

CORUNA SPORT[®]

EDICIÓN

TIME

EL PERIÓDICO DEL PARTIDO



RC DEPORTIVO / SD HUESCA



23/02/2025 · 14:00 H.



PARTIDAZO

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



Vehículos nuevos, seminuevos y de ocasión.



ACEROoffice

Equipamiento integral de oficinas



Fabricantes de mamparas divisorias
Equipamiento integral de oficinas y colectividades

📍 Pontido 25B - 15181 Cambre, A Coruña

www.ACEROoffice.com | info@aceroffice.com | T: 981 656 055

Ofrecemos nuestros servicios en A Coruña, Lugo, Ourense y Pontevedra

[CONTENIDO]

COLABORADORES	06
RC DEPORTIVO	11
VISITANTE	24
FÚTBOL	28
POLIDEPORTIVO	34

EDITORIAL

“Lo de Elda devuelve al Depor a la lucha en el infierno”

Cuando el pasado domingo terminó el partido ante el Eldense, la desilusión se apoderó de gran parte del deportivismo, pues vieron que nuestro equipo no tuvo su mejor día y no solo cedió, sino que lo hizo de manera justa, muy clara y dando una sensación absoluta de desgana, inapetencia, desinterés y abandono. Es como si los jugadores viesan lejano el objetivo del play off, pero en el intento se volvieron a meter de lleno en la incomoda lucha por salvar la categoría. Si un día no se podía fallar, ese era el pasado domingo en el Pepico Amat, incluso no perdiendo todo estaría prácticamente sentenciado para poder continuar un curso más en Segunda División, objetivo denigrante para un club que partió con el tercer límite salarial de la categoría y que aún por encima vio incrementada la cantidad en un millón en la pasada ventana invernal. Y es que el fútbol es muy claro, hablar de dinero está muy bien y es evidente que cuanto más se tenga mejor, pero conseguir un objetivo ambicioso como un salto a Primera División no está precisamente para cualquiera que pase por la puerta. Y de eso debería ser muy consciente el presidente Juan Carlos Escotet, ya que él puede poner todos los recursos del mundo, pero la clave pasa más por saber en qué manos pone el dinero. El Depor tiene un futuro esperanzador, me atrevería a decir incluso que espléndido, pero nunca va a dar un paso al frente en una liga como esta mientras no ponga profesionales absolutamente contrastados y de calidad en la dirección general y en la dirección deportiva. No se puede ir a escándalo por mes, eso crea inestabilidad y cuesta muchos puntos, como no se puede tratar al personal de una empresa como si estuviesen bajo una dictadura. Cada persona que sale del club mira hacia el mismo lado, no puede ser casualidad ya a estas alturas. Ya a nadie le cuela que un ascenso conseguido por la cantera, por la vuelta de Lucas, por traer el de Monelos a Ximo al Depor, por la gestión de Idiákez lidiando contra dos "ogros" o por la afición apoyando en masa hasta a domicilio, tengan algo que ver dos personas que solo supieron poner piedras en el camino, lo mismo que hicieron este curso, hasta provocar bombas que parecen provocadas por el más profundo de los enemigos. El club no puede seguir así ni un segundo más, es urgente tomar medidas, pues esto ya lo hemos vivido con el de Altia, un auténtico fenómeno a la hora de provocar incendios. El resultado fue claro, contando siempre con la colaboración de Paco Zas, su telonero particular y de un Carmelo del Pozo que ejerció como maestro de ceremonias. Entre los tres, el "pozo" de verdad fue el de la Segunda B, posteriormente Primera Federación.

Álvaro Aldrey

STAFF

EDITA

JL PUBLICACIONES S.L.
AVDA. BUENOS AIRES, 5 - BAJO 2
15004 A CORUÑA

ATENCIÓN AL CLIENTE

881 124 648
698 140 808

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

DIRECCIÓN

JOSÉ LUIS FERNÁNDEZ

REDACCIÓN

ÁLVARO ALDREY

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

ANDREE MONTESINOS

PUBLICIDAD

LORENA ARIAS
CRISTINA OTERO
MERY TENREIRO
SALVADOR GONZÁLEZ

ADMINISTRACIÓN

EVELIN RUBERTE

FOTOGRAFÍA PORTADA

RC DEPORTIVO

DEPÓSITO LEGAL: C-1553-2018



COLABORADORES

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



GRACIAS

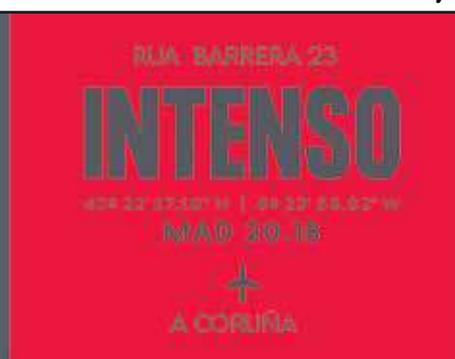
QUEREMOS DAR LAS GRACIAS A TODOS NUESTROS LECTORES POR LO CUAL HEMOS ALCANZADO TAN ALTA CUOTA DE PARTICIPACIÓN EN LAS REDES SOCIALES.

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

Síguenos en www.galiciasport.com y en las Redes Sociales:





FEMABLAN

NUESTROS SERVICIOS



Reparación de electrodomésticos



Reparación e instalación de sistemas de calefacción



Reparación de equipos sanitarios Roca



Servicio de mantenimiento de calderas



Venta e instalación de Aerotermia



Servicio técnico oficial

CONTRATA CON NOSOTROS LA REVISIÓN O MANTENIMIENTO DE TU CALDERA CON ENTREGA DEL CERTIFICADO DE INDUSTRIA

● **Sector Telecomunicaciones:** Instalación y reparación de antena terrestre, antenas, parabólicas TV, antenas parabólicas para internet, antenas para recibir voz y datos a través de WIFI, instalación de redes de voz y datos a través de parabólicas, fibra óptica, cable trenzado UTP/STP.

● **Sector audio:** Instalación y reparación de hilo musical, sonido ambiental, o amplificación de sonido en pequeñas instalaciones (cafeterías, pubs, etc.)

● **Sector línea marrón:** Instalación de TVs grandes tamaños y vídeo proyectores.

● **Sector seguridad:** Instalación y reparación de alarmas por cable, por wifi, conectadas por GSM o bien por Internet sin cuotas, cerramientos, portales automáticos.

● **Sector CCTV, vídeo vigilancia:** Instalación y reparación de cámaras 5 EN 1, cámaras IP, grabadores y todos sus componentes, vídeo porteros, etc.

CONTÁCTANOS

sat@femablan.es

981 070 084

618 695 101

www.femablan.es

Calle Barcelona, 79 Bajo 15010 A Coruña



REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE HOCKEY



FEDERACIÓN GALEGA DE HOCKEY

FEDERACIÓN GALLEGA DE HOCKEY

CAMPEONATO DE ESPAÑA HOCKEY SALA JUVENIL MASCULINO



21, 22 y 23
de Febrero
de 2025

Polideportivo Mesoiro, A Coruña

ORGANIZA



Concello da Coruña



XUNTA DE GALICIA



DEPORTE GALEGO



Deputación DA CORUÑA



98 INCORPORA
CLÍNICA DE FISIOTERAPIA



JORGE URIACH

"Sin ideas y sin ambición"

Que cosas más imprevisibles tiene el fútbol y el Depor de manera directa. El partido anterior en Riazor contra el Almería estuvo lleno de aciertos y fue sentenciado en media hora, luego llegó la visita a un Eldense en puestos de descenso y el resultado fue una derrota clara en el marcador, y lo más lamentable, se vio un equipo sin ideas y sin ambición. Averiguar las posibles causas de esta derrota pasan por lo más diverso, desde el calor, no lo creo, a la desidia a la hora de afrontar el partido. Conocí a un entrenador que en circunstancias parecidas aseguraba que no era malo perder de vez en cuando, ya que así espabilaba el vestuario. Yo discrepo y la mayoría de aficionados también. Otra posibilidad, aunque espero y deseo equivocarme, es verse en una situación ambigua, es decir, lejos del descenso y a más distancia todavía de las posiciones de play off.

Si analizamos el partido en Elda, observamos una primera media hora aceptable y una segunda parte para ser olvidada. Cometer cinco faltas en todo el partido en un encuentro fuera de casa es de una candidez difícil de explicar.

Esta categoría es francamente complicada, ganar dos partidos seguidos es muy difícil, hacerlo en tres ocasiones es casi imposible. El margen con el descenso es ahora de siete puntos, no son tantos, pero el haber ganado en Elda permitiría albergar esperanzas de acercarse al deseado play off. Todavía nos queda por ver y analizar el potencial de los refuerzos recién llegados durante el mercado de invierno, ya iremos viendo. El Depor hasta la marcha de Lucas Pérez ha tenido el jugador idóneo para efectuar el último pase a Mella o Yeremay, cuando no un lanzamiento directo convertido en gol. Esto ya no existe, pero ¿tenemos la solución a esta situación?

Quedan muchos puntos en juego, hay tiempo para todo, pero no conviene estar distraído o ser conformista.

Ahora nos visita el Huesca, equipo que en la primera parte del campeonato mostró ciertas dudas futbolísticas, pero ahora se presenta en Riazor con doce encuentros sin perder, de los cuales nueve fueron victorias. Es el equipo que menos goles encaja junto al Mirandés. Cierzo es que el Almería venía con buenas credenciales y el Deportivo fue muy superior. Que el "bofetón" recibido en Elda haga despertar de nuevos las ilusiones blanquiazules.

O así me lo parece...



FERNANDO BLANCO

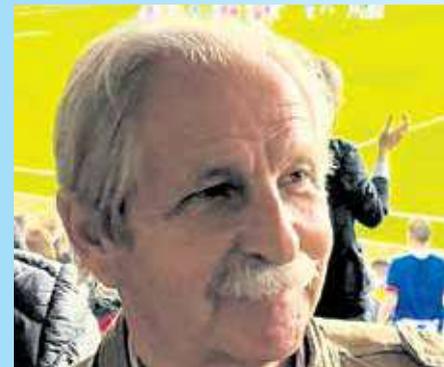
"Permanecer y pensar en futuro"

El mercado de invierno por fin llegó a su fin y el Depor fichó a tres futbolistas, además de recuperar a Diego Gómez, cedido en el Arenteiro desde el pasado verano. No me parecen malos movimientos dentro del mercado que se mueve el club en una ventana invernal.

Lo poco que se les ha visto no me parecen malos jugadores. El debut de Zaka, por comenzar por ese delantero tantas veces demandado por nuestra parte, pues debutó con gol, se le ven maneras, tiene buen manejo de la pierna derecha, que además fue con la que anotó, además me llamó mucho la atención el tema de la gran garra que tiene, eso contagia. También le venía bien una competencia a Bouldini y a Barbero. Creo que es un buen jugador.

En cuanto a Tosic, lo vimos en la segunda parte en Elda por la lesión de Obrador, ahora está algo lento de movimientos todavía, después es un lateral al que le cuesta atacar y subir la banda, es más un lateral defensivo, está mucho más preparado para defender que para atacar, no podemos exigirle que sea un lateral profundo. Luego está Denis, que por el momento su aportación es aún poca y no le vi un juego muy brillante por ahora. En el último encuentro entró al campo en el minuto 70, en sustitución de José Ángel. Tiene maneras, manejo, buen juego, pero yo creo que le falta mucho para quitarle el puesto a Mfulu, a José Ángel o a Villares. Se pedía un mediocentro ofensivo, por ahora no se acercó mucho al área, incluso con el marcador desfavorable ante el Eldense, no se pudo proyectar en ataque como se espera. Hasta ahora jugó muy pocos minutos, vamos a ver si en los próximos partidos ya podemos valorarlo un poco mejor. Pienso aún así, que no es un jugador que marque diferencias con respecto a lo que teníamos, pero sí puede ayudarnos en partidos de determinado perfil.

En el partido anterior se perdió una oportunidad. Dejabas al Eldense a una distancia definitiva y además con los otros tres equipos de la zona baja casi descendidos. El Eldense era de los equipos más goleados de Segunda y de los que menos goles mete, pero la aportación de Oltra y que ha realizado nueve fichajes en el mercado de invierno, pues le hizo pegar un gran cambio y de paso puso al Depor en la realidad. Aquellos que pensaban que se podía jugar el play off, pues creo que se han dado cuenta que lo que tenemos es que pensar en salvar la categoría este año. Salió la noticia de que en enero se aumentó el límite del Deportivo en un millón, algo muy positivo. Yo creo que como club miramos más hacia arriba que hacia abajo y pienso que el futuro de los siguientes cursos es muy esperanzador.



CERRAMOS POR DESCANSO
LOS DOMINGOS TARDE Y LUNES TODO EL DÍA

f aria.mesonpulpeira

A Ría



Mesón - Pulpeira

📞 981 663 142

Paseo dos Templarios, 5 - O Temple - Cambre



RAÚL INFANTE

"Es imposible triunfar así"

Una de cal y una de arena. Y así llevamos unos cuantos años. Yo mismo, y una buena parte de los casi 30.000 socios, nos preguntamos cada día, qué jugadores trajo el Sr. Soriano para ayudar a este equipo a aumentar su potencial. Lo que está claro es que



al Sr. Lucas Pérez no lo trajo él, sino que, como todo el mundo sabe, vino por su cuenta y se marchó también por iniciativa propia, eso sí, harto de las tonterías de dos personas que cada día es más evidente el daño que están haciendo a nuestro querido Deportivo, curiosamente las mismas hacia las que apunta cada profesional que sale de la entidad.

Sr. Soriano, a ver si tiene usted la decencia de echarse a usted mismo, ese es el mejor legado que dejaría a "nuestro" club sin ningún género de duda y aún encima hasta parecería y todo que tiene un mínimo de dignidad, no mucha después de los comprobado desde que llegó aquí, pero al menos dejaría esa sensación de que maquilla el absoluto bochorno que nos está haciendo pasar casi cada semana. Tampoco comprendo que tengamos que ver perder tantos partidos dando una imagen patética para que nuestro entrenador aprenda a dirigir a este equipo. Algo así dio a entender el Sr. Gilsanz a La Voz de Galicia y además con gran orgullo. Así va el fútbol de este club, tenemos responsables que pretenden llegar a la élite a base de perder partidos.

Si miramos al baloncesto, la situación es más patética todavía, y lo peor, aún encima merodea la directiva con una persona a la que echaron del Deportivo por su pésima gestión. Así destrozan al Leyma. Sr. Tino, usted sobra en el mundo del deporte, ya no en el deporte coruñés, en el deporte en general. No tiene ni idea, por favor, deje de hacer el ridículo, arruina usted cualquier proyecto que frecuente, independientemente de la categoría.

Faltan pocos meses ya para el término de la temporada y al término de ella toca una profunda reflexión, tanto en términos futbolísticos como baloncestísticos. El Depor no puede seguir temblando cada vez que venga una lesión y haya que mirar al banquillo. No puede seguir instalado el presidente Escotet en la inopia, es decir, sin detectar males que ve hasta un ciego.

Entre tanta mediocridad siempre es agradable mirar al Liceo, ese equipo que nunca falla y que ya está preparándose para el tramo decisivo de un curso en el que luchar por títulos volverá a ser la realidad. No estaría mal que les diesen unas clases a algunos. Ellos sí marcan el camino y con un equipo cargado de identidad.

JORDI URIACH JR.

"Ni tan buenos ni tan malos"

El Deportivo llegaba a Elda con la moral alta tras la victoria ante el Almería, un resultado que había dado un plus de confianza a la plantilla. Sin embargo, el fútbol no da tregua y en esta categoría tan igualada, cualquier atisbo de relajación se paga caro. La pregunta que queda en el aire es si esa moral alta se convirtió en exceso de confianza o si simplemente el Eldense mostró mayor necesidad de llevarse los tres puntos. Y es que una vez más, el Dépor mostró una irregularidad que preocupa, algo que está siendo una constante en la temporada.



El mister Óscar Gilsanz fue claro en la rueda de prensa posterior al encuentro: "El halago debilita". Una frase que resume bien lo sucedido. La victoria ante el Almería no debía hacer olvidar que aún hay muchas dificultades por superar. Este equipo está por pulir y necesita consolidar su identidad competitiva si quiere evitar sustos en la recta final de la temporada.

Nos seguimos atascando contra equipos bien posicionados y que juegan mas replegados. En este tipo de partidos el equipo se vuelve más previsible y dependiente de la inspiración individual.

En cuanto a los fichajes de invierno, lo positivo es Eddahchouri. El delantero ha demostrado un perfil diferente y con la portería entre ceja y ceja. Su adaptación parece rápida y su aportación puede ser clave. En lo negativo, la vuelta de Diego Gómez, que parece que ha servido como cortina de humo para la dirección deportiva e intentar callar voces críticas sobre la confianza en la cantera. Ya si miramos a la realidad del asunto, por el momento no entra demasiado al terreno de juego, con lo que de primeras se ha cortado claramente su proyección deportiva en un Arenteiro donde era protagonista.

Es importante recordar que el Dépor aún no ha cerrado su permanencia y quedan muchos puntos en juego. No se puede permitir ningún tipo de relajación, ya que cada jornada es una batalla en una liga que no perdona errores. A pesar del tropiezo, la etapa de Gilsanz presenta mejores números que la de Idiakez. Hay avances, aunque todavía no son suficientes para garantizar tranquilidad. En una categoría tan competitiva, cualquier error cuesta caro y la autocomplacencia es el peor enemigo. El entrenador lo dejó claro: "Esta derrota nos va a enseñar mucho más que la victoria ante el Almería". Ahora la clave estará en aprender rápido y en evitar que la irregularidad siga marcando el camino del equipo.

CARNES Y PESCADOS A LA BRASA



Avda. Finisterre, 39 - Arteixo · T.: 981 600 724

Maestro parrillero Raúl Gutiérrez



Antoxos
panadería - pastelería

San Nicolás, 38
15001 A Coruña

☎ 981 923 308
☎ 673 748 999

antoxos.seigar@gmail.com



RESTAURANTE
Tejedor Mahal

COMIDA TÍPICA DE LA INDIA
Calle Pondal, 1-3 (Zona Riazor)
A Coruña · 15004
981 918 573 - 650 658 117
SERVICIO A DOMICILIO



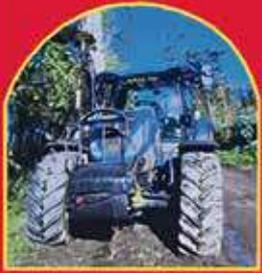

Neumáticos Chema

Neumáticos · Llantas · Frenos · Amortiguadores
Aceite · Escapes · Lavado a mano

T: 981 672 064
Rúa Paraíso, 23
15175 Carral - A Coruña

info@neumaticoschema.com
www.neumaticoschema.com

Síguenos en  NeumaticosChema



AGRO FORESTAL

RÚA DE AROSA, 17
15177 MAIANCA
OLEIROS (A CORUÑA)

ARTURO
TLF: 670 529 833

JOSE
TLF: 670 514 511



Lorbé
CASA do POBO
café



T. 981 798 828

Golfiño, 36 - LORBÉ - 1577 Oleiros (A Coruña)



Supermercado Couto

☎ 981 618 095

Golfiño, 70 Bajo - LORBE - 15177 - Oleiros (A Coruña)



Paradavella

Comedor privado

Todos los jueves
gran cocido de
A fonsagrada

Desayunos
Ķapas
Comida Casera

Avda. Ernesto Che Guevara, 11
15172 Santa Cristina - Oleiros - A Coruña
e-mail: paradavellahosteleria@yahoo.es
facebookparadavellahosteleria
Telf: 981 637 061



ESTADIO ABA

DOMINGO 23 FEB



VS



RC DEPORTIVO

Charcutería
LOS Emigrantes
Desde 1965

Jamones y Embutidos Ibéricos
Quesos

Productos de
"Cerdo Celta"

Vinos - Conservas
Delicatessen

C/ San Vicente, 44 | Telf.: 981 238 282 | 15007 A CORUÑA

PELUQUERÍA
de caballeros
Alberto

Telf. 668 55 58 70 · lg. O Curro. nº 2. 15175 Carral

ANCA RIAZOR

2025 · 14:00 H.



SD HUESCA

CAÑÁS
Panadería - Pastelería

Rúa Belvis de Paleo, n.º 3 CARRAL · 15175 A Coruña
981 672 652

TLO ARREGLO
Comprometidos con el medio ambiente
Especialistas en Reformas Integrales

- FONTANERÍA
- MONTAJE IKEA
- PINTURA
- ELECTRICIDAD
- ORDEN Y LIMPIEZA

611 72 43 22 | /tloarreglo.es

inmOikos
INMOBILIARIA

981 626 622 - 680 488 477
Rúa Repicho, 6 SANTA CRUZ

El Tio Juan

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

C/ Rafael Alberti A Coruña
Tel: 881 067 613

Vinoteca
TABERNA XXI
Restaurante

Rúa Río de Canles 1
15.175 · Carral (A Coruña)
981 671 370

Menú del día (de martes a viernes)
12 € Con una bebida, postre y café

AUTÉNTICA TRADICIÓN ITALIANA



**La mejor pizza de Galicia
y segunda de España...
¡está en Coruña!**



¿A qué esperas para venir a probarla?

Disponible en opción sin gluten

Rúa Juana de Vega, 17



RC DEPORTIVO



Aitor
Distribuciones

Aguas do
Parano

698-179-888

www.aguasdoparanocoruna.es

aitor@aguasdoparanocoruna.es

AGUA EMBOTELLADA
REPARTO A DOMICILIO,
EMPRESAS, ALQUILER Y
VENTA DE FUENTES Y
DISPENSADORES

Rúa Bel 10C Polígono Espíritu Santo
15165 Bergondo (La Coruña)

AGASALL^{*}OS DA TERRA^{*}

C/Rafael Alberti, 33
15008 - A Coruña

T. 636 000 777
agasallosdaterra@gmail.com



[Agasallosdaterra](https://www.instagram.com/Agasallosdaterra)

“O MELLOR DA NOSA TERRA”

- * PRODUCTOS TÍPICOS GALLEGOS *
- * GRAN VARIEDAD DE PANES Y REPOSTERÍA *
- * EMBUTIDOS DE LUGO *
- * VERDURAS DE ALDEA *

BAÑO DE REALIDAD EN EL MOMENTO MENOS OPORTUNO

El Depor cae ante el Eldense y pierde la oportunidad de dejar la permanencia prácticamente sellada.

El Deportivo se encuentra en una situación cómoda en la clasificación, ya que cuenta con siete puntos de renta sobre la zona de descenso, algo que todos hubiésemos firmado cuando Óscar Gilsanz cogió al equipo tras la jornada 12 con tan solo 10 unidades en la tabla. A partir de ahí, hablar de algo más que conseguir la permanencia es altamente complicado, pues cuando llega ese momento de avanzar definitivamente hacia metas mayores, siempre aparece un baño de realidad soberano y que a la vez deja a las claras lo limitadísima que es esta plantilla en cuanto a profundidad e incluso en algunas posiciones del terreno de juego. Los refuerzos de esta temporada está ya muy claro que están aportando muy poco y por ello el Depor se encuentra peleando por objetivos lejanos a los que debería pelear el tercer límite salarial de la categoría. Veremos en las siguientes semanas a los jugadores que llegaron en el mercado invernal, es pronto para valorarlos, aunque ya comienza a dar esa sensación que no se trajo gente del perfil claro que necesita este equipo. Uno de los ejemplos claros es Tosic, de un perfil absolutamente contrario al que suele utilizar el Depor. En Elda le tocó substituir a Obrador y la realidad fue total y absoluta, sin valorar su nivel, simplemente el tipo de lateral que es. La misma sensación da Denis Genreau en el centro del campo, pues no parece ni un relevo adecuado para José Ángel ni para Villares, sino un jugador más próximo a la mediapunta, que es complicado ver fuera de un 4-3-3. Zakaria Eddahchouri debutó con gol y tiene muy buena pinta, pero ojo, que no es el típico punta que se faje y reciba de espaldas para poner a Yeremay o a Mella en situaciones favorables de cara a puerta. Le gusta caer a banda, salir de la zona y no ser la referencia, algo similar a lo que ya vimos con Lucas cuando jugaba como delantero centro.

Quedan 15 jornadas y la realidad es clara por el momento, seguir equilibrándose lo mejor posible y amarrar cuanto antes la permanencia. Si llegase una racha de tres o cuatro victorias seguidas, pues ya volveremos a analizar.



RESTAURANTE · CERVECERÍA

Torre Internacional

PARRILLA · RACIONES · PLANCHA

RESERVAS
881 968 627

Av. Navarra, 53 · 15002 A Coruña

ESCANEA NUESTRA CARTA







UN EQUIPO QUE ES CAPAZ DE LO MEJOR Y DE LO PEOR

El partidazo contra el Almería en Riazor, contrasta totalmente con la pobre imagen ofrecida en Elda.

El fútbol es tan cambiante, que tan solo se necesitan días para pasar del blanco al negro como si no hubiera un término medio, sensación que se multiplica por diez si eres aficionado del RC Deportivo, un equipo que en el actual curso 2024/2025 es capaz de lo mejor y de lo peor en espacios de tiempo cortos. El último ejemplo es claro, pues después de uno de los mejores encuentros de la campaña, derrotando a un gallo como el Almería en Riazor, el Depor fue al Pepico Amat una semana después y la imagen fue de las más pobres de la temporada. Y todo esto no es casualidad, ni tampoco que la Segunda División sea una categoría igualada, ni cosas que escuchamos mil veces y que a la vez no son inciertas, pero la realidad clara de este Depor es que tiene a algunos de los mejores jugadores de la categoría en el once, pero a su vez un montón de carencias en determinados puestos del terreno de juego. No se trata de señalar a nadie, ya que cualquiera de los futbolistas habituales del once inicial tienen sitio en esta plantilla, pero falta empaque y liderazgo claro en determinadas zonas, subir el nivel para poder aspirar a cotas mayores. Se intentó a la desesperada en el mercado de invierno, pero

entre que el lastre de puntos ya era grande cuando empezó febrero y que en Segunda es complicado entrar en rachas de cuatro o cinco partidos seguidos ganados, pues el Depor apunta claramente a quedarse en tierra de nadie este curso. Es difícil que el equipo pase problemas para salvar la categoría, algo es algo, pero es una pena ver una Segunda División terrenal y no aprovecharlo para pelear por objetivos más ambiciosos, sobre todo teniendo en cuenta que los que están sacando las castañas del fuego, la mayoría ya estaban en el club en Primera Federación.

Juan Carlos Escotet debe plantearse cuanto antes el proyecto del siguiente curso, pues aunque parezca una broma, los equipos ya se han comenzado a mover y si cuando llegue junio seguimos con una dirección deportiva de un calibre tan bajo, lo que nos espera es tener otro año similar o peor. Pensar en que se pueda ir Yeremay es para echarse a temblar, pero no porque salga del club, algo que puede ser perfectamente entendible, es ley del fútbol, sino por cómo se puede llegar a gastar el dinero en refuerzos viendo lo que llevamos visto durante cuatro mercados consecutivos.

Isabella Café
colombia

Gastronomía Colombiana

Lunes, Miércoles, Jueves y Viernes 8:00 a 00:30
Sábado y festivos de 9:00 a 00:30 | Domingo de 10:00 a 00:30
Martes Cerrado

Pedidos a domicilio
981 05 66 87

@isbellacafe_coruna

Rúa Alcalde Marchesi, 20, Bajo, 15006 A Coruña



LLEGAN DOS PARTIDOS DE MÁXIMA EXIGENCIA

El Huesca es el mejor equipo en las últimas diez jornadas y el Real Oviedo el segundo mejor.

La temporada avanza y el Depor debe seguir sumando a menudo para no verse inmerso en la pelea de la parte baja de la clasificación. Después de lo visto en el Pepico Amat ante el Eldense, el equipo de Óscar Gilsanz debe subir muchos enteros si quiere puntuar en las próximas jornadas, ya no por la imagen ofrecida, sino porque se va a enfrentar a los dos equipos más en forma del campeonato, ambos en zona de play off de ascenso y a un solo punto del liderato, lo que habla por sí solo sobre lo que viene a los nuestros. El primero en calibrar el nivel del Depor será el Huesca, conjunto sólido y rocoso donde los haya y que sumó 24 de los últimos 30 puntos en juego. Los oscenses no conocen la derrota en el torneo de la regularidad desde el 20 de noviembre, palabras mayores y algo al alcance de muy pocos en la Segunda División. Precisamente aquel día perdieron en Elda, en un choque muy similar al que cedió el Depor el pasado domingo. El cuadro dirigido por Antonio Hidalgo es el menos goleado de la liga y el sexto que más anota, obteniendo un balance de +16, el mejor de la liga.

Tras el encuentro ante los aragoneses, el Depor afrontará uno de los duelos más esperados por la afición, ante el Real Oviedo en el Carlos Tartiere, donde habrá marea blanquiazul a lo grande. El duelo es de alto voltage, pues el cuadro carbayón es el segundo más en forma de la categoría, tras sumar 21 puntos de los últimos 30. En las últimas diez jornadas, el equipo dirigido por Javi Calleja tan solo cedió un duelo, en casa ante el Córdoba, hace ya más de dos meses, concretamente el 21 de diciembre, encuentro previo al parón navideño. Si miramos a los números, el Real Oviedo aprovecha muy bien una diferencia de goles de +7, pues anota 38, tan solo dos más que el Depor, y encaja 31, tan solo dos menos que el Depor. La igualdad en esa materia es evidente que no se refleja en igualdad en la tabla clasificatoria, pues son 12 puntos los que sacan los azulillos al equipo herculino. Como comentábamos en el artículo anterior, este Depor es capaz de lo mejor y de lo peor, con lo que tras perder en Elda sin paliativos, que a nadie le extrañe que veamos ahora su mejor versión cuando más complicado parece.



KIUSAO
KUNG FU

ESCUELAS
WING CHUN &
ARTES MARCIALES

POTENCIA TUS HABILIDADES, CREA TU DESTINO Y EQUILIBRA MENTE Y CUERPO

Fisioterapeuta
Técnico Deportivo
Cinturón Negro 5º DAN
Maestro de Entrenadores FELODA
20 años de experiencia en Artes Marciales
Instructor profesional de Wing Chun de adultos e infantil
Fundador de las Escuelas de Wing Chun KIUSAO KUNG FU

Clases presenciales, clases online, clases privadas y vídeo-clases



MAESTRO SIFU JUAN SALDEÑO

C/ Seavella, 7 (San Pedro de Visma) A Coruña
661 778 091 (WhatsApp disponible)

kiusaokungfu.com



TRES CARAS NUEVAS Y UN REGRESO EN EL MERCADO INVERNAL

El Depor dio una sensación absoluta de improvisación en una ventana de enero que es pronto para valorar.

La fábrica blanquiazul continúa dejando muchísimas dudas cuando hablamos de refuerzos. Los fallos en las últimas tres ventanas, las que precedieron a esta última de enero, fueron muy evidentes y aunque la cuarta todavía es pronto para valorarla, lo que no escapa a nadie es que el Depor dio una sensación absoluta de improvisación, de no tener claro nada y sobre todo de máxima lentitud una vez más. Se consumió el mes de enero entero sin refuerzos, cuando se saben las carencias de este equipo desde septiembre, pero una vez más, el equipo volvió de las vacaciones de navidad con el mercado abierto, pero con cero refuerzos para subir el nivel. Los días fueron pasando y lo que nos temíamos todos terminó por convertirse en realidad, la dirección deportiva no fue capaz de moverse hasta los últimos días, con la complicación añadida de que Lucas Pérez abandonó el Depor, cansado de lidiar con ruedas de molino de una dirección del club incapaz. Se despidió de todos, menos de Benassi y Soriano, lo que ya es habitual en las últimas fechas, salga quien salga del club.

Tras la marcha del gran ídolo de la afición, lo impensable para cualquiera, comenzó la primera de las improvisaciones, así, en caliente, sin pensarlo. El Depor reclamó al Arenteiro el regreso de Diego Gómez. El canterano estaba destacando sobre manera en Primera Federación y adquiriendo una gran experiencia para regresar al Deportivo en junio ya preparado para formar parte de la primera plantilla. Los plazos de adelantaron, pero la realidad es que hace ya un mes de todo eso y desde entonces jugó un minuto contra el Levante, cuatro ante el Tenerife y cinco ante el Almería. Veremos que sucede, pero por el momento parece que el error es considerable. A partir de ahí, fichajes para el lateral zurdo, el centro del campo y la delantera, todos ellos en unos últimos días locos y todos ellos de jugadores que jamás han jugado en la Segunda División, ni siquiera en alguna liga nacional. La falta de adaptación empieza a notarse ya, y no están precisamente



DIEGO GÓMEZ REGRESÓ AL Depor

los meses siguientes al mercado invernal para andar adaptando piezas, sino para que rindan y ayuden a mejorar los problemas, ya que es cuando llega la hora de la verdad, cuando la competición ya no espera a nadie. El perfil de jugadores traído a la plantilla da para otro capítulo aparte, pues aunque todavía es pronto para hablar de nivel, sí vemos claramente las características y condiciones de cada uno, dando la clara sensación de estar alejadas de lo que necesita este equipo.




Especialidad en
**CARNES, PESCADOS
Y MARISCOS
A LA BRASA**

Abierto de **Martes a Domingo**

**LA
ESCONDITA**

Plaza María Pita, 1 B bajo
Reservas: **610 41 54 54**

 
@laescondita_coruna









ZAKARIA EDDAHCHOURI SE ESTRENÓ CON GOL

El delantero hizo el primer tanto del encuentro que enfrentó al Depor con el Almería.

El Dépor estaba necesitado de un delantero que viese puerta con asiduidad y tal vez lo haya encontrado en Zakaria Eddahchouri. El neerlandés se estrenó como titular ante el Almería en Riazor, tras debutar mediada la segunda parte en el desplazamiento a Eibar. Las cosas no le pudieron salir de mejor manera, pues en el minuto 19 abrió la lata, tras una maniobra de calidad, basada en un rápido control orientado con la pierna izquierda hacia la derecha, para buscar un tiro desde fuera del área a la media vuelta. Fue el delirio en un Riazor muy necesitado de poder disfrutar de arietes goleadores, veremos ahora si la racha puede continuar. Eso sí, no es Zaka el típico ariete que le gusta moverse por la punta o recibir de espaldas para abrir juego hacia

los extremos o la entrada del mediapunta, a él le gusta moverse fuera del área, cayendo a banda en muchas ocasiones. El Depor debe cambiar algunas premisas, pues es evidente que no es un delantero con un perfil como el que este equipo viene utilizando en los últimos años.

Zakaria Eddahchouri firmó con el Deportivo hasta 2028, tras pagar el conjunto coruñés una cifra próxima a los 300.000 euros, o al menos es lo que apuntan desde tierras neerlandesas, ya que el club hace tiempo que dejó de ofrecer cifras oficiales, algo que siempre gustaba a los socios y aficionados en ese sentido. Ahora toca ver si se confirman los buenos presagios iniciales y Zaka es un delantero que hace carrera en tierras herculinas.

VEN Y SALTA SIN PARAR

JUST KEEP JUMPING

CLIMB WALL

RESERVA YA TUS ENTRADAS EN www.urbanplanetjump.es/oleiros

Urban Planet | **INDOOR TRAMPOLINE PARK**

CENTRO COMERCIAL PARQUE OLEIROS



DANI BARCIA RENOVÓ CON EL DEPOR HASTA JUNIO DE 2028

La joven perla salida de la fábrica de Abegondo rechazó importantes ofertas para continuar ligado al club.

Era una de las noticias más esperadas por la afición y el pasado jueves 13 de febrero hubo fumata blanca de manera definitiva. Era un secreto a voces, pero hasta que la situación está sellada al 100%, el mundo del fútbol no ofrece tranquilidad a los aficionados. Hablamos de la renovación de Dani Barcia por el RC Deportivo, uno de los centrales con un futuro más prometedor de todo el fútbol nacional. Demostró en Primera Federación que está más que preparado para asumir galones y en Segunda División multiplicó sus grandísimas prestaciones. No solo es el central del futuro, sino el del presente, y eso debe tenerlo muy en cuenta Óscar Gilsanz, pues cuando el canterano se recupere de las molestias que lo apartaron del encuentro ante el Eldense, debe regresar a la titularidad a corto plazo, ya que no solo el equipo lo necesita con urgencia, solo hay que ver la salida de balón, sino que ya es sin ningún género de duda el mejor central de los cuatro que componen la actual plantilla del RC Deportivo. Terminaba contrato en 2026, disponía de ofertas, incluso tres de Primera División, una de la Premier League, otra del Calcio y dos de la Bundesliga, pero en una muestra de compromiso y amor al equipo de su vida, decidió que lo que le hacía feliz era quedarse en A Coruña, aún cobrando menos de lo que podía percibir en otros lugares.

Dani Barcia llegó al Depor en edad benjamín, pasando por todas las categorías del club hasta consolidarse en el primer equipo el pasado año. Anteriormente ascendió con el Fabril a Segunda Federación, siendo uno de los líderes de la plantilla que dirigía por entonces su actual entrenador, Óscar Gilsanz. También con el de Betanzos fue Campeón de España en categoría juvenil, tras imponerse el Depor por 3-0 al Barça en aquella histórica final de 2021, en la que Dani fue un auténtico valladar, secando al ataque culé en todo momento.

Con esta noticia confirmada, el Depor sigue con la política de renovación de canteranos, uniéndose el de O Temple a las continuidades de David Mella, Yeremay, Rubén López, Kevin Sánchez o Diego Gómez, todos comprometidos con el club con contratos a largo plazo.



8 EXPERIENCIAS
INMERSIVAS DE
REALIDAD VIRTUAL

ZERO
LATENCY VR

SIN MOCHILAS. SIN CABLES.
SIN LÍMITES. FREE ROAM.

▶ RESERVA YA

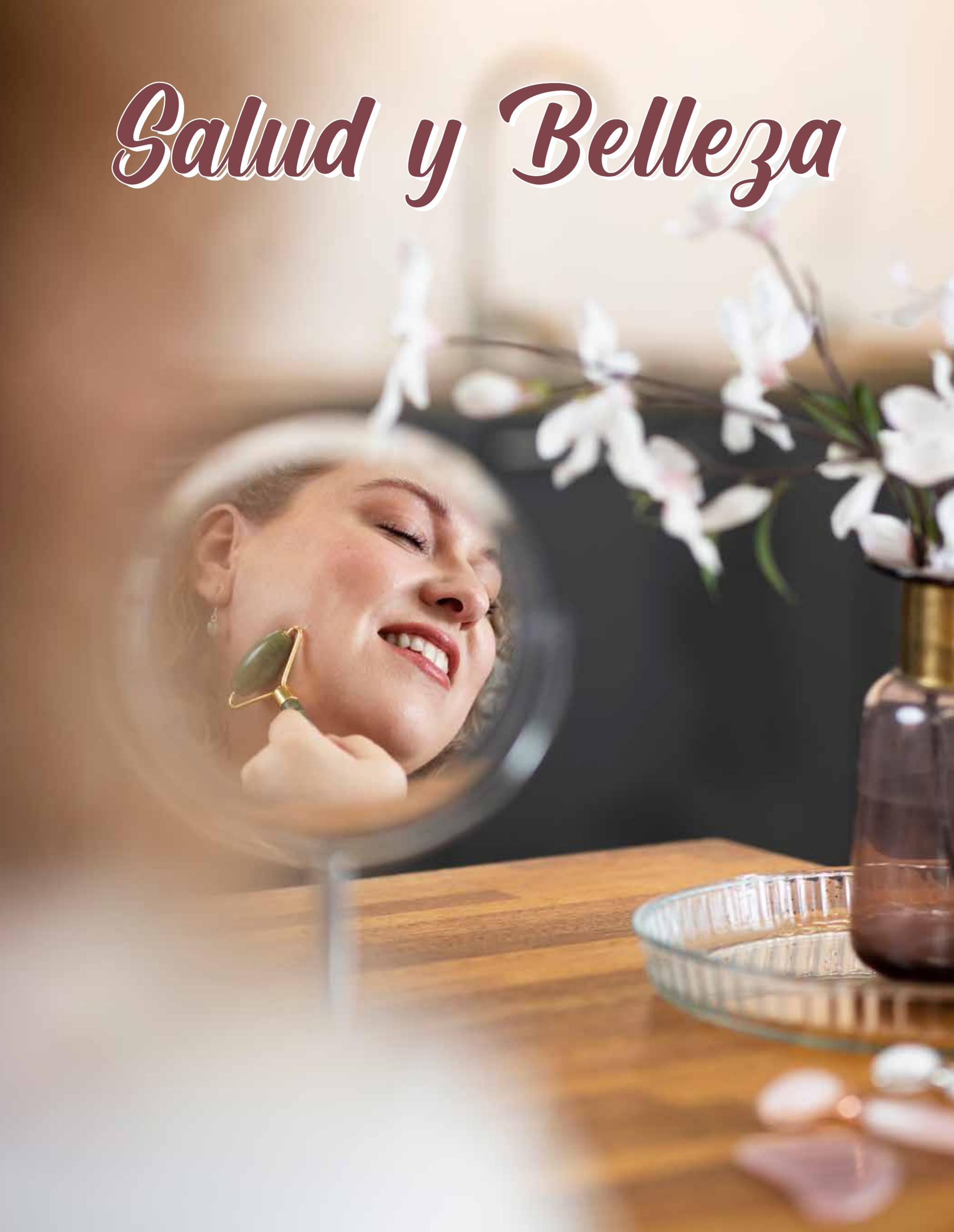


DESCUBRE:

- ▶ WARHAMMER 40K
- ▶ FAR CRY
- ▶ SINGULARITY
- ▶ OUTBREAK

EVENTOS Y RESERVAS
PRIVADAS DISPONIBLES

Salud y Belleza



A barbería de Xan



A barbería de Xan
 Rafael Alberti, 18 bajo 13
 15008 A Coruña
 617 952 330

BARBERIA INTERNACIONAL



Av. de Arteixo n.º 107 Bajo
 A Coruña
 T. 665 588 092
 698 950 563

La TRAMA BARBER STUDIO



Trabajamos con el corazón. No con las manos

NEOPOD
CLÍNICA PODOLÓGICA
 ANDREA ÍÑIGUEZ SÁNCHEZ
 SERVICIO A DOMICILIO
 OUIDOR GREGORIO TOVAR 17 BAJO IZQ
 15007 A CORUÑA
 881 884 393



Virsula Cacharrón
quiromasaje

Paseo de la Dársena 22 - 15001 A Coruña
 Siguenos en   608 001 141



Busy
 Belleza a tu alcance

Centro Busy, 14 años de experiencia
 Pioneras en Galicia en Depilación con hilo.
 Tratamientos con láser para pieles morenas.
 Rejuvenecimiento facial .
 Extensiones de pestañas, haz tu mirada deslumbrante.
 Manicura rusa.
 Alta Cosmética.
 ¡Descúbrenos!
 Se puede reservar en la app treatwell.



busybellezaatualcance.com 

662 336 733  610 097 944 

Avda Finisterre, 280 + stand en Marineda 

Juan Flórez, 5 - bajo (Frente al Hotel Hesperia)
 15004 A Coruña
 Tlf.: 981 227 942

Avenida de Finisterre, 27 · 15004 A Coruña
 Tlf.: 881 962 947

Riego de Agua, 20 · 15001 A Coruña
 Tlf.: 881 964 855

Brushing
BARBERSHOP
 A Coruña 1978
 • Cortes & Afeitados • Caballero •

HORARIO:
 Lunes a viernes de 9:00 a 21:00 h.
 Sábados de 9:00 a 14:00 h.



INDIGO

♦♦ TATTOO ♦♦

"Conoce Indigo Tattoo: Arte y Creatividad en la Piel
Ubicado en el corazón de A Coruña, Indigo Tattoo se ha consolidado como un referente en el mundo del tatuaje, ofreciendo diseños únicos y personalizados que combinan creatividad y técnica de alta calidad.

Con un equipo de talentosos artistas, como Basch.art y NaniLove, el estudio se especializa en plasmar ideas en la piel, brindando a sus clientes un proceso artístico con cuidado y detallado.

Además, Indigo Tattoo ofrece la oportunidad de reservar una consulta previa, donde los clientes pueden discutir sus ideas y ver un boceto del diseño antes de tatuarse.



☎ 638 387 040

📷 indigotattooestudio

📍 Calle Alcalde Soto
González, 23, Bajo, A
Coruña



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)



EL DEPOR ABANCA VIVE SU MEJOR MOMENTO EN LA TEMPORADA

Las de Fran Alonso acumulan cinco encuentros sin conocer la derrota, sumando 11 puntos de 15 posibles.

El Dépor ABANCA vive un momento de notable recuperación en la Liga F bajo la dirección de Fran Alonso, y eso que los inicios fueron casi de descabro absoluto. Desde su nombramiento en noviembre de 2024, el equipo ha mostrado una evolución significativa, alejándose de los puestos de descenso y consolidando una racha positiva de resultados formidable, pues no podemos olvidar que el Depor lleva cinco jornadas sin caer, en las que sumó once puntos, siendo el tercer mejor equipo del campeonato en este periodo, tan solo acumulando una unidad menos que Barça y Real Madrid.

Cambio en la dirección técnica y primeros desafíos

Tras una serie de resultados adversos, el club decidió cesar a Irene Ferreras el 23 de noviembre de 2024, nombrando a Fran Alonso como nuevo entrenador. En ese momento, el Dépor ABANCA se encontraba en zona de descenso con solo seis puntos en diez jornadas. Los primeros encuentros bajo la dirección de Alonso fueron complicados, incluyendo derrotas ante el Granada (5-0), el Real Madrid (1-4) y el Costa Adeje Tenerife (5-1). Entre medias llegó la primera victoria y además en un duelo clave contra un rival directo como el Valencia (0-2). Los tres puntos marcaron el inicio de una tendencia ascendente y dotó a las jugadoras de esa confianza extra que siempre dan los triunfos.

Racha positiva y consolidación

Después del parón navideño, el equipo sufrió una derrota ante el mencionado Costa Adeje Tenerife, pero posteriormente encadenó tres victorias y dos igualadas que le permitieron alejarse de la zona de descenso. Actualmente, el Dépor ABANCA acumula cinco partidos sin conocer la derrota, incluyendo un valioso empate sin goles ante el Atlético de Madrid en el es-



tadio ABANCA-RIAZOR. Este resultado refuerza la confianza del equipo y demuestra su capacidad para competir contra rivales de alto nivel.

Desempeño destacado del filial

Paralelamente, el Dépor ABANCA B está mostrando un rendimiento sobresaliente en la Tercera Federación. En su último encuentro, las jóvenes promesas blanquiazules lograron una contundente victoria por 8-0 ante el Sporting de Gijón B en Abegondo. Este grupo de jugadoras evidencia el buen trabajo en la cantera y augura un futuro prometedor para el fútbol femenino del club. El filial es líder cuando faltan ocho jornadas para el final, teniendo un punto de ventaja sobre el Olímpico de León y dos sobre el RC Celta.



Cachinho
O Sabor da Terra

ABIERTO los 365 días de 09:00 h a 21:00 h.

O Sabor da Terra
 Productos Artesanales de la Aldea,
 Empanadillas y Empanadas de Bergondo,
 Pan de Laracha, vinos cosecheros y
 Mucho más en un cachinho de la ciudad Coruñesa

Praza Mestre Mateo, 5 - A CORUÑA 655 648 338
 cachinho13@gmail.com @Cachinosabor





CRISTAL
HOTELES

Los Hoteles Cristal 1 y 2 ofrecen a sus huéspedes una cálida bienvenida a la bahía coruñesa con vistas idílicas y sonidos oceánicos que dejan de lado el estrés de la ciudad e invitan a desconectar por completo.

+34 981 148 738

Hotel Cristal 1: Rúa Venezuela, 1, 15011 A Coruña, España
 Hotel Cristal 2: Avd. San Roque de Afuera, s/n 15011 A Coruña - España
 hoteles-cristal.com reservas@hoteles-cristal.com



EL FABRIL PASÓ EL TOURMALET Y SIGUE EN LA PELEA POR EL PLAY OFF

El filial ya jugó en la segunda vuelta ante los tres primeros, además de visitar al potente Langreo.

El RCD Fabril está dejando sensaciones de equipo poderoso. Tras 23 jornadas transcurridas, los pupilos de Manuel Pablo pelean en la zona alta de la tabla, acumulando ya 33 puntos y soñando muy en serio con los puestos de play off de ascenso.

En su último encuentro, el filial logró una contundente victoria por 0-3 frente a la Unión Popular de Langreo en el Estadio Nuevo Ganzábal. El partido se inclinó a favor de los nuestros desde el minuto 11, cuando el jugador local Joselu Guerra fue expulsado con tarjeta roja directa. Aprovechando la superioridad numérica, el Fabril se adelantó en el marcador con un gol de Carreira en el minuto 38. Antes del descanso, el juvenil Manu Ferreiro amplió la ventaja en el minuto 44, y ya en la segunda mitad, Fabián selló el resultado definitivo en el minuto 63. Esta victoria refuerza la moral del equipo y consolida su gran posición, a un solo punto del play off con un encuentro menos jugado.

Sin embargo, no todo ha sido favorable en las últimas semanas. En la jornada anterior, el Fabril sufrió una derrota en casa por 0-2 ante el CD Numancia, líder del grupo. A pesar de mostrar un buen desempeño, dos goles de

Christian Dieste, uno al final de la primera mitad y otro al inicio de la segunda, fueron suficientes para que el conjunto soriano se llevara los tres puntos de Abegondo. La semana anterior, el equipo jugó en Riazor ante otro gallo como el Pontevedra, ganando por 3-0 y dejando a los granates sin liderato. A nivel institucional, el club solo ha realizado un fichaje en el mercado de invierno, el extremo senegalés de 21 años, Alioune Mané, que llegó para reforzar ambos extremos.

El Fabril tiene un desafío pendiente, que será el miércoles 19 de marzo, cuando se enfrente a la SD Compostela en el Estadio Vero Boquete de San Lázaro, en un partido aplazado correspondiente a la 20ª jornada. Este encuentro será importante para las aspiraciones del equipo de mantenerse en la pelea por los puestos de promoción.

Bajo la dirección de Manuel Pablo, el Fabril ha demostrado ser un conjunto competitivo y con ambición. La apuesta por jóvenes talentos es total y no va reñida con poder soñar con otro ascenso. La afición sigue de cerca el desempeño del filial, confiando en que mantenga la regularidad y consiga los resultados necesarios para culminar la temporada con una gran celebración.

<p>TOSTAS TOASTS</p> <p>SURTIDO IBÉRICO IBERIAN ASSORTMENT</p> <p>SANDWICHES SANDWICHES</p> <p>TAPAS Y RACIONES TAPAS AND PORTIONS</p>	<p>PARA LLEVAR - TAKE AWAY</p>	<p>ENSALADAS SALADS</p> <p>REVUELTOS SCRAMBLES</p> <p>PESCADOS FISH</p> <p>CARNES MEAT</p> <p>POSTRES DESSERTS</p>	<p>Telf: 981 213 857 Zalaeta, 24 - 15002 - La Coruña</p>
--	--------------------------------	---	--

<p>Cafetería Pizzería</p>	<p>ESPECIALIDAD EN ENTRECOT</p> <p>Menú del día Platos Combinados Pizzas y Pastas</p>
<p>Avda. de Erbecedo, 20. Coristanco</p>	<p>Telf.: 981 734 366</p>



SD HUESCA: TEMPORADÓN Y EN LA PELEA POR EL ASCENSO

Los oscenses no contaban en las quinielas iniciales, pero se ganaron el respeto a base de grandes partidos.

La Sociedad Deportiva Huesca atraviesa un momento destacado en la temporada 2024-2025 de la Segunda División. Tras 27 jornadas, el equipo se posiciona en los primeros puestos de la clasificación, acumulando una racha invicta de 12 partidos, con 8 victorias y 4 empates. Esta notable serie de resultados ha consolidado al cuadro aragonés como un firme candidato al ascenso a Primera, cuando pocos contaban con él a comienzo de curso. En su último encuentro, disputado en El Alcoraz, el conjunto oscense empató 1-1 frente al Granada CF. El partido estuvo marcado por la intensidad y las oportunidades para ambos conjuntos. Patrick Soko adelantó a los locales en el minuto 76, pero Lucas Boyé igualó para el Granada en el 84, tras un córner. A pesar de contar con un jugador más desde la expulsión de Ricard Sánchez en el minuto 50, el Huesca no logró mantener la ventaja. Este resultado dejó al equipo en la tercera posición con 47 puntos, manteniéndose en la lucha por el ascenso directo, pero perdiendo la oportunidad de auparse al liderato de la tabla y además en solitario. El entrenador Antonio Hidalgo expresó su satisfacción por el desempeño de sus jugadores, destacando la importancia de valorar la racha positiva y el esfuerzo constante de su equipo. Sin embargo, también mostró cierta frustración por haber dejado escapar dos puntos debido a un gol encajado en

una jugada de balón parado que consideró “mejorable”. En el ámbito institucional, el presidente Agustín Lasasa hizo un llamado a la afición para que continúe apoyando al equipo en El Alcoraz. Subrayó la necesidad de mantener la prudencia y la ilusión mientras el Huesca persigue el objetivo del ascenso, recordando el éxito histórico de 2018 como fuente de inspiración. En cuanto a la plantilla, esta ha mostrado una notable efectividad ofensiva. El equipo ha anotado 38 goles en 384 disparos, destacando la contribución de 15 jugadores diferentes en el marcador. Patrick Soko lidera la tabla de goleadores del equipo con 8 tantos. Esta diversidad en la capacidad anotadora ha sido clave para el éxito del Huesca en la presente campaña. Mirando al apartado médico, el defensor Miguel Loureiro ha presentado molestias musculares desde el partido contra el Córdoba del pasado 9 de febrero. Aunque las pruebas no han revelado una lesión grave, Loureiro continúa entrenando de forma diferenciada. Por otro lado, Gerard Valentín, Iker Unzueta y Moi Delgado están plenamente disponibles y ya fueron convocados la pasada semana para medirse al Granada, mientras que Javi Pérez se encuentran en la fase final de su recuperación, aunque está descartado para el choque de Riazor.



IP ELECTRICIDAD

INSTALACIONES ELÉCTRICAS - ILUMINACIÓN LED
MANTENIMIENTO DE COMUNIDADES
PORTEROS AUTOMÁTICOS Y VIDEOPORTEROS
MOTORES AUTOMÁTICOS - REFORMAS INTEGRALES
ENERGÍAS RENOVABLES - PLACAS SOLARES

Servicio urgente en averías
PRESUPUESTO SIN COMPROMISO
INSTALADOR AUTORIZADO
BTB3000398

IVÁN PEDREIRA - MÓVIL: 660 080 347 | IPELECTRICIDAD@YAHOO.COM / WWW.IPELECTRICIDAD.COM

PULPERIA LÚA CHEA



Ven a ver al DEPORTIVO

Retransmisión los mejores eventos deportivos en nuestras 5 pantallas



RACIONES



EXPERTOS EN PULPO





TELÉFONO: 881 873 604

Rafael Alberti, 31 15008 A Coruña



PATRICK SOKO: LA PIEZA CLAVE EN LA OFENSIVA DEL HUESCA

El atacante azulgrana está siendo absolutamente determinante casi en cada jornada y ya suena para Primera.

En la temporada 2024-2025, uno de los nombres propios que está marcando diferencias en la SD Huesca es Patrick Soko. Este extremo camerunés se ha consolidado como una figura imprescindible para el equipo dirigido por Antonio Hidalgo, gracias a su capacidad para desbordar, su velocidad explosiva y su aportación goleadora.

Una temporada de consolidación

Patrick Soko llegó al Huesca en 2022, procedente del Racing de Santander, donde ya había demostrado su talento en la Primera RFEF. Su adaptación al fútbol profesional fue rápida, y cada temporada ha ido sumando protagonismo en el conjunto azulgrana. Sin embargo, en esta campaña, el jugador de 26 años ha dado un paso al frente, convirtiéndose en el máximo goleador del equipo con 8 tantos en 27 jornadas.

Además de su faceta goleadora, Soko también es un asistente constante. Su capacidad para generar peligro desde la banda derecha ha sido clave en el esquema ofensivo del Huesca. Con un promedio de 1,8 regates completados por partido y una precisión en el centro del 70%, su impacto en el ataque es indiscutible.

Velocidad y desequilibrio: su sello personal

Lo que más destaca de Soko es su velocidad, que lo convierte en una amenaza constante para las defensas rivales. Su habilidad para superar a los laterales con regates directos y cambios de ritmo lo ha convertido en uno de los extremos más desequilibrantes de la Segunda División.

Además, su capacidad para decidir en los momentos clave ha permitido al Huesca sumar puntos importantes en partidos difíciles. Un ejemplo de ello fue su gol frente al Albacete en la jornada 20, cuando marcó en el tiempo añadido para asegurar una victoria crucial.

Un líder dentro y fuera del campo

Aunque su rendimiento dentro del terreno de juego es sobresaliente, Patrick Soko también ha demostrado ser un líder fuera del campo. En varias entrevistas, ha destacado la importancia del trabajo colectivo y el apoyo de la afición. Según Soko, "el éxito del Huesca radica en la unión del grupo y en el compromiso de todos los jugadores".

Además, el camerunés es un jugador muy querido por los aficionados, no solo por su entrega en el campo, sino también por su cercanía y humildad. Sus celebraciones de gol, siempre cargadas de emoción, reflejan el fuerte vínculo que tiene con la afición oscense.

El futuro de Soko en el fútbol profesional

Con su destacada actuación esta campaña, Patrick Soko no solo está llamando la atención en la Segunda División, sino también en equipos de la máxima categoría. Su contrato con la SD Huesca se extiende tan solo hasta junio de este año 2025 y no sería sorprendente que cambie de aires al término de la temporada, tras dejar claro que la división de plata se le queda pequeña.




LIMPIEZAS ISKRA

MÁS DE **10** AÑOS DE EXPERIENCIA

LIMPIEZAS DE COMUNIDADES

☎ 663 897 711



Tienda DELICATESSEN



***Embutidos premium* . comida preparada cada día.**

Conservas licores y empanadas
Vinos de las mejores cosechas y un montón
 de productos para darle el toque gourmet a tu mesa

Av.Mártires, 30 , 15175 Carral
 Av.Pasaje, 17 , 15006 A Coruña
 Av.Monelos, 115 , 15009 A Coruña
 C/Poeta Trillo Figueroa, 2 , 15009 A Coruña



Haz ahora tu pedido online
www.mariafabeiro.es

CONSTRUCCIONES Y REFORMAS

Especialistas en tratamientos contra la humedad

Sanysec

DIAGNÓSTICO GRATUITO **900 908 724**

www.sanysec.com



CAPILARIDAD



CONDENSACIÓN

REPARACIÓN GARANTIZADA
HASTA
30
AÑOS
REPARACIÓN GARANTIZADA



ESPOREFORMAS

- FALSOS TECHOS
- TABIQUERIA
- ALBANILERIA
- ALICATADOS
- PINTURA
- REFORMAS
- DESESCOMBRO

ESPOREFORMAS@GMAIL.COM TEL: 670 869 263



PINTURA Y DECORACION
PEDRO BRANDON NEGREIRA

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

LOS 2 HERMANOS

LIJADO
COLOCACIÓN DE PARQUET
BARNIZADO DE PISOS DE MADERA

☎ **981 663 453**
Móvil **608 583 721**

Rúa Polígono, 3 - Bajo
15679 EL TEMPLE - CAMBRE (A Coruña)

canalones
Frei o



695 120 730
estebanfreiyo.4@gmail.com



RECUPERACIONES
RECANJÍ

DESGUACE Y RECAMBIOS
COMPRA Y RECOGIDA DE TODO TIPO
DE VEHÍCULOS
TRAMITACIÓN DE BAJAS
CENTRO AUTORIZADO VFU
Código: SC-RP-P-XV-09362

recañjirecambios_15180
JOSÉ ESPRONCEDA, NAVE 21 - ALVEDRO - CULLEREDO
recañjirecambios@gmail.com ☎ **659 791 920**



E LÉCTRICA
Abeleiras

Instalacións eléctricas en xeral
Enerxía fotovoltaica

Germán Gerpe Prado
Móvil: **695 062 598**

Instalador autorizado

El hogar de sus marcas favoritas
con experiencia y conocimientos de color
PRODUCTOS PROFESIONALES
PARA EXPERTOS



PROINDE
Tu distribuidor de **PINTURAS**

DESDE 1991
La experiencia de grandes
profesionales a tu servicio.

📍 A Telva 13, 15181 Sigrás, Cambre 📧 proinde@proindesi.com ☎ 981 667 534 - 606 328 888



REFORMAS DE BAÑOS Y COCINAS ● IMPERMEABILIZACIONES

● REHABILITACIÓN DE CASAS ● TODO TIPO DE CONSTRUCCIÓN

Fernando Couceiro Carro
696 96 86 69

Lugar de Raxas, 27 · 15319 Bergondo · fernandocouceirocarro@gmail.com



CANALONES
de aluminio, cobre y cinc
FABRICACIÓN EN LA PROPIA OBRA
ASTRAY



Alfoli, 7 - BETANZOS (A Coruña) ☎ **658 471 455 - 665 386 685**

PORTAZGO SD



PORTAZGO SD: A POR TODAS HASTA EL FINAL

La temporada no está siendo brillante por el momento, pero la permanencia aún es posible.

El fútbol es caprichoso y el Portazgo Sociedad Deportiva está teniendo una temporada cargada de mala fortuna, tanto en el capítulo de las lesiones, como en el de los arbitrajes, como a la hora de que la balanza caiga de su lado en los duelos igualados. Por el momento, la cosecha es de tan solo 12 puntos, pero la parte positiva es claramente que el equipo todavía está vivo en la lucha por la permanencia, pues al término de la vigésima jornada tiene al Teixeira a solo tres puntos de distancia, al Marino a cinco y al Hércules a seis. Al equipo le está costando mucho hacerse fuerte en las áreas, pero sin embargo práctica un fútbol dinámico y esperanzador. Queixas, Teixeira, Órdenes B, Dorneda, Imperátor, Sporting Coruñés, Ozacesuras, Hércules, Sada, Brexo Lema, Culleredo, Marino y Atlético Castros son, por ese orden, los rivales del conjunto rojillo de aquí al término del curso. También tendrá dos encuentros extra, debido a aplazamientos, el primero ante el Sporting Ciudad, marcado para el próximo 4 de marzo y el segundo ante el Marino de Mera, marcado para el 12 del mismo mes. Bajar el ratio de goles en contra es la primera gran meta de un equipo que lleva 40 tantos recogidos de sus redes, siendo el tercero que más recibe de la liga. Los goles a favor también deben de subir algo, pero la realidad dice que si no se encaja mucho, las posibilidades de sumar son muy altas en cada partido. Jorge Gestal, David Pan, Marcos Gómez, Xabier Buján o Iván Seijas, son algunos de los grandes jugadores con los que cuenta el equipo dirigido por Jorge Guillamett, técnico también de gran nivel y que confía en una reacción de sus pupilos y en que la rueda de la fortuna comience a cambiar de una vez por todas para los suyos.

EL ALMEIRAS CAMINA FIRME HACIA EL ASCENSO A SEGUNDA

Liderato para el equipo de Miguel Pena en el grupo 2 de la Tercera Futgal de la delegación coruñesa.

La temporada camina bajo la tónica de la igualdad en el grupo 2 de Tercera Futgal de la delegación de A Coruña, siendo el líder un Juvenil Almeiras que ya es algo más que una simple revelación. Los de Miguel Pena mandan en solitario, después de disputarse la jornada 20, tras tres triunfos consecutivos, que dejan atrás el ligero bache que pasaron entre finales de diciembre y comienzos de enero, cuando se encontraron con dos derrotas seguidas. Su más inmediato perseguidor es el San Pedro, a tres unidades de distancia, mientras que Cristo Rey y Carnoedo se sitúan a cinco, estando en la lucha por el ascenso también el Burgo, a seis del liderato, no habiendo dicho su última palabra Mandiá y Unión Campestre e incluso tampoco Atlético Perillo, Sporting Cambre B y Obrero, sobre todo mirando a las plazas de play off. El curso del Juvenil Almeiras comenzó con una derrota en casa del Unión Campestre, pero el equipo no volvió a caer hasta la jornada 15, cuando lo hizo en casa ante el Obrero, cediendo una semana después también ante el Mandiá en tierras ferrolterranas. Esas son las tres únicas derrotas blanquiazules en el actual curso, mientras que se dejaron puntos en otros tres partidos, merced a igualadas en el marcador, concretamente ante Sporting Burgo, Miño B y Cristo Rey. El salto a Segunda ilusiona al equipo y también a una afición modélica y que jugará un papel muy importante en los meses restantes de competición.

El Juvenil Almeiras es un engranaje que brilla en lo ofensivo, anotando una media de casi tres dianas por partido, lo que lo sitúa como el equipo más goleador del campeonato. En tareas defensivas, el equipo mantiene el equilibrio y se sitúa como el quinto que menos encaja de la competición.

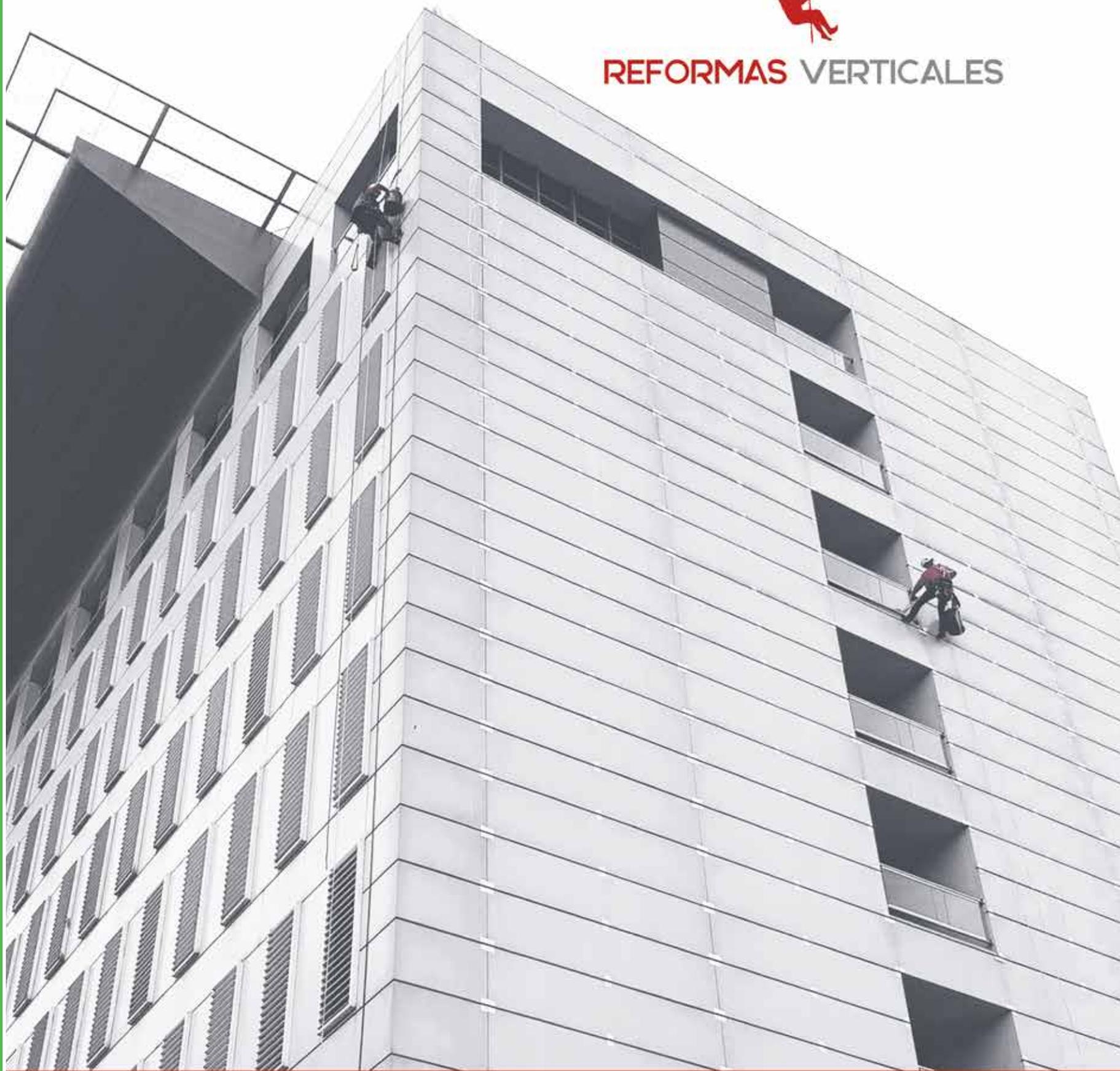
UD JUVENIL ALMEIRAS



RaVeR



REFORMAS VERTICALES



Telf: 881 065 604
info@raververtical.es



662015164

www.raververtical.es

Pza. Padre Busto, 22 Bajo Dcha. - 15009 - A Coruña

SPORTING BURGO



SPORTING BURGO: AGÁRRENSE QUE VIENEN CURVAS

Los próximos meses serán decisivos para los dos equipos senior, ambos en la lucha por cotas mayores.

El Sporting Burgo camina con paso firme con sus dos equipos senior, además de con una cantera de lujo, tanto en categoría masculina como en categoría femenina. La entidad presidida por Arturo Otero goza de una gran salud y cumple con los objetivos marcados, que pasan por tener siempre el futuro asegurado a través de futbolistas de la casa.

Los equipos senior buscan dar un pasito más en lo que queda de temporada, pues están instalados en la zona media-alta de la tabla clasificatoria, no habiendo dicho su última palabra de cara a jugar el play off. El femenino es quinto al término de la jornada 19, a cinco puntos del tercer puesto, ocupado por el Tordoia, teniendo las cullerenses un encuentro menos disputado, que de ganarlo las acercaría a tan solo dos unidades de la zona mágica. Tania Rey y Nair Yadira Lage forman una dupla ofensiva peligrosísima y ya suman 19 dianas entre ambas, diez la primera mencionada y nueve la segunda.

EL SENIOR MASCULINO TAMBIÉN VA A POR TODAS

También el senior masculino pelea por cotas mayores en la actual temporada 2024/2025, ya que tras ganar al Bribes por 1-3 escaló hasta la quinta plaza, a tan solo tres puntos de la segunda y a seis de la primera, cuando quedan catorce jornadas, además de una aplazada por el fuerte temporal de finales de enero. En el plano individual, el equipo funciona en bloque y como un reloj, pero si tenemos que quedarnos con un futbolista, ese es en esta ocasión Javi Liñares, quien se está destacando como uno de los jugadores más determinantes de la liga y el Burgo agradece sus goles sobre manera. Por el momento ya lleva diez, el sexto que más puerta ve de la competición.

OLÍMPICO CF



EL OLÍMPICO NO SE CONFORMA Y QUIERE EL PLAY OFF

El equipo dirigido por Carlos García tiene la permanencia asegurada y ahora busca una meta mayor.

No está siendo una temporada más en la Primera Galicia, pues la categoría se reformó y los equipos de los diferentes grupos gallegos se fueron poco a poco adaptando a la nueva situación, siendo los cambios bastante más significativos para unos que para otros. En lo que al grupo 1 se refiere, la esencia sigue siendo similar, aunque en esta ocasión hay más clubes capitalinos y de su área de influencia que nunca, como es lógico y normal, al haber ahora seis grupos para toda la comunidad autónoma, en lugar de los cinco que venían siendo habituales. La peor parte se la llevaron Club do Mar, Vizoño y Carral, pues de manera incomprensible se vieron obligados a pasar a jugar al grupo 2, el cual les viene bastante peor geográficamente hablando y aún encima les multiplica los gastos.

Mirando al Olímpico CF, la plantilla de los de Rutis está demostrando durante la temporada que es capaz de competir muy bien, con lo que la permanencia es una realidad, salvo catástrofe absoluta de no ganar prácticamente partido de aquí al final, lo que es poco menos que un imposible. Con todo, a los de Carlos García les está faltando esa regularidad necesaria para poder estar peleando de tú a tú por las tres primeras posiciones, ya que aunque son quintos al término de la jornada 21, tienen aún una desventaja de siete puntos con el Orillamar y de ocho con Victoria y Sporting Cambre. Tanto y a la vez tan poco, pues faltan trece jornadas y además quedan en liza un buen número de enfrentamientos directos.

En el apartado individual, Gabriel Blanco está siendo el jugador más peligroso de los de Rutis de cara a puerta y ya ha materializado nueve dianas hasta el momento, cifras sensacionales, sobre todo teniendo en cuenta que no estamos hablando de un ariete. Gran curso también de los Iago Fernández, Moisés Naveira, Adrián Remuñán o Guille Galán.



REACCIÓN FULGURANTE DEL AD CULLEREDO

Cuatro triunfos consecutivos encarrilan la permanencia del equipo dirigido por Mauro Vázquez.

La temporada avanza en el grupo 1 de Segunda Futgal de la delegación coruñesa, siendo el Sporting Coruñés un líder sólido, mientras que la lucha por la segunda posición de ascenso y por el play off está mucho más abierta, ya que entre el Dorneda, segundo clasificado, y el Xuventude de Crendes, séptimo, hay tan solo cinco puntos de distancia. Entre los dos clubes se sitúan Imperátor, Queixas, Breo Lema y Once Caballeros. Por su parte, Sada CF, Atlético Castros, AD Culleredo y CF Ozacesuras vienen más rezagados, pero todavía sueñan con poder limar las diferencias.

Mirando a la temporada del AD Culleredo, los de Mauro Vázquez no comenzaron bien el campeonato, pues no podemos olvidar que tan solo pudieron sumar cinco puntos en las primeras ocho jornadas. La situación se comenzó a encaminar con tres triunfos consecutivos, aunque el mes de diciembre volvió a ser de poca cosecha, con tan solo un punto sumado de doce posibles. La situación se estaba complicando un poco en la tabla, pero es que llegó 2025 y este AD Culleredo solo sabe ganar. Lo hizo en las cuatro citas ligueras que van disputadas hasta el momento, deshaciéndose de Brexo Lema, Sada CF, Atlético Castros y Sporting Ciudad, mientras que el choque ante el Marino fue aplazado por el temporal que azotó Galicia a finales del mes de enero. La nueva fecha del choque está marcada para el próximo 4 de marzo a las 12 de la mañana en Mera. Además de ese, faltan otros trece duelos que pueden todavía hacer soñar al equipo azul con algo más que la permanencia. Por el Municipal de Tarrío pasarán Once Caballeros, Teixeira, Dorneda, Sporting Coruñés, Hércules y Brexo Lema, mientras que los cullerdenses jugarán a domicilio ante Xuventude de Crendes, Queixas, Órdenes B, Imperátor, Ozacesuras, Portazgo y Sada.

Destacar, mirando al plano individual, el estado de forma de Juan Pardo, quien está situado entre los máximos artilleros del campeonato, tras superar ya la decena de goles. En este equipo también juega un futbolista con sitio varias categorías por encima de la Segunda Futgal, el joven y talentoso Nils Guve, ex de la cantera del RC Deportivo.





Librería Papelería

tu espacio de cultura y ocio



Teresa Herrera, 3



© tatonecervceria



Avda. de Rubine, 17-19 - A Coruña

© tatonecervcerias@gmail.com





VIDRIOS CORUÑA

TU CRISTALERÍA

Fabricamos, suministramos e instalamos:

Barandillas de cristal - Puertas templadas

- Vidrios laminados - Templados -

Serigrafiados - Cerramientos de terrazas y

Ascensores - Puertas apilables - Pergolas.

*Todo tipo de Espejos y todo lo
relacionado con el vidrio.*



 vidrioscoruna@vidrioscoruna.es

 881 878 916 - 660 520 042

 www.vidrioscoruna.es

La Cabaña

ASADOR LA CABAÑA

QUEREMOS QUE TE SIENTAS COMO EN CASA

**Especialista en carnes a la brasa.
Productos de la huerta y el mar**



📞 981 200 066

📍 Calle Torre, 93, 15002 A Coruña
www.asadorlacabana.es





EL SPORT SALA SUEÑA CON LA SEGUNDA DIVISIÓN “B”

Los de Iago Socastro pelean por el salto directo con un gran colchón para poder jugar al menos el play off.

El Sport Sala Culleredo pasa por el mejor momento de su historia y no solo cuenta con un equipazo, sino que pelea por dar el salto a toda una Segunda División B, palabras mayores, pero que no dan miedo a una plantilla que no se cansa de ganar desde que comenzó la temporada regular. Los de Iago Socastro sumaron 51 puntos de 60 y empatan en lo alto de la clasificación con el 5 Coruña FS, la otra gran sensación de la campaña. A estas alturas, parece claro que el ascenso directo es ya tan solo cosa de dos, pues el ED Vigo 2015 cuenta con once puntos menos en su haber, el Pazos de Borbén con doce menos y el Concello de Begonte se va ya a una distancia de trece unidades. Ojo de cara a un hipotético play off, pues cualquiera de los rivales mencionados cuenta con un engranaje potente y capacitado para poder plantar cara a cualquiera en una eliminatoria.

El 23 de marzo será el partido por todo lo alto entre cullerdenses y herculi-

nos, el cual podría ser absolutamente decisivo para el devenir del título. En el choque de la primera vuelta, jugado en el Pabellón Polideportivo de la Sagrada Familia de A Coruña, fueron los locales los que se llevaron el gato al agua, imponiéndose por 5-1. Desde ese día, el Sport Sala lo ganó todo, a excepción de un empate ante el Cidade de Narón, es decir, sumó 25 puntos de 27 posibles. El momento actual del equipo cullerdense asusta, pues anotó la friolera de veintiséis dianas en los últimos tres partidos, cifra demoledora y que deja claro que la pelea por el título será feroz hasta el final.

La plantilla del Sport Sala está compuesta por los siguientes jugadores: Fernando Conchado, Manuel del Castillo, Jaime Fernández, Dani Fernández, Andrés González, Óscar López, Jesús Ois, Manu Pazos, Víctor Pérez, Roberto Suárez, Brais Suárez, Stefano Taboada y Javi Veiga, siendo el gran Iago Socastro el técnico del equipo y Ángel Hermida un delegado de auténtico lujo.

MYSTERY
GATE

www.mysterygate.es

¡RESERVA YA TU AVENTURA!

Recorta este cupón y consigue

1 €

de descuento por persona

(NO ACUMULABLE CON OTROS DESCUENTOS)

ESCAPE ROOM

Reclamamos

**COMPLEMENTO DE
MATERNIDAD / PATERNIDAD**

675 590 964

OK LEGAL
ABOGADOS



EL CN CULLEREDO BRILLA EN EL CAMPEONATO GALLEGO ALEVÍN

Alba Cambre, Sara Carreira y Martín Mariño se auparon a lo más alto del cajón en tierras pontevedresas.

El Club Natación Culleredo no dejó títere con cabeza en el Campeonato Gallego Alevín de Inverno, celebrado a comienzos del mes de febrero en Pontevedra. Los mayores éxitos fueron conseguidos por Alba Cambre, Sara Carreira y Martín Mariño, quienes se auparon a lo más alto del cajón en diferentes pruebas, pero también Sara Suárez estuvo sensacional, subiéndose al podio, o Ainara Max y Jorge Rodríguez, dos nadadores con una proyección magnífica, pero que en esta ocasión tuvieron que conformarse con quedarse a las puertas de la presea. Mirando a los relevos, segundo puesto para el Culleredo en el 4x200 libre de estilo. No podemos dejar de destacar también el tercer puesto final del club en la clasificación femenina, ni tampoco el octavo en la tabla general. La entidad se volvió a consolidar como la mejor del área de A Coruña, lo que habla claro sobre el trabajo realizado por los técnicos, así como el gran esfuerzo y pasión que ponen los nadadores y las nadadoras en el día a día, entrenando a destajo, sin escatimar ni un esfuerzo.





 DANZA10STUDIO 

981 918 898 

GAMBRINUS 95, 15008, A CORUÑA

DANZA10
.COM

INFO@DANZA10.COM





Sambade muebles

www.mueblesambade.net



CAMARIÑAS: 981 736 193 • VIMIANZO (A Lagoa): 981 716 462 • MUXÍA: 981 742 456 • FERROL: 981 320 953 • OURENSE: 988 381 370



LEYMA CORUÑA: CATORCE FINALES PARA OBRAR EL MILAGRO

El conjunto herculino todavía está vivo en la pelea por la permanencia, pero urge una reacción inmediata.

El Leyma Basquet Coruña está pagando la novatada a lo grande en una Liga ACB con un nivel considerable. A mayores, los arbitrajes bochornosos cada semana están dejando claro que a la entidad naranja no se la está respetando. El último gran escándalo llegó en Badalona, donde el Leyma fue superior al Joventut, pero un arbitraje descaradamente casero llevó el partido a una prórroga donde terminaron por imponerse los locales. Lo más grave del asunto es que lo que se vivió en tierras catalanas lleva siendo la tónica habitual desde el comienzo de la temporada. Imposible que un modesto pueda salvarse con semejantes piedras en el camino. Y con todo lo expuesto no estamos diciendo que el Basquet Coruña esté en una mala situación solo por los colegiados, pues es evidente que la novatada la está pagando el club a todos los niveles. Desde una directiva que dejó pasar demasiado tiempo hasta traer refuerzos a una plantilla con claras muestras de debilidad, pasando por un cuerpo técnico que quizás pudo estar más vivo en algunos encuentros, también por una plantilla que se vio superada en determinadas situaciones por falta de concentración, y no podemos dejar pasar también el tema de la afición, la cual es modélica y se desplaza en masa, pero le falta calle. Y es que el Coliseum debe ser un infierno, como lo están siendo el resto de canchas. El claro ejemplo es el vecino Obradoiro en su época de ACB, pues era complicadísimo que un equipo saliese vivo de Fontes do Sar. Su afición fue la mejor de la liga en varias ocasiones y el Multiusos pasó a ser apodado "A Caldeira".



Quedan catorce finales y la buena noticia es que el equipo no está desahuciado, menos aún tras lo visto en Balalona ante un histórico. La experiencia ya la tenemos todos, incluso unos medios de comunicación que debemos volcarnos también mucho más con el Leyma, pues al César lo que es del César, tan solo Radio Marca está dando la talla de verdad, parecen los únicos que se han dado cuenta de la repercusión real que tiene la Liga ACB a nivel nacional. El resto progresamos, pero tenemos que dar más a esta gran entidad.



JA Construcciones Rehabilitaciones
J. Alvite París
 alviteparis@gmail.com
 Tif. 629 270 879

30 AÑOS APLICANDO SATE

MÁS DE 20 AÑOS REALIZANDO PROYECTOS DE CONSTRUCCIÓN Y REHABILITACIÓN EN GALICIA








EDIFICACIÓN - PROYECTOS DE OBRA NUEVA - INTRAESTRUCTURAS REHABILITACIÓN Y REFORMAS - GRANDES PROYECTOS (EDIFICIOS) DISEÑO DE INTERIORES - COORDINACIÓN DE SEGURIDAD Y SALUD

www.alviteparis.es
 A Santa,1 - MUIÑO - 15858 - Zas (A Coruña)



ÁNGEL NUÑEZ TRATA DE ADAPTARSE AL EQUIPO EN TIEMPO RÉCORD

El último fichaje del Leyma Basquet Coruña estará ya disponible para los próximos encuentros ligeros.

El Leyma Coruña ha reforzado su plantilla con la incorporación del ala-pívot dominicano Ángel Thomas Núñez Castillo para lo que resta de la temporada 2024/25. Núñez, de 33 años y 2,03 metros de altura, llega procedente del Slask Wroclaw de la liga polaca, donde promedió 13 puntos y 7 rebotes por encuentro.

TRAYECTORIA PROFESIONAL

Formado en la NCAA, Ángel jugó en universidades como Louisville, Gonzaga y South Florida. Tras su etapa universitaria, inició una carrera internacional que lo llevó a competir en Francia, República Dominicana, Puerto Rico, México, Israel, Grecia y Polonia. En su última temporada con el Slask Wroclaw destacó como máximo anotador y reboteador de su equipo en la liga doméstica.

PERFIL DE JUEGO

Núñez es un jugador versátil, capaz de desempeñarse en las posiciones de alero y ala-pívot. Destaca por su fiabilidad en el tiro exterior, manteniendo sólidos porcentajes desde la línea de tres puntos, y por su capacidad atlética para jugar por encima del aro y asegurar rebotes en ambos lados de la cancha.

DECLARACIONES DE UZAL

Charlie Uzal, director deportivo del Básquet Coruña, señaló las dificultades encontradas en el mercado de fichajes tras la salida de LJ Figueroa y destacó el compromiso de Núñez, quien renunció a participar con su selección nacional para unirse al Leyma.

INTEGRACIÓN DENTRO DEL EQUIPO

Ángel llegó a la ciudad el 8 de febrero y pasó satisfactoriamente el reconocimiento médico en el Hospital Quirón. Se espera que su adaptación sea rápida, además, el parón de selecciones fue positivo para que pudiese integrarse plenamente en la dinámica del equipo. El jugador estará ya disponible para los próximos compromisos ligeros. Con esta incorporación, el Leyma fortalece la plantilla, confiando en que la experiencia y versatilidad de Núñez contribuyan significativamente para alcanzar la permanencia.



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



Travesía de la Iglesia, 13 Bajo · O Temple (Cambre) · Telfs.: 981 650 908 - 677 554 516 · administracion@insdmacor.com

TRAUMACOR CULLEREDO

ESTE TRAUMACOR TODAVÍA
NO DIJO SU ÚLTIMA PALABRA

El equipo cullerdense está en plena lucha por la permanencia en la Tercera FEB, antigua Liga EBA.

Otro de los clubes que da esplendor al deporte cullerdense es el Traumacor Culleredo, entidad que tiene a su primer equipo compitiendo en toda una Tercera FEB, o lo que es lo mismo, en la antigua Liga EBA, cuarta categoría nacional. Como no podía ser de otra manera, el gran objetivo pasa por la permanencia, sobre todo teniendo en cuenta que descienden hasta cuatro equipos de un total de catorce, una verdadera locura y algo que debería cambiar con urgencia en las campañas venideras, pues estamos hablando del 28,57% de los equipos que conforman el grupo, lo que no se da en ningún otro deporte nacional, ni siquiera en la Segunda Federación de fútbol, en la que bajan cinco equipos de dieciocho, otra locura, pero la de la Tercera FEB de baloncesto es todavía superior y hace muy complicado que los equipos modestos puedan tener una estabilidad que los lleve a un crecimiento mayor desde la tranquilidad. Con todo, el Traumacor Culleredo suma cinco triunfos y empatas con la quinta posición por la cola, estando a tan solo dos victorias del séptimo puesto al término de la jornada 16. La permanencia es posible y las últimas diez semanas se presentan verdaderamente apasionantes. El Pabellón de O Burgo debe marcar las diferencias, pues los de Luis Fraga van a necesitar a su afición más que nunca al 100%. La competición finalizará el 26 de abril con un duelo ante el actual líder, Círculo de Gijón Noega Baloncesto, por lo que conviene llegar a ese día con los deberes hechos, ya que los asturianos es más que probable que puedan estar incluso jugando el primer puesto, ya que tienen a UCOGA Seguros CB Chantada y a Oposita Marín Ence Peixegalego a tan solo una unidad de distancia. El Traumacor cuenta con una estrella, que lo fue incluso en toda una ACB, como Alberto Corbacho, pero no podemos olvidarnos de la calidad que atesoran también los demás integrantes del grupo, los cuales mencionamos a continuación: Álvaro Añón, Christian Añón, Luka Bulashvili, Alberto Díaz, Ramiro Espinoza, Jorge Fernández, Borja Morcillo, Antonio Seijo y Fernando Vidal.

MARISTAS CORUÑA YA PELEA
POR EL PLAY OFF DE TÚ A TÚ

El equipo herculino comenzó la segunda vuelta con tres triunfos consecutivos y ya es segundo en la tabla.

El momento de forma actual del Maristas Coruña en la Liga Femenina 2 es extraordinario y en la ciudad herculina ya se empieza a soñar con otra fase de ascenso. Y es que el equipo dirigido por Fernando Buendía ya es segundo en la clasificación, tras comenzar la segunda vuelta con tres triunfos consecutivos, lo que le dio para superar en la tabla a GEIEG Pacisa, Mipelletymas B.F León y Mariscos Antón Cortegada. Tan solo el Bosonit Unibasket, conjunto que solo cedió un partido en todo el campeonato, supera a las nuestras dentro del grupo B. La clasificación para jugar el play off ya es el único objetivo en las nueve jornadas que restan para el término del campeonato regular. Ya el pasado curso estuvo Maristas en la fase, pero da esa sensación de que el equipo esta campaña está rindiendo incluso a un nivel más alto. Nevena Dimitrijevic pasa por un estado sensacional y en el último encuentro disputado fue la mejor del equipo, tras 18 puntos anotados, 7 rebotes capturados y una asistencia repartida. Las coruñesas se impusieron por 72-68 al Mipelletymas B.F León, rival directo en la lucha por estar entre los cuatro mejores equipos al término de la fase regular. Raquel Botana y Ana Jiménez también dejaron claro que son dos de las mejores jugadoras del campeonato.

Hablar de un hipotético ascenso a Liga Challenge siempre son palabras mayores, sobre todo teniendo en cuenta que Maristas no partiría como favorito llegado el momento, pero de una forma o de otra, ojo a este grupo colegial, formado por jugadoras de muchísima calidad y con una garra enorme para colarse en la fiesta de cualquier equipo gallo.

El conjunto coruñés jugó el último encuentro ante Mondragón Unibertsitatea, mientras que este sábado jugará en casa ante Aceites Abril ADBA Sanfer Art a partir de las 18 horas en el pabellón del Colegio Maristas. El apoyo de la afición está siendo de matrícula de honor un curso más.

MARISTAS CORUÑA



NEVENA DIMITRIJEVIC PASA POR UN ESTADO DE FORMA SOBRESALIENTE

HC LICEO



EL HOCKEY CLUB LICEO ENAMORA Y YA ES CANDIDATO A TODO

El equipo de Copa está brillando con luz propia y ya le planta cara a cualquiera y en cualquier situación.

El proyecto del Liceo está dejando claro que en Galicia hay muchísimo talento y además en diferentes generaciones, incluyendo las más jóvenes, pues lo que están demostrando Bruno Saavedra y Jacobo Copa está tan solo al alcance de los elegidos, de esos jugadores tocados con una varita mágica, los cuales tiran la puerta abajo tan solo con darles la oportunidad de brillar. Lo tuvo claro el místico, un Juan Copa que vio como un lince que con ellos no importaba su grandísima juventud. Son adelantados a su tiempo y las grandes estrellas del futuro a nivel mundial. El compostelano llegó a la casa verdiblanca el pasado curso, tras brillar primero en la cantera del Compos y posteriormente en el equipo senior del Dominicos en toda una OK Liga Plata. Allí coincidió con otro talento como Jacobo y entre ambos pusieron en pie a una Ciudad Vieja que volvió a ilusionarse a lo grande con los suyos. El salto del coruñés llegó tan solo doce meses después, uniéndose a su ex compañero en una primera plantilla liceista cargada de figuras y talento, pero en la que ninguno de los dos está precisamente de paso o para los minutos de la basura. Ellos son la juventud y el futuro de este nuevo Liceo en el que César Carballeira y Dava Torres ponen la capitanía, el saber estar y por su puesto esa veteranía que siempre es un grado. Ejercen de maestros y a la vez de líderes absolutos de un equipo que sin ellos no se entendería. No podemos olvidarnos tampoco de fichajes de lujo como los de Franco Ferruccio, Arnau Xaus o Nil Cervera, ni de un Fabri Ciocale cada vez más sensacional a sus 26 años. Martín Serra está a su vez imperial en portería, quedándose incluso a pocos minutos de batir el récord de imbatibilidad de la OK Liga. Lo impidió Pablo Álvarez en el Palau, en un partido en el que el Liceo cayó de manera inmerecida, pudiendo sin duda haber ganado a poco que la fortuna le sonriera en esos minutos finales con 1-1 en el marcador. Finalmente ganó el Barça, pero el equipo de Copa ya le mandó el primer gran mensaje de cara a un hipotético enfrentamiento en la fase final de la Copa, en el play off final por el título o en una WSE Champions en la que los nuestros ya están en cuartos de final, eso sí, por Can Barça no van las cosas tan boyantes y para pasar la liguilla deberán ganar sí o sí las dos últimas citas, una de ellas ante el siempre complicadísimo Reus Deportiu.

LA CLASIFICACIÓN PARA LA COPA DE LA REINA ES UNA REALIDAD

El HC Coruña Femenino sufrió mucho, pero logró el objetivo en un sensacional final de primera vuelta.

No fue una primera vuelta brillante del HC Coruña Femenino, pero diez puntos conseguidos de doce posibles en las cuatro últimas citas permitieron al equipo escalar hasta la séptima plaza, confirmando así su presencia en la próxima edición de la Copa de la Reina. Telecable, Esneca Fraga, Vilasana y HC Palau parten como favoritos, mientras que Manlleu, Cerdanyola, HC Coruña Femenino y Voltregá intentarán dar la sorpresa. Se intuyen eliminatorias apasionantes ante el gran nivel de los equipos. Mirando a las nuestras, se presentan como un engranaje muy peligroso, como ya demostraron en otras ocasiones, tanto en esta época del HC Coruña Femenino, comenzada la pasada campaña, como anteriormente cuando muchas de ellas formaban parte del HC Liceo. El único rival que se les atraganta a las de Stanis García es el Palau, pues al resto ya saben lo que es ganarle en alguna oportunidad. Siempre hay una primera vez y en el torneo del KO sería la ocasión perfecta para derribar también la barrera del equipo de la comarca del Vallés Occidental. Soñar con el título dando la sorpresa no una utopía, pues no podemos olvidar que en este equipo juegan jugadoras de la talla de Alba Garrote, máxima goleadora del equipo hasta el momento, Laia Juan, internacional con España y habitual en las últimas convocatorias, Bea Gaete, indispensable cada curso y una de las mejores jugadoras de la OK Liga, Verónica Caretta, sin duda, una de las mejores guardametas del mundo, o Inés Severino y Fernanda Muñoz, internacionales con Portugal y Chile de manera respectiva. No se queda ahí la cosa, pues aún faltan por mencionar a las Anna Bullo, Ari Escalas, Cris Diz, Mar Franci, Ale Marín o a la gran capitana Luchy Paz, jugadoras cuya calidad está fuera de toda duda.

Mirando a la OK Liga, el objetivo pasa por quedar en quinta posición al término del campeonato, plaza que tiene el HC Coruña a tan solo tres puntos de distancia. Los cuatro primeros continúan en una escala superior cuando hablamos de mantener una regularidad a lo largo de veintiséis jornadas.

HC CORUÑA FEMENINO





ATTICA 21 HOTELS OAR CORUÑA



PASEO MONUMENTAL Y A ESPERAR POR LA FASE DE ASCENSO

El Attica 21 Hotels OAR Coruña sumó 38 puntos de 40 posibles y ya es el gran candidato a nivel nacional.

Se agotan los calificativos para poder definir la temporada que está realizando el Attica 21 Hotels OAR Coruña. La racha de buenos resultados parece no tener fin y el equipo continúa mostrando una superioridad aplastante casi en cada duelo. No pierde desde la jornada 2 en casa del Carballal y la clasificación para la fase de ascenso es una absoluta realidad, teniendo tan solo que confirmarse de manera matemática. Y es que los de Fernando González sacan nueve puntos al segundo clasificado y diez al tercero, lo que habla por sí solo. Los coruñeses son ya considerados como grandes favoritos al ascenso en todos los rincones de España. Nadie quiere verlos ni en pintura en una fase de ascenso que a buen seguro será igualmente altamente complicada. Llegar en una forma excelente a ella es el siguiente gran reto de un cuerpo técnico que no se confía, y eso se puede comprobar en un día a día en el que los entrenamientos no han bajado ni un ápice en intensidad. Fernando dosifica las piezas y ahora llegan meses en los que tendrá que hilar muy fino. Queda todavía muchísimo para el mes de mayo y ese es el único peligro cuando se muestra una superioridad tan grande en la fase regular.

El club manifestó su ambición por ascender a División de Honor Plata y conformó una plantilla de lujo, equilibrada, competitiva y cargada de calidad. Faltan diez jornadas para que termine la fase regular, en la que los herculinos jugarán en casa ante Calvo Xiria, Luceros, Ciudad de Taraconte e Ingenio, mientras que a domicilio afrontarán duelos ante Bueu Atlético Balonmán, BM Ribeiro, Reconquista, Juventud Las Palmas, Gáldar y A Cañiza.

LA PERMANENCIA ES LA GRAN META DEL BALONMÁN CULLEREDO

El equipo disputa sus partidos en un Municipal de Tarrío que jugará un papel fundamental una vez más.

La Primera Nacional es una categoría de mucho nivel y repercusión, estando instalado en ella por segundo curso consecutivo un Balonmán Culleredo que afrontará las últimas once jornadas convencido de que puede llegar al éxito de la permanencia. No cabe duda que estamos hablando de uno de los clubes más modestos del tercer escalón nacional, pero tan solo en cuanto a presupuesto, pues si nos ceñimos al trabajo de jugadores, cuerpo técnico y directivos, esta entidad reluce como si fuese de Asobal. Y es que hay que hacer muy bien las cosas durante muchos años para llegar a conseguir un club de este calado, compitiendo en una liga nacional y con una cantera de auténtico lujo, que no deja de dar alegrías al pueblo cada curso desde hace ya varios lustros. Ahí está la clave del éxito, y ojo, pues lo mejor todavía está por llegar en los siguientes años. El relevo generacional está asegurado y ese es ya el primer triunfo de relumbrón de la familia que forma este extraordinario Balonmán Culleredo. Mirando a la tabla clasificatoria del grupo A de Primera Nacional, podemos observar como el Juventud de Las Palmas tiene prácticamente imposible la permanencia, pues la desventaja es de ocho puntos, cuando quedan once jornadas para la conclusión del campeonato regular. La otra plaza que llevaría a la quema está más abierta, ya que el Ciudad de Taraconte suma 7 puntos al término de la jornada 19, situándose a una sola unidad del BM Ribeiro y del propio Balonmán Culleredo.

Los pupilos de José Fernando Vázquez jugarán en las citas restantes ante Ingenio, A Cañiza, Reconquista, Porriño, Carballal, Teucro, Balonmán Lalín, Bueu Atlético Balonmán, Calvo Xiria, Ribeiro y Luceros. Ojo al encuentro de la penúltima jornada en el Pabellón Municipal O Consello de Ribadavia, ya que podría ser absolutamente decisivo para la clasificación final.





EL CP CORUÑA GANÓ EN PALETA DE CUERO Y CEDIÓ EN PALA CORTA

La próxima cita para los nuestros será a domicilio ante el Vallelado, conjunto de la provincia de Segovia.



El frontón de la Ciudad Deportiva de A Torre acogió la sexta jornada del Campeonato de España de Clubs de 1ª División Nacional, en la que el Club Pelota Coruña ganó en paleta de cuero, pero cedió en pala corta, tras un duelo muy igualado en el que tuvo opciones de triunfo.

PALETA DE CUERO

CLUB PELOTA CORUÑA (2) - CLUB ARTEPE (0) (15-12 Y 15-9)

Jugaron por los locales Gonzalo y Xabier y por los visitantes Iker y Mikel. En un partido muy disputado y con bastante peloteo, la gran actuación de los pelotaris coruñeses sirvió para hacerse con la victoria en esta modalidad y además sin ceder ningún parcial.

PALA CORTA

CLUB PELOTA CORUÑA (1) - CLUB ARTEPE (2) (14-15, 15-13 Y 3-10)

Formaron por los locales Eneko y Ekaitz, que jugaron ante Roberto y Xabier. En un gran encuentro marcado por la igualdad en los primeros sets, finalmente en el 3º los pelotaris del Artepe fueron superiores de principio a fin y se llevaron el gato al agua, tras mostrar una entereza física superlativa.

PRÓXIMA CITA

La próxima cita para el Club Pelota Coruña será como visitante ante el Vallelado. Los nuestros irán a por todas una vez más e intentarán imponer el gran estado de forma por el que pasan.

A L B A

ALMACENES DAILU, S.L.
MOBILIARIO DE COCINA Y BAÑO
ARMARIO Y REFORMAS EN GENERAL

“EL 21% DE LOS CORUÑESES NO COCINA NUNCA EN CASA” EL 21% DE LOS CORUÑESES QUIZAS NO NOS CONOCE

C/Ramón Cabanillas, 2 - BAJO - 15007 - A Coruña
981230221 - 981249657 - 607 902378

albacocinas1973
tiendas@mueblesalba.com

www.mueblesalba.com • almacenesdailu@gmail.com



EL CAMPEONATO DE ESPAÑA JUVENIL DE HOCKEY SALA YA ESTÁ AQUÍ

El pabellón de Novo Mesoiro acoge la fase final de un evento en el que Escola HC ejerce como organizador.

La fase final del Campeonato de España Juvenil Masculino de hockey sala se jugará en A Coruña desde este viernes 21 hasta el próximo domingo 23. Esta será la primera vez en la historia que la ciudad herculina acoja la fase final de un Nacional, independientemente de la categoría de la que hablemos. En la cita estará Escola HC, siendo el único representante clasificado de nuestra autonomía y además organizador de un evento de calado superlativo. En la entidad coruñesa están muy ilusionados, siendo siempre conscientes de que el potencial de los clubes que se han clasificado es elevadísimo, muchos de ellos llegados de comunidades autónomas en las que el hockey tiene una repercusión enorme, mucho más que en Galicia por el momento, con lo que no será una tarea fácil para los nuestros. Poder participar en el Campeonato de España y además en su tierra, no hay dinero que pueda pagarlo. Escola buscará dar la campanada y realizar un papel destacado una vez más. No

podemos olvidar que la entidad fue creada en el año 2016, lo que habla por sí solo sobre el crecimiento que fue obteniendo en estos casi nueve años. El actual campeón juvenil es el Junior San Cugat, conjunto que buscará revalidar el título en la Ciudad de Cristal, concretamente en el Pabellón de Novo Mesoiro. Los grupos quedaron confeccionados de la siguiente manera:

GRUPO A: Atlètic Terrassa, Club de Campo, Tennis Santander y Escola HC.

GRUPO B: Junior San Cugat, CD Terrassa, Egara Terrassa y Alcalá.

Mencionar por último que se clasifican dos por grupo para las semifinales. El torneo dará inicio en la matinal del viernes con las liguillas, quedando el gran plato fuerte para el domingo con la final y la lucha por el bronce.

9B INCORPORA
CLÍNICA DE FISIOTERAPIA

Fisioterapia Método pilates Fisioterapia a domicilio

Entrenamiento funcional Nutrición

605 572 691
Pza. Manuel Lugo, 4 Bajo 12
Temple (Cambre)

VIPKEL

AMAMOS LO QUE HACEMOS

ε 113 restaurante

UN RESTAURANTE CON VISTAS AL MAR,
SITUADO EN UN SITIO TRANQUILO Y APACIBLE.

T: 981 923 213
info@restauranteel13.es - www.restauranteel13.es
Rúa do castelo 3 . 15179 Oleiros A Coruña





CLUB DE CAMPO MADRID



CD TERRASSA



TENIS SANTANDER



ALCALÁ DE LA REAL



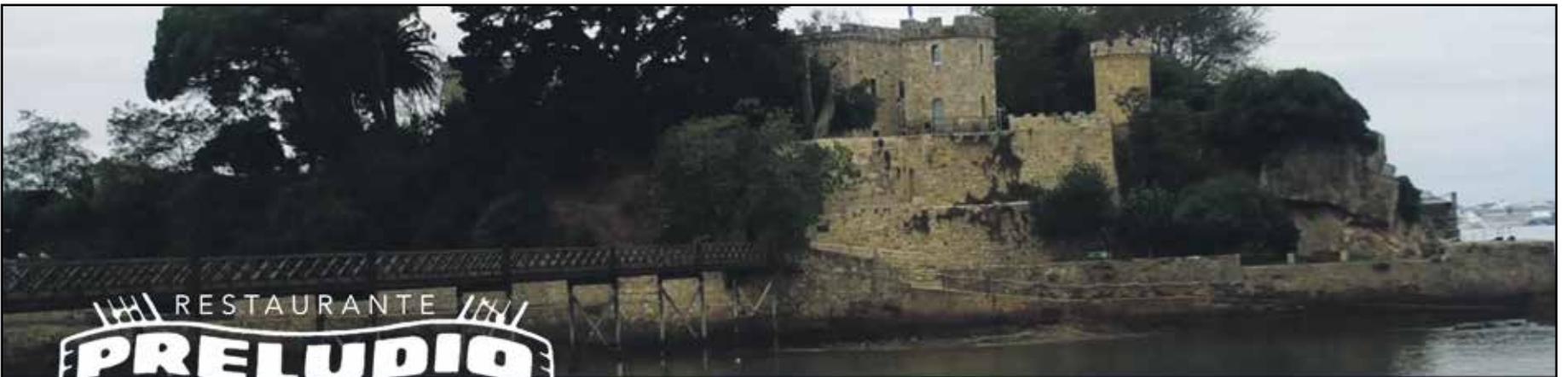
EGARA TERRASSA



JUNIOR SAN CUGAT



ATLÉTICO TERRASSA



C/ Rúa do Mar nº 2 · 15179 Santa Cruz (Oleiros)

T.: 981 61 42 57 - 981 61 52 78

Email : info@restaurantepreludio.com · http://restaurantepreludio.com





LA FÓRMULA 1 REGRESA CON CAMBIOS SIGNIFICATIVOS

La temporada dará inicio en Australia el 16 de marzo y finalizará el 7 de diciembre en Abu Dabi.

La temporada 2025 de Fórmula 1 se perfila como una de las más emocionantes y transformadoras en la historia reciente del deporte. Con cambios significativos en las alineaciones de pilotos, modificaciones reglamentarias y un calendario renovado, los aficionados pueden anticipar una competencia intensa y llena de sorpresas.

Cambios en las alineaciones de pilotos

Uno de los movimientos más destacados es la llegada de Lewis Hamilton a Ferrari, ocupando el lugar de Carlos Sainz, quien se une a Williams. Hamilton, siete veces campeón mundial, busca revitalizar a la escudería italiana y ampliar su legado en el deporte. Por su parte, Sainz inicia una nueva etapa con Williams, mostrando optimismo y determinación para llevar al

equipo británico de regreso a los primeros planos. En la presentación del nuevo monoplaza FW47, Sainz expresó: “Lograr un podio es improbable, pero nada es imposible”.

Además, Haas ha renovado completamente su alineación, incorporando al joven talento Oliver Bearman y al experimentado Esteban Ocon, en un esfuerzo por mejorar su desempeño en la parrilla.

Modificaciones reglamentarias y cambios en el calendario

La Federación Internacional del Automóvil (FIA) ha implementado varias modificaciones para la temporada 2025. Entre ellas, destaca la eliminación del punto adicional por la vuelta rápida en carrera, decisión tomada tras controversias en la temporada anterior.



keltói
viravento servicios, s.l.

Instalaciones eléctricas en general. Servicios de limpieza de obras y edificios públicos. Instalación y mantenimiento de parques eólicos y fotovoltaicos (energía solar).

✉ jgp@keltoi.gal ☎ **629 41 16 63**

📍 **Xunqueira, 3 - ANTES - 15256 - Mazaricos**



El calendario de 2025 incluye 24 Grandes Premios, manteniendo la expansión global de este deporte. La temporada comenzará en Australia el 16 de marzo y concluirá en Abu Dabi el 7 de diciembre. Además, se han programado seis carreras al sprint en circuitos como Shanghái, Miami, Spa, Austin, São Paulo y Catar.

Expectativas para la temporada

Con estos cambios, la temporada 2025 promete ser altamente competitiva. Equipos históricos buscan regresar a la cima, mientras que nuevas alineaciones de pilotos aportan frescura y dinamismo a la competencia. Los aficionados pueden esperar duelos emocionantes en pista y una lucha cerrada por el campeonato mundial.

Calendario

La temporada 2025 de Fórmula 1 promete ser emocionante, con un calendario de 24 Grandes Premios en circuitos emblemáticos y desafiantes. A continuación presentamos el calendario completo:

1. Gran Premio de Australia (Melbourne, 14-16 de marzo)
2. Gran Premio de China (Shanghái, 21-23 de marzo)
3. Gran Premio de Japón (Suzuka, 4-6 de abril)
4. Gran Premio de Baréin (Sakhir, 11-13 de abril)
5. Gran Premio de Arabia Saudí (Jeddah, 18-20 de abril)
6. Gran Premio de Miami (Hard Rock Stadium, 2-4 de mayo)
7. Gran Premio de Emilia-Romaña (Imola, 16-18 de mayo)
8. Gran Premio de Mónaco (Montecarlo, 23-25 de mayo)
9. Gran Premio de España (Barcelona, 30 de mayo-1 de junio)
10. Gran Premio de Canadá (Montreal, 13-15 de junio)
11. Gran Premio de Austria (Spielberg, 27-29 de junio)
12. Gran Premio de Gran Bretaña (Silverstone, 4-6 de julio)
13. Gran Premio de Bélgica (Spa-Francorchamps, 25-27 de julio)
14. Gran Premio de Hungría (Budapest, 1-3 de agosto)
15. Gran Premio de Países Bajos (Zandvoort, 29-31 de agosto)
16. Gran Premio de Italia (Monza, 5-7 de septiembre)
17. Gran Premio de Azerbaiyán (Baku, 19-21 de septiembre)
18. Gran Premio de Singapur (3-5 de septiembre)
19. Gran Premio de Estados Unidos (Austin, 17-19 de octubre)
20. Gran Premio de México (Ciudad de México, 24-26 de octubre)
21. Gran Premio de Brasil (São Paulo, 7-9 de noviembre)

22. Gran Premio de Las Vegas (Las Vegas, 21-23 de noviembre)

23. Gran Premio de Catar (28-30 de noviembre)

24. Gran Premio de Abu Dabi (Yas Marina, 5-7 de diciembre)

Este calendario ofrece una emocionante mezcla de circuitos clásicos y modernos, garantizando una temporada llena de desafíos y emociones para equipos, pilotos y aficionados por igual.



TALLERES GUILLIN (CGA CAR SERVICE)

HORARIO LUNES A VIERNES: 08:30 - 13:30 | 15:30 - 20:00

T.: 981 907 731 - 620 405 418 JAGUILLIN@HOTMAIL.COM

C/ EUSEBIO DA GUARDA, 9 BAIXO · 15007 · A CORUÑA

EL PODER DEL DEPORTE EN LA SALUD: MENTE Y CUERPO EN EQUILIBRIO

Cómo la actividad física regular potencia tu bienestar físico y emocional

El deporte no es solo una herramienta para lucir un cuerpo atlético; es, ante todo, un pilar fundamental para la salud integral. Practicar actividad física con frecuencia ayuda a prevenir enfermedades crónicas, fortalecer el sistema inmunológico y reducir el estrés, además de mejorar el estado de ánimo y la calidad del sueño. En este artículo, exploraremos los beneficios clave que aporta el ejercicio a la salud y ofreceremos consejos prácticos para incorporar rutinas deportivas en tu vida diaria.

1. Beneficios para el cuerpo

Fortalecimiento muscular y óseo: El entrenamiento de fuerza y los ejercicios de impacto moderado ayudan a desarrollar masa muscular y a reforzar los huesos, disminuyendo el riesgo de osteoporosis.
Salud cardiovascular: Actividades como correr, nadar o montar en bicicleta mejoran la circulación sanguínea y reducen la presión arterial, favoreciendo la salud del corazón.
Control de peso: Practicar deporte incrementa el gasto calórico, lo que facilita mantener un peso adecuado y reduce la posibilidad de padecer obesidad.

2. Beneficios para la mente

Reducción del estrés y la ansiedad: El ejercicio físico libera endorfinas, sustancias químicas que generan sensaciones de bienestar y placer.
Mejora de la autoestima: Ver progresos en tu resistencia, fuerza o habilidades motrices refuerza la confianza en uno mismo.
Regulación del sueño: Una actividad física moderada contribuye a regular los ciclos de sueño, facilitando un descanso profundo y reparador.

3. Cómo incorporar el deporte en tu rutina

Encuentra tu disciplina favorita: No todas las personas disfrutan de las mismas actividades. Experimenta con distintos deportes (yoga, baloncesto, senderismo, baile, etc.) hasta dar con el que más te motive.
Establece objetivos realistas: Define metas a corto plazo (como caminar 30 minutos al día) y ve incrementando la intensidad a medida que tu condición física mejore.
Crea un horario: Añade tus sesiones de ejercicio a tu calendario. Darle la misma prioridad que a otras obligaciones te ayudará a ser constante.
Escucha a tu cuerpo: Descansar también es parte del proceso. Si notas fatiga excesiva o dolor, ajusta la rutina y dale a tu cuerpo el tiempo que necesite para recuperarse.

4. Consejos de seguridad

Calentamiento y estiramiento: Dedica al menos cinco minutos a preparar el cuerpo antes de iniciar la sesión deportiva y estira al finalizar para prevenir lesiones.
Hidratación adecuada: Bebe agua antes, durante y después de la actividad física para reponer líquidos y sales minerales.
Equipo apropiado: Utiliza calzado y ropa deportiva que se ajusten correctamente a la disciplina elegida. En deportes de alto impacto o de contacto, considera protectores y accesorios de seguridad.
Practicar deporte de manera regular y consciente no solo te ayudará a mantener un cuerpo fuerte y saludable, sino que también fortalecerá tu mente y mejorará tu estado de ánimo. Con objetivos claros, disciplina y constancia, el ejercicio físico puede convertirse en un aliado incondicional para alcanzar un equilibrio pleno entre mente y cuerpo.





OSTEOPATÍA, MASAJES Y T.A.



**Osteopatía, Osteopraxia Biomecánica,
Kinesiotaping, Masaje descontracturante.
Masaje Deportivo.**



Ronda de Outeiro, N° 236 1° Izquierda A Coruña

644 407 730

statera.coruna



**Antonio Ruibal
QUIROPRÁCTICO**

Miembro de la Asociación Española de Quiropráctica No. 1038

dr.ruibal@gmail.com www.vertebral.es

C/ Concepción Arenal, 1 -Bloque 2- 1a LA CORUÑA
Rúa Amor Ruibal, 31-1A SANTIAGO
Rúa Padres Pasionistas, 20-Bajo CALDAS DE REIS

Telf: 609 82 69 67



Más calidad para su
total tranquilidad



MÁXIMA SEGURIDAD EN SU HOGAR

Instale puertas
acorzadas

PREMIUM 4C

DISTRIBUIDOR OFICIAL
EN GALICIA


CABMA
PUERTAS DE SEGURIDAD

Puertas Delfin

Ronda de Outeiro. 204 · Tel. 981 153 979 / 981 277 725
delfin@puertasdelfin.com www.puertasdelfin.es
Almacén en Polígono O Petón

DONNAIRE

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