchos pensaron que habían logrado el absurdo objetivo, pero esto no se trata de escribir en un periódico, sino de saltar. Y ahí Ana los humilló, ya no solo plantándose en París, sino haciéndolo a lo grande, con el segundo mejor triple salto de su carrera en el Emirates Arena de Glasgow (14,75), lo que le sirvió para llevarse una medalla de bronce, la sexta para ella en una gran cita. En zona mixta no se cortó y dejó diferentes perlas que ya son historia: “Ya podéis titular todos: la Peleteiro está de vuelta” o “Lo vengo diciendo desde hace tiempo, lo que pasa es que como siempre no me hacéis ni caso”.

LOS JUEGOS DE ANTÍA JÁCOME

Una de las principales bazas para la medalla gallega es Antía Jácome. La pontevedresa se convirtió en estrella en este ciclo olímpico, ganándolo todo a nivel mundial y europeo. Aspira a una doble presea y su estado de forma invita al optimismo. En Tokio sorprendió con un quinto, siendo allí donde comenzó el despegue de una deportista llamada a pasar a la historia de España.

LOS DEPORTISTAS GALLEGOS EN PARÍS 2024

Ana Peleteiro	Pablo Crespo
Adrián Ben	Antonio Serrat
Tariku Novales	Cactano Horta
Ester Navarrete	Rodrigo Conde
Belén Toimil	Tamara Echegoyen
Antía Chamosa	Alicia Fernández
Tere Portela	Rodrigo Corrales
Carolina García	Paula Ginzo
Carlos Arévalo	María Araujo
Rodrigo Germade	Teresa Abelleira
Antía Jácome	Julia Benedetti
Manu Ochoa	Pedro García *(Hungría)

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.

Apoiando al Puenteceso S.D
desde hace máis de 10 anos.

SIF

Servicios Integrales de Formación

TI IMAXÍNALO, NÓS CREÁMOLO. TI NECESÍTALO, NOS DÁMOSCHO

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

 Servicios Integrales de Formación

 @SIFSERVICIOS

 677 555 748

 info@sifservicios.com

 www.sifservicios.com

DIVÍRTETE E APRENDE

ÓRBITA INFANTIL ESPERÁMOSTE!

Espazo pensado para fomentar a
IMAXINACIÓN, a CREATIVIDADE e a APRENDIZAXE.

**TEMPO PARA XOGAR
TEMPO PARA ESTUDAR**

* Podes ler ~ Podes aprender
Podes xogar ~ Podes divertirte
Podes estudar

Nenas e nenos de 3 a 12 anos.
Todos os días de 16 a 20 horas.
En vacacións de 7.30 a 20 horas

Órbita Infantil
Pra de Chavián, 5 baixo
15220 Bertamiráns - AMES

 Órbita Infantil

Tlf.: 605 822 304 - 677 555 748
www.orbitainfantil.com
info@orbitainfantil.com

MOITO MÁIS DO QUE IMAXINAS

Xogos populares Karaoke

Baile MANUALIDADES

PSICOMOTRICIDADE COCIÑA

Festas infantís **DEBUXO**

GLOBOFLEXIA música e
movemento

Talleres
CONPA CONPOS

Seguimento das tarefas escolares **E MOITO MÁIS...**



SERVIZOS

Cumpleanos personalizados.
Canguros a domicilio.
Apoio escolar
Festas temáticas.
Animación para cumpleanos, vodas,
comunións.
Servizo de MONITORES/AS para
acompañamentos, cuidados, organizacións...

PROFESIONAIS

Órbita Infantil traballa sempre
tendo presente o xogo educativo e a
diversión de todos os rapaces e
rapazas. Por iso contamos cos
mellores profesionais, os máis
entusiastas e mellor formados.



www.pizzamino.es

981 783 280



Servicio a domicilio

Un lugar para disfrutar de las mejores Pizzas de masa fresca de Miño

Además de Pizzas artesanas, podrás encontrar:

Entrantes caseros · Ensaladas · Hamburguesas · Perritos · Sandwiches
Bocadillos · Pastas · Panes de ajo · Tronkomóvil · Diferentes carnes · Postres

¡Pidete media pizza de una especialidad y otra media de otra!



Carreira, N°42

15630 Miño, A Coruña





LA MEDALLA DE ORO ES LA GRAN ILUSIÓN DE ANA

La baja de Yulimar Rojas pone a la ribeirense como una de las grandes candidatas en el triple salto.

Ana Peleteiro llegará a París como la gran figura de la expedición gallega y con la clara intención de agrandar su ya de por sí extraordinario palmarés. Su ambición no tiene límites y además es una deportista a la que le gusta meterse presión. Una medalla sería para todos algo mágico, pero a la de Ribeira se le metió en la cabeza ganar la de oro, no le vale otro metal en tierras francesas. Ana considera a Yulimar Rojas la más grande e imbatible, nunca lo escondió, pero desde que la venezolana cayó lesionada, las puertas de lo alto del cajón se abrieron de par en par. Es una de las favoritas y su momento de forma invita claramente al optimismo. Fue madre hace poco más de año y medio, pero su coraje, valentía, sacrificio y pundonor la hicieron regresar a la cima. Pocos creían en ella, pero poco a poco fue dejando sin palabras a sus detractores. “Me retiraron hace 14 meses, incluso más, pero he vuelto”, reivindicó en el mes de marzo en la zona mixta del Emirates Arena de Glasgow, tras ganar el bronce en el Mundial, después de realizar el segundo mejor triple salto de su carrera. Era su sexta medalla internacional, pero la primera de una nueva era que apunta a ser incluso más brillante que la anterior.

Nombre:	Ana Peleteiro-Compaoré Brión
Fecha de nacimiento:	2 de diciembre de 1995
Lugar de nacimiento:	Ribeira (A Coruña)
Deporte:	Atletismo
Prueba:	Triple salto
Inicio de competición:	2 de agosto
Objetivo principal en París:	Ganar la medalla de oro.

LAUREANO SALGADO 7 36300
BAIONA
TLF 986356796



C A F E T E R Í A

Además de un buen café, os ofrecemos una carta vanada de bocadillos, hamburguesas - pizzas - sándwiches platos combinados y mucho más...



Laureano Salgado, 7 - BAIONA



ADRIÁN BEN NO RENUNCIA A UNA NUEVA CAMPANADA

El de Viveiro se clasificó para su segunda Olimpiada, tras haber estado ya en la cita de Tokio en el año 2021.

La segunda presencia en unos Juegos Olímpicos para Adrián Ben estuvo en el aire, o al menos eso vendían algunos medios nacionales tras el último Campeonato de España, en el que el de Viveiro fue tercero. El absurdo no se sostenía, pues hablamos del resultado de un día en concreto, y si algo está muy claro es que Ben es el primer español en el ranking y el que cuenta con la mejor marca. La Federación Española no cayó en tentaciones absurdas y Ben estará en París representando a nuestro país. Como casi siempre no partirá como favorito, pero si alguien sabe competir en las grandes citas, ese es él. Colarse en la gran final será el primer gran reto, para una vez dentro poder soñar. Tácticamente es casi insuperable, con lo que a la mínima que se despisten los gallos, a buen seguro que volverá a darles un gran susto, como ya fue capaz de hacer en tantas ocasiones en las grandes citas. Fue quinto en Tokio, en otra actuación de las estelares de su carrera, lo que habla a la vez muy claro de hasta dónde puede llegar en París si la fortuna está de su lado.

Nombre:	Adrian Ben Montenegro
Fecha de nacimiento:	4 de agosto de 1998
Lugar de nacimiento:	Viveiro (Lugo)
Deporte:	Atletismo
Prueba:	800 metros
Inicio de competición:	7 de agosto
Objetivo principal en París:	Llegar a la gran final.

Residencia Fonte do Santo
Residencia de personas mayores

cuestión de cariño



Lugar de Fonte Xoan, Carretera de Espenuca s/n 15316 - COIRÓS (A Coruña)

Tel: 981 776 261 · Fax: 981 776 207

residencia@fontedosanto.com

www.fontedosanto.com



TARIKU PASA POR EL MEJOR MOMENTO DE SU CARRERA

El atleta noiés se coló en los Juegos Olímpicos y ahora quiere ser uno de los protagonistas yendo de tapado.

Tariku Novales es una de las grandes promesas nacionales en la disciplina de maratón. Tiró la puerta abajo de la Selección en menos de dos años, los que lleva compitiendo en esta modalidad del atletismo, consiguiendo la mejor marca nacional el pasado mes de diciembre en Valencia. En París irá a batir su propia marca personal y a partir de ahí a ver dónde lo sitúa la carrera. Las dificultades técnicas del circuito serán elevadas, algo que favorece a un atleta de sus condiciones. Soñar con una medalla son palabras mayores, pero visto lo que logró progresar en poco tiempo, que a nadie le extrañe que en París dé un nuevo golpe y alcance un paso más en su trayectoria profesional. Está capacitado para ir a más en los siguientes años, tiene edad para ello, por lo que su techo parece lejos, lo que habla claro de hasta dónde puede llegar en un futuro. Tariku pasó en 2023 por la pérdida de una persona querida, como el fisioterapeuta de la Federación, Ángel Basas, quien perdió la vida en accidente, y a quién le quiere dedicar una gran actuación en tierras galas.

Nombre:	Tariku Novales Quinteiro
Fecha de nacimiento:	8 de marzo de 1998
Natural de:	Noia (A Coruña)
Deporte:	Atletismo
Prueba:	Maratón
Día de competición:	10 de agosto
Objetivo principal en París:	Competir y dar guerra.



📞 Tlfs.: 982 231 874
610 558 035

✉️ pizarrascastedo@hotmail.com

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



¡Pidanos Presupuesto sin compromiso!

www.pizarrascastedo.com

- 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





LA OBRA MAESTRA DE **ESTER** AÑADIRÁ OTRO CAPÍTULO EN PARÍS

El paso adelante de la olívica fue sensacional en las últimas temporadas y estar en Francia es un gran premio.

Ester Navarrete llegó a la clasificación para una Olimpiada, un éxito rotundo, más aún cuando hasta hace bien poco compaginaba el atletismo con sus obligaciones, primero sus estudios universitarios en la Universidad de Santiago de Compostela, donde se graduó en Enfermería, para posteriormente comenzar con su vida laboral. En 2021 fue madre y dos meses después del parto ya estaba entrenando de nuevo. Sus resultados fueron cada vez mejores, logrando regresar a Campeonatos de España. Se centró en los 10.000 e hizo séptima en la Copa de Europa el pasado año 2023. Tras su gran éxito le recomendaron probar en el medio maratón. Acierto máximo, pues fue a Valencia y no solo brilló, sino que se apuntó el récord de Galicia, en posesión de Julia Vaquero desde 1998. Su siguiente meta ya pasaba por algo grande como los Juegos. Pidió una excedencia laboral y se lanzó a por todas. Necesitaba la mínima olímpica y su primer gran maratón llegó en Sevilla. Allí acabó duodécima y Campeona de España, siendo el mejor debut de una española en la modalidad, consiguiendo de paso el billete para París.

Nombre:	Ester Navarrete Santana
Fecha de nacimiento:	16 de marzo de 1990
Lugar de nacimiento:	Vigo (Pontevedra)
Deporte:	Atletismo
Prueba:	Maratón
Inicio de competición:	11 de agosto
Objetivo en París:	Estar entre las mejores europeas.

MenuL@n[®]

SOFTWARE PARA HOSTELERÍA

L@ndín[®]
SOFTWARE



ESTA LANZADORA QUIERE DAR QUE HABLAR EN TIERRAS GALAS

Belén Toimil competirá sin presión, lo que hace a la mugardesa todavía más peligrosa de cara a la sorpresa.

Belén Toimil afronta la segunda Olimpiada de su carrera deportiva en un momento de forma muy alto. En España no tiene rival y se apuntó un nuevo nacional, para ganarse un sitio en París con actuaciones destacadas también a nivel internacional, destacando un quinto puesto en el último Campeonato de Europa de la modalidad.

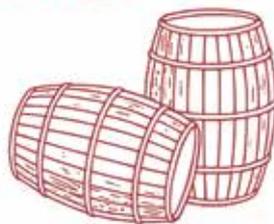
La mugardesa no tiene el objetivo marcado de llegar a las medallas en esta próxima cita en tierras parísinas, pues hablaríamos de algo irreal por el momento, pero pasar la cualificación sería un gran éxito, siendo lo que venga a mayores de matrícula de honor. En su anterior participación en los Juegos Olímpicos era una debutante y en plena pandemia no pudo dar su mejor versión. Acusó la inexperiencia y los nervios, quedándose fuera de la gran final. En esta ocasión todo apunta a que la historia será muy diferente, además de que su propio estado de forma parece estar dos tonos por encima que por entonces.

Nombre:	María Belén Toimil Fernández
Fecha de nacimiento:	5 de mayo de 1994
Lugar de nacimiento:	Mugardos (A Coruña)
Deporte:	Atletismo
Prueba:	Lanzamiento de peso
Inicio de competición:	8 de agosto
Objetivo principal en París:	Pasar la cualificación.

LAS NUEVAS BODEGAS



Desde 1942



Ctra. de Castilla, 170
Tel.: 981 310 024
FERROL

Chiringuito DO BELELLE

CAFÉ-BAR
RESTAURANTE

COMIDAS POR ENCARGO
MANÚ DEL DÍA
TAPAS JUGOSAS

683 320 206

A Vrea, nº8 - 15509 Sillobre. Fene (A Coruña)



SE COLÓ EN LA CITA OLÍMPICA SOBRE LA BOCINA Y BRILLANDO

Antía sueña con ganar el oro con el equipo nacional en la prueba del relevo mixto cada 10.000 metros.

La Selección Española de marcha cuenta con uno de los niveles más altos de su historia, teniendo muchas opciones de cosechar diferentes metales en los Juegos Olímpicos de París, tanto en categoría masculina, como en la femenina, como en la mixta. María Pérez y Álvaro Martín son claros candidatos al oro, pero en lo referente a la participación gallega, el gran momento llegará el 7 de agosto con la puesta en marcha de la prueba de relevo mixto cada 10 kilómetros. En la convocatoria está la pontevedresa Antía Chamosa. España tiene derecho a presentar dos parejas a la competición, veremos si Antía se cuela como titular. La composición de los duetos se decidirá tras la disputa de la prueba de los 20 kilómetros. Son seleccionables los seis deportistas que participarán en los 20 kilómetros, es decir, Álvaro Martín, Paul McGrath, Diego García Carrera, María Pérez, Laura García-Caro y Cristina Montesinos, además de los atletas extra que apuntó la Federación, en este caso, Antía Chamosa, Raquel González, Alberto Amezcua y Miguel López.

Nombre:	Antía Chamosa Dacasa
Fecha de nacimiento:	7 de octubre de 1999
Lugar de nacimiento:	Pontevedra
Deporte:	Atletismo (Marcha atlética)
Prueba:	Relevo mixto cada 10.000 m
Inicio de competición:	7 de agosto
Objetivo principal en París:	Ganar el oro con el equipo.



📍 Camiño do Fútbol, 10 - VALLADARES (Vigo)

Realizamos variedad de eventos, bodas, comidas de empresa, convenciones, recepciones oficiales, etc. Disponemos de hinchables para los más pequeños.

📞 986 468 610





SERVICIOS Y LIMPIEZAS INDUSTRIALES
TRANSPORTISTA PROFESIONAL DE RESIDUOS
GESTIÓN DE RESIDUOS

 **659 299 276 · 627 276 124**

administracion@portodepaula.com

limpiezaportodepaulacoruna.es

C/ Portomazás, 4 · 15317 ARANGA (A Coruña)



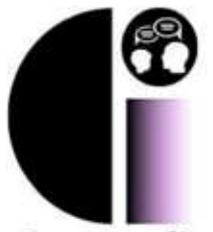
Centro de Salud Dental
y Bienestar Integral



Odontología



Podología



Logopedia



CLÍNICA
GAUDIA



Depilación Láser



Osteopatía y
Quiromasaje

Pide cita

 881 305 933

 622 217 699



Psicología Infantil
y adultos

Calle A Piroga 56.
Vimianzo - A coruña



TERE BATIRÁ TODOS LOS REGISTROS DE UNA DEPORTISTA NACIONAL

La de Cangas do Morrazo estará en su séptima olimpiada, esta vez participando con el K4 sobre 500 metros.

Teresa Portela volverá a competir en una cita olímpica por séptima vez, lo que la convertirá en la deportista española de toda la historia con más presencias en unos Juegos. Brilló a lo grande en Tokio, apuntándose la medalla de plata en la prueba del K1 200, y ahora en París quiere poner el colofón en la prueba reina del piragüismo, la del K4 500. Junto a ella estará un trío de lujo formado por Sara Ouzande, Estefanía Fernández y Carolina García. España no parte entre las favoritas, pero eso no quiere decir que no tenga opciones de dar una gran campanada.

Volviendo a Tere, estamos hablando de la friolera de siete Olimpiadas. Debutó en Sídney 2000 y desde entonces no se perdió ninguna cita. Atenas, Pekín, Londres, Río, Tokio y en unos días París, en donde competirá dentro de una segunda juventud que la mantiene al máximo nivel con 42 primaveras y tras cumplir incluso el sueño de ser mamá. Es una mujer coraje, una fuerza de la naturaleza que a base de trabajo nos da ejemplo a toda la sociedad.

Nombre:	María Teresa Portela Rivas
Fecha de nacimiento:	5 de mayo de 1982
Lugar de nacimiento:	Cangas (Pontevedra)
Deporte:	Piragüismo
Prueba:	k4- 500 m
Inicio de competición:	6 de agosto
Objetivo principal en París:	Llegar a la gran final.

CONSTRUCCIONES NOLI

T. 653 975 410

CONSTRUCIONESNOLI@GMAIL.COM

CAMIÑO DA CABRERIZA, 31 - 36794 - OIA (PONTEVEDRA)



CAROLINA DOBLARÁ ESFUERZOS EN LA CAPITAL FRANCESA

La gran palista pontevedresa defenderá a España en la prueba del K4-500 y también en la del K2-500.

Carolina García será otra de las integrantes del K4 500 en los Juegos Olímpicos de París. La pontevedresa pasa por el mejor momento de su carrera deportiva y también defenderá a España en la prueba del K2 500, junto a Sara Ouzande. La Selección Nacional, con el mismo póker que presentará en París, es decir, Tere Portela, Carolina García, Sara Ouzande y Estefanía Fernández, fue capaz de hacerse con la medalla de bronce en el Mundial del verano de 2023, quedándose muy cerca de la de plata. Las nuestras, aún a sabiendas de la dificultad, van convencidas a la cita francesa de que van a conseguir la presea de oro. Tere pone la calma y la experiencia y es otro dato a tener muy en cuenta para apostar por España. Las cuatro juntas están haciendo historia, pero en la capital gala pueden dejar el listón elevado para muchos años. Mirando al K2 500, ambición máxima y a soñar desde la humildad. Carolina y Sara están capacitadas para hacernos levantar de nuestros asientos y emocionarnos una vez más.

Nombre:	Carolina García Otero
Fecha de nacimiento:	23 de noviembre de 1999
Lugar de nacimiento:	Pontevedra
Deporte:	Piragüismo
Pruebas:	k4- 500 m y K2- 500 m
Inicio de competición:	6 de agosto
Objetivo principal en París:	Llegar a la medalla.

makis
BAR
RESTAURANTE

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

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

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



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



CARLOS ARÉVALO OPTA A UNA DOBLE MEDALLA EN LOS JUEGOS

El de Betanzos saldrá a por todas tanto con el K4 como con el K2. España parte como una de las favoritas.

Carlos Arevalo volverá a participar en la prueba reina del piragüismo en unos Juegos Olímpicos, la del K4 500, además de en la del K2 500. La Selección Española parte con el claro objetivo del cajón, lo que ya consiguió en Tokio, y una vez más estará el de Betanzos, junto a Rodrigo Germade, Saúl Craviotto y Marcus Cooper. La gran ilusión es mejorar la plata de la anterior cita olímpica, aún a sabiendas del gran nivel que habrá en los rivales, pero si algo sabe hacer este cuarteto de palistas es dar su mejor versión cuando la presión parece más intensa. Así lleva siendo ya muchos años, y así cuentan con el palmarés que cuentan, cargados de podios mundiales y europeos. En el último test antes de competir en los Juegos, el equipo nacional se hizo con el bronce en la Copa del Mundo de Hungría, quedándose a tan solo 40 centesimas del primer puesto. Ganó Alemania y segunda fue Australia, pero la realidad dice que todo se resolvió en un pañuelo, pudiendo haber ganado cualquiera de las tres selecciones. La gran batalla se resolverá en París 2024.

Nombre:	Carlos Arévalo López
Fecha de nacimiento:	6 de diciembre de 1993
Lugar de nacimiento:	Betanzos (A Coruña)
Deporte:	Piragüismo
Prueba:	k4-500 m y K2- 500 m
Inicio de competición:	6 de agosto las dos pruebas
Objetivo principal en París:	Conseguir una presea de oro.

RESTAURANTE



Casa Diaz

☎ 981 459 126

☎ 679 726 825 ☎ 666 493 473

COMIDAS DE EMPRESA
BANQUETES
BODAS
COMUNIONES

📍 restauranteCASADIAZ

✉ restaucadiaz@gmail.com

📍 Goente,4 -15325

AS PONTES (A CORUÑA)





RODRIGO TAMBIÉN ESTARÁ EN K4 500 Y EN K2 500

El de Cangas aspira a todo, junto a Arevalo, su compañero en las dos pruebas en las que participará.

Rodrigo Germade continúa dentro del K4 500 una temporada más, con lo que afrontará unos nuevos Juegos Olímpicos compitiendo la prueba reina del piragüismo, y además lo hará dentro de un equipo nacional que aspira a todo, como lleva demostrando tantos y tantos años. España es una de las favoritas y el objetivo del podio no se debería escapar, aunque la gran ilusión nadie esconde que es alcanzar la medalla de oro. Alemania y Australia son a priori rivales durísimos, pero España no se queda atrás en potencial.

El palista de Cangas do Morrazo participará también en la prueba del K2 500, junto a Carlos Arévalo, donde también tienen mucho que decir, pues aunque la prioridad pasa por el K4, ya que fue hacia donde enfocaron ambos la preparación durante este ciclo olímpico, nadie puede negar que están capacitados para poder dar una versión superlativa en la prueba del K2. La doble medalla no es una obligación, pero sí algo más que un objetivo que no puedan llegar a cumplir.

Nombre:	Rodrigo Germade Barreiro
Fecha de nacimiento:	23 de agosto de 1990
Lugar de nacimiento:	Cangas (Pontevedra)
Deporte:	Piragüismo
Prueba:	k4-500 m y K2- 500 m
Inicio de competición:	6 de agosto las dos pruebas
Objetivo principal en París:	Conseguir una presea de oro.



REVESTIMENTOS
NORDÉS

S: 605 871 067 - V: 605 871 068

Castrillón - LEMA, 34 - 15100 CARBALLO (A Coruña)



ANTÍA IRÁ A PARÍS PARA ASPIRAR A TODO POR PARTIDA DOBLE

En Japón se confirmó como una de las mejores y en Francia puede pasar a la historia del deporte nacional.

Si una deportista española está en todas las quinielas para llevarse alguna medalla, esa es la gallega Antía Jácome, quien ya brilló en Tokio, siendo una de las grandes sensaciones, colándose en una final y alcanzando el diploma olímpico, después de finalizar en quinta posición. Tres años después, aquella revelación en tierras niponas llega a Francia convertida en favorita, y además por partida doble, ya que competirá en la prueba del C1 200, pero también en la del C2 500, junto a María Corbera, una compañera de lujo para poder aspirar al oro. A Antía no le asusta la presión, sino todo lo contrario, y como fue declarando en los últimos meses en los diferentes medios de comunicación, incluso le gusta escuchar eso de que puede conseguir una doble presea para nuestro país. España aspira a batir en París el registro de medallas cosechado en Barcelona, algo que es complicado, ya que hablamos de superar veintidós. Si Antía saca dos, colaboraría mucho para poder alcanzar ese sueño que se escapa cada cuatro años desde aquel maravilloso 1992.

Nombre:	Antía Jácome Couto
Fecha de nacimiento:	22 de noviembre de 1999
Lugar de nacimiento:	Pontevedra
Deporte:	Piragüismo
Prueba:	C2-500 m y C1-200 m
Inicio de competición:	6 de agosto y 8 de agosto.
Objetivo principal en París:	Conseguir dos medallas.

PULPERÍA / RAXERÍA San Marcos

Disfruta del sabor del Pulpo y raxo auténticos

Y si tienes un antojo... chuletón de ternera gallega

CONSULTA AQUÍ NUESTRA CARTA

Avda. de San Marcos, 50 (Carretera Aeropuerto) T. 981 561 931 • SANTIAGO DE COMPOSTELA

MENÚ DEL DÍA
Hasta las 16:00

INCLUYE
BEBIDA, ENSALADA
POSTRE O CAFÉ

Media Ducha de Vello - Pulpo con - Agua Mineral - Carta de Cervezas
- Por compartir en género y tamaño

1º Plato a elegir:

Caldo Gallego

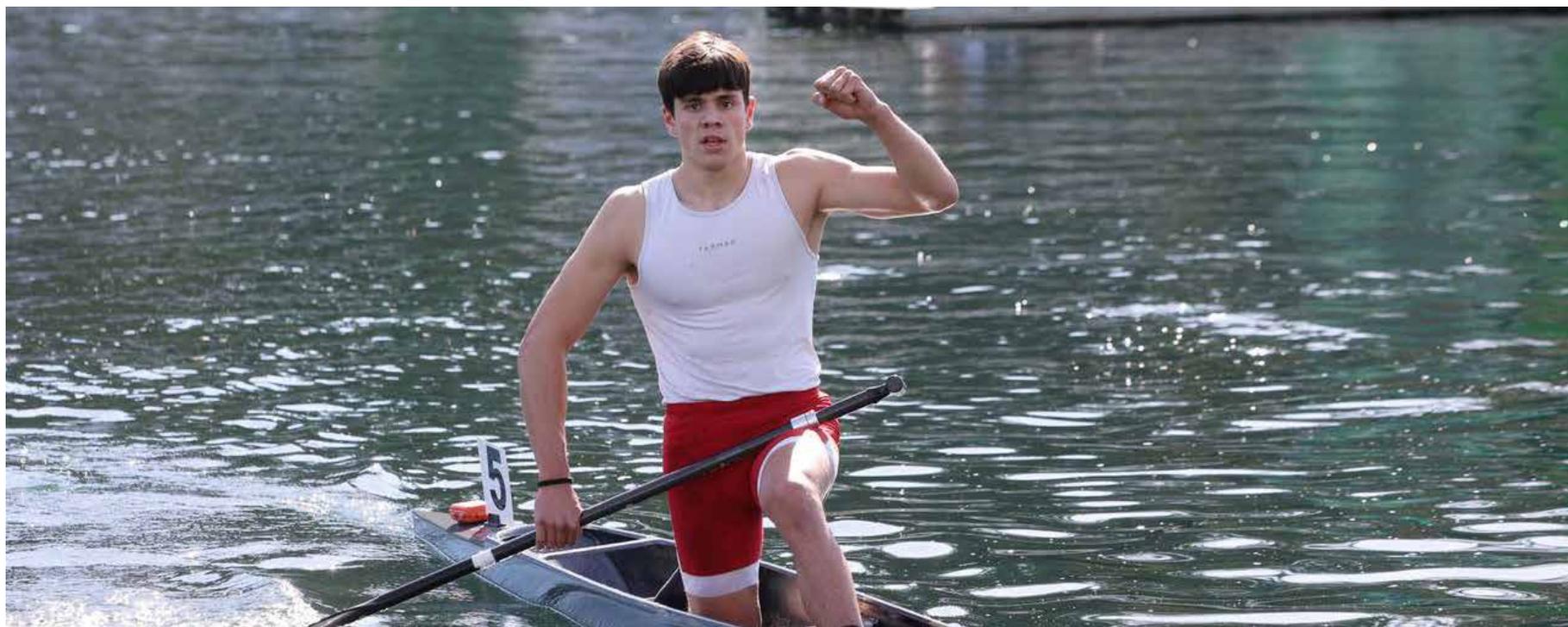
Empedrado de atún

Dopo de pulpo con fideos

Otra opción

2º A ELEGIR:

RAXERIA SAN MARCOS



CRESPO ES UNA REALIDAD Y ESTARÁ EN LOS JUEGOS CON 22 AÑOS

El palista clasificó a una canoa gallega para la prueba del C1-1000 por primera vez desde la época de Cal.

Pablo Crespo venía apuntando muchas maneras en los últimos años, consiguiendo incluso oros mundiales en categoría sub 23, pero con la clasificación para una Olimpiada con tan solo 22 años deja claro que estamos hablando de una perla que ya está preparada para seguir quemando etapas entre los más grandes. En París competirá en la prueba del C1 1000, tras clasificarse en el mes de mayo en el Preolímpico celebrado en Hungría. En esta categoría, no acude un deportista de nuestra tierra a una Olimpiada desde la época de una leyenda como David Cal. No tiene presión por las medallas, pero tampoco deja de soñar. Alcanzar la gran final puede ser una gran meta y un resultado sensacional si consigue llegar a ella.

El pontevedrés está en el día a día del Centro de Tecnificación Deportiva de la ciudad del Lérez y su entrenador es Melo Costa, persona que sabe perfectamente como desarrollar y pulir el talento que pasa por sus manos. Crespo llegará a Francia en un estado de forma top y dispuesto a ser la revelación.

Nombre:	Pablo Crespo Penas
Fecha de nacimiento:	1 de febrero de 2002
Lugar de nacimiento:	Pontevedra
Deporte:	Piragüismo sprint
Prueba:	C1-1000 m
Inicio de competición:	7 de agosto
Objetivo principal en París:	Alcanzar la final



- FALSOS TECHOS:
LISOS - DESMONTABLES
- CORNISAS
- MOLDURAS

- ESTANTERÍAS
- TODO TIPO DE TRABAJOS EN PLADUR
- REFORMAS EN GENERAL
- TRABAJOS EN PINTURA



Avda. Santa Lucía, 24 - SANTIAGO

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


Italia
 Bar • Restaurante • Pizzería • Asador

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



O Pedreiro

Artesanía en pedra

VENTA DE ARTICULOS RELIGIOSOS
ELABORACIÓN DE TODO TIPO DE LÁPIDAS

- GRABACIÓN CON CHORRO DE ARENA
- GRABACIÓN LÁSER
- INCRUSTACIONES EN CERÁMICA
- TALLAS
- ACERO INOXIDABLE Y BRONCE
- LÁPIDAS PERSONALIZADAS
- LÁPIDAS PARA MASCOTAS

FOTOCERÁMICA
REPARACIÓN DE NICHOS

- CERRADURAS - CRISTALES
- FOTOGRAFÍAS PERSONALIZADAS

MARCOS Y VENTANAS EN ACERO INOXIDABLE
ALUMINIO DE TODOS LOS COLORES
MEDICIÓN Y COLOCACIÓN DE LÁPIDAS
CONSTRUCCIÓN DE PANTEONES Y SEPULTURAS

- PRESUPUESTO SIN COMPROMISO -
TALLER EN A CAÑIZA O BURGO

Teléfono: 986 182 242 673 421 182 639 443 071 lapidasopedreiro@gmail.com
C/ Morales Hidalgo, 14 Bajo - 36860 - PONTEAREAS www.o-pedreiro.ueniweb.com

PAZO DE SEDOR



PAZO DE SEDOR TURISMO RURAL



Comedor

El comedor cuenta con servicio de desayuno y de cena.



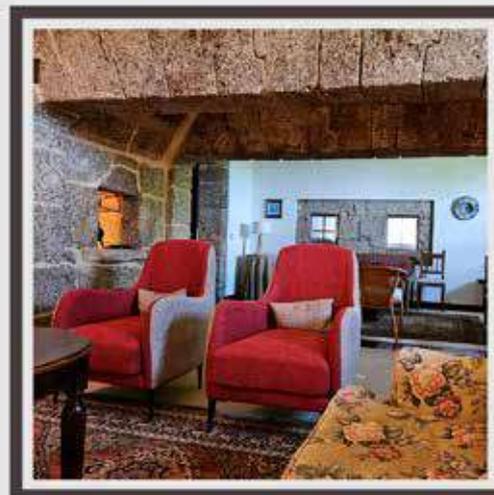
Transporte De Mochilas

Servicio de transporte de mochilas para Peregrinos del Camino de Santiago.



Parking

El pazo cuenta con un espacioso parking privado.



☎ 981 501 600 - 675 080 818

🌐 www.pazodesedor.com

✉ info@pazodesedor.com

📍 Lg. de Sedor – Castañeda 15819-ARZÚA (A Coruña)



Mermeladas de Pemento de Herbón

DULCE o PICANTE

Unha pica e outra non

A Pementeira é unha marca de calidade recoñecida pola D.O.P. Pemento de Herbón e certificada por Galicia Calidade.

Proba os auténticos e orixinais



T. 981 811 318
www.lospimientosdepadron.com



galicia
calidade



MANU OCHOA SE GANÓ LA PLAZA EN UN JUNIO DE PELÍCULA

Primero logró la plaza para España con un oro en Praga y posteriormente mostró fortaleza en Cracovia.

Se estrena la prueba de Kayak Cross en unos Juegos Olímpicos y en ella habrá un palista de los nuestros, en este caso Manuel Ochoa, quien es el primer deportista natural de Tomiño que participará en una Olimpiada. Su presencia se confirmó el pasado mes de junio, primero logrando una plaza extra para España en la prueba de la Copa del Mundo de Praga, la cual ganó, y posteriormente siendo convocado por la Comisión Técnica de la Real Federación Española de Piragüismo. Las quinielas decían que si España lograba una plaza extra para París, como así sucedió, esta sería para David Llorente, quien fue bronce en el Campeonato de Europa este mismo año 2024, pero el estado de gracia de Manu, el conseguir para España la plaza extra y un estado de forma de sobresaliente, fueron muestras suficientes como para que los responsables técnicos federativos decidiesen que fuese él quien debía defender a España en tierras galas. Su objetivo pasa por pasar las series y desde ahí intentar dar una sorpresa colándose en la final.

Nombre:	Manuel Ochoa
Fecha de nacimiento:	21 de diciembre de 1998
Lugar de nacimiento:	Tomiño (Pontevedra)
Deporte:	Piragüismo slalom
Prueba:	Kayak Cross
Inicio de competición:	2 de agosto
Objetivo principal en París:	Pasar las series



CARABELSAÚDE
MÁS QUE FISIOTERAPIA

📞 698 100 239

🌐 www.carabelsaude.es

Fisioterapia suelo pélvico, fisioterapia obstétrica, fisioterapia general, consulta de matrona, clases grupales de ejercicio (embarazo, postparto y recuperación de suelo pélvico, y ejercicio terapéutico), preparación maternal y diferentes talleres.

✉️ info@carabelsaude.es

📷 /carabelsaude

Avenida del Mar 16, bajo, San Valentín, Fene RS: C-15-003805



ANTONIO SERRAT QUIERE DAR GUERRA A LOS FAVORITOS

El olívico participará en la prueba individual y posteriormente también estará en el relevo mixto.

La trayectoria deportiva de Antonio Serrat alcanza una nueva dimensión, pues el próximo 30 de julio debutará en unos Juegos Olímpicos, un sueño al alcance de pocos, pero que el olívico consiguió alcanzar a base de sacrificio, trabajo, garra y pundonor. Confirmó su clasificación el pasado mes de mayo y desde entonces la preparación ya fue enfocada por su equipo de trabajo para llegar a París en el mejor estado de forma posible. No partirá entre los favoritos a las medallas en la prueba individual, pero si a algo nos tiene acostumbrados el triatlón es a las grandes sorpresas en citas olímpicas. Antonio no solo competirá el 30 de julio, ya que el 5 de agosto estará en la prueba del relevo mixto. En el relevo, la prueba consiste en que cada deportista nade 300 metros, pedalee 8 km y corra 2 km antes de tocar la mano de su compañero de equipo para que pase al relevo. Cada conjunto estará formado por cuatro atletas, dos mujeres y dos hombres. El relevo mixto se estrenó en Tokio en unos Juegos y el acierto fue máximo, pues la prueba enamoró al público.

Nombre:	Antonio Serrat Seoane
Fecha de nacimiento:	24 de enero de 1995
Lugar de nacimiento:	Vigo (Pontevedra)
Deporte:	Triatlón
Pruebas:	Individual y relevos mixtos.
Fechas de competición:	30 de julio y 5 de agosto.
Objetivo principal en París:	Intentar estar con los gallos.



TU PARQUE INFANTIL MÁS DIVERTIDO

CUMPLEAÑOS, MESAS DULCES

TALLERES EN VACACIONES ESCOLARES

🕒 **Lunes a Domingo de 17:00 a 20:00**



☎ 881 931 050 📞 607 552 864

🌐 www.parqueinfantilburbujas.com

✉ parqueinfantilburbujas@gmail.com

📍 Avda. Cataluña, 23-25 - 15570 Narón



TAMARA ECHEGOYEN SERÁ LA GRAN ABANDERADA DE ESPAÑA

La regatista ve reconocida su trayectoria y portará la bandera nacional en la inauguración de la Olimpiada.

Tamara Echegoyen tiene un papel de máxima responsabilidad en los Juegos Olímpicos de París, pues será la abanderada de España en la ceremonia de inauguración, lo que, por otra parte, habla muy claro sobre su sobresaliente trayectoria en el mundo del deporte. La ourensana participó en tres citas olímpicas y en tierras francesas llegará la cuarta. En su palmarés destaca la medalla de oro conseguida en Londres 2012 en la clase Elliott 6m, junto a Sofía Toro y Ángela Pumariaga. En las citas de Río de Janeiro 2016 y de Tokio 2021 se quedó a las puertas del metal en la clase 49er FX, tras quedar en ambas ocasiones en cuarta posición. En París volverá a estar en la misma categoría, junto a Paula Barceló, y cuando hablamos de esta dupla española es imposible no pensar en las medallas. Quizás se les metió demasiada presión de cara a Japón, sobre todo teniendo en cuenta que estábamos por entonces en plena pandemia, lo que terminó por pasarles factura. A París llegan con menos presión, pero con las mismas posibilidades de hacer algo muy grande.

Nombre:	Tamara Echegoyen Domínguez
Fecha de nacimiento:	17 de febrero de 1984
Lugar de nacimiento:	Ourense
Deporte:	Vela
Prueba:	49er FX
Inicio de competición:	28 de julio
Objetivo principal en París:	Ganar una medalla.



A BRASA
Parrillada

• CARNES Á BRASA
• MENÚ DO DÍA CON PRATOS CASEIROS
• POSTRES DA CASA
TELÉFONO PARA ENCARGAS E RESERVAS:
886 293 410

f parrillada-a-brasa @parrilladaabrassa
📍 Cerdedo, 6 Dch. - 36680 - A Estrada



**Parrillada
A BRASA**



Lenda

Roupa e complementos con
deseños 100% galegos

Rúa Valle Inclán, 11
Carballo

@lendacarballo lenda.gal 981 609 838



Sanysec

Especialistas en
tratamientos
contra la humedad



Capilaridad

Condensación



**SOLUCIONES
DEFINITIVAS** 
a todo tipo de humedades

REPARACIÓN GARANTIZADA ·
HASTA
30
AÑOS ·
REPARACIÓN GARANTIZADA

DIAGNÓSTICO
GRATUITO **900 908 724**

www.sanysec.com



RODRIGO VA MUY EN SERIO A POR LA MEDALLA DE ORO

La ambición del de Moaña es absoluta y no se pone techo en las metas a conseguir en París.

Rodrigo Conde debutará en unos Juegos Olímpicos, después de un ciclo olímpico en el que dio el paso a competir en la categoría absoluta en cuanto a peso, tras haber renunciado a estar en la pasada Olimpiada de Tokio, y eso que ya tenía la plaza conseguida para la prueba del doble scull ligero, pero dar el peso que exigía la categoría ligera lo estaba llevando a esfuerzos casi sobre humanos e incluso desaconsejables para la propia salud. Lejos de rendirse, el de Moaña no abandonó su sueño y logró clasificarse para París, tras tres años de éxito. Su compañero de embarcación será Aleix García y en el último Campeonato de Europa ya demostraron que llegan preparadísimos. Allí se hicieron con la medalla de plata y eso que el viento les perjudicó de manera clara, ya que son una de las parejas más ligeras de la categoría absoluta y tiró en contra en la cita continental. En tierras francesas no son los máximos favoritos dentro de la prueba del doble scull, pero si tienen el suficiente potencial como para poder soñar con llegar a lo alto del cajón.

Nombre:	Rodrigo Conde Romero
Fecha de nacimiento:	3 de septiembre de 1997
Lugar de nacimiento:	Moaña (Pontevedra)
Deporte:	Remo
Prueba:	Doble scull
Inicio de competición:	27 de julio
Objetivo principal en París:	Ganar la medalla de oro.



Restaurante de cocina gallega tradicional, temática y de mercado con productos de temporada y mercado

Horarios: De lunes a sábado de 11.00 a 17.00. Domingos de 13.00 a 17.00.



RESERVAS

981791153

f acabanabergondo

x acabanabergondo

www.acabanabergondo.com

acabanabergondo

Fiobre 102 - 15165 Bergondo. A Coruña



CAETANO AFRONTA SUS SEGUNDOS JUEGOS CON TAN SOLO 21 AÑOS

En Tokio 2021 consiguió llegar al diploma olímpico con 18 años y en París va a por un sitio en el cajón.

El doble scull ligero volverá a contar con Caetano Horta por segunda vez consecutiva en unos Juegos Olímpicos. El remero natural de Noia competirá en esta ocasión con Dennis Carracedo en vez de con Manel Belastegui, con quien comenzó a formar pareja en mayo del año 2023. En tan solo cuatro meses ya brillaron juntos y consiguieron la clasificación para España de cara a París 2024 en los Mundiales de Belgrado, tras colarse en la finalísima. El objetivo en Francia será luchar por las medallas, algo que no será sencillo, pero sí algo a lo que pueden llegar si dan encontrado su mejor versión. Comenzarán a competir el 28 de julio en las series. A partir de ahí, si tienen que acudir a la repesca volverán a estar en el agua el día 29, mientras que si se clasifican directos para semifinales descansarían hasta el día 31. La gran final sería el 2 de agosto.

Caetano, junto al mencionado Belastegui, compitió en Tokio 2021 con solo 18 años, quedando en séptima plaza, lo que le dio un diploma olímpico.

Nombre:	Caetano Xosé Horta Pombo
Fecha de nacimiento:	15 de enero de 2003
Lugar de nacimiento:	Noia (A Coruña)
Deporte:	Remo
Prueba:	Doble scull ligero
Inicio de competición:	28 de julio
Objetivo principal en París:	Conseguir una medalla.

35

SABORA

35 anos tostando no día

www.cafesabora.com



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





LA SELECCIÓN NACIONAL DE BALONMANO CUENTA CON ALICIA

La jugadora gallega del Rapid de Bucarest es una de las referencias del combinado femenino español.

Las Guerreras estarán en los Juegos Olímpicos por cuarta edición consecutiva, tras lograr la plaza en el preolímpico disputado en Torrevieja el pasado mes de abril. España no hizo un buen Campeonato del Mundo en la última edición, no logrando acceder a la ronda de cuartos de final, por lo que tuvo que confirmar la plaza en la Olimpiada por una vía alternativa.

La Selección de Ambros Martín cuenta con la gallega Alicia Fernández en sus filas, una jugadora con mucho peso en la Selección y con una gran experiencia a sus 31 años y que se mantiene entre las elegidas, aunque esté el equipo en un claro relevo generacional. El objetivo en tierras francesas pasa por la ambición y a nadie le escapa que repetir la medalla conquistada hace doce años en Londres es una de las grandes ilusiones de todas las integrantes. Brasil, Angola, Países Bajos, Hungría y Francia serán los rivales de España en la primera fase. Los cuatro primeros accederán a la ronda de cuartos de final, donde se comienza a soñar de manera clara con poder hacer algo grande.

Nombre:	Alicia Fernández Fraga
Fecha de nacimiento:	21 de diciembre de 1992
Lugar de nacimiento:	Valdoviño (A Coruña)
Deporte:	Balonmano
Prueba:	Femenina
Inicio de competición:	25 de julio
Objetivo principal en París:	Luchar por las medallas.



SANTA CRISTINA DE VEA

Bar Cafetería O Rollo

Cervezas, vinos, vermús, cafés, zumos, refrescos... Comidas por encargo, bocadillos, sándwiches, raciones, tapas, helados. En el establecimiento disponemos de servicio wifi para los clientes y terraza.

696 079 894

/o-rollo

Rollo, 12 - SANTA CRISTINA DE VEA - 36680 - A Estrada



EN LA PORTERÍA DE ESPAÑA VOLVERÁ A ESTAR RODRIGO

El guardameta del Telekom Veszprem fue clave en el preolímpico y en París apunta a protagonista.

Lleva siendo un fijo de la Selección Española de balonmano desde el año 2017 y en este 2024 volvió a brillar a lo grande, siendo una pieza muy importante para que España superase el preolímpico el pasado mes de marzo, tras una actuación soberbia, de altura, tan solo al alcance de los grandes craks. Hablamos de Rodrigo Corrales, uno de los porteros del combinado dirigido por Jordi Ribera.

El de Cangas do Morrazo se había perdido el pasado Campeonato de Europa, disputado en el mes de enero, por una lesión leve en la espalda. La Selección lo acusó y fue parte del problema para que no pudiese pasar la fase de grupos, algo que no suele ser lo habitual.

Volvió cuando más se le necesitaba y demostró el porqué de su estatus dentro del panorama mundial. A París llega en un estado de forma formidable y con la clara intención de volver a situar a España entre las mejores selecciones del mundo. La medalla no es, ni mucho menos, una utopía.

Nombre:	Rodrigo Corrales Rodal
Fecha de nacimiento:	24 de enero de 1991
Lugar de nacimiento:	Cangas (Pontevedra)
Deporte:	Balonmano
Prueba:	Masculina
Inicio de competición:	27 de julio
Objetivo principal en París:	Luchas por las medallas.

Café-Bar
Cataliño

☎ 981 894 828

☎ 636 033 610

Padreiro, s/n - CASTRIZ
15848 - Santa Comba

Café-Bar
Capricho

☎ 981 896 982

San Martiño, s/n FONTECADA
15840 Santa Comba



TERESA VOLVERÁ A LLEVAR EL TIMÓN DE LA CAMPEONA DEL MUNDO

La ex futbolista del RC Deportivo es absolutamente indiscutible en el once inicial de la Selección Española.

Cuando hablamos de Tere Abelleira lo estamos haciendo de una estrella mundial, de la mejor mediocentro del mundo y de la historia de la Selección Española. La ex del RC Deportivo brilló desde que es una niña, llegando al Depor con tan solo 16 años para liderar un proyecto que nacía de cero, pero con la ilusión de llegar a la élite. En el 2019, el conjunto coruñés, liderado por la pontevedresa, se coló en Primera, para una temporada después enamorar a España, siendo la gran revelación de la liga y estando incluso cerca de eliminar al FC Barcelona de los cuartos de final de la Copa del la Reina. Al término de la temporada fichó por el Real Madrid y su crecimiento continuó. Indiscutible también como merengue, llegó su oportunidad en la Selección Española, donde también se hizo dueña del centro del campo. Con ella como una de las mejores, España se proclamó Campeona del Mundo y ahora va a por todas en los Juegos Olímpicos de París. Japón, Nigeria y Brasil serán los rivales en una exigente liguilla de clasificación.

Nombre:	Teresa Abelleira Dueñas
Fecha de nacimiento:	9 de enero del 2000
Lugar de nacimiento:	Pontevedra
Deporte:	Fútbol
Prueba:	Femenina
Inicio de competición:	25 de julio
Objetivo principal en París:	Ganar la medalla de oro.

TODO EN POZOS DE BARRENA
SISTEMAS DE RIEGO
BOMBAS Y ACCESORIOS
VENTA, REPARACIÓN Y MANTENIMIENTO
CALEFACCIÓN GEOTÉRMICA

MONLOR
BOMBAS Y POZOS

Tfno. 699 580 582 - 27320 QUIROGA (Lugo)
www.pozosmonlor.es



JULIA BENEDETTI YA NO SERÁ LA BENJAMINA DE LA EXPEDICIÓN

La coruñesa participará en sus segundos Juegos Olímpicos con tan solo 19 años, tras haber estado en Japón.

Julia Benedetti ya no será la benjamina de la expedición española en los Juegos Olímpicos de París. Tras haber estado en Japón en el año 2021 con tan solo 16 años y contra todo pronóstico, la coruñesa volvió a lograr la clasificación para lo que será la segunda cita olímpica de su carrera deportiva. Lo hizo tras un ciclo en el que los estudios adquirieron una dificultad mayor, pues le tocó terminar el bachillerato justo tras los Juegos de Tokio, para pasar posteriormente a la Universidad. Eligió Ingeniería Matemática y se trasladó a la capital de España, donde compatibiliza deporte y formación académica. En la temporada 2023/2024 ya pudo regresar con máximo ímpetu a la que es su pasión, el skateboarding, logrando la clasificación para París en el mes de junio en Budapest. La rider consiguió el objetivo sobre la bocina, pero lo más importante es que llegó a él. Julia cuenta con dotes en una gran cita y además no tiene ningún tipo de presión. Disfrutar y ganar experiencia, siempre sin descartar el gran bombazo, es su meta en esta ocasión.

Nombre:	Julia Benedetti González
Fecha de nacimiento:	25 de septiembre de 2004
Lugar de nacimiento:	A Coruña
Deporte:	Skateboarding
Prueba:	Park
Inicio de competición:	6 de agosto
Objetivo principal en París:	Disfrutar y ganar experiencia.

Curves Santiago Norte



Mejorar la **SALUD**, la **FUERZA** y la **AUTOESTIMA** de las mujeres son el corazón y alma de **Curves**

678 95 95 43

curves.santiagonorte@gmail.com

C/Tomiño Nº 26 Bajo (Al lado de la antigua estación de autobuses), Santiago de Compostela



ARAUJO DEJÓ ATRÁS SU GRAVE LESIÓN Y YA VOLVIÓ A ENAMORAR

Reapareció en febrero, tras romperse el cruzado, y brilló a lo grande con el Çukurova Mersin de Turquía.

Se pasó once meses de baja, tras romperse el ligamento cruzado anterior de su rodilla derecha cuando disputaba un encuentro de Euroliga en las filas del Spar Girona en Salamanca, en la cancha del Perfumerías Avenida. Corría marzo del pasado año 2023 y ahí se fueron las ilusiones de María Araujo de poder disputar el pasado Eurobasket con el combinado nacional. Comenzó a trabajar para recuperarse y lo hizo de manera sensacional, pues el pasado febrero no solo regresó, sino que lo hizo como si nada hubiese sucedido, brillando, jugando un baloncesto de jugadora de calado superior, como nos tenía acostumbrados antes de caer en el dique seco. Su vuelta se produjo en el Çukurova Mersin de Turquía, equipo con el que firmó por dos temporadas y media. En el primer medio curso ya alcanzó las semifinales de la Euroliga, tras eliminar al Casademont Zaragoza en los cuartos de final. En junio fue convocada de nuevo para la Selección Española y en París apunta a ser muy importante para el técnico Miguel Méndez. La ala-pívot sueña con la presea.

Nombre:	María Pérez Araujo
Fecha de nacimiento:	1 de agosto de 1997
Lugar de nacimiento:	Vigo (Pontevedra)
Deporte:	Baloncesto
Prueba:	Femenina
Inicio de competición:	28 de julio
Objetivo principal en París:	Ganar una medalla.

4 Ventos
Café Bar



Bar Cafetería
4 Ventos

Ctra. Valladares, 412 (La Garrida) - VALLADARES - 36315 - Vigo

@4ventosbar
986830070

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



PAULA HIZO UNA TEMPORADA DE ALTURA Y SE COLÓ EN PARÍS

La ourensana brilló en el Barça, fichando por el Valencia Basket para jugar el tramo final de la campaña.

Paula Ginzo se coló en la lista final de Miguel Méndez para los Juegos Olímpicos de París. La interior ourensana realizó una temporada sensacional en el Barça y en el tramo final de la temporada fue fichada por el Valencia Basket, para substituir a otra de las nuestras, Raquel Carrera, que cayó lesionada de gravedad, perdiéndose también la cita olímpica cuando era una de las fijas del combinado nacional. El Valencia Basket terminó apuntándose el título liguero y Paula pudo colaborar a ello. De cara al siguiente curso, el pasado 3 de junio se confirmó su fichaje oficial por el Hozono Golbal Jairis. Las de Alcantarilla quieren dar un paso al frente y con la gallega en el juego interior mejoran su potencial de manera considerable.

La Selección de baloncesto femenino estará en los Juegos por sexta vez y sueña con la segunda medalla de su historia, tras la conseguida en Río de Janeiro en 2016. En París se enfrentará a China, Puerto Rico y Serbia. Los dos mejores de cada grupo y los dos mejores terceros disputarán los cuartos de final.

Nombre:	Paula Ginzo Arantes
Fecha de nacimiento:	16 de febrero de 1998
Natural de:	Ourense
Deporte:	Baloncesto
Prueba:	Femenina
Inicio de competición:	28 de julio
Objetivo principal en París:	Ganar una medalla.



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 / Almacen / 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



JESSICA BOUZAS HIZO HISTORIA EN WIMBLEDON

La gallega alcanzó la tercera ronda, ganando sus primeros encuentros de su carrera en un grand slam.

El mundo del tenis irmandiño está de enhorabuena, pues una gallega puso patas arriba Londres, tras dar la campanada en las primeras rondas del torneo de Wimbledon, eliminando en primera ronda, y por segunda vez en la historia del torneo, a la que era vigente campeona y además número 6 del ranking mundial, la checa Marketa Vondrousova, a quien no dio opción en una pista central que no daba crédito a lo que estaba sucediendo. Jessica Bouzas no solo terminó ganando, sino que vapuleó a su rival, subiendo al marcador un incontestable 6-4/6-2. Tan solo Steffi Graf en el año 1993 fue derrotada en primera ronda tras haber ganado el torneo un año antes, lo que habla claro de la gesta conseguida por la de Vilagarcía de Arousa, quien a su vez se apuntó ese día el primer triunfo de su carrera en un cuadro final de grand slam. “No sé por qué, pero me sentía como en casa aunque fuera la primera vez en la central de Wimbledon”, confesaba al término del duelo.

Pero no se terminó ahí todo, ya que en la segunda ronda se midió a la cántabra Cristina Bucsa, quien la supera en el ranking ATP por el momento, pero la realidad volvió a poner de manifiesto que Bouzas está ya para pelear por ser la mejor española del circuito. El duelo fratricida se resolvió del lado de la nuestra y nuevamente en dos sets. Le costó en el primero, pero lo resolvió en el tie break, mientras que en el segundo aumentó el ritmo y con golpes de maestra envió a su rival a la lona de manera definitiva, tras endosarse un 6-3. Se plantaba así una arousana en la tercera ronda de uno de los torneos más importantes del mundo y ahí aparecieron unos problemas lumbares que la obligaron a retirarse ante Barbora Krejčíková. Fue una pena, pues su estado de forma y su tenis quién sabe hasta dónde la hubiesen llevado, pero más allá de eso, Inglaterra fue testigo del nacimiento definitivo de una estrella que a buen seguro seguirá dándonos grandes alegrías en los próximos lustros.



El Hórreo

RESTAURANTE
CAFÉ - BAR

Gran Vía, 169
15100 Carballo
A Coruña

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

Excavaciones Excadani

Empresa especializada en excavaciones y servicios forestales. Desbroce de fincas, zanjas para canalizaciones y construcción de muros, nivelado de tierras, explanados, compactación y preparación de terrenos, vaciados de tierras.

✉ danidani00@hotmail.es 📍 Excadani ☎ 685 572 448
📍 Lugar Lueiro, 5 - LUEIRO - 15830 - Negreira (A Coruña)





MARTÍN DE LA PUENTE SE QUEDÓ A SOLO UN PASO DE LA GLORIA

El olívico jugó la final de un grand slam en categoría individual por primera vez en su carrera deportiva.

El domingo 14 de julio es una fecha que quedará para siempre en la memoria del tenis gallego, pues por primera vez en la historia, uno de los nuestros disputó una final de grand slam, palabras mayores. Fue en la modalidad en silla y ante 10.000 espectadores. Hablamos de Martín de la Puente, quien en el año 2022 ya nos había deleitado a los grandes aficionados, apuntándose el US Open en la categoría de dobles. Pero en Inglaterra se superó y demostró que en individuales también es de los mejores del mundo. Wimbledon estuvo muy cerca de pasar a formar parte del palmarés de un español por primera vez en esta mencionada modalidad, de hecho, Martín es el primero que alcanzó una gran final, aunque finalmente se tuvo que conformar con un extraordinario subcampeonato, tras caer ante el ídolo local, Alfie Hewett, por 6-2 y 6-3. Quizás acusó Martín el grandísimo esfuerzo de la semifinal, en la que remontó un 1-6 ante el número 1 del ranking mundial, el japonés Tokito Oda, endonsándole un 6-3 en el segundo parcial y cerrando con el

mismo resultado también el tercero. Fue algo mágico y que habla muy claro de hasta dónde está capacitado para llegar nuestro tenista de referencia en las próximas grandes citas.

EL SIGUIENTE GRAN RETO LLEGARÁ EN PARÍS

La tierra batida volverá a ser protagonista, tras pasar la temporada de hierba, lo que no suele ser habitual otras campañas, pero la realidad dice que estamos en año olímpico y la superficie elegida para París 2024 es precisamente la del polvo de ladrillo. Se rodó Martín en diferentes torneos después de Wimbledon y el gallego llegará a Francia con la firme intención de pelear de tú a tú por las medallas. Es una de las grandes bazas de la expedición española, pero eso no lo carga con una responsabilidad extra, ya que su autoexigencia es máxima siempre, no siendo la excepción en esta oportunidad. Es una estrella mundial y a buen seguro que lo volverá a demostrar en infinitas ocasiones.

Contratas y Construcciones **Garcas, S.L**

Empresa de construcciones en general

Reformas. Trabajamos con hormigón impreso. Ejecutamos trabajos de albañilería en edificios de viviendas, locales comerciales, viviendas unifamiliares, oficinas, etc.

✉ garcasconstrucciones@gmail.com ☎ 659 793 771

📍 Avda. de Santiago, 31 - 15830 - Negreira (A Coruña)



JRL

PINTURA Y DECORACIÓN

Avda. da Coruña, 301 - 1C
27003 LUGO • Tel 662 683 233
monchitolorenzo@hotmail.com



balance

CENTRO DE FISIOTERAPIA Y PILATES



La Neuromodulación no invasiva NESAX SIGNAL, optimiza el funcionamiento del sistema nervioso autónomo: disminuye el dolor, acelera la recuperación, disminuye la fatiga y mejora la calidad del sueño.



- Ondas de choque
- Indiba Activ
- Hipopresivos
- Pilates (grupos reducidos, preparto, clases privadas)
- Neuromodulación Nesa
- Fisioterapia (traumatológica, neurológica y respiratoria)
- Fisioterapia pediátrica (neurodesarrollo, lactancia y respiratoria)
- Drenaje linfático
- Suelo Pélvico
- Podología

Bomba Diamagnética CTU Mega 20

¡Revolucionaria tecnología que supone un antes y después en el tratamiento de las lesiones musculoesqueléticas!

CTU Mega 20: Equipo con una tecnología innovadora, que une el efecto del campo magnético de alta intensidad con la radiofrecuencia, proporcionando el "Efecto Diamagnético" indoloro, no invasiva y con unos beneficios inmejorables que hacen de esta tecnología la mejor y más eficaz de todas las que puedan existir en el mercado.



Servicios con N° de Registro Sanitario: C-36-002235

☎ 616 125 806 📞 653 460 298 📷 balancevilagarcia 📱 Balance. Centro de fisioterapia y pilates 📍 C/ Ramón Piñeiro López, 14 - Vilagarcía



SALA DE MÚSICA LATINA

RESERVADOS

TODO TIPO DE MÚSICA
SALSA BACHATA MERENGUE REGGAETON
DEMBOW ELECTRÓNICA

MÚSICA EN VIVO

DJS NACIONALES E INTERNACIONALES

CELEBRAMOS TODO TIPO DE EVENTOS
CUMPLEAÑOS GRADUACIONES COMUNIONES
DESPEDIDA DE SOLTERAS/OS

HORARIOS
DOMINGO Y LUNES 23:00 A 04:00
LUNES DE KARAOKE

VIERNES Y SABADOS
23.00 A 04.30

CONTACTA CON NOSOTROS

📍 MODANIGHTS 📱 MODANIGHTS 📞 TLF: 617 21 00 26

**ENRIQUE MARIÑAS ROMERO 36 BAJO
MATOGRANDE CORUÑA**

VEN A CONOCERNOS



Jennifer Cores

“Tu salud nos importa”

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 de Sarcopenia.

Charlas de educación nutricional.

Nutrición deportiva

Patología digestiva

Nutrición infantil

Estudios y reequilibrio de composición corporal



649 326 782



www.jennifercores.com

info@nutricionjennifercores.com

Espacio Arroelo Pontevedra: Calle cobian roffignac, nº 4-6 piso 3 - Pontevedra

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



DOBLE PASO POR GALICIA EN EL MES DE JULIO DE LAS LIGAS EUSKO LABEL Y EUSKOTREN

El sábado 21 se celebró la II Bandeira Barbanza Arousa y el domingo 22 la XXXIV Bandeira Concello de Boiro.

La élite del remo de banco fijo volvió a tener a Galicia como protagonista de sus regatas de las Ligas Eusko Label y Euskotren, pues si en junio se había celebrado la Bandeira Cidade de A Coruña y la Bandeira Concello de Bueu, en julio fue el turno para la Bandeira Ribeira Arousa y para la Bandeira Concello de Boiro, denominada en categoría femenina como Bandeira de Traíñeiras Feminina Rianxeira. En lo que a los nuestros se refiere, en la liga masculina, Cabo de Cruz está manteniendo regularidad y ya tiene un margen amplio con respecto a la zona de descenso y de play out. De Galicia salió octavo en la general, lo que significa competir en tanda dos en las jornadas de los sábados mientras mantenga la plaza. Mirando al recién ascendido CM Bueu- Simeí, la realidad dice que le está costando mucho en esta primera experiencia entre los doce que componen la élite. Son colistas y tienen complicado permanecer, lo que ni mucho menos es un fracaso, sino el comienzo

de algo grande, ya con una experiencia adquirida entre los mejores. Con todo, en Boiro logró abandonar el último puesto en una regata por primera vez, tras dejar por detrás a Kaiku. Veremos si siguen limando las diferencias en las siguientes citas.

BANDEIRA BARBANZA AROUSA

Zierbena demostró en el Barbanza que es una trainera capacitada para dar guerra en cualquier escenario. Ganó la regata y mantiene vivas sus esperanzas de título ante la monstruosa y laureada trainera de Urdaibai. Donostiarra fue segunda clasificada en la regata, mientras que Urdaibai no pudo hacer nada en esta ocasión, aunque le dio para finalizar en la tercera plaza. En cuanto a las gallegas, Cabo de Cruz fue octava, lo que le permitió remar al día siguiente en casa en segunda tanda, mientras que Bueu cerró la regata. La noticia del



📞 **606 513 836**
📍 C/ Pedra Furada, 9 - 1º
CARBALLO (A CORUÑA)



📞 **669 856 173**
✉ jorgepresedo@hotmail.com

Pociñas, 10 - Vizoño - 15318 Abegondo (A coruña)



día fue el hundimiento de Hondarribia, una de las grandes, que tras pasar por muchas dificultades se fue hasta la antepenúltima plaza, lo que aún encima le obligó a remar en tanda uno al día siguiente en la Bandeira Concello de Boiro. A la Ama Guadalupekoa casi nunca se le dio bien Galicia y en esta ocasión patinó en aguas del Barbanza.

BANDEIRA CONCELLO DE BOIRO

Tras competir las mejores traineras de España en la jornada del sábado, el domingo lo volvieron a hacer y nuevamente en aguas del Barbanza, en esta ocasión en Boiro, donde Urdaibai volvió a meter la directa, para recuperar la ventaja que había disminuido en Ribeira un día antes. Son los mejores y es complicado que se les escape un nuevo título ligero. Donostiarra volvió a terminar en segunda posición la regata y de paso se metió en la pelea de tú a tú por el tercer puesto ligero, mientras que Zierbena mantiene la ilusión por el título tras finalizar en tercera posición, confirmándose como la única alternativa a la poderosa trainera de Bermeo. Hondarribia fue cuarta, algo que tiene un gran mérito, ya que como mencionamos ya anteriormente, le tocó salir en tanda uno en esta ocasión, tras el mal resultado que tuvieron en Ribeira un día antes. Mirando a Cabo de Cruz, los boirenses competían en casa y fueron capaces de ser séptimos clasificados, mientras que Bueu fue undécimo, por delante de Kaiku.

BANDERAS BARBANZA AROUSA Y RIANXEIRA FEMENINAS

También hubo parada de la Liga Euskotren en Ribeira y Boiro. Cabo de Cruz superó a Hibaika en el puerto de Aguiño y sueña con mantenerse en la élite femenina una temporada más. Las de Boiro son penúltimas, ocupando plaza de play out, pero tienen a tan solo tres puntos a su mencionado rival, y eso que al día siguiente en casa cerraron la clasificación de la regata.

En categoría femenina, también Tirán compite en la élite, pero las de Moaña tienen cada vez más complicado alcanzar la permanencia, ya que cierran la tabla, teniendo a Cabo a siete puntos de distancia. Eso sí, en la última cita quedaron por delante de las de Boiro y quedan todavía ocho regatas para el término de la temporada. Las siguientes pruebas serán importantes para ver si son capaces de seguir compitiendo y acercándose a sus rivales directos.

ARES NO DA OPCIÓN EN LIGA GALEGA "A"

La Liga Galega A tiene este año un dominador absoluto en el CR Ares. Los azulillos no dieron opción en ninguna regata, imponiéndose con autoridad y dejando muy claro que van a por el ascenso. Chapela Wofco, Tirán y Castropol se disputan una segunda posición que vale oro, pues también da la clasificación para el play off del mes de septiembre en Bermeo y Portugalete.

EN LIGA GALEGA "B" MANDA CEDEIRA

Cedeira y Puebla son las más fuertes de una Liga Galega B en la que parece que no tendrán rival en todo el curso. El ascenso directo parece cosa de dos y por el momento la ventaja es para los primeros mencionados por un solo punto cuando se llegó al ecuador del campeonato.

CHAPELA WOFCO DOMINA LA LIGA GALEGA FEMININA

En la Liga Galega Femenina, la situación se parece mucho a la de la Liga B masculina, pues Chapela Wofco y CCD Cesantes-Amegrove-Cefycal parecen superiores, con lo que el título será cosa de dos hasta el final salvo sorpresa mayúscula. Por el momento, la ventaja es de un solo punto para las del concello de Redondela. Faltan cinco citas para el final y las dos plazas de play off a Liga Euskotren parecen bastante definidas en esta ocasión, ya que Rianxo o Perillo están un pasito por detrás en este verano de 2024.



PINTORES

C/Lusquiños, 28 - Tomeza • 36158 PONTEVEDRA

Tel/Fax: 986 859 250 • M: 666 450 112 / 13 / 14

info@acunadecoraciones.es • www.acunadecoraciones.es



Sondeos Valle Miñor

SONDEOS, POZOS Y GEOTERMIA
EN NIGRÁN DOMINAMOS EL
AGUA

☎ 670 899 285

☎ 670 899 284

📍 Francisca Lago, 41
2º Izda. - 36379 Nigrán

info@sondeosvalleminor.es
www.sondeosvalleminor.es



Piscinas Lorenzo

☎ 670 899 285

📍 Francisca Lago, 41
2º Izda. - 36379 Nigrán



GRAN BROCHE DE ORO AL MEJOR AÑO DE LA HISTORIA DEL CDXR RÍTMICA COMPOSTELA

María Cañabate es la gran artífice de un proyecto que está alcanzando resultados profesionales desde la modestia.

El Club Deportivo Ximnasia Rítmica Compostela cerró la temporada a lo grande y consiguiendo diferentes medallas de máximo relumbrón. Por una parte, el equipo senior se apuntó la de plata en el Campeonato de España disputado en Tarragona en la modalidad de estética, algo mágico y muy especial, pero la gran bomba llegó en los Juegos del Mediterraneo, a donde acudieron las de María Cañabate representando a España. Se midieron a conjuntos de Francia, Italia, Turquía, Grecia, Israel o Serbia y terminaron en el podio, tras ser superadas tan solo por dos equipos transalpinos. Conseguir un bronce a nivel internacional habla por sí solo de hasta dónde está llegando este club, rindiendo a un nivel profesional desde la más absoluta humildad. El Rítmica Compostela no solo está representando a Santiago con máximo orgullo, sino que está adquiriendo máxima relevancia en sus logros

y dejando claro que en la capital de Galicia pocos clubes están ya a su altura, independientemente del deporte del que estemos hablando. Un sexto en el Campeonato del Mundo puso la guinda a la mejor temporada de la historia de la entidad.

IVÁN GUTIÉRREZ FUE BRONCE EN EL NACIONAL CADETE

A los éxitos colectivos se suman más en categoría individual, pues el CDXR Compostela vio como uno de los suyos se subía al cajón en el nacional cadete celebrado hace unas cuantas semanas. Hablamos de Iván Gutiérrez, aquel niño amiense que comenzara en la gimnasia acrobática, también en el CDXR Compostela, para posteriormente probar con la rítmica, donde se quedó, tras sentirse muy a gusto en ella. Ahora recoge más frutos a su trabajo



serranogundin136@gmail.com

Avda. Finisterre, nº 77
Coristanco (A CORUÑA)

Teléfonos:

981 73 43 92 - 610 506 909

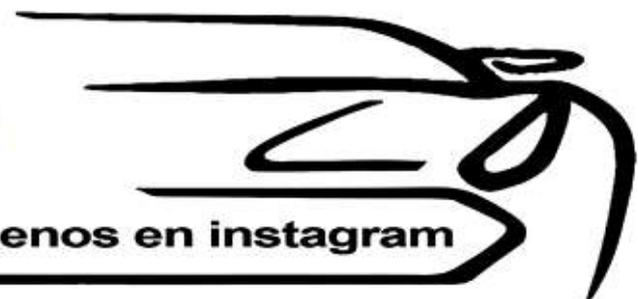
VO FERROL

VEHÍCULOS DE OCASIÓN



síguenos en instagram

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





incansable y con la seguridad de que si sigue esforzándose lo mejor está todavía por llegar. Se forma en uno de los mejores clubes de Galicia y es otro dato a tener en cuenta para apostar por Iván en los siguientes años.

CAMPUS DE VERANO COBRE SAN RAFAEL

El CDXR Compostela y la empresa Cobre San Rafael unieron fuerzas para que la entidad deportiva organizase un campus de verano de categoría superior, de calado, de los que no dejan a ningún asistente en la indiferencia. En total, seis semanas de máximo aprendizaje y diversión, el coctel perfecto para que las niñas y los niños no duden cada curso en querer repetir. En esta edición son 280 asistentes.

VISITA AL CLUB DEL SECRETARIO XERAL PARA O DEPORTE

El gran año del Club Deportivo Ximnasia Rítmica Compostela no pasó desapercibido para el Secretario Xeral para o Deporte, José Ramón Lete Lasa, quien visitó el Pabellón de Pontepedriña, donde entrena la entidad dirigida por María Cañabate. Allí compartió un buen rato con los integrantes del club, se interesó por su funcionamiento y observó el gran trabajo que hay detrás de un engranaje que promete dar más guerra después del verano. A su vez, José Ramón quiso ofrecer al Compotela todo el apoyo, dejando claro que ahí estará para todo lo que puedan necesitar en el futuro para poder sacar adelante más proyectos de máxima calidad.



LA GANDARA S.L.U.
ALUMINIOS Y PVC

CARPINTERÍA EN GENERAL CUBIERTA DE TERRAZAS MAMPARAS DE BAÑO Y OFICINAS

Polig. de La Gándara, parc. 20-21, nave 7- 15570 Ferrol
Telf. y fax: 981 325 700 Móvil: 629 836 712

www.aluminioslagandara.com

RESTAURANTE - PARRILLADA

AGUSTÍN

ESPECIALIDAD PULPO Y CHURRASCO

TELÉFONOS
981 029 304 - 636 877 327
RÚA DO TAMBRE 185 BAIXO- SANTIAGO





CASTIEL ÁLVAREZ CONTINÚA QUEMANDO ETAPAS DENTRO DEL MUNDO DEL KARTING

El joven piloto afrontará un cambio de categoría al término de la actual temporada, ya que pasará a ser junior.

Cuando hablamos de Castiel Álvarez lo estamos haciendo de una joven promesa del motor gallego, que se forma en el karting, pero ya dirá el futuro dónde terminará realmente. Es un apasionado, disfruta desde que era casi un bebé con el olor a gasolina, mientras que a día de hoy ya se interesa hasta por la mecánica. Esta será su última temporada en categoría mini, con lo que afrontará el cambio a junior ya en pocos meses. Va de la mano de la escudería Seijo de la provincia de Pontevedra, a donde llegó esta misma campaña para dar un paso adelante en aprendizaje. El padre del deportista, Fernando Álvarez, estuvo dialogando con Galicia Sport en las últimas fechas y a continuación reflejamos sus principales reflexiones.

LA PASIÓN POR EL MUNDO DEL MOTOR

“Castiel es un niño que tiene que lidiar con el TDAH. Le cuesta mucho centrarse. Siempre hizo fútbol, se le daba genial, hizo taekwonso, padel, kick boxing, natación... Pero Castiel no paraba quieto, era muy hiperactivo por

decirlo de alguna manera, entonces conoció el motor. Le gustan las películas, la trilogía Fast and Furious, los coches a los chavales les loquea. Con todo, a Castiel siempre le llamó el mundo del motor, ya de pequeño comenzaba con eso, con dos años y medio o tres nos hizo regalarle un quad a gasolina. Es cierto que no era muy allá, de hecho estuvo años parado porque se estropeó, pero para comenzar a andar la verdad es que no estuvo mal”.

LOS COMIENZOS

“Ya un poquito más mayor lo llevamos un día a los karts, y bueno, ahí ya fue un encanto especial. Vino encandilado, le gustaron los karts. Desde ahí empezó a ir poquito a poco. Un día vimos que había una competición para la factoría de pilotos que organiza el Karting Marinada de La Coruña y tuvo la suerte de quedar entre los diez primeros en esa prueba y entró en la factoría. Corrió el Campeonato Gallego, que en este caso lo tienen como en una categoría a parte y la verdad es que fue desarrollándose y yendo de menos a más”.

Andrés Sayáns
OBRA NUEVA Y REFORMAS

Benibás, 32 - CESPON
15991 - Boiro (A Coruña)

☎ 620 970 012

Uxio
reformas e multiservicios

670 087 228

Ronda das Fontiñas, 304 - 27002 Lugo

www.uxioconstrucciones.com uxio manu@gmail.com

Construcciones Tosma
Construcciones en general

☎ 981 844 183 Lunes a Viernes
☎ 606 409 881 8:00 a 13:00
☎ 606 409 883 14:00 a 17:00

✉ tomasl@gmail.com

▣ Lugar Ponte Goians, 5 - 15930 - Boiro (A Coruña)

OUTBOARD
NAÚTICA

Tif. : 981 62 30 35 · 610 433 421
outboardnautica@yahoo.es
www.outboardnautica.com
Tarabelo 32, SADA · 15160- A CORUÑA



DE MENOS A MÁS

“Le costó adentrarse, en la primera prueba quedó de noveno, en la segunda fue séptimo, en la tercera fue sexto creo recordar, y al final, en la Supercopa de Galicia, que se celebró en As Pontes, quedó segundo de la factoría de pilotos”.

EL MUNDO DE MOTOR ES MUY CARO

“El mundo del motor tiene peculiaridades, ya que es un mundo muy caro. Mientras a él le guste, esté tranquilo y mientras podamos permitirnos que esté ahí, no habrá ningún problema, después, si el día de mañana no podemos económicamente, yo soy muy sincero y claro, pues tendremos que sacarlo y buscar alternativas, porque las cosas como son, todo esto no está para todos los bolsillos y también depende bastante de cómo vaya la vida en ese momento. Yo a día de hoy tengo la suerte de poder permitirme estos gastos extra, pero el día de mañana no tengo ni idea de si va a seguir siendo así. Somos personas humildes y con los pies en el suelo, realistas, no nos gusta ponernos vendas en los ojos, ya que eso no sirve de nada”.

ESFUERZO GRANDE DE TODA LA FAMILIA

“Es un esfuerzo para todos, claro que sí, hay que recorrerse Galicia de aquí para allá de forma continua. Tengo otra hija pequeña, y su madre y ella no suelen venir, como es lógico, entonces estamos Castiel y yo yendo a Outeiro de Rei, Forcarei, As Pontes... por los sitios en los que se realizan las pruebas. En febrero incluso estuvo compitiendo en Andalucía, la Andalucía Karting Series. Era el único niño entre ochenta participantes, la gente alucinaba. La experiencia fue increíble. En su categoría, que lo pusieron en pro, quedó en dos carreras en el puesto 25º y otra en el 22º. Quedamos contentos con la experiencia, fue como un premio por haberse esforzado también en los estudios y sacar unas notas bastante buenas. La prueba fue en Campillos, en la provincia de Málaga. Nosotros realmente íbamos a por un kart a Jerez de la Frontera, pero como nos cuadraba a una hora de camino, allí nos fuimos hasta el circuito”.

FICHÓ POR LA ESCUDERÍA SEIJO

“Castiel debutó con equipo nuevo, pasó al Seijo, de la provincia de Pontevedra. Los que tienen convenio con el Karting Marinada son los de la Escudería IRT. Para mí, llega un momento que pienso que lo más importante es el crecimiento de los chavales, no creo en el marketing, sino en el aprendizaje y en el desarrollo. Nosotros buscamos patrocinadores, conseguimos algunos

de bastante nombre y estamos empezando a buscar la mira para seguir corriendo. Yo creo que este cambio le va a venir muy bien a Castiel. Vamos a un equipo que es más barato, pero en el que estoy convencido que va a aprender muchísimo. El chico que lleva Seijo corrió hasta el Internacional, tiene el récord de pista de prácticamente todos los circuitos y veo que Castiel con él va a aprender un montón. Al final, los entrenamientos y las competiciones son en los mismos sitios, no pasa nada porque el equipo sea de Pontevedra en este caso, aunque vivamos en Coruña. Por otra parte, Castiel tiene kart propio, por lo que podemos también hacer entrenamientos por nuestra cuenta. Cada fin de semana que las obligaciones lo permiten, cogemos el vehículo y nos vamos a entrenar por diferentes sitios”.

LOS PATROCINADORES RESPONDEN

“Yo tengo empresa y tengo patrocinado a todo tipo de equipos habidos y por haber. Hockey, fútbol sala, atletismo, etc. Ahora, yo estoy viendo como todo eso viene de vuelta con mi hijo. La gente se está volcando y está intentando ayudar, cada uno dentro de sus posibilidades, unos te aportan más cantidad y otros menos, pero todo ayuda por igual. Yo estoy muy contento en ese aspecto. Los niños suelen hacer fútbol, baloncesto o hockey, después, el mundo del motor poca gente lo apoya, pero cada vez está teniendo más nombre todo esto, sobre todo aquí en Galicia, donde siempre hubo una tradición enorme”.

LAS METAS PERSONALES DEL PILOTO

“Castiel este año se propuso quedar entre los cinco primeros en el Campeonato de Galicia. No creas que va a ser sencillo, pues al final también viene gente de Andalucía, Castilla y León, Asturias... Yo pienso que va a ser capaz, se le dan bastante bien los circuitos de As Pontes y de Outeiro y tengo esa vibración de que va a llegar a su meta personal, aunque si no llegase no pasa nada, lo importante es aprender y la formación ahora mismo”.

EL FUTURO PRÓXIMO PASA POR EL PASO A JUNIOR

“El futuro no lo sabemos. Este será el primer y único año de Castiel en la categoría mini, para el año que viene tiene que pasar a junior ya. Fue un cambio muy grande pasar de una escuela a la competición. Yo le di a elegir, lo que él quiera, puede quedarse en el karting o pasar a los carcros. Yo creo que él en principio va a elegir quedarse en karting, le gusta mucho, pero ya te digo, aún no lo tiene decidido. A Castiel le cuesta perder el miedo al principio, yo creo que acabará pasando a los carcros, pero él tiene que verse y quizás por ahora se vea más en el karting”.

INSTAVENT
VENTANAS

Carpintería de Aluminios e PVC

✉ oficina@instaventventanas.com ☎ 881 973 437
604 031 481

📍 Avda. de Santiago, 53 - 15830 - Negreira (A Coruña)

KIOSCO LOLITA

REVISTAS
FOTOCOPIAS
LOTERÍAS

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

LOTERÍAS Y APUESTAS DEL ESTADO

InPost
Todo lo que pides y más
PUNTO PACK

K
KORPORIS
GYM

@korporisgym
www.korporis.es

☎ 981 972 643
✉ korporisboiro@gmail.com
📍 C/ Cimadevila 18 Bajo, Boiro

J. REDONDO, S.L.

REPARACIÓN INTEGRAL DEL AUTOMÓVIL
TALLER MULTIMARCA - VENTA DE VEHÍCULOS

WWW.TALLERESJREDONDO.COM

C/ Agro das Mozas nº 32
15230 OUTES (A Coruña)

jredondoutes@gmail.com
jredondo@ercs.es

EURO REPAR
CAR SERVICE

981 850 381
616 342 915
Redondo: 654 550 515
Martín: 685 963 523



CACHÓN, COHETE Y RUILOBA PELEAN POR EL TÍTULO

El gallego Javi Pardo pasa por un gran momento y ya es cuarto, mientras que la mala suerte no para de cebarse con un Iván Ares que tuvo que abandonar en tres de las cinco pruebas de la temporada.

El Supercampeonato de España de Rallyes vive un gran momento y cada día que pasa gana en repercusión. La pasión por el mundo del motor es absoluta en todos los rincones del país y el mundo de los rallyes se lleva la palma desde hace ya muchas décadas. El nivel de pilotos es impresionante, aumentando cada temporada, con lo que hacerse con un título aquí tiene un valor incalculable.

La temporada 2024 no está dejando a nadie indiferente y cuando se llegó al ecuador del curso, hasta tres pilotos luchan por el título de tú a tú. El líder es Alejandro Cachón, siendo decisiva su gran regularidad. Tan solo ganó en Canarias, pero nunca se bajó del cajón en lo que va de campaña, además de haberse anotado los tres puntos de los tramos cronometrados especiales en tres de los cinco rallyes y dos en uno de ellos, lo que habla claro sobre su espléndido rendimiento. Cachón solo dejó de sumar puntos en tramos especiales en Sierra Morena. La lucha por el título está siendo tan intensa, que del último rallye disputado, el Rías Baixas, salió con el liderato gracias a los puntos TC, pues se

llevó tres, por uno de Cohete Suárez, lo que puso la general con un 163-160 en su favor.

Pero ojo, no solo Cachón y Cohete tienen opciones de título, pues el joven Diego Ruiloba ya es algo más que una promesa y tras apuntarse dos rallyes de cinco es tercero en la general a veinte puntos del liderato. Diego no tuvo mucha suerte en el Rally de Ourense, la penúltima cita que se corrió antes del parón veraniego, pues ahí solo sacó diez puntos, tras pasar por diversos problemas con el coche, pero no olvidemos a su vez que realmente está en la pelea absoluta y encima de los dos primeros, ya que se retienen los resultados de ocho de los nueve rallyes, con lo que Ruiloba podría descartar Ourense si las cosas le van acompañando de aquí al final de la campaña.

Mirando a los pilotos gallegos, Javi Pardo, que no estuvo en Lorca y abandonó en Canarias, pasa por un gran momento y es cuarto en la general, mientras que Iván Ares está teniendo uno de sus cursos más desafortunados, ya que tuvo que abandonar en tres de las cinco pruebas celebradas.

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

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

NS MOTORSPORT

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



COHETE GANÓ EN OURENSE Y RUILOBA EN EL RÍAS BAIXAS

La emoción del Supercampeonato pudo vivirse por parte de la afición gallega con la disputa de los dos rallies marcados en nuestra comunidad para la actual campaña 2024. Pardo brilló a lo grande en casa.

La afición gallega volvió a demostrar que se encuentra entre las grandes del país con el doble paso del Supercampeonato de España por nuestra tierra para la disputa de los Rallyes de Ourense y Rías Baixas. Las carreteras fueron pobladas una vez más por un gran público que disfrutó a lo grande y animó lo indecible a todos los pilotos del certamen, pero en especial a los nuestros, a un Javi Pardo que pudo brillar en casa, subiéndose al segundo lugar del cajón en Ourense, y a un Iván Ares que es uno de los grandes ídolos y no deja de ser así porque no esté teniendo suerte en ningún momento del curso actual. Es uno de los grandes y eso se lo ganó ya hace muchos años, no tiene nada que demostrar para continuar levantando pasiones.

En cuanto a la lucha por el rally ourensano, Cohete Suárez no comenzaba bien y se fue de la primera jornada a más de doce segundos de la cabeza, mientras que Diego Ruiloba pasó por problemas, tras liderar la prueba y se fue al fondo de la clasificación. Cachón se iba del primer día con una situación muy favorable. Pero el duelo entre asturianos no había terminado y Cohete salió a por todas en la segunda jornada con su Skoda y logró voltear la situación. Se colocó líder tras pasar por Amoeiro y desde ahí ya no dio opción. Por su par-

te, su compañero de equipo, el ourensano Javi Pardo se fue metiendo poco a poco en la pelea y por el segundo lugar del cajón, hasta que asaltó la posición, gracias en parte a una penalización sufrida por Cachón, confirmándose así un magnífico doblete de Skoda.

EN EL RÍAS BAIXAS RUILOBA REGRESÓ A LA PELEA

El joven Diego Ruiloba está demostrando que está ya preparado para pelear de tú a tú por todo. En el Rías Baixas ganó la prueba, la segunda de la temporada, recortando puntos con la cabeza y apretando la situación. Segundo fue Alejandro Cachón, quien a su vez se llevó la victoria en el TC Plus, lo que lo devolvió a lo alto de la general. El podio lo completó un Cohete Suárez que salió de Galicia a tres puntos de la primera posición. El gallego Javi Pardo fue cuarto, resultado importante para Skoda, pues la afianza como líder en el apartado de marcas. Destacar también el gran papel de otros dos pilotos gallegos, como Jorge Cagliao, quinto clasificado con su precioso Alpine, y Dani Berdomás, sexto en la tabla final, tras mostrar por momentos un nivel de pilotaje a la altura de los grandes.

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



MGM **ESPECIALISTAS EN SUELOS DE MADERA EN FERROL**
 COLOCACIÓN, PULIDO Y BARNIZADO EN TODO TIPO DE SUELOS DE MADERA.

Colocación, barnizado y pulido en diferentes superficies

Marcos González Mascaró

C/BOLIVIA 18-20 15404 - FERROL Telf: 630 177 364 mgmnaron@gmail.com
 www.barnizadosmgm.es



INSTALACIONES acesa

Instalador de telecomunicaciones nº 1869

EMPRESA DE TELECOMUNICACIONES E ILUMINACIÓN EN FERROL

Los profesionales de Instalaciones Acesa queremos poner a disposición de nuestros clientes un servicio completo y de calidad en el sector de las telecomunicaciones y la iluminación: es por este motivo por el que ponemos a su disposición toda la experiencia de nuestro equipo de trabajadores, que llevan desde el año 1990 ofreciendo nuestras prestaciones en la zona de Ferrol.



RAPIDEZ Y EFICIENCIA



**TRABAJOS CON
GARANTÍA**



**EXPERIENCIA
PROFESIONAL**

-  Instalación y reparación de antenas de televisión y satélite
-  Instalación de sistemas de telecomunicaciones
-  Instalación y reparación de porteros y videoporteros
-  Instalaciones eléctricas y de iluminación en viviendas particulares
-  Instalador de fibra óptica y línea de datos

 **620 863 422**

 www.acesafene.es

 acesa@hotmail.es

 **Cádiz, 11 Bajo - 15500 Ferrol (A Coruña)**

GRUPO PUENTEVEEA

Residencia Puenteveea

A 15 min. de Santiago



30 años al servicio de los mayores

- Servicio de Médico y enfermería
- Fisioterapia y Rehabilitación
- Podología
- Servicio Religioso
- Cocina Propia
- Animación Sociocultural
- Atención Psicología y Social
- Lavandería
- Análisis Clínicos y Sintrom



Tel.: 981 809 158

www.residenciapunteveea.com



donaire

Vehículos nuevos, seminuevos y de ocasión.

Más de 150 vehículos en stock

Financiación a su medida

Vehículos desde 1000 €

Compramos su coche – Máxima tasación

Garantía hasta 24 meses



Carretera Nacional VI - Km 582 - Kugar de Coiro, 23 - 15168 Soñeiro - SADA

E-mail: jcastro@autosdonaire.es

T.: 639 724 051

www.autosdonaire.com