



RC DEPORTIVO / CD MIRANDÉS



20/04/2026 • 20:30H.



ENTRE LA ILUSIÓN Y LA DUDA



Restaurante
ARTABRIA



981 269 646



/Artabria_rest



restaurantartabria.com



Rúa Fernando Macías, 28, 15004 A Coruña

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@acerooffice.com | T: 981 656 055

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

[CONTENIDO]

COLABORADORES	04
RC DEPORTIVO	09
EQUIPO VISTANTE	27
POLIDEPORTIVO	36
MOTOR	44

EDITORIAL

"Oportunidad perdida y paciencia agotándose"

El Deportivo volvió a dejar pasar una oportunidad de oro en Huesca y, si alguien quedó más señalado que nunca, ese fue Antonio Hidalgo. Las decisiones resultaron incomprensibles prácticamente desde el inicio, empezando por una alineación difícil de justificar viendo el momento de la temporada en el que nos encontramos. Durante una hora de partido, el equipo ofreció una imagen absolutamente infumable, sin ritmo, sin profundidad y sin la sensación de superioridad que debería transmitir un conjunto llamado a pelear por el ascenso directo.

La reacción llegó con el paso de los minutos, el equipo consiguió adelantarse en el marcador y todo parecía encarrilado. Pero cuando el partido pedía control, pausa y sentido común, las decisiones desde el banquillo volvieron a resultar totalmente equivocadas en el contexto que se estaba jugando. No hace falta ser entrenador ni un experto en táctica para entender que los cambios terminaron por desordenar al equipo, perder el control de la situación y meter al Deportivo en un escenario innecesario de incertidumbre. El empate en el descuento fue el castigo final, aunque incluso pudo ser peor viendo cómo acabó el encuentro.

Empieza a ser difícil explicar cómo este equipo ha dejado escapar tantas oportunidades a lo largo de la temporada. También cuesta entender cómo un técnico puede equivocarse tantas veces sin que las consecuencias en la clasificación sean mayores, sostenido una y otra vez por la calidad individual de unos jugadores que han resuelto situaciones que apuntaban claramente al desastre. Llega un punto en el que la excesiva prudencia, la falta de ambición y la sensación de complicar lo que parece sencillo terminan pasando factura. El Deportivo debería tener esta liga mucho más encarrilada, con una ventaja clara sobre el tercer clasificado, pero nunca existió la valentía suficiente desde el banquillo para dar ese paso al frente que hubiese marcado diferencias. A siete jornadas del final, lo único que queda es encomendarse a una plantilla que está dando absolutamente todo y que, gracias a su talento, ha sido capaz de sostener al equipo en momentos complicados.

Quedan siete finales y el otro gran empujón debe llegar desde Riazor. El estadio tiene que volver a convertirse en esa caldera que tantas veces llevó al equipo hacia objetivos que parecían imposibles. Cuatro partidos en casa que pueden marcar el futuro inmediato del club. Ganarlos supondría dejar el ascenso directo muy cerca, obligando a sumar poco más lejos de A Coruña en un tramo final de temporada en el que todos los equipos aprietan y cada punto cuesta el doble.

Hablar ahora de play off suena a mediocridad impropia de la dimensión del Deportivo. Nadie en A Coruña acepta discursos conformistas ni mensajes que rebajen el objetivo. Esta afición sabe perfectamente lo que es el Dépor y también lo que cuesta regresar cuando se cae demasiado bajo. Lo ha vivido todo en apenas dos décadas, desde la gloria más absoluta hasta los momentos más difíciles en Primera Federación.

Por eso mismo, el mensaje debe ser claro: el Deportivo no está para especular, ni para dudar, ni para conformarse con caminos más largos. Está para ascender. Y cuanto antes lo entienda todo el mundo, mejor.

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

ANDRÉE MONTESINOS

PUBLICIDAD

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:



JORGE URIACH

"Más competir que dominar la situación"



El empate del Deportivo ante el Huesca deja algo más que un resultado corto. Deja una sensación incómoda: la de un equipo que está bien posicionado en la tabla, pero que no termina de transmitir seguridad. El Dépor está arriba y, a estas alturas de la temporada, eso tiene un valor enorme, pero también es cierto que su rendimiento genera más dudas que certezas en muchos tramos de los partidos. Lo que se vio en Huesca no es nuevo, pero sí significativo.

Durante buena parte del encuentro, el equipo fue incapaz de generar peligro real, sin ritmo y con dificultades para asentarse en campo rival. Y, sin embargo, tras el descanso apareció otra versión: más dinámica, más agresiva y con mayor presencia ofensiva.

Los cambios ayudaron a activar al equipo, que pasó de estar incómodo a competir con mayor intención. El problema es que esa mejoría aparece demasiado tarde o dura demasiado poco. La acción final de Charlie Patiño acapara titulares, como es lógico. Es una jugada que condiciona directamente el resultado y deja una imagen difícil, pero el análisis no puede quedarse ahí.

Cuando un equipo no logra controlar los partidos, queda más expuesto y, en ese escenario, cualquier error individual tiene un impacto mayor. No es solo lo que ocurrió en esa jugada, sino el contexto en el que se produce. El Dépor no terminó de cerrar un partido que parecía tener encarrilado y eso habla más del equipo que de una acción puntual.

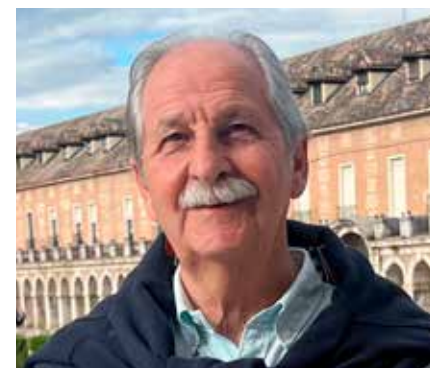
En el lado positivo, conviene señalar que hay jugadores como Nsongo, que volvió a aportar ese punto de intensidad que el equipo necesita. Eleva el ritmo del partido y empuja al equipo hacia delante.

A día de hoy, el Dépor es un equipo que sabe competir, pero al que le falta algo todavía más importante: control. No impone su ritmo con regularidad ni domina los partidos durante largos tramos. Está más cómodo reaccionando que proponiendo, y en un equipo que aspira al ascenso ese es un aspecto clave. El Deportivo está donde quiere estar, pero no siempre juega como se espera de un equipo en esa posición.

En paralelo, el Fabril representa una de las noticias más positivas del club. Su ascenso a Primera Federación es el resultado de un trabajo sólido. Más allá del logro colectivo, es una señal de que la base funciona, de que existe una estructura que sostiene y proyecta al primer equipo. Esa es, probablemente, la mejor noticia a medio plazo. O así me lo parece...

FERNANDO BLANCO

"Calma, acierto y evitar la lotería"



Con siete jornadas por delante, el Deportivo afronta el momento decisivo de la temporada en una posición privilegiada, pero también con la exigencia que implica estar tan cerca del objetivo. La experiencia en situaciones similares invita

a afrontar este tramo final con calma, sin obsesiones, pero con la determinación de quien sabe que el ascenso directo debe ser prioritario para evitar la incertidumbre del play off.

El calendario presenta una oportunidad clara. De los siete partidos que restan, cuatro se disputarán en Riazor, donde el Dépor debe hacerse fuerte. Sumar esos doce puntos supondría un paso muy importante, obligando a los rivales a un ritmo muy alto para poder alcanzar la segunda plaza. Los encuentros fuera, en escenarios exigentes como Valladolid, Burgos o Cádiz, exigirán competitividad y capacidad para sumar, pero el primer paso pasa por no fallar ante rivales de la zona baja como el Mirandés.

Precisamente este tipo de partidos exigen máxima concentración. La clasificación puede invitar a pensar en un duelo asequible, pero la experiencia demuestra que ningún encuentro resulta sencillo a estas alturas del curso. Equipos en descenso compiten al límite y pueden sorprender si el partido no se encara con la intensidad necesaria desde el primer minuto. El Deportivo no puede permitirse repetir situaciones como la vivida en Huesca, donde tardó en activarse y dejó crecer al rival durante buena parte del encuentro. La plantilla ofrece alternativas para afrontar este tramo con garantías. El equipo mantiene una base sólida de futbolistas habituales y una rotación relativamente amplia que permite gestionar esfuerzos. Sin embargo, el debate se centra en determinadas decisiones técnicas, especialmente en la gestión de cambios y alineaciones en momentos clave. Existe la sensación de que, en el tramo decisivo del curso, conviene apostar por los jugadores más conectados con la dinámica competitiva, evitando riesgos innecesarios con futbolistas que han tenido menos continuidad durante la temporada.

La nota más positiva en clave de futuro llega desde el Fabril, que ha logrado el ascenso tras una temporada sobresaliente bajo la dirección de Manuel Pablo. El filial ha demostrado regularidad, capacidad y una estructura de equipo muy sólida, manteniendo su rendimiento incluso cuando varios jugadores fueron requeridos por el primer equipo. La profundidad de plantilla, la aparición de nuevos talentos y la respuesta de futbolistas menos habituales han confirmado el buen trabajo realizado en Abegondo. El salto a Primera Federación supondrá un nuevo reto, con un nivel más alto y rivales con mayor experiencia, pero también abre una oportunidad importante para consolidar el crecimiento de la cantera. El club dispone de una base sólida sobre la que construir el futuro. El Deportivo encara así un final de temporada en el que cada detalle contará. El objetivo está al alcance, pero exige determinación, claridad en las decisiones y máxima competitividad. El ascenso directo no solo evitaría la incertidumbre del play off, sino que confirmaría el paso adelante que el club lleva tiempo buscando

Mesón A RÍA Pulpeira

CERRAMOS POR DESCANSO
LOS DOMINGOS TARDE Y LUNES TODO EL DÍA

aria.mesonpulpeira

A Ría

Mesón - Pulpeira

981 663 142

Paseo dos Templarios, 5 - O Temple - Cambre

RAÚL INFANTE

"El momento de decidir"

La situación del Deportivo invita a una reflexión profunda sobre el rumbo que está tomando el club en varios aspectos clave. Una de las cuestiones que más debate genera en el entorno deportivista es la renovación del director deportivo por tres temporadas más. A estas alturas, cuesta encontrar argumentos convincentes que justifiquen esa decisión si se analizan los últimos años en materia de planificación de plantilla. Han sido temporadas marcadas por dificultades, decisiones discutidas y un rendimiento que en muchos momentos ha estado por debajo de lo esperado para una entidad del peso del Deportivo. En más de una ocasión, la sensación ha sido que los problemas se han ido salvando gracias a factores externos o al empuje de otros protagonistas, con la cantera de Abegondo como uno de los grandes sostenes del proyecto. Sin ese trabajo formativo, el riesgo de haber permanecido más tiempo en categorías inferiores habría sido muy real.

La afición ha mostrado su descontento en diferentes momentos, con Riazor expresándose de forma clara sobre la gestión deportiva de Soriano. El debate no es nuevo, pero sí parece haberse intensificado a raíz de decisiones que no han terminado de convencer. El Deportivo necesita seguir construyendo ese proyecto sólido y coherente que hace club, con una dirección deportiva que refuerce de verdad al equipo y reduzca la dependencia de soluciones de urgencia.

Mirando a lo deportivo, el empate en Huesca dejó sensaciones contrapuestas. El equipo firmó un partido serio en algunos tramos, pero volvió a evidenciar una de sus carencias más repetidas durante la temporada: la dificultad para transformar el juego en ocasiones y goles. El Deportivo genera situaciones por momentos y compite bien, pero le cuesta concretar y a veces hasta llegar más, un problema que condiciona resultados.

La plantilla tiene carencias, nadie lo puede ocultar, pero a la vez ofrece nivel suficiente para aspirar a todo en una categoría como la Segunda, muy lejos del nivel y la exigencia de la Primera División. El Dépor debería pasar por encima de la mayoría de rivales, aunque algunas decisiones técnicas dejan que desear y están generando debate. Con el equipo instalado en posiciones de ascenso directo por golaverage y con un puñado de equipos pisándonos el cogote, el objetivo inmediato pasa por mantener esa ventaja y evitar un play off siempre imprevisible.

La temporada deja una noticia especialmente positiva en clave de futuro: el ascenso del Fabril bajo la dirección de Manuel Pablo. El filial ha completado un curso brillante, con jugadores que piden paso y que refuerzan la idea de que Abegondo sigue siendo uno de los grandes pilares del Deportivo. Si se gestiona con inteligencia, este talento puede aportar soluciones importantes al primer equipo a corto plazo.

El Depor jugará ahora el tramo decisivo del campeonato en una posición privilegiada, pero consciente de que el margen de error es mínimo. El objetivo está cerca, aunque todavía exige claridad, coherencia y mucho acierto en las decisiones.



JORDI URIACH JR.

"Entre el ascenso directo y las dudas"

El empate en Huesca deja una sensación clara: el Dépor está más cerca de lo que parece, pero también más lejos de lo que necesita. Tiene momentos de equipo que quiere mandar, tiene jugadores que marcan diferencias y tiene competitividad. Pero le falta continuidad, le falta control y le falta creerse, de verdad, el equipo que quiere ser.

Eso sí, conviene no perder la perspectiva. Seguramente, si en la jornada 35 nos dicen que el Dépor estaría en puestos de ascenso directo, lo hubiésemos firmado todos. Y ahí está el punto de equilibrio del análisis: valorar lo conseguido... sin dejar de exigir lo que este equipo puede llegar a ser.

Porque el Dépor compite como un equipo con ambición, pero todavía no domina como un equipo preparado para cumplirla. El empate del Deportivo de La Coruña en El Alcoraz ante la SD Huesca no deja solo un punto en la clasificación, sino que refuerza una sensación que se viene repitiendo: el equipo está ahí, compite, suma... pero no termina de imponerse.

Si algo dejó el partido fue una sensación bastante clara: el Dépor tuvo dos caras muy marcadas. No fue un partido brillante, pero sí dejó claro que cuando el equipo sube el ritmo y mete más intensidad, es capaz de competir mejor. El problema es que no le dio para mantenerlo durante todo el encuentro.

El foco está en Charlie Patiño, y es normal. La acción final marca el resultado y deja una imagen difícil en un equipo que quiere aspirar a más. Pero no todo se puede reducir a ese error.

Patiño quedó señalado, sí, pero el problema va más allá. El equipo no siempre controla los partidos y eso hace que cualquier fallo pese mucho más. Cuando no dominas, los errores se notan el doble.

El Dépor está siendo un equipo que compite mejor de lo que domina. Se adapta más de lo que impone, reacciona más de lo que propone y vive más de momentos que de una idea sostenida. Defiende con orden y compite en escenarios complicados, pero en ataque le falta continuidad y claridad para gobernar los partidos. Y ahí está el salto que le falta dar.

Mientras tanto, el Fabril deja una de las mejores noticias del club con su salto a Primera Federación. Más allá del resultado, es un mérito claro de equipo: de un grupo que ha competido con regularidad, que ha sabido mantenerse y que ha construido el ascenso desde el trabajo colectivo.

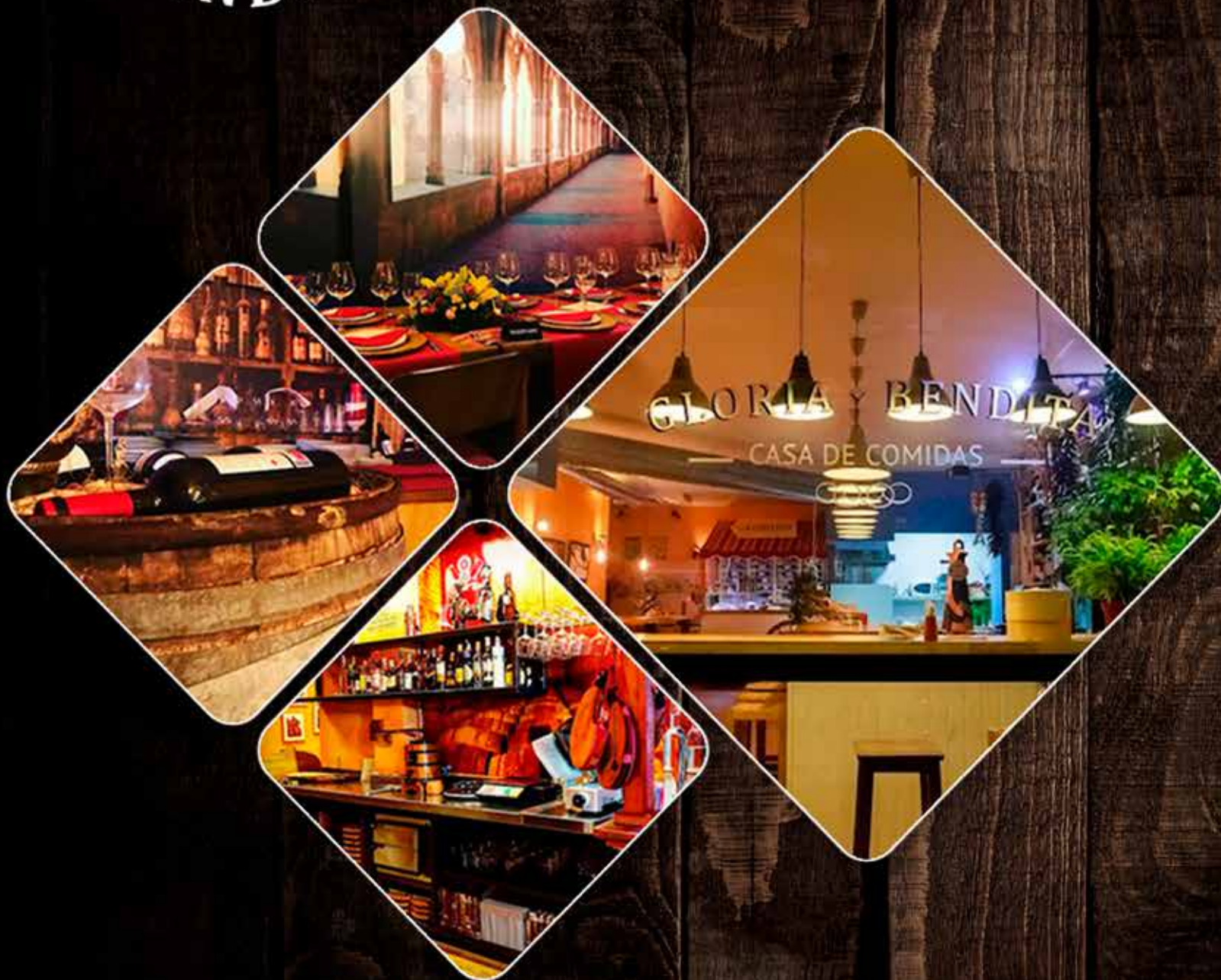


**DEL MAR A TU MESA.
ASÍ DE FÁCIL, ASÍ DE BUENO**
Recomendado por quien más sabe:
Martín Berasategui



Gloria Bendita Coruña y Cielo 91 son restaurantes sin contemplaciones... producto, experiencia, tradición y respeto.

NUEVA GERENCIA



620 002 701



www.gloriabenditarestaurante.com



Rúa Riazor, 2, 15004 A Coruña



Especialidades en:

*Arroces de marisco, paella negra de calamares, carnes
maduradas en cámara a la brasa, navajas, berberechos,
pulpo, lomo de bacalao a la brasa, zamburiñas, etc*

**Restaurante de estilo rústico chic, con platos de marisco,
chuletones, paella y una extensa carta de vinos.**



Jamones y Embutidos Ibéricos
Quesos

Productos de
"Cerdo Celta"

Vinos - Conservas
Delicatessen

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

El
Tío
Juan



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

C/ Rafael Alberti A Coruña
Tel: 881 067 613

ESTADIO ABANCA RIAZOR

LUNES 20 ABR 2026 · 20:30 H.



RC DEPORTIVO

VS



CD MIRANDES



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

CAÑÁS
Panadería - Pastelería



Rúa Belvís de Paleo, n.º 3 CARRAL · 15175 A Coruña

981 672 652



RC DEPORTIVO



MAGO KENNETH
@kenneth_illusionism

Coruña
Rúa Juana de Vega, 17
981 11 11 17

Bertamirás
Tr.^a da Peregrina, 7
981 80 18 54

Santiago
Av. de Rosalía de Castro, 72
881 97 33 24



OTRO PASO ATRÁS EN EL ALCORAZ: EL DEPOR VUELVE A DEJAR ESCAPAR UNA OPORTUNIDAD DE ORO

El equipo de Hidalgo se adelantó en el minuto 73 tras su único tramo aceptable del partido, pero volvió a encerrarse sin sentido ante el Huesca y dejó escapar dos puntos que pueden ser decisivos en la lucha por el ascenso.

El Deportivo volvió a desperdiciar una oportunidad de oro en El Alcoraz, en uno de esos partidos que marcan una temporada. El escenario era ideal para dar un paso adelante ante uno de los rivales más débiles del curso 2025/2026, pero el equipo volvió a tropezar en una dinámica que se repite con demasiada frecuencia: incapacidad para imponer su calidad, falta de identidad sobre el césped y una gestión del partido que volvió a resultar difícil de explicar. El encuentro fue un reflejo bastante fiel de lo que está siendo el Dépor durante buena parte del curso. Durante 60 minutos, el equipo ofreció una imagen muy pobre, sin ritmo, sin profundidad y sin una idea reconocible de juego. El con-

junto coruñés apenas fue capaz de generar peligro ante un rival limitado, que sin hacer prácticamente nada logró mantener el partido donde quería.

60 MINUTOS PARA OLVIDAR

El Deportivo volvió a mostrarse espeso con balón, sin continuidad en el juego y sin capacidad para someter a un rival claramente inferior en potencial. El equipo no encontró soluciones ni por dentro ni por fuera, y volvió a transmitir la sensación de estar muy lejos de lo que se espera de una plantilla diseñada para pelear por el ascenso directo.

CARNES Y PESCADOS A LA BRASA



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

Maestro parrillero Raúl Gutiérrez

Durante más de una hora, el partido se movió en un terreno incómodo para el Dépor, incapaz de imponer su calidad individual y colectiva. Una situación que, a estas alturas de temporada, resulta difícil de justificar.

UN BUEN TRAMO... Y EL GOL

A partir del minuto 60 llegó el único tramo realmente positivo del equipo en todo el encuentro. Durante algo más de diez minutos el Deportivo consiguió adelantar líneas, tener presencia en campo rival y generar cierta sensación de control. Fue precisamente en ese momento cuando llegó el 0-1 en el minuto 73, un gol que parecía encarrilar un triunfo imprescindible.

Era el escenario perfecto para gestionar el partido con inteligencia, mantener el control y aprovechar los espacios que podía dejar un Huesca obligado a asumir riesgos.

VOLVER A ENCERRARSE SIN SENTIDO

Sin embargo, el equipo volvió a elegir el camino contrario. Tras adelantarse en el marcador, el Dépor optó por encerrarse de manera excesiva, renunciando prácticamente a cualquier intención ofensiva y acumulando demasiados minutos defendiendo cerca de su propia área.

Defender un 0-1 durante tanto tiempo ya es arriesgado de por sí, pero lo es todavía más cuando el propio equipo contribuye a generar incertidumbre con decisiones difíciles de entender. La entrada de Patiño en un momento en el que el partido exigía consistencia defensiva y, posteriormente, la de Gragera, un jugador que llevaba meses sin participar por decisión del propio técnico, terminaron por aumentar la sensación de desorden en el tramo final. Poner obstáculos a tu propio equipo cuando el objetivo es defender una ventaja mínima suele tener consecuencias. Y en El Alcoraz volvió a suceder.

EL EMPATE, CONSECUENCIA DE UNA GESTIÓN DEFICIENTE

El gol del Huesca en el tiempo de descuento fue el castigo a un planteamiento excesivamente conservador y a una gestión del partido que no ayudó a sostener la ventaja. Incluso después del empate, el Dépor dejó la sensación de poder encajar un segundo tanto en cualquier acción posterior.

Un final que refleja una tendencia preocupante: el equipo no transmite seguridad ni siquiera cuando logra ponerse por delante en el marcador.

UNA TEMPORADA LLENA DE OPORTUNIDADES PERDIDAS

El Deportivo tiene potencial suficiente para lograr el ascenso directo, pero se ha empeñado en dejar escapar oportunidades una y otra vez. A siete jornadas del final, la situación sigue abierta, pero la sensación es que el equipo tiene



muchos menos puntos de los que debería tener a estas alturas.

La falta de identidad en el juego, la fragilidad defensiva y la irregularidad en las decisiones técnicas han permitido que varios equipos sigan en la pelea cuando el Dépor había tenido ocasiones claras para abrir diferencias.

El discurso de conformarse con estar entre los seis primeros resulta difícil de entender en un club con el potencial deportivo, social y económico del Deportivo. El objetivo lo marca la dimensión del club y el nivel de la plantilla, no un planteamiento conservador que no se corresponde con la realidad competitiva del equipo.

SIETE PARTIDOS PARA DEMOSTRARLO

El próximo encuentro ante el CD Mirandés se presenta ya como una auténtica final. El margen de error es mínimo y el equipo necesita mostrar una versión mucho más sólida si quiere aspirar al ascenso directo.

La calidad de la plantilla sigue estando ahí. Lo que falta es que el equipo la traduzca en una propuesta reconocible, en regularidad y en decisiones que sumen en lugar de restar.

El Dépor sigue a tiempo, pero el crédito empieza a agotarse. La máquina de la verdad ya está en marcha y, a siete jornadas del final, ya no hay margen para más pasos atrás.

INFINITY Reformas

José M. Martínez Piñeiro

604 074 311 o 669 065 099
depedro55@hotmail.com



UNA GRAN PARTE DEL DEPORTIVISMO NO ENTIENDE LO QUE SUELE VER CADA SEMANA

La falta de reacción desde el banquillo, las decisiones difíciles de explicar y un juego sin identidad aumentan la inquietud de una afición que sigue respondiendo, pero que teme perder una oportunidad histórica de ascenso.

El partido de El Alcoraz no fue simplemente un tropiezo más en la temporada. Fue uno de esos encuentros que terminan por encender definitivamente el malestar de una afición que lleva tiempo sin entender muchas de las decisiones que se están tomando, pero que al mismo tiempo no deja de apoyar y movilizarse en favor de su equipo.

El deportivismo sabe que el momento es clave. Percibe que la oportunidad de ascenso es muy real y que el contexto competitivo invita a dar el paso definitivo, pero también es una afición que ha vivido absolutamente de todo. Desde los éxitos históricos hasta etapas muy duras, lo que hace que resulte

especialmente complicado convencerla cuando lo que ve sobre el terreno de juego no se corresponde con el potencial del club.

UNA AFICIÓN QUE NO FALLA

Si algo está demostrando el entorno del Deportivo es su compromiso permanente. El apoyo sigue siendo constante, tanto en Riazor como lejos de casa, en un ejemplo más de la dimensión social de un club que continúa movilizand a miles de personas cada jornada.

La afición es consciente de que la temporada puede marcar un punto de

JEYCAR

INSTALACIONES

✉ instalacionesjeycar@gmail.com

☎ 617 50 99 89 • Jesús

☎ 686 56 56 11 • Carlos

Fontanería

Gas Industrial y domestico

Calefacción

Paneles solares

Suelos radiantes

Calderas y estufas de pellets

Reformas baños y cocinas

Aerotermia

inflexión en el futuro inmediato de la entidad. El ascenso a Primera División no sería solo un éxito deportivo, sino también un paso clave en la consolidación del proyecto en todos los niveles.

Precisamente por ello, la inquietud crece cuando la sensación generalizada es que el equipo no está explotando todo su potencial.

LO QUE PREOCUPA NO ES EL RESULTADO

El malestar no se explica únicamente por un empate concreto o por una mala actuación puntual. Lo que realmente genera preocupación es la acumulación de señales que invitan a pensar que el equipo no está dando el rendimiento que podría ofrecer por calidad de plantilla y por contexto competitivo.

Las alineaciones difíciles de interpretar, la sensación de que algunos jugadores parecen contar con un margen de error mayor que otros, los cambios que no terminan de mejorar al equipo y, sobre todo, la ausencia de una identidad clara de juego son aspectos que se repiten con demasiada frecuencia.

Cuando el equipo no transmite solidez ni una idea reconocible, aumenta la sensación de incertidumbre en un momento de la temporada en el que cada detalle adquiere una importancia decisiva.

UNA OPORTUNIDAD QUE PUEDE MARCAR EL FUTURO

En A Coruña existe plena conciencia de la trascendencia de este curso. El ascenso supondría un impulso fundamental para consolidar el proyecto deportivo y económico del club, mientras que no conseguirlo podría obligar a replantear muchos aspectos de la planificación futura.

La Segunda División es una categoría extremadamente exigente e imprevisible. Mantener una posición competitiva temporada tras temporada no es sencillo, y perder una oportunidad clara puede implicar empezar prácticamente de nuevo en muchos aspectos.

Por eso preocupa la sensación de que el equipo no está adoptando las decisiones necesarias para corregir determinadas dinámicas que se arrastran desde el inicio del campeonato.

EL MOMENTO DE ACTUAR

Cuando los síntomas se repiten durante buena parte de la temporada, la sensación general es que deben tomarse medidas que permitan cambiar la tendencia. El margen de error se reduce a medida que avanza el calendario y cada punto adquiere un valor determinante.

El Deportivo sigue teniendo argumentos suficientes para alcanzar el obje-



vo, pero el equipo necesita transmitir mayor convicción, coherencia en sus planteamientos y una idea de juego que permita competir con continuidad. La afición seguirá estando ahí, como siempre ha estado. Pero también necesita ver que el equipo da pasos firmes hacia el objetivo. Porque cuando una oportunidad histórica se presenta, no aprovecharla suele tener consecuencias que van mucho más allá de una sola temporada.



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



GRAGERA Y UNA GESTIÓN QUE SORPRENDE

Cuatro meses fuera por decisión técnica y una reaparición en el momento menos indicado reavivan el debate sobre las decisiones desde el banquillo.

José Gragera volvió a los planes de Antonio Hidalgo casi cuatro meses después de su última aparición oficial. El centrocampista asturiano no pisaba el césped desde el 20 de diciembre, día en el que el Deportivo cayó por 1-0 ante el FC Andorra. En aquella ocasión, Gragera había entrado tras el descanso en sustitución de José Ángel Jurado.

El caso de uno de los fichajes de mayor relumbrón del curso, al menos sobre el papel, no dejó de sorprender según fueron pasando las semanas. Su ausencia total de la rotación generó todo tipo de especulaciones, pero más allá de interpretaciones, lo único evidente es que el futbolista desapareció de los planes del técnico durante un periodo muy prolongado de la temporada.

UNA REAPARICIÓN QUE SORPRENDE POR EL MOMENTO

Lo que terminó de llamar poderosamente la atención fue la forma en la que se produjo su regreso. Gragera disputó sus primeros minutos del año entrando en el minuto 89 de un partido decisivo en El Alcoraz, con el Deportivo defendiendo una ventaja de 0-1 ante la SD Huesca.

No se recuerda una situación semejante, no porque exista duda alguna sobre el nivel del jugador, sino por el contexto competitivo del momento elegido para su reaparición tras cuatro meses sin contar para el entrenador. El partido exigía seguridad, consistencia y máxima fiabilidad para sostener una ventaja mínima en un tramo final de enorme importancia.

El encuentro terminó escapándose en el tiempo de descuento, un desenlace que no hizo más que aumentar el enfado de una parroquia cada vez más cansada de ver cómo se dejan puntos por el camino en situaciones que parecían controladas.

El debate no gira alrededor del nivel de los futbolistas, que bastante hacen cada semana intentando competir en un contexto poco favorable, sino en torno a decisiones que resultan difíciles de comprender y que están teniendo un peso evidente en el desarrollo de la temporada. Porque cuando los detalles se repiten y los puntos vuelan, las dudas dejan de ser puntuales para convertirse en una preocupación real.



RESTAURANTE

PRELUDIO

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

T.: 981 61 52 78

<http://restaurantepreludio.com>



ε113
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



PROHIBIDO FALLAR ANTE EL CD MIRANDÉS

El Deportivo recibe en Riazor a un equipo en puestos de descenso, en un partido clave antes de visitar al Burgos CF.

Tras el golpe sufrido en Huesca, la temporada no se detiene y el Deportivo afronta otro de esos encuentros en los que no hay margen para el error. Llega a Riazor el CD Mirandés, conjunto situado en puestos de descenso que busca agarrarse a sus últimas opciones de permanencia, pero también un rival ante el que un candidato al ascenso está obligado a sumar los tres puntos.

No será un trámite. A estas alturas del campeonato nadie regala nada y el Mirandés llegará con la urgencia de quien se juega la vida en cada jornada. Pero la diferencia de potencial entre ambos equipos es evidente y el Dépor no puede permitirse otro tropiezo ante un rival de la zona baja si realmente quiere pelear por el ascenso directo.

RIAZOR DEBE MARCAR LA DIFERENCIA

El estadio herculino volverá a presentar un gran ambiente, en esta ocasión en lunes, algo poco habitual durante el curso. El día no es el ideal, pero tampoco ha sido una circunstancia repetida esta temporada, por lo que se espera de nuevo una respuesta importante del deportivismo.

La conexión entre equipo y afición sigue siendo total. La grada volverá a empujar con todo en un momento decisivo del campeonato, consciente de que cada partido empieza a tener peso definitivo en la clasificación.

TRES PUNTOS QUE VALEN MÁS QUE TRES PUNTOS

El calendario no da tregua y el Deportivo visitará en la siguiente jornada al Burgos, otro rival directo en la pelea por los puestos de privilegio. Llegar a ese encuentro con una victoria ante el Mirandés puede marcar diferencias importantes en la gestión de la presión en este tramo final.

El margen de error se ha reducido al mínimo. El Dépor está obligado a responder y a demostrar que quiere el ascenso directo. Ante el Mirandés no hay excusas posibles.



Vinoteca
TABERNA XXI
Restaurante

Rúa Río de Canles 1
15.175 - Carral (A Coruña)

981 671 370

Miércoles, Jueves y Domingo
Abierto de 12:00 a 17:00

Viernes y Sábado
Abierto de 12:00 a 17:00 y de 20:00 a 01:00

Lunes y Martes Cerrado

Postre casero, fruta, yogur o helado
13.5 € sin café y con café 15 € con café

Carne madurada · Comida tradicional Gallega · Pescados · Mariscos · Amplia bodega · Destilados

www.aguasdoparanocoruna.es

Aguas do Paraño

698-179-888

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)



ALTIMIRA, UN REFUERZO QUE MARCA DIFERENCIAS

El catalán ha respondido desde el primer día y se ha convertido en un jugador importante en el tramo decisivo de la temporada.

Adri Altimira está siendo uno de los nombres propios del Deportivo en la segunda vuelta. Llegó en el mercado de invierno y su impacto fue inmediato, algo que no siempre ocurre cuando un futbolista aterriza a mitad de temporada. En su caso, el rendimiento ha sido evidente desde el primer momento.

El catalán llegó en principio para reforzar el lateral, pero su polivalencia le permitió ocupar diferentes posiciones según lo fue necesitando el equipo. La lesión de David Mella abrió un nuevo escenario y Altimira respondió actuando más adelantado, como extremo o carrilero, mostrando una capacidad de adaptación que ha resultado muy valiosa en este tramo del curso. Su aportación no se limita al trabajo táctico. En 16 partidos disputados ha marcado un gol y ha repartido cuatro asistencias, cifras que reflejan su

incidencia directa en el rendimiento ofensivo del equipo. Más allá de los números, su presencia ha dado soluciones en momentos importantes y ha elevado el nivel competitivo de la plantilla.

Adrià Altimira cumplió 25 años el pasado 28 de marzo y tiene contrato hasta el término del curso 2027/2028, una apuesta clara del club por un futbolista que todavía tiene margen de crecimiento. Su rendimiento confirma que el Deportivo incorporó a un jugador preparado para sumar desde el primer día, de esos que mejoran el nivel global del equipo sin necesidad de largos periodos de adaptación.

En un mercado de invierno siempre complicado, el Dépor acertó con un perfil que ha demostrado personalidad, capacidad física y rendimiento en diferentes roles. Un fichaje que sí ha respondido a las expectativas.



- Creación de empresas
- Alta autónomos
- Confección - presentación Impuestos
- Declaración de la Renta

info@bcjasesoria.es

C/ Nicomedes Pastor Diaz, 6 15006 A Coruña

- Transferencia de Vehículos
- Seguros Generales
- Inmobiliaria
- Administración de Fincas

Teléfono: [981 92 3333](tel:981923333)

www.bcjasesoria.es

Reclamamos

**COMPLEMENTO DE
MATERNIDAD / PATERNIDAD**

 **675 590 964**

OK LEGAL
ABOGADOS

CUATRO PARTIDOS EN RIAZOR PARA DAR UN GOLPE CASI DEFINITIVO

El Deportivo recibirá a CD Mirandés, CD Leganés, FC Andorra y UD Las Palmas en el tramo decisivo de la temporada, con doce puntos en juego que pueden marcar el desenlace del ascenso.

Cuatro de las siete jornadas que restan para el final del campeonato se disputarán en Riazor. Un detalle que, llegado este punto del curso, puede convertirse en un factor muy importante para un Deportivo que necesita dar un paso firme en la pelea por el ascenso directo.

El equipo ha mostrado durante la temporada un rendimiento como visitante muy superior al ofrecido en casa, donde solo ha sumado 29 puntos de 51 posibles. Sin embargo, el contexto ahora es completamente diferente. Las últimas jornadas no se juegan igual que el resto del campeonato y el factor campo adquiere un peso mayor cuando la presión es máxima y cada error puede resultar decisivo.

DOCE PUNTOS QUE PUEDEN ACERCAR EL OBJETIVO

CD Mirandés, CD Leganés, FC Andorra y UD Las Palmas pasarán por A Coruña en un tramo del calendario que puede marcar el destino de la temporada. Cuatro encuentros en los que el Deportivo tendrá la oportunidad de sumar doce puntos que lo situarían muy cerca de la cifra habitual necesaria para lograr el ascenso directo.

No será sencillo. Cada rival llega con sus propios objetivos y necesidades, pero el Dépor sabe que en este momento del curso no puede permitirse tropiezos ante su afición si quiere mantener intactas sus opciones.

RIAZOR DEBE EMPUJAR

La afición volverá a jugar un papel importante. El deportivismo ha demostrado durante toda la temporada su compromiso y en este tramo final volverá a apretar en busca de un objetivo que está al alcance.

El Deportivo no ha conseguido hasta ahora convertir Riazor en el fortín esperado, pero el calendario ofrece una oportunidad clara para cambiar esa dinámica cuando más importa. Cuatro partidos en casa, cuatro escenarios en los que el equipo debe demostrar que quiere el ascenso directo.

El margen de error es mínimo y el momento exige dar un paso adelante. El camino no está decidido, pero pasa en buena medida por lo que ocurra en Riazor.



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 cachiño de la ciudad Coruñesa

Praza Mestre Mateo, 5 - A CORUÑA 655 648 338
cachiño13@gmail.com @Cachinosabor

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



WWW.JLPUBLICACIONES.COM

CORUÑA SPORT - 19
RC DEPORTIVO

LALIGA DESTACA LA ESTRATEGIA DEL DEPOR EN EL USO DE RIAZOR

El RC Deportivo de La Coruña ha sido nombrado Club del Mes en Explotación de Infraestructuras por su impulso a nuevos espacios, experiencias y mejoras en el modelo de explotación del Estadio ABANCA-RIAZOR.

LaLiga ha incluido al RC Deportivo como Club del Mes en el área de Explotación de Infraestructuras, destacando el trabajo realizado por la entidad coruñesa para ampliar los usos del Estadio ABANCA-RIAZOR y reforzar su actividad más allá de los días de partido.

El club ha desarrollado en los últimos meses diferentes iniciativas orientadas a optimizar el rendimiento de sus instalaciones, diversificar las fuentes de ingresos y mejorar la experiencia del aficionado.

UN MUSEO PARA PONER EN VALOR LA HISTORIA DEL CLUB

Dentro de esta línea estratégica se enmarca la puesta en marcha de Dépor Museo & Tour, un espacio de más de 1.400 metros cuadrados en el que se repasan los más de 120 años de trayectoria blanquiazul. El recorrido incluye más de 250 piezas representativas de la historia del club, así como contenidos audiovisuales y elementos interactivos.

El museo integra también espacios como la Sala Dorada y la Sala Azul, que forman parte del recorrido habitual en días sin partido y que, a su vez, se utilizan como zonas hospitality durante los encuentros disputados en Riazor.

NUEVAS ZONAS PARA AMPLIAR LA ACTIVIDAD DEL ESTADIO

El Deportivo ha incorporado además nuevos espacios dentro del estadio, como Bar Bruma, Club Riazor y Street Club, con el objetivo de ampliar la oferta dirigida a distintos perfiles de público y potenciar la utilización del recinto durante todo el año.

La entidad busca consolidar un modelo de explotación que permita reforzar el vínculo con el deportivismo y aprovechar el potencial del estadio como espacio multifuncional.

CAMBIOS EN EL MODELO DE ENTRADAS

Otra de las áreas destacadas por LaLiga ha sido la evolución en la estrategia de ticketing durante la temporada 2025/2026. El club ha introducido un sistema de precios dinámicos y ha mejorado el proceso de cesión de abonos a través de su aplicación oficial, facilitando la liberación de localidades y favoreciendo una mayor asistencia a Riazor.

El reconocimiento en el ámbito de explotación de infraestructuras se suma a otros obtenidos por el club en áreas como estrategia digital, recursos humanos o desarrollo comercial, reflejando la línea de trabajo que la entidad viene impulsando en los últimos años.



TOSTAS
TOASTS

SURTIDO IBÉRICO
IBERIAN ASSORTMENT

SANDWICHES
SANDWICHES

TAPAS Y RACIONES
TAPAS AND PORTIONS

Carta Menu

Elite
Cocina tradicional desde 1992

PARA LLEVAR - TAKE AWAY

ENSALADAS
SALADS

REVUELTOS
SCRAMBLES

PESCADOS
FISH

CARNES
MEAT

POSTRES
DESSERTS

Elite
Cocina Tradicional

Telf: 981 213 857 Zalaeta, 24 - 15002 - La Coruña

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



- Desatascos con camión cuba etiqueta ECO
- Vaciado y aspirado de agua en garajes
- Vaciado de fosas sépticas
- Inspección de tuberías con videocámara en redes de saneamiento y shunts de ventilación
- Aspirado de agua en fosos de ascensor y fosos de bombas



- Fontanería
- Albañilería
- Pintura
- Trabajos verticales

PROLONGACIÓN JUAN DE LA CIERVA, NAVE 8
15008 LA CORUÑA
Tlf.: 981 233 620 - 669 356 501
incidencias@blancosan.com
Urgencias: 698 167 775 www.blancosan.com



Nuestros Clientes, Nuestra Mejor Garantía

RAVER

REFORMAS VERTICALES

RAVER, TRABAJOS VERTICALES EN A CORUÑA

- ✓ Impermeabilización de cubiertas y terrazas. Rehabilitación de fachadas
- ✓ Limpieza y mantenimiento de canalones. Reparación de chimeneas
- ✓ Líneas de vida permanentes y temporales (horizontales y verticales)
- ✓ Instalación de sistemas de seguridad: líneas de vida, barandillas...
- ✓ Especialistas en trabajos verticales y lugares de difícil acceso.

Calle G, 8 Manzana 6 - Parque Empresarial Alvedro
15180 - Culleredo (A Coruña)
881 065 604 - 604 023 560
info@raververtical.es
www.raververtical.es



EL FABRIL ASCIENDE CON AUTORIDAD A PRIMERA FEDERACIÓN

El filial del RC Deportivo logra el ascenso matemático a falta de tres jornadas tras una temporada sobresaliente bajo la dirección de Manuel Pablo García.

El Fabril completó una temporada brillante y logró el ascenso matemático a Primera Federación cuando todavía restan tres jornadas por disputarse. El filial deportivista firmó un curso de enorme regularidad y terminó imponiendo su ritmo competitivo en el grupo hasta alcanzar una ventaja definitiva sobre el Real Oviedo Vetusta.

El equipo comenzó el campeonato de manera espectacular, encadenando seis victorias consecutivas que marcaron el tono de una temporada muy sólida desde el primer momento. Tras un pequeño bache entre finales de octubre y finales de noviembre, el conjunto dirigido por Manuel Pablo reaccionó con contundencia, alcanzando una dinámica demoledora que le lleva a enlazar

19 encuentros consecutivos sin conocer la derrota.

El triunfo ante el Ourense CF certificó matemáticamente el ascenso, situando al Fabril con una ventaja de once puntos sobre el Oviedo Vetusta al término de la jornada 31. Una diferencia que refleja con claridad el dominio mostrado por el filial blanquiazul en el tramo decisivo del campeonato.

UN EQUIPO QUE FUNCIONÓ COMO UN RELOJ

El gran mérito del Fabril ha sido su capacidad para mantener un rendimiento altísimo a lo largo de toda la temporada, superando todo tipo de dificultades sin perder competitividad. Las convocatorias constantes de futbolistas



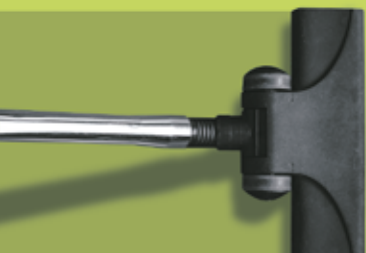
IP ELECTRICIDAD

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



LIMPIEZAS ISKRA



MÁS DE 10 AÑOS DE EXPERIENCIA

LIMPIEZAS DE COMUNIDADES

663 897 711



con el primer equipo, lesiones importantes como las de Damián Canedo o Manu Ferreiro, sanciones o la subida definitiva de Nsongo al primer equipo no alteraron el funcionamiento de un bloque que ofreció siempre una respuesta colectiva de máximo nivel.

El engranaje construido por Manuel Pablo demostró una fortaleza poco habitual en un filial, manteniendo una identidad muy reconocible y una enorme capacidad competitiva independientemente de los nombres que apareciesen sobre el terreno de juego.

El rendimiento colectivo fue la clave de un ascenso que se explica desde el trabajo del grupo, la regularidad y la capacidad para competir en cada contexto de partido.

TALENTO PARA EL PRESENTE Y EL FUTURO

Más allá del rendimiento colectivo, la temporada deja nombres propios que han destacado por su progresión y su impacto competitivo. Hugo Ríos firmó un curso sobresaliente bajo palos, mostrando seguridad y regularidad a lo largo de toda la campaña.

También destacaron futbolistas como Samu, que demostró estar preparado para cotas mayores, o Noé, que completó una temporada de crecimiento constante.

Dani Estevez volvió a confirmar su enorme talento, recordando al futbolista que ya destacó en su etapa formativa, mientras que Mario Nájera se convirtió en el máximo goleador del equipo con 14 tantos, aportando desequilibrio y capacidad de definición desde zona de tres cuartos.

La aportación de jugadores como Mané o Dipanda evidenció además el crecimiento de jóvenes talentos africanos fichados por el club y que han mostrado una evolución muy importante durante la temporada.

No podemos olvidarnos tampoco de futbolistas como Quique Teijo, Fabián, Kike o David Domínguez, quienes añadieron poderío a un bloque que ofreció un rendimiento colectivo sobresaliente.

UN ASCENSO DE GRAN VALOR PARA EL CLUB

El ascenso del Fabril supone una excelente noticia para el Deportivo, que contará la próxima temporada con su filial compitiendo en una categoría de mayor exigencia y más cercana al fútbol profesional.

El trabajo realizado durante el curso confirma la buena salud de la cantera blanquiazul y ofrece al club una base sólida de futbolistas preparados para dar el salto cuando sea necesario.

El éxito del Fabril no solo representa un logro deportivo, sino también una muestra del potencial formativo del Deportivo, que vuelve a demostrar su capacidad para generar talento y competir al máximo nivel con jugadores formados en su propia estructura.



Panadería artesana
ELABORAMOS PAN, EMPANADAS, BOLLERÍA, PASTELES, TARTAS...
SERVICIO A DOMICILIO, TIENDAS Y RESTAURANTES.

GANADOR DE ★ DE LA PANADERÍA 2022 - GANADOR DE ★ DE LA PANADERÍA 2024

981 670 705 - 609 822 374 - 646 636 163 OS BULLEIROS, 2 - 15175 - CARRAL



Todos los jueves
gran cocido de
A fonsagrada

Desayunos
Ĉapas
Comida Casera

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





EL DEPOR INFANTIL ARRASÓ EN DIVISIÓN DE HONOR

El equipo dirigido por Samuel Montoto conquista el campeonato con cuatro jornadas de antelación tras firmar unos números demoledores.

El RC Deportivo Infantil se proclamó campeón de la División de Honor con una autoridad incontestable y varias jornadas todavía por disputarse. El equipo blanquiazul aseguró el título con cuatro partidos aún por jugar, confirmando una superioridad muy clara a lo largo de toda la temporada. El conjunto dirigido por Samuel Montoto firmó unos números que hablan por sí solos. Tras 26 jornadas disputadas, los deportivistas sumaron prácticamente todos los puntos posibles, cediendo únicamente cinco en toda la competición. Un dominio que también se refleja en los registros goleadores: 180 tantos a favor y únicamente 6 en contra, cifras que evidencian el enorme nivel mostrado por esta generación.

La ventaja en la clasificación también deja clara la diferencia competitiva. El Dépor supera en trece puntos al Val Miñor y en dieciséis al RC Celta, dos de los rivales habituales en la lucha por el título en el fútbol base gallego.

UNA GENERACIÓN DE MUCHO TALENTO

Más allá de los resultados, el rendimiento colectivo del equipo confirma el buen momento que atraviesa la cantera blanquiazul. Se trata de futbolistas que todavía se encuentran en una etapa de formación, con un largo camino por recorrer, pero que han demostrado unas condiciones muy prometedoras.

El crecimiento deportivo y personal será ahora el objetivo principal de un grupo que ha destacado por su capacidad competitiva, su rendimiento colectivo y su ambición en cada partido.

El éxito de un equipo de cantera siempre genera una ilusión especial en el entorno deportivista. No es el título un objetivo final, pero sí una señal positiva que confirma el trabajo que se viene realizando en la base del club.

PLANTILLA CAMPEONA

La plantilla campeona de la División de Honor Infantil estuvo formada por: Yoel Darriba, Julen Díaz, Santiago Durán, Aritz Fernández, Jorge Fernández, Sergio Fernández de Larrinoa, Jaime Garea, Iván Gil, Álvaro Gómez, David Gómez, Hugo Macedo, Roque Martínez, Jorge Méndez, Izan Naveira, Enzo Pose, Yoel Puñal, Manuel Sande, Gael Seijo y Felipe Varela.

El cuerpo técnico estuvo encabezado por el entrenador Samuel Montoto, con David Lorenzo como técnico asistente, mientras que Alfonso Rey desempeñó funciones de delegado.

Un equipo que ha demostrado una superioridad clara durante toda la temporada y que representa otra de esas generaciones con gran proyección dentro de la cantera del Depor, a día de hoy una de las top del panorama nacional.

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



HORARIO:

Lunes a viernes de 10:00 a 21:00 h.

Sábados de 10:00 a 14:00 h.



TU RODICIO BRASILEÑO EN OLEIROS

Comida brasileña, restaurante tradicional de carne a la brasa, especialistas en rodizio brasileño o espeto corrido, caipirinha, sangría, postres típicos brasileños... Salón comedor privado para fiestas y celebraciones, comidas de empresa, reuniones de trabajo, bodas...

www.rodicioportoalegre.es

981 977 725

CHURRASCARIA
PORTO ALEGRE
RODIZIO

churrascariaporto@hotmail.com

Suárez Picallo, 8 - Santa Cruz - 15179 Oleiros



DOS FINALES PARA LA PERMANENCIA DEL DEPOR ABANCA "B"

El filial femenino tiene cuatro puntos de ventaja cuando quedan tan solo seis en juego. El último choque terminó con triunfo contundente ante el Atlético Villalonga.

El Dépor Abanca B ha pasado por una temporada exigente, marcada por diferentes dificultades a lo largo del curso 2025/2026, incluido un cambio de entrenador en el banquillo. Sin embargo, a falta de dos jornadas para el final del campeonato, el filial blanquiazul mantiene intactas sus opciones de continuar una temporada más en la categoría y, lo que es más importante, depende de sí mismo para lograrlo.

El triunfo en el último encuentro resultó fundamental para afrontar el tramo final con mayor margen. El equipo deportivista superó con claridad al Atlético Villalonga en Abegondo, imponiéndose por un contundente 6-0 en un partido que podía marcar el devenir de la temporada.

GOLEADA CLAVE EN ABEGONDO

Las blanquiazules no fallaron en una cita decisiva y ofrecieron una de sus actuaciones más completas del curso. Karla Bermejo y Daniela Valbuena firmaron un doblete cada una, mientras que Jennifer Rodríguez y Laura Ruiz completaron la goleada.

El filial contó además con el refuerzo de Paula Novo, jugadora habitual en el primer equipo que pudo participar debido al parón de dos semanas en la Primera División, una aportación que contribuyó a reforzar al conjunto B en un momento importante.

La victoria permitió al equipo dar un paso importante en la lucha por la permanencia y afrontar las dos últimas jornadas con mayor confianza.

DOS PARTIDOS PARA CERTIFICAR LA SALVACIÓN

El Dépor Abanca B necesita una victoria en los dos encuentros que restan para asegurar la permanencia sin depender de otros resultados. El filial visitará al SD Eibar "B" y cerrará la temporada en Abegondo ante el Sporting de Gijón. Ambos rivales afrontan estos compromisos sin objetivos clasificatorios relevantes, una circunstancia que invita al optimismo, aunque el equipo deberá mantener la concentración para evitar complicaciones innecesarias.

Mientras tanto, el primer equipo tiene asegurada la permanencia en la máxima categoría y centra ahora sus metas en mejorar la puntuación lograda la pasada temporada y escalar posiciones en la clasificación.

Todos los esfuerzos de la sección femenina en este tramo final estarán dirigidos a asegurar la continuidad del filial en la Segunda Federación, un objetivo importante dentro de la estructura del club.



DECORACIONES DE INTERIORES

José Luis

Pintura Estores Cortinas Alfombras
Papel Decoración Diseños Asesoramiento

Información **630 692 132**



**Corsetería especializada
y moda baño**

Tallas de contorno de la 70 a la 140
y copas de las A a la R.

644244342

www.losdeseosdeeva.com

Av. Rubine 13-15 local 7 A Coruña



ESPOREFORMAS

- FALSOS TECHOS - PINTURA
- TABIQUERÍA - REFORMAS
- ALBAÑILERÍA - DESESCOMBRO
- ALICATADOS



ESPOREFORMAS@GMAIL.COM

TEL: 670 859 163

**MADERAS
DANS**



Empresa especializada en la compra - venta de maderas. Servicio de
fabricación de tarimas, frisos y listonajes varios.

dans@maderasdans.com

981 676 919

Camiño da Carreira, 8 - A Xira Sigras - 15181 - Cambre (A Coruña)



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

VISITANTE CD MIRANDÉS



María Lebedynski

Peixes e Marisco do noso mar

Pescados y Mariscos de temporada
de La Costa Gallega.



Servicio
a domicilio



Pago
con tarjeta



Aparcamiento
gratuito 1h



630 958 723



pescaderiamarialebe@gmail.com



Mercado Conchiñas - Puesto nº 214





UN MIRANDÉS EN CRECIMIENTO QUE AÚN CREE EN LA PERMANENCIA

El CD Mirandés llega a Riazor en su mejor momento de la temporada, obligado a puntuar para mantener vivas sus opciones de salvación.

El CD Mirandés se resiste a bajar los brazos en el tramo final del campeonato y continúa peleando por alcanzar la zona de permanencia. El conjunto burgalés ha mostrado una clara mejoría en la segunda vuelta, en la que ha sumado quince puntos, un rendimiento superior al ofrecido en el primer tramo del curso, aunque todavía insuficiente para salir de los puestos comprometidos. El equipo dirigido por Antxon Muneta atraviesa actualmente su mejor dinámica de la temporada. El Mirandés no pierde desde el 13 de marzo y ha logrado desde entonces dos victorias y tres empates, resultados que mantienen vivas sus esperanzas de seguir compitiendo por la salvación en las últimas jornadas.

POTENCIAL OFENSIVO PARA COMPETIR

El conjunto rojillo cuenta con argumentos ofensivos capaces de generar problemas a cualquier rival. Entre ellos destaca Carlos Fernández, exjugador del Deportivo que dejó un buen recuerdo en su etapa en A Coruña y que está firmando una temporada notable. El atacante acumula ya 14 goles, situándose entre los máximos realizadores del campeonato.

Junto a él, el Mirandés ha encontrado también soluciones en otros futbolistas con capacidad para marcar diferencias. Javi Hernández atraviesa un gran momento de forma, mientras que Unax del Cura, mediapunta incorporado

desde el filial hace apenas unas jornadas, ha irrumpido con fuerza, sumando ya tres goles.

DE ROZAR EL ASCENSO A LUCHAR POR LA PERMANENCIA

La situación actual contrasta con la vivida la pasada temporada, cuando el Mirandés completó el mejor curso de su historia reciente. El equipo alcanzó los 75 puntos y se quedó a tan solo dos del ascenso directo, logrando además clasificarse para el play-off, donde alcanzó la final antes de caer ante el Real Oviedo.

Aquel equipo estaba formado en gran medida por jugadores cedidos, lo que obligó al club a reconstruir prácticamente la totalidad de la plantilla en el presente curso. Un proceso complejo que explica en parte las dificultades que ha atravesado el conjunto burgalés durante la temporada.

A siete jornadas para el final, el Mirandés continúa con vida, aunque la zona de permanencia se encuentra a seis puntos de distancia. El crecimiento mostrado en las últimas semanas invita al optimismo en Miranda de Ebro, pero el margen de error es ya muy reducido. El tiempo dirá si la reacción llega a tiempo o si el lastre acumulado durante buena parte del curso termina resultando decisivo.



Veimar

Carpintería de madera en general
Especialización en: muebles de
cocina, baño y armarios a medida.
Montaje y desmontaje de muebles



Rúa Laxe 65 · 15174 CULLEREDO · Víctor: 620 037 461 · @: victor_vm@hotmail.es

CARLOS FERNÁNDEZ VUELVE A MARCAR DIFERENCIAS

El delantero del CD Mirandés firma una temporada sobresaliente con 14 goles y recuerda al futbolista que enamoró a Riazor en el curso 2018-2019.

Carlos Fernández vuelve a sonreír. Tras varias temporadas marcadas por los problemas físicos, el delantero andaluz encadena su segundo curso consecutivo sin lesiones importantes, una circunstancia que le está permitiendo volver a mostrar el nivel que lo llevó a la Primera División.

Su llegada al Mirandés al inicio de la presente campaña ha supuesto un impulso importante para el conjunto de Miranda de Ebro. Aunque el equipo rojillo no ha logrado encontrar la regularidad necesaria para alejarse de la zona baja de la clasificación, los números del atacante lo sitúan entre los futbolistas más determinantes de toda la categoría. Suma catorce goles a falta de siete jornadas para el final del campeonato, una cifra de enorme mérito teniendo en cuenta el contexto competitivo del equipo.

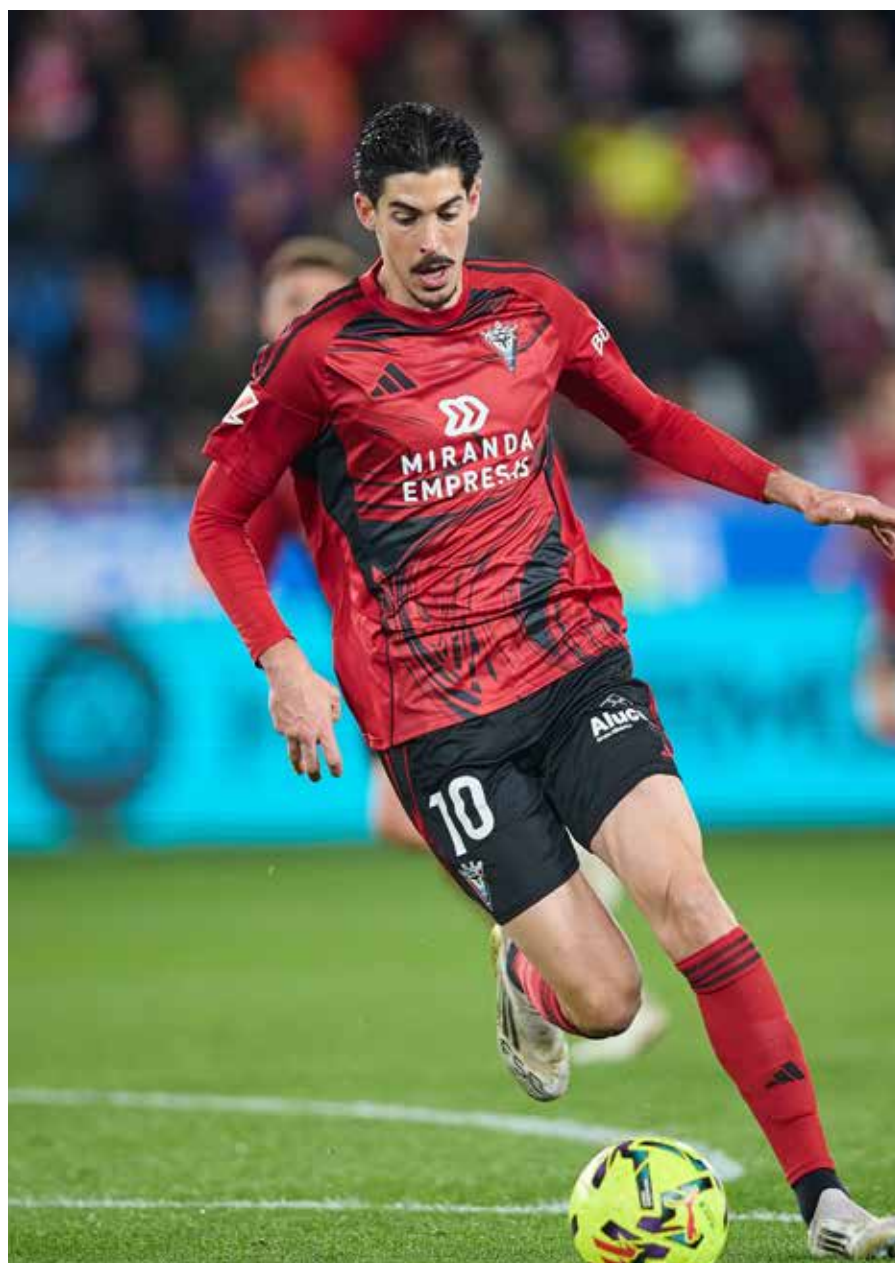
MUCHO MÁS QUE GOL

Carlos Fernández no destaca únicamente por su capacidad rematadora. Se trata de un delantero completo, con facilidad para asociarse con sus compañeros, jugar de espaldas a portería y generar ventajas en los últimos metros. Su calidad técnica le permite encarar y superar rivales, convirtiéndose en una amenaza constante para cualquier defensa.

Su rendimiento recuerda al futbolista que brilló en el RC Deportivo durante la temporada 2018-2019, en la que se convirtió en uno de los grandes referentes ofensivos del equipo y en un ídolo para la afición de Riazor, en un curso que finalizó con la disputa del play-off de ascenso ante el RCD Mallorca.

FUTURO ABIERTO

A sus 29 años, Carlos Fernández todavía tiene recorrido en el fútbol profesional. El delantero regresará en el mes de junio a la disciplina de la Real Sociedad, club con el que mantiene contrato por una temporada más. Su rendimiento durante la cesión en Miranda reabre el debate sobre su futuro. Lo que parece indiscutible es que, con continuidad y sin problemas físicos, el atacante sigue siendo un futbolista diferencial dentro de la categoría.



LAS MEJORES EXPERIENCIAS INMERSIVAS DE REALIDAD VIRTUAL

DESCUBRE:

- WARHAMMER 40K
- FAR CRY
- OUTBREAK
- Y MUCHOS MÁS...

ZERO LATENCY VR

arvi vr

HERO ZONE

SIN MOCHILAS, SIN CABLES, SIN LÍMITES, FREE ROAM

RESERVA YA

HI HUB CORUÑA (LOS CANTONES) | AV. PORTO 3, A CORUÑA, 15003

JAIRO ARIAS: "EL HAMBRE DEL EQUIPO ESTÁ DESDE JULIO Y EL CRECIMIENTO HA SIDO CONSTANTE"

El entrenador del Atlético Coruña Montañeros analiza la notable temporada del conjunto herculino en Tercera Federación, destacando la apuesta por la juventud, el modelo de juego y la ambición colectiva del proyecto.

El Atlético Coruña Montañeros está firmando una temporada muy sólida en su regreso a la Tercera Federación. Tras el ascenso conseguido el pasado curso, el equipo dirigido por Jairo Arias ha demostrado competitividad, personalidad y una clara identidad futbolística basada en el crecimiento colectivo y la confianza en los jugadores jóvenes. El técnico analiza la evolución del equipo, el nivel de la categoría y el momento que vive el club, sin perder de vista el valor del trabajo diario como base del proyecto.

Jairo, ¿Cómo definirías este Montañeros 2025/2026, que comenzó como un recién ascendido pero pronto demostró estar preparado para competir por cotas altas?

No, a ver, con calma, ¿no? Pero bueno, sí que es cierto que se está trabajando bien, se está tirando de mucha gente joven, de gente con hambre, con ilusión, y se está haciendo un esfuerzo duro y todo va muy bien. Con paciencia y dando pasos hacia delante, que de eso va el proyecto, sin pensar en fases ni en nada más que el siguiente partido.

¿Cómo fue evolucionando el equipo desde la pretemporada hasta alcanzar el nivel actual?

Al final nosotros trabajamos mucho en base al modelo de juego. Hacemos tareas muy sistémicas, siempre intentando potenciar al jugador en función del modelo. Siempre vas de menos a más porque el jugador va conociendo lo que queremos, cómo lo queremos hacer y el por qué. También vamos viendo diferentes opciones en función de lo que el rival nos puede plantear. El crecimiento ha sido progresivo. De hecho, hablamos mucho en el cuerpo técnico de cómo de la primera vuelta a la segunda hemos mejorado en los planes de partido, siendo más superiores a los rivales, independientemente del resultado. Además, estamos haciendo crecer a chicos muy jóvenes, porque casi todas las semanas alineamos entre seis y ocho jugadores sub-21.

El salto desde Preferente a Tercera Federación es importante, ¿se nota mucho la diferencia?

Sí, hay mucha diferencia en todo en general. Vas a campos que están muchísimo mejor que los de Preferente y a veces tienes la suerte de jugar en estadios como el Vero Boquete, A Lomba o Barreiro. Son campos muy bonitos que al jugador le gustan. También se nota a nivel mediático, con



más seguimiento de prensa, radios o incluso la Radio Galega. El salto de Preferente a Tercera es grande.

Ahora quedan cinco jornadas. ¿El equipo va a por todas en este tramo final?

Nosotros en ese sentido somos iguales desde el principio. Vamos a por todas desde julio. Queremos ser mejores cada semana a nivel grupal, colectivo e individual, disfrutar cada fin de semana a través de nuestra idea de juego, competir y querer ganar todos los partidos. Luego la clasificación nos pondrá donde tenga que ponernos, pero el hambre está desde la pretemporada. Yo les decía que quería ganar incluso los partidos de pretemporada.

¿En qué momento percibiste que el equipo podía estar en la zona media-alta de la tabla?

Yo creo que eso nunca te das cuenta. Prefiero ser precavido y realista. La categoría es muy igualada y muchas veces la suerte de un partido te hace estar más arriba o más abajo. Sí que es cierto que nunca nos vemos inferiores al rival y eso es un buen síntoma a la hora de puntuar. La sensación es que cada fin de semana competimos de tú a tú.

Residencia Fonte do Santo

Residencia de personas mayores

cuestión de cariño

Los Chas 42 - Carretera de Espenuca Coiros A Coruña

Tel: 981 776 261 · Fax: 981 776 207

residencia@fontedosanto.com www.fontedosanto.com



La igualdad es máxima: puedes ganar en Santiago o Vilagarcía y después sufrir ante cualquier rival de la zona baja.

Totalmente. El nivel es muy similar y los planes de partido cambian mucho. Por ejemplo, hay equipos que quieren tener el balón y si se lo quitas sufren, mientras que otros se sienten más cómodos sin él. Las dificultades son máximas en cualquier partido.

También se percibe un mayor nivel de entrenadores respecto a Preferente.

Sí, cuando subes de categoría también aumenta el nivel de los entrenadores, aunque también los hay muy buenos en Preferente o incluso en fútbol base. Pero lo más determinante son los jugadores, que son los que deciden en el campo. En ese sentido, sí que hay diferencia entre Tercera y Preferente.

Elviña Grande vuelve a ser protagonista. ¿Qué valoración haces del campo?

Le pongo un nueve. Me falta poco para el diez, ya que espero que para la próxima temporada se solucione el tema del riego. Es una pena que una instalación tan buena y bonita como Elviña, con un césped nuevo espectacular y unas dimensiones perfectas, no tenga el sistema de riego en funcionamiento. Es uno de los mejores campos de la categoría sin duda.

¿Qué dimensiones tiene ahora el terreno de juego?

Las dimensiones siguen en el 105 x 68, unas dimensiones perfectas para nosotros. Son dimensiones oficiales de una competición como la Champions League.

¿Qué jugador te ha sorprendido más esta temporada?

Si hablamos de mis jugadores, no voy a nombrar a ninguno. Me gusta que el "nosotros" esté por encima del "yo". Pero si tengo que hablar de jugadores de la categoría que no conocía y me sorprendieron mucho, te digo uno, que es David Giráldez, un pivote que juega en el Celta y que me pareció un jugador espectacular.

En cuanto a la liga, ¿quién crees que puede ser campeón, Arosa o Compostela?

No sabría decirte. El Arosa viene en mejor dinámica, pero esto da muchas vueltas. Son dos plantillas espectaculares, con nivel de Segunda Federación. No solo por los jugadores, también por las instituciones, la afición o los campos. No deberían estar en esta categoría, aunque para nosotros es un privilegio poder visitarlos.

¿Hay algún equipo que te haya sorprendido o del que esperabas más?

No me gusta entrar en ese tipo de valoraciones. La categoría es muy igualada, muy difícil, y cada club tiene sus objetivos en función de su presupuesto y su realidad.

¿Cómo está respondiendo la afición?

Va la gente que va y a la que estamos muy agradecidos, como ya pasaba el año pasado. Siendo un club de A Coruña es difícil tener una afición muy



numerosa. Van familiares de los jugadores y gente cercana a la que le gusta el equipo, pero no hay todavía una afición enorme como en los pueblos, porque en la ciudad la gente suele tener otras referencias.

Un mensaje para la gente del Montañeros y para la cantera, ahora que llega el tramo decisivo.

Pues decirles que queremos dar continuidad al trabajo que se está haciendo en la cantera y en el primer equipo. El primer equipo se nutre mucho de jugadores de la base y eso demuestra que se están haciendo las cosas muy bien. A la gente que viene les doy las gracias y les animo a que sigan viniendo a apoyarnos, pues queda un tramo muy bonito de la temporada y vamos a darlo todo para que se sientan orgullosos hasta el final.

Jairo, no me puedes negar que ante este temporadón te han llegado cantos de sirena, ¿te veremos el año que viene en el banquillo del Montañeros?

De momento tengo contrato hasta el 30 de junio. No hemos hablado ni cerrado nada todavía. Ahora estamos centrados en lo deportivo y en luchar por los objetivos. Lo demás llegará cuando tenga que llegar. Ya sabes que yo estoy muy feliz en el club y en la ciudad de A Coruña.

Una última antes de despedirnos y que se me quedaba en el tintero. En las últimas semanas salió Mauro hacia el San Tirso.

Sí, Mauro no estaba teniendo muchos minutos y quiso salir para jugar más. Su comportamiento fue siempre espectacular y cuando quiso salir no hubo ningún problema. En Preferente es un refuerzo de lujo y en un campo como O Monte, de dimensiones reducidas, donde es muy listo y fuerte en los duelos, será todavía más determinante.



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



EL SILVA SE JUEGA LA PERMANENCIA EN CUATRO JORNADAS LÍMITE

Los herculinos afrontan un tramo final decisivo en su duelo directo con el Juventud Cambados por evitar la última plaza de descenso a Preferente Galicia.

El Silva SD encara un final de temporada de máxima tensión, con cuatro partidos que decidirán su continuidad en la categoría. El conjunto coruñés mantiene un pulso directo con el Cambados por escapar de la última posición de descenso directo a Preferente Galicia, con ambos equipos igualados a 26 puntos a falta del desenlace del campeonato.

La situación obliga a no fallar en este último tramo. El duelo final parece cosa de dos, pues el margen respecto a los equipos que cierran la clasificación, Noia CF y UD Barbadás, es de siete puntos, mientras que alcanzar al Viveiro CF, quinto por la cola, se presenta como una tarea muy complicada, al contar los lucenses con ocho puntos más.

CALENDARIO EXIGENTE HASTA EL FINAL

El equipo dirigido por Diego Armando García deberá afrontar dos encuentros clave en A Grela ante los dos últimos clasificados, Barbadás y Noia, partidos que pueden marcar el futuro inmediato del club. A domicilio, el Silva visitará a dos rivales de gran exigencia como el Racing Villalbés y el Atlético Arteixo. Por su parte, el Cambados afronta también un calendario exigente, con compromisos como local ante Noia y Arosa SC, además de desplazamientos para medirse a Atlético Arteixo y Atlético Coruña Montañeros.

UN EQUIPO QUE COMPITE PESE A LAS DIFICULTADES

La temporada ha estado marcada por las dificultades desde sus primeras jornadas, pero el Silva ha logrado mantenerse en la pelea por la permanencia gracias a una mejora progresiva en su rendimiento competitivo.

El conjunto coruñés acumula actualmente cinco partidos sin conocer la victoria, con dos empates y tres derrotas, una dinámica que convierte el encuentro ante el Barbadás en un duelo de enorme trascendencia para recuperar sensaciones y encarar con confianza el tramo final del curso.

La pasada jornada dejó un sabor agri dulce tras el empate frente al Alondras. El Silva se adelantó en el minuto 77 con un tanto de Álvaro Rey, pero el conjunto coruñés vio cómo se le escapaban dos puntos en el tiempo añadido, encajando el empate en el minuto 96. El encuentro se disputó en O Casal, en Moaña, debido a las obras de sustitución del césped en el Municipal do Morrazo.

El Silva sigue con vida y confía en ofrecer su mejor versión en las cuatro jornadas que restan, consciente de que cada punto será determinante en una lucha por la permanencia que se presenta emocionante hasta el final.

LOS 2 HERMANOS



981 663 453

Móvil 608 583 721

LIJADO

COLOCACIÓN DE PARQUET

BARNIZADO DE PISOS DE MADERA

Rúa Polígono, 3 - Bajo 15679 El Temple -Cambre(A Coruña)

ROCA
Santiuste

REFORMAS INTEGRALES
PROYECTOS DE INTERIORISMO

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





CINCO PARTIDOS PARA SEGUIR SIENDO DE PREFERENTE

El Victoria CF afronta el tramo final con el descenso a dos puntos, pero con margen suficiente para asegurar el objetivo si recupera su mejor versión competitiva.

El tramo final de la temporada ha situado al Victoria CF ante un escenario exigente, en el que cada resultado tendrá un peso determinante en la lucha por la permanencia en Preferente Galicia. El conjunto blanquinegro ha visto reducida su ventaja respecto a la zona de descenso tras encadenar cuatro derrotas consecutivas, una dinámica que ha comprimido la clasificación y obliga al equipo a reaccionar.

Pese a la dificultad del momento, la situación sigue estando en manos del equipo herculino, que mantiene intactas sus opciones de continuar un curso más en la categoría si logra encontrar la regularidad necesaria en este último tramo.

CALENDARIO CON MARGEN PARA REACCIONAR

El Victoria disputará tres encuentros como local en A Grela, campo habitual para numerosos equipos de la ciudad, donde se medirá a SD Órdenes, Si-güeiro FC y San Tirso SD. A domicilio, los blanquinegros deberán afrontar dos salidas ante SD Dubra y Cidade de Ribeira CF.

El equipo dirigido por Miguel Taibo es consciente de la importancia de sumar cuanto antes para evitar que aumente la presión clasificatoria, en una categoría especialmente igualada en su zona baja.

APORTACIÓN OFENSIVA DESDE DIFERENTES POSICIONES

Entre los nombres propios del curso destaca el extremo Alberto Benito, que acumula ocho goles y se ha convertido en uno de los principales argumentos ofensivos del equipo.

Otro de los futbolistas más regulares está siendo Miguel Mandayo, el jugador con más minutos disputados esta temporada. El lateral izquierdo suma incluso cinco goles, una cifra destacada para un futbolista que juega en la defensa.

También ha aportado soluciones la incorporación invernal de Álex Pérez, con pasado este curso en Torre SD y Silva SD. El futbolista ha participado en doce encuentros, seis de ellos como titular, y ha anotado tres goles que han contribuido a mantener al equipo en la pelea por la permanencia.

El Victoria afrontará ahora cinco partidos determinantes en los que deberá recuperar su mejor nivel competitivo para asegurar la continuidad en Preferente Galicia y cerrar con estabilidad una temporada que ha exigido esfuerzo constante desde el minuto uno del curso.



LOSADA BUGALLO
Construcciones y Promociones

REFORMAS INTEGRALES
DE PISOS Y CASAS

T. 722 722 573

losadabugallo.com

info@losadabugallo.com

Avda. Lamadosa, 12 - 15009 - A Coruña



FABIO RODRÍGUEZ: "SOÑAMOS CON EL ASCENSO, PERO SABEMOS LO DIFÍCIL QUE ES LOGRARLO"

El técnico del San Tirso analiza la gran temporada del conjunto de Mabegondo, tercero en el grupo 1 de Preferente Galicia y con opciones de disputar el play-off, además de seguir muy vivo en la Copa de A Coruña.

El San Tirso vuelve a confirmar su crecimiento en los últimos años bajo la dirección de Fabio Rodríguez. El conjunto de Mabegondo se mantiene en la zona alta de la clasificación, peleando por repetir presencia en el play-off de ascenso y muy cerca de disputar una nueva final de la Copa de A Coruña, con el aliciente añadido de poder jugarla en Riazor. El técnico analiza la evolución del equipo, la dificultad del ascenso y la importancia de mantener la ambición sin perder la perspectiva.

Fabio, el San Tirso mantiene el nivel competitivo una temporada más, está en la pelea por el play-off y en semis en Copa. ¿El objetivo es volver a luchar por el ascenso?

El año pasado ya jugamos el play-off, pero tampoco era una obligación. Este año sí que nos lo hemos autoexigido un poco por el hecho de dar un paso

adelante. Cada temporada queremos mejorar. Desde que llegamos aquí hicimos un quinto puesto, luego cuarto, cuarto otra vez y ahora vamos terceros. Esperemos mantener esa posición, aunque todavía quedan semanas y el sexto está a seis o siete puntos, así que aún queda mucho.

¿Te imaginas un ascenso?

Imaginarlo no, lo sueño. Sería algo increíble, pero es muy complicado ascender. Yo viví ascensos como jugador en categorías inferiores y también en el fútbol base, y es muy difícil. El primer puesto directo ya es prácticamente imposible porque el líder tiene el ascenso muy encaminado. En un play-off pueden pasar muchas cosas. Hay equipos que se meten en la última jornada y luego ascienden. Son cuatro partidos y el que llegue mejor a ese momento será el que lo consiga.

An advertisement for Restaurant Taj Mahal. On the left is a photograph of the Taj Mahal in Agra, India, with its white marble domes and minarets reflected in the water of the reflecting pool. On the right, the text reads: "RESTAURANTE Taj Mahal" in a stylized font, followed by "COMIDA TÍPICA DE LA INDIA". Below this is the address "Calle Pondal, 1-3 (Zona Riazor) A Coruña · 15004" and the phone number "981 918 573 - 650 658 117". At the bottom right, it says "SERVICIO A DOMICILIO" and includes a QR code.

**El equipo ha demostrado que puede competir contra cualquiera.**

Sí, lo hemos demostrado. Llevamos cinco o seis semanas sin perder. Le ganamos al Negreira, que iba segundo, empatamos en el campo del Lalín, que es el líder, empatamos en Órdenes y este fin de semana ganamos al Betanzos, que venía en una dinámica muy buena. En Copa de A Coruña estamos en semifinales y a un paso de volver a jugar una final que sería muy bonito disputarla en Riazor.

¿Cómo se gestiona la doble competición cuando ambos objetivos están tan avanzados?

El año pasado fue más complejo porque coincidieron los cuartos de final de Copa con el play-off y le dimos prioridad al ascenso. Este año la Federación organizó mejor el calendario. Hubo festivos en los que se jugaron eliminatorias y durante la Semana Santa no hubo liga, solo Copa, lo que nos permitió preparar mejor el partido ante el Betanzos. Ahora las semifinales coinciden con varias jornadas exigentes, con dos salidas consecutivas y la eliminatoria de Copa en medio. Habrá que gestionar las cargas, rotar un poco y apoyarnos en la plantilla.

Hubo refuerzos en las últimas semanas, ¿no es así?

Sí, incorporamos a Mauro, que era el capitán del Montañeros. Es un jugador con experiencia en Tercera y Preferente, que ya pasó por Arteixo o Club do Mar. Este año no estaba teniendo mucha continuidad en Tercera y nosotros ya lo teníamos en la agenda de cara al año que viene. Se dieron las circunstancias, el Montañeros no puso problemas y Jairo facilitó su salida. Aunque no pueda jugar Copa, nos ayudará mucho en estas jornadas de liga y en un hipotético play-off.

También llegó Rafa Mella, un fichaje importante.

Sí, es un poco un regalo caído del cielo. Es un jugador con experiencia en Segunda B, jugó en el Coruxo y también en el Arenteiro que ascendió a Primera Federación. Estaba viviendo en Valencia por temas laborales, pero regresó a A Coruña por motivos familiares y surgió la oportunidad. No podía firmar en Tercera porque no tenía ficha profesional y aunque esté en paro no vale, así que podía jugar solo en Preferente o inferior. A través de contactos comunes hablamos con él y decidió ayudarnos estos dos meses.

La Preferente está muy igualada, aunque el Lalín ha marcado diferencias y ya parece el Monta del año pasado.

Son equipos diferentes. El Montañeros del año pasado dominaba muchos registros, con balón, sin balón, en transición... era un equipo muy completo. El Lalín es más práctico, muy sólido defensivamente y con individualidades que marcan diferencias. De las victorias que lleva, muchas fueron por un gol. No es un equipo que te aplaste, pero es muy eficaz. Nosotros jugamos



allí hace dos semanas y creo que merecimos ganar, pero tienen jugadores con mucha experiencia que son determinantes.

Fabio, el convenio con el Deportivo, ¿tiene influencia en el primer equipo del San Tirso?

No, el primer equipo es totalmente independiente. El convenio afecta más al fútbol base. En algunos casos, si un jugador que pasó por el San Tirso firma contrato profesional, existe una compensación económica, pero no es algo determinante. A nivel deportivo no hay intervención en la plantilla del primer equipo.

De cara al futuro, ¿puede haber más colaboración con el Fabril en Primera Federación?

Sí que hay intención de ayudarse, pero normalmente los jugadores que salen del Fabril o del juvenil del Depor buscan equipos de Tercera. Nosotros necesitamos dar ese pequeño salto para poder beneficiarnos más de esa situación. Es lógico que un juvenil de División de Honor prefiera ir a Tercera antes que a Preferente. Si conseguimos ascender, seguramente habría más posibilidades de colaboración en ese sentido.

No podemos despedirnos sin un mensaje para la afición del San Tirso en este momento decisivo de la temporada.

Decirles que ojalá se repita el ambiente del partido contra el Betanzos. Era un derbi, unos cuartos de final, y la grada respondió muy bien. No hay que esperar solo a una final o a un play-off. Nos gusta que la gente venga antes, porque ese ambiente ayuda mucho a los jugadores en cada acción y en cada partido.





Nomar
RESTAURANTE - COMIDA CASERA

C/ Manuel Murguía, 4 - A
981 978 148



EL LEYMA APUNTA AL PLAY OFF TRAS UN PULSO DE MÁXIMO NIVEL CON EL OBRADOIRO

El equipo de Carles Marco está firmando una temporada extraordinaria luchando contra el potencial económico del Monbus. Pese a que será complicado que ascienda directo, en el play off sería uno de los grandes candidatos.

El Leyma Básquet Coruña tenía en el duelo directo ante el Monbus Obradoiro una oportunidad de oro para seguir en ventaja por el ascenso directo hasta el final, pero el conjunto compostelano confirmó su condición de gran favorito y dejó la primera posición muy encarrilada. El equipo santiagués, diseñado para dominar la categoría por presupuesto y profundidad de plantilla, ha mostrado una regularidad muy difícil de igualar desde la tercera jornada del campeonato, cediendo únicamente un encuentro desde entonces. Los dos derbis gallegos cayeron del lado compostelano, un factor decisivo en una lucha tremendamente igualada en la que ambos equipos llegan a este tramo final empatados en número de derrotas, con solo tres en toda la temporada. Más allá de esos enfrentamientos directos, el único tropiezo del conjunto coruñés se produjo en la complicada pista del Palencia Baloncesto, lo que habla del enorme nivel competitivo ofrecido durante todo el curso por los de Carles Marco.

UNA TEMPORADA DE NIVEL ACB

El rendimiento del equipo naranja ha sido el de un auténtico aspirante al ascenso desde el inicio de la temporada. Regularidad, solidez competitiva y capacidad para responder en escenarios exigentes han sido algunas de las claves de un curso que confirma el crecimiento del proyecto coruñés. Discutir el liderato hasta este punto frente a un rival con muchísimo mayor potencial económico refleja la dimensión del trabajo realizado y sitúa al equipo en una posición muy favorable de cara a la fase decisiva de la temporada.

EL PLAY OFF, UNA GRAN OPORTUNIDAD

Si no hay sorpresa en el liderato, el camino hacia la ACB pasará por el play off, un escenario en el que el Leyma partirá con todas las aspiraciones. El nivel mostrado durante la temporada confirma que el equipo tiene argumentos suficientes para competir por el ascenso frente a cualquiera de los aspirantes. Finalizar en segunda posición podría meter presión para incluso optar a organizar la Final a Cuatro, una ventaja que podría resultar determinante en el desenlace de la competición. La decisión dependerá de la Federación Española de Baloncesto.



MOMENTO DE MIRAR HACIA ADELANTE

Con el ascenso directo casi imposible, el objetivo pasa ahora por preparar el play off en las mejores condiciones posibles. Gestionar esfuerzos y mantener el nivel competitivo será clave para afrontar el momento decisivo de la temporada con las máximas garantías.

El equipo coruñés ha demostrado durante todo el curso que tiene nivel suficiente para pelear por el salto a la ACB. El camino se estrecha, pero la oportunidad sigue muy viva.



TATONE
CERVECERÍA
611600297
Avda. de Rubine, 17-19 - A Coruña



tatonecerveceria



tatonecervecerias@gmail.com



cerveceria
GIBO
Avda. Calvo Sotelo, 20
15004 A CORUÑA Telf.: 881 12 33 49











WWW.JLPUBLICACIONES.COM

CORUÑA SPORT - 37

BALONMANO- ATTICA 21 HOTELS OAR CORUÑA



EL GRAN SUEÑO PASA POR CUATRO JORNADAS SIN MARGEN DE ERROR

El Attica 21 Hotels OAR Coruña depende de sí mismo para alcanzar el play off tras sumar un punto de enorme valor en la pista del líder.

El Attica 21 Hotels OAR Coruña afronta el tramo decisivo de la temporada con la clasificación para la fase de ascenso a la Liga Asobal al alcance de la mano. A falta de cuatro jornadas para el final del campeonato, el conjunto herculino mantiene intactas sus opciones de meterse entre los cinco primeros, objetivo que podría alcanzar dependiendo únicamente de sus propios resultados.

El equipo dirigido por Nando Martínez se encuentra a solo dos puntos de la quinta posición, una plaza que podría decidirse en el enfrentamiento directo ante Anaitasuna, un duelo que puede resultar determinante en la lucha por el play off.

CALENDARIO EXIGENTE HASTA EL FINAL

El conjunto coruñés afrontará dos partidos como local en el pabellón de San Francisco Javier ante Contazara Zaragoza y el propio Anaitasuna, mientras que deberá rendir visita al BM Alcobendas, actual colista, y al BM Puerto Sagunto, uno de los equipos más fuertes del campeonato.

El primer compromiso será ante el conjunto aragonés, que pelea por evitar el descenso y que, sobre el papel, parte con un potencial inferior al del equipo coruñés. Posteriormente llegará la visita a Alcobendas, un encuentro en el

que el margen de error es mínimo si se quiere mantener intacta la aspiración de entrar en la fase de ascenso.

El partido ante Anaitasuna se presenta como uno de los momentos clave del tramo final, mientras que el cierre de la temporada ante Puerto Sagunto podría llegar condicionado por la situación clasificatoria del equipo valenciano.

UN EQUIPO QUE HA DEMOSTRADO SU NIVEL

El OAR llega a este tramo decisivo tras sumar un punto de gran valor en la pista del líder Proín Triana, en un encuentro en el que incluso pudo llevarse la victoria. El conjunto coruñés dispuso de un lanzamiento de siete metros a falta de apenas tres segundos para el final, pero el balón se estrelló en el larguero y el marcador no se movió finalmente del 29-29.

Más allá del resultado, el partido dejó claro que el equipo herculino está capacitado para competir de tú a tú ante cualquier rival de la categoría y que mantiene intacta la ambición de alcanzar la fase de ascenso.

La igualdad es máxima y la exigencia será total en las cuatro jornadas que restan, pero el Attica 21 Hotels OAR Coruña tiene argumentos suficientes para seguir soñando con un objetivo que hace solo unas semanas parecía algo más lejano.



LA VIDA

AUTOCUIDADO Y BELLEZA INTEGRAL

MASAJES \ ASESORAMIENTO \ TRATAMIENTOS



Rúa Orzán 131 A Coruña



981 925 211



info@lavidaautocuidado.com





VIZOSO

GESTIÓN

GESTIÓN: contable, laboral y fiscal
SERVICIO JURÍDICO: laboral, civil y administrativo

881 940 702

PASEO PROF. TIERNO GALVÁN, 1 / CULLEREDO (A CORUÑA) 15170



- Constitución de Empresas
- Seguros Generales
- Gestiones de Tráfico
- Matriculaciones
- Transferencias
- Altas y Bajas de Vehículos
- Trámites en Organismos Oficiales
- Registro Civil, Mercantil, Propiedad
- Comunidades de Propietarios
- Impuestos de Sucesiones, Herencias
- Prevención Riesgos Laborales
- Extranjería



JORGE BARRERO: "LA TEMPORADA HA SIDO INCLUSO MEJOR DE LO QUE ESPERÁBAMOS EN VERANO"

El técnico del CV Zalaeta valora el notable rendimiento del conjunto coruñés en Superliga 2 femenina de voleibol y analiza los retos de futuro para un proyecto consolidado basado en jugadoras de la casa.

El CV Zalaeta continúa consolidándose como uno de los proyectos más sólidos de la Superliga 2 femenina. El conjunto coruñés volvió a completar una temporada muy competitiva, manteniéndose con solvencia en la zona media-alta de la clasificación y confirmando la estabilidad de un equipo construido desde la base y con identidad propia. Su entrenador, Jorge Barrero, analiza el desarrollo del curso, el nivel de la categoría y los retos que afronta el club de cara al futuro.

Jorge, otra temporada más en Superliga 2 en la que el equipo vuelve a competir a gran nivel. Imagino que el balance es muy positivo.

Sí, la verdad es que la temporada fue muy buena, yo creo que bastante mejor de lo que esperábamos o incluso de lo que temíamos en verano, cuando nos quedamos sin algunas jugadoras importantes. El equipo estuvo todo el tiempo en una posición tranquila, sin problemas para mirar hacia abajo en la clasificación. Siempre estuvimos en la zona media e incluso en algunos momentos cerca de los puestos de arriba, así que creo que, tanto por resultados como por rendimiento, la temporada ha sido muy positiva.

¿Cómo fue la evolución del equipo desde el inicio de la competición hasta el tramo final?

La primera vuelta fue clave porque nos dio mucha tranquilidad. Por el calendario recibimos en casa a la mayoría de los equipos de nuestro nivel o de los que preveíamos que podían ser rivales directos. En esa primera vuelta conseguimos ganar todos los partidos que considerábamos importantes para nuestro objetivo, que es algo muy difícil de lograr. Cuando nos enfrentamos a los dos o tres equipos más fuertes, vimos que tenían un nivel superior, pero aun así les plantamos cara en casa. Eso nos permitió abrir una diferencia importante con los equipos de la zona baja y competir con mucha más tranquilidad. En la segunda vuelta el nivel se mantuvo en líneas generales, pero perdimos más partidos, en parte porque los rivales directos nos tocaban fuera de casa y, con un equipo joven y con varias jugadoras nuevas en la categoría, jugar fuera siempre se nota. Aun así, el balance global es claramente de notable.

Santa Cruz, Leganés o Torrejón han marcado el ritmo de la liga. ¿Cómo ves a estos equipos de cara al salto a Superliga 1?

Santa Cruz ya era el año pasado uno de los grandes favoritos al ascenso. Esta temporada ha mantenido la base del equipo e incorporó una jugadora cubana, Lisbet Arredondo, que venía de disputar finales en Superliga 1 hace dos temporadas. Es una jugadora veterana, pero de mucho nivel para esta categoría, y creo que afrontan la fase de ascenso como uno de los favoritos, aunque han tenido la lesión de su líbero, que es una baja importante.

Leganés también es un equipo muy fuerte. Empezó la temporada algo irregular, pero ha terminado muy bien y creo que ambos tienen muchas opciones de ascender. Los equipos de otros grupos también serán competitivos, pero me extrañaría que al menos uno de los dos no consiguiera el ascenso.

En el caso del Zalaeta, ¿qué jugadora te ha sorprendido más esta temporada?

Nosotros somos un equipo muy basado en el bloque. No tenemos una jugadora con un perfil tan determinante en anotación como lo fue el año pasado Inés Losada, que se marchó a Estados Unidos a jugar en la universidad. Este año el trabajo ofensivo estuvo mucho más repartido.

Aun así, Alba Quirós, nuestra opuesta, ha hecho una temporada muy regular. Lleva muchos años con nosotros, es una de las jugadoras veteranas del equipo, pero este año ha asumido más peso en la anotación que en temporadas anteriores y ha mantenido un nivel muy constante durante toda la competición.

El formato de competición parece que cambiará la próxima temporada. ¿Cómo afectará esta reorganización a la categoría?

En principio la categoría seguirá siendo Superliga 2, pero la Federación quiere agrupar a los equipos que han quedado más arriba en un mismo grupo y repartir al resto en otros grupos con criterio geográfico. Nosotros, al no haber quedado entre los primeros, estaremos en uno de esos grupos, pero el sistema de ascensos sigue siendo similar.

El campeón de cada grupo podrá jugar la fase de ascenso a Superliga 1 y, además, los equipos que queden en las primeras posiciones tendrán opciones de competir al año siguiente en el grupo más fuerte, donde también hay más plazas para la fase de ascenso. Es una reorganización interna que busca que los equipos con aspiraciones de ascenso compitan entre sí y tengan un nivel más cercano al de la Superliga 1.



¿Crees que esta reestructuración será positiva para el voleibol español?

A nivel deportivo creo que la idea puede ser positiva a medio plazo. La Federación tiene la intención de crear en el futuro una Superliga 2 en un único grupo, probablemente de 16 equipos, que acerque más el nivel a la Superliga 1. Este año no se pudo hacer porque suponía descensos masivos de categoría y los clubes no lo iban a aceptar.

El sistema que viene no perjudica a nadie porque todos seguimos en la misma categoría, pero sí intenta que los equipos más fuertes tengan una competición más exigente. Si en dos o tres años se consolida una Superliga 2 de un solo grupo, eso sí podría ayudar a reducir la diferencia económica y deportiva que existe actualmente entre la Superliga 1 y la Superliga 2.

El formato de doce equipos parece demasiado corto para una competición de este nivel.

Sí, lo creo desde hace años. Para mí la liga debería durar al menos un mes más. Lo ideal sería que los grupos fueran de 14 equipos y, si fuera posible, de 16. Ahora mismo la competición termina en marzo y no llegamos prácticamente a abril. Eso supone un parón muy largo hasta la siguiente temporada. Desde el punto de vista económico puede ser más asumible para los clubes, pero a nivel deportivo es un problema. Las jugadoras están muchos meses sin competir y, aunque seguimos entrenando, no es lo mismo que tener partidos oficiales. También afecta a la afición, porque se pierde el hábito de acudir al pabellón. Nosotros, por ejemplo, hemos tenido muy buenas entradas en la primera vuelta y hemos conseguido implicar mucho a la base del club y a las familias. Pero si estás seis meses sin jugar, ese hábito se pierde. Desde todos los puntos de vista, creo que una competición tan corta no es lo más adecuado.

Tras finalizar la temporada, comienza el trabajo de planificación del próximo curso. ¿Por dónde pasan los objetivos del club?

Un club como el nuestro, que seguramente está entre los de menor capacidad económica de la categoría, lo primero es ver con qué presupuesto podremos contar. A partir de ahí construiremos la plantilla.

Nuestro objetivo principal es mantener el bloque actual. No tenemos jugadoras extranjeras ni profesionales a tiempo completo, porque no tenemos esa capacidad económica, pero intentaremos mantener las condiciones de trabajo actuales y dar continuidad al equipo. Si podemos mejorar algo, bienvenido sea, pero lo principal es asegurar la estabilidad del proyecto.

Para terminar, un mensaje para la afición del Zalaeta y para toda la gente que sigue al equipo.

En primer lugar, agradecer el apoyo de todos estos años, tanto de las familias de la base como de los aficionados al voleibol. Creo que el club está creciendo poco a poco, de forma sostenida, y cada temporada es un poco mejor que la anterior en cuanto a masa social.

Esperamos que nos sigan apoyando. El equipo trabaja bien, compite con seriedad y nuestro objetivo es seguir mejorando año a año.

URTEAGA, GUTIÉRREZ Y VEGA DOMINAN LA COMARCA BRIGANTINA

La cita de Betanzos, tercera prueba de la Copa de España Fémimas, dejó una intensa jornada de ciclismo marcada por la lluvia, la dureza del recorrido y un gran nivel competitivo en todas las categorías.

La tercera prueba de la Copa de España Fémimas convirtió a Betanzos y su entorno en el epicentro del ciclismo femenino nacional con una jornada exigente y muy completa que coronó a Maite Urteaga, Aitana Gutiérrez y Noa Vega como grandes protagonistas del día.

La Comarca Brigantina ofreció un recorrido selectivo por los municipios de Betanzos, Paderne, Bergondo y Miño, con un trazado rompepiernas que volvió a demostrar el alto nivel de la competición y que exigió el máximo esfuerzo a las corredoras.

NOA VEGA SE IMPONE EN CADETES

La jornada comenzó a primera hora bajo una intensa lluvia con la prueba cadete, marcada por un terreno delicado que provocó varias caídas y una selección natural del grupo principal. En el desenlace, la subida final por las empinadas rampas empedradas de Betanzos volvió a ser decisiva.

En ese escenario emergió la figura de Noa Vega, que hizo valer su fortaleza para imponerse con autoridad. La ciclista del Baqué Movistar superó en meta a Vega Aldrey y Vega Iglesias, manteniendo además el liderato de la general de la Copa.

AITANA GUTIÉRREZ REFUERZA SU LIDERATO JUNIOR

Con mejores condiciones meteorológicas se disputó la carrera junior, en la que el ritmo fue elevado desde los primeros kilómetros. Los intentos de fuga se sucedieron durante las tres vueltas previstas, con protagonismo para Alejandra Neira y la propia Aitana Gutiérrez, líder de la competición.

La resolución volvió a producirse en el tramo final, donde Gutiérrez mostró su capacidad competitiva para imponerse en el sprint definitivo. El podio lo completaron María González y la gallega Neira, consolidando la ciclista del Baqué Movistar su posición al frente de la clasificación general.

URTEAGA RESUELVE EN SOLITARIO EN ÉLITE Y SUB-23

La prueba élite y sub-23 mantuvo la incertidumbre hasta los kilómetros decisivos. Los ataques constantes no lograron romper el grupo principal hasta la exigente subida al Alto do Galvier, punto clave de la jornada.



El fuerte ritmo endureció la carrera y permitió la selección definitiva de las corredoras más fuertes. Tras varios movimientos ofensivos, Maite Urteaga consiguió abrir hueco y marcharse en solitario, resistiendo la persecución de Eva Anguela.

La ciclista vasca logró mantener su ventaja hasta la línea de meta de Betanzos, firmando una victoria de gran mérito. Anguela fue segunda y Julieta Benedetti completó el podio, resultado que además permite a Anguela situarse como nueva líder de la general.

UNA CITA CONSOLIDADA EN EL CALENDARIO

La prueba Comarca Brigantina – Camiño de Santiago continúa afianzándose dentro del calendario nacional como una de las citas destacadas de la Copa de España Fémimas. La organización corrió a cargo del Club Ciclista Betanzos, con el respaldo institucional de los ayuntamientos implicados y la colaboración de diversas entidades públicas y privadas.

La jornada dejó una excelente imagen deportiva y organizativa, consolidando el crecimiento del ciclismo femenino y reforzando el protagonismo de Galicia dentro del calendario estatal.



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

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



ALBERTO GÓMEZ BARROS: "INTENTO SEGUIR INFORMANDO LO MEJOR POSIBLE, AUNQUE CADA VEZ HAYA MENOS ACCESO Y MENOS TIEMPO"

El periodista de Onda Cero Coruña repasa su larga trayectoria en la radio, analiza la evolución del periodismo deportivo en la ciudad y reflexiona sobre el Deportivo, la cantera y el nuevo contexto informativo.

Hablar de información deportiva en A Coruña es hablar, entre otros nombres, de Alberto Gómez Barros. Voz reconocible de Onda Cero y periodista de amplia trayectoria, lleva más de dos décadas siguiendo la actualidad del Deportivo y de buena parte del deporte coruñés y gallego. En esta conversación repasa sus inicios, la evolución del oficio, los cambios en la radio local y su visión sobre el momento actual del club blanquiazul y de su cantera.

Alberto, pasan los años y ahí sigues al pie del cañón. ¿Cómo empezé todo y cómo es hoy tu día a día en Onda Cero?

Ha habido un cambio importante, sobre todo a raíz de la temporada 2017-2018, que fue precisamente la última del Deportivo en Primera División. En ese momento hubo una modificación en la programación y Julia Otero pasó a ocupar la franja que antes teníamos para el deporte local. A partir de ahí, la programación deportiva local se redujo muchísimo y, en lo que a mí respecta, también cambió bastante el trabajo.

Echamos mucho de menos Onda Deportiva.

Antes, Onda Deportiva tenía un radio de emisión en toda la provincia de A Coruña y también en Lugo. Yo emitía para todo el norte y, evidentemente, ahí se notaba mucho la presencia de deportivistas. Había mucha interacción, mucha participación en concursos, en porras, en sorteos... Recuerdo a oyentes habituales con los que casi ya se había formado una pequeña familia radiofónica. Desde entonces, esa presencia se ha reducido bastante y ahora me toca combinar la información deportiva con la información general.

La información deportiva la seguimos dando todos los días, a nivel local, en Más de Uno Coruña para Coruña y Ferrol. Normalmente tenemos unos minutos al principio, sobre la una menos algo, y luego los últimos diez minutos del programa. Además, desde la pasada temporada hay una sección para la provincia en La Brújula de Radioestadio. Pero, claro, donde antes tenías una hora para desarrollar, ahora los minutos no dan para lo mismo.

También ha cambiado la manera de hacer periodismo. Antes podías ver un

entrenamiento, hablar más con jugadores, hacer seguimiento más directo del Deportivo. Ahora eso se ha cerrado muchísimo. En Abegondo muchas veces todo se reduce a cinco o diez minutos de rueda de prensa. Es un búnker. Así que, con todo eso, yo sigo intentando informar lo mejor posible para los oyentes de Onda Cero.

Y no solo del Deportivo. Siempre has tenido espacio para otros equipos y deportes de la ciudad.

Sí, claro. Siempre he intentado darles cancha. Hoy, por ejemplo, hemos hablado con Paul Jorgensen porque coincidía con la previa de un partido fundamental entre el Leyma Basket Coruña y el Obradoiro. Yo intento seguir dando espacio al Liceo, al Leyma, al resto del polideportivo y, en general, a todo lo que el tiempo nos permita.

Si el Deportivo vuelve a Primera, es el momento perfecto para recuperar un programa de Primera.

A mí me gustaría. Echo de menos ese formato y sé que mucha gente también. Hoy, además, con los podcast y el consumo a demanda, podría escucharse a cualquier hora. Yo intento subir todos los días esos minutos a podcast, pero la programación de cadena es la que es. Antes había una hora local y ahora esa franja está ocupada por la programación nacional. Donde antes podías combinar mucha información con bastante opinión, ahora todo hay que concentrarlo en muy poco tiempo. Aun así, cuando hay una noticia importante o exclusiva, se da, por supuesto, y mi objetivo es que los oyentes sigan teniendo un punto de referencia informativa.

Háblanos de esa ventana en La Brújula de Radioestadio para la provincia.

Se emite de lunes a viernes, cuando no hay competición tipo Champions, entre las 21:10 y las 21:20. Son diez minutos para la provincia de A Coruña y ahí el foco se abre un poco más, en la línea de lo que antes era Onda Deportiva a nivel provincial. Se habla de A Coruña, Ferrol y Santiago, que



son las principales ciudades, pero también de equipos como el Noia Portus Apostoli, que está en la máxima categoría del fútbol sala, o de otras referencias importantes del deporte gallego de la provincia.

Ahí entra el Deportivo y sus equipos, masculino, femenino, filial o juveniles cuando toca; el Racing de Ferrol, el Baxi Ferrol, el Liceo, el Leyma... y, en Santiago, el Obradoiro o la SD Compostela. Es una manera de abarcar un poco más, aunque siempre condicionados por el tiempo.

¿Cómo fue tu trayectoria antes de llegar a Onda Cero? ¿Cómo nació tu pasión por el periodismo?

Yo digo muchas veces, medio en broma y medio en serio, que soy un “veno labrego”. Mis padres tenían vacas, se dedicaban a la leche, y muchas veces me tocaba ir a cuidarlas. Yo me llevaba mi radio y ahí pasé muchas horas escuchando. Así empezó todo un poco.

Luego, cuando entré en BUP y ya empezabas a decidir entre ciencias o letras, fui viendo que lo mío eran claramente las letras. Estudié Periodismo en Salamanca y en el verano del segundo curso empecé a colaborar en la Radio Televisión de Cerceda. Por el camino conocí a Manolo Castelo, muy ligado al fútbol aficionado, que iba mucho a ver el Vizoño, el equipo de mi pueblo. Ahí se fueron abriendo caminos.

En el verano de 1995 hice prácticas en Radio Coruña, en una época en la que Alfonso Hermida se marchaba a la TVG. Después, en Salamanca, conocí a Eduardo Blanco, jefe de deportes de Radio Salamanca, e hice prácticas allí también. Más adelante pasé por la Televisión de Galicia, primero en verano, incluso en áreas que no eran deportes, porque también me gustaban los temas de economía y los informativos.

Ya en 1997, cuando terminé la carrera, entré en la redacción de deportes de la TVG y estuve allí hasta el año 2000. En marzo de 2000 recibí la llamada de un antiguo compañero de universidad, Juan Morín, que me habló de Terra, el gran portal de internet de Telefónica. Era un tren que pasaba en un momento en el que internet era una gran novedad, y me fui a Madrid.

Pero te pudo la morriña, ¿no es así?

Sí, así es, en 2001 y 2002 empecé a tener morriña. Yo no quería quedarme en Madrid. Entonces surgió la posibilidad de volver a A Coruña porque Terra y Onda Cero pertenecían al grupo Telefónica. José María García dejó Onda Cero y con él muchos de sus colaboradores, quedó una vacante en A Coruña, me hicieron la entrevista y desde agosto de 2002 estoy aquí.

¿Recuerdas cómo fue tu llegada a Onda Cero?

Perfectamente. Recuerdo venir de Madrid con la mudanza y cubrir ya la salida de Djalminha rumbo al Austria de Viena. Y tuve la suerte de debutar en una etapa muy potente, con partidos de Liga y también de Champions. Recuerdo especialmente un Bayern de Múnich-Deportivo que ganó el Deportivo allí. Empezar así fue una suerte enorme.

¿Cómo es ahora tu día a día, entre deportes e información general?

Yo organizo la información de deportes, pero a las 9:30 tenemos una mesa de redacción y ahí se reparten también el resto de temas para la programación local, los informativos de Galicia e incluso, si hace falta, asuntos de ámbito nacional. Así que igual te toca un acto del Rey en Ferrol, una visita institucional al puerto exterior o una cuestión política o económica, además del deporte.

En lo deportivo, sigo pendiente de ruedas de prensa, de pedir sonidos, de estar atento a todo lo que genera el Deportivo y el resto de equipos. A Abegondo ya no voy como antes, porque no me da el tiempo. Solo en ocasiones más concretas, cuando comparece alguien como Fernando Soriano o cuando hay temas que se salen de la rutina diaria. Pero en el día a día ya no es como antes. Y luego, claro, están los fines de semana con Radioestadio, tanto para el Deportivo como para el baloncesto del Leyma cuando estaba en ACB o para otros partidos que entran en la programación nacional.



También has cubierto mucho deporte fuera de A Coruña.

Sí, claro. Estuve en Fontes do Sar con el Obradoiro en ACB, en el Anxo Carro con el Lugo en Segunda, en Ferrol muchísimas veces con el Racing... Hice mucha autopista hacia Ferrol en tiempos de Isidro Silveira y Antonio Aneiros. Todo eso forma parte de muchos años de profesión. Este año cumpliré 24 en Onda Cero, así que ya están ahí las bodas de plata.

En todo este tiempo, ¿nunca pensaste en cambiar de emisora?

Ha habido oportunidades, sí, pero al final también tienes que valorar la conciliación familiar. Yo tengo la enorme suerte de haber podido llevar a mis hijos al colegio casi todos los días y verlos crecer. Eso hoy en día no es poca cosa. Evidentemente, si te ponen un cero o dos más a la derecha, pues te lo piensas, claro, pero hay muchas cosas que valorar.

Dejando a un lado al periodista, vamos con el Alberto aficionado. ¿Has sufrido mucho con el Deportivo?

Sí, claro que se ha sufrido mucho. En mi casa hay carnet del Dépor y yo deseo lo mejor para el club, pero es cierto que los años te van dando otro poso. Ves las cosas con algo más de distancia. El periodista está viendo el partido, pero también pensando en lo que viene después, en la entrevista, en la noticia, en el análisis del día siguiente. Eso te da otra perspectiva. Luego ves, por ejemplo, a tu hijo emocionarse, llorar el día del ascenso contra el Barça B, y eso te contagia. A mí me gusta ver a la gente ilusionada. Pero también he vivido golpes muy duros, como aquella semifinal de Champions contra el Oporto, que fue un palo tremendo. En el deporte hay que saber perder, aunque fastidie muchísimo.

¿Eres optimista con el momento actual del Deportivo?

Sí, lo soy. Y además, paradójicamente, creo que el equipo ha ido encontrando la tecla en este tramo de la temporada. Yo siempre recuerdo lo que decía Suso Suárez Loureiro: los equipos necesitan ocho o diez jornadas para ir haciéndose, para que los fichajes se acoplen, para ensamblarse. Y este año, dentro de esa montaña rusa que ha vivido el Deportivo, parece que Antonio Hidalgo ha encontrado algo importante.

Hubo un momento en el que se le silbaba en Riazor y ahora parece que ha dado con la tecla. Para mí, el movimiento de Mario Soriano en el centro del campo ha sido clave. Y luego, con la lesión de Mella, aparecieron perfiles como Altimira en la derecha o Ximo en el lateral nuevamente a un nivel



superior. Esos tres jugadores están siendo ahora mismo muy importantes en el funcionamiento del equipo.

Además, Yeremay sigue aportando, aunque ya no sea tan decisivo como en otros tramos porque arrastra molestias. Yo sí creo que el equipo ha encontrado identidad y estilo. Otra cosa es hasta dónde le va a dar, porque el rival también juega y puede neutralizarte, como pasó por ejemplo con el Granada cuando metió músculo en el centro del campo y te golpeó.

Da la sensación de que arriba sigue faltando más gol.

Sí, esa es una realidad. Nadie le quita a Zakaria sus goles, pero esperas mucho más de los delanteros, especialmente cuando se ha invertido tanto en alguno de ellos. Y luego están los condicionantes económicos de ciertas operaciones en caso de ascenso, que también son importantes. Ahí es donde se ve que el Deportivo se está jugando mucho.

Y mirando al Fabril, ¿qué lectura haces de la temporada del filial?

Muy buena. No sigo todos los partidos enteros, pero sí veo cosas, resúmenes, momentos concretos, y está claro que la cantera está dando frutos. Han salido jugadores que han sumado muchísimo y el equipo está funcionando muy bien. Se nota que en Abegondo se ha invertido más, que hay una apuesta más seria y que la cantera está más trabajada.

Luego, en el primer equipo, las oportunidades llegan hasta donde pueden llegar, porque un entrenador se juega el puesto cada semana y esto va de ganar partidos. Eso no quiere decir que Hidalgo no crea en la cantera, pero la exigencia manda. Aun así, últimamente sí está tirando de jugadores jóvenes y eso es una buena señal.

De todos los partidos que narraste, ¿cuál recuerdas como el más especial?

Es difícil elegir uno. Ha habido muchos partidos muy bonitos. Me acuerdo especialmente de varios de aquella segunda vuelta con Lotina tan buena. Recuerdo un Deportivo-Racing de Santander que acabó 5-3 y que tengo grabado. También un Getafe-Deportivo que ganamos 1-2 y que fue muy intenso. Me voy quizá a esa época porque luego vinieron años más duros, incluso cuando se ascendía se sufría mucho. En Segunda no es lo mismo a la hora de narrar, ya que las conexiones son limitadas, más de minuto y resultado. Además, en algunos ascensos tuvimos muchas limitaciones para trabajar, como aquel año con Oltra en el que las radios estaban muy restringidas. Pero si tengo que elegir una etapa especialmente bonita estando yo narrando partidos, me quedo con aquella en la que el equipo de Lotina fue creciendo una barbaridad.

¿La última noticia importante que pudiste adelantar cuál fue?

La última fue la renovación de Manuel Pablo. A mí me llegó que era un uno más uno, aunque luego el Deportivo anunció dos temporadas directamente. Esa fue la última. Ya en verano, pues la opción de compra obligatoria en caso de ascenso por Mulattieri, que está cifrada en los famosos 7 millones de euros. Más allá de eso, ahora mismo no tengo ninguna primicia importante (risas).

¿Cómo valoras la renovación de Fernando Soriano?

Hay que felicitarlo, porque al final si ha renovado es porque el propietario, Juan Carlos Escotet, ha dado el visto bueno. Eso está claro. Luego, a partir de ahí, uno puede analizar su trabajo y decir en qué ha acertado y en qué no. Yo respeto absolutamente a Fernando Soriano, igual que al resto de responsables del club, pero luego también creo que el periodismo consiste en analizar si un fichaje ha salido bien, mal o regular.

Hay operaciones que salen bien y otras que no. Hay jugadores que llegan para rendir y luego no funcionan. Forma parte del fútbol. En ese sentido, yo intento fiarme de mis fuentes y trabajar así. A veces te dicen que algo no es así, pero si tus fuentes te han llevado hasta ahí, sigues creyendo en ellas. Eso forma parte del oficio.



Para terminar, un mensaje para los oyentes de Onda Cero, que siguen ahí contigo tantos años después.

Solo puedo darles las gracias. La radio sigue teniendo algo muy especial. Es verdad que las generaciones más jóvenes consumen información por otras vías, por redes sociales o formatos más rápidos, pero todavía hay mucha gente que te escucha, que te para por la calle, que te identifica y te agradece el trabajo.

Yo lo que intento siempre es ofrecer información veraz, rigurosa y sin forofismos. Creo que la gente tiene derecho a estar bien informada, en las buenas y en las malas. Aquí se han vivido muchas historias y muchas etapas, y el oyente quiere saber qué pasa de verdad. Ese sigue siendo mi compromiso: informar con respeto, con honestidad y lo mejor posible.



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)





CAGIAO TENDRÁ EL YARIS RALLY2 LISTO PARA UTIEL

El piloto del Recalvi Team debutará con la nueva montura en la tercera cita del Supercampeonato de España de Rallyes, prevista para el 15 de mayo.

El gallego Jorge Cagiao ya tiene definido su próximo paso en el Supercampeonato de España de Rallyes. El piloto de Narón será el encargado de poner en competición el nuevo Toyota GR Yaris Rally2 dentro de la estructura del Recalvi Team, con el estreno previsto en el Rally de Utiel, tercera prueba del Supercampeonato.

La unidad, procedente de las instalaciones de Toyota Gazoo Racing en Alemania, se incorpora a una estructura que continúa reforzándose para afrontar con garantías una temporada especialmente exigente. Antes del debut con el vehículo japonés, Cagiao disputó el Rally Sierra Morena a los mandos del habitual Citroën C3 Rally2, con el objetivo de mantener el ritmo competitivo mientras se completa la adaptación a la nueva montura.

PERÍODO DE ADAPTACIÓN SOBRE TIERRA

La llegada del kit específico para tierra permitirá al piloto realizar varias jornadas de test antes del estreno oficial en Utiel. Estas pruebas serán clave para

conocer el comportamiento del coche en competición y valorar su rendimiento dentro del programa deportivo previsto para el resto de la temporada. Una vez disputada la cita valenciana, el equipo tomará una decisión estratégica sobre el vehículo que utilizará Cagiao en el resto del curso, valorando si continúa con el Citroën o apuesta definitivamente por el Toyota.

UNA ESTRUCTURA DE MÁXIMO NIVEL

Con la incorporación del nuevo Yaris Rally2, el Recalvi Team continúa ampliando una estructura que ya cuenta con varios vehículos de primer nivel. Entre ellos destacan los Škoda Fabia RS Rally2 de José Antonio Suárez, Nuria Pons y Miguel Fuster, además del Alpine A110 Rally pilotado por José María Reyes.

El estreno del Toyota supone un nuevo paso adelante dentro de un proyecto que continúa creciendo en el automovilismo nacional y que busca seguir siendo protagonista en el Supercampeonato de España de Rallyes.



DOMINGO REY VÁZQUEZ

Araña el asfalto con nuestros precios

REPARACIÓN, VULCANIZADOS Y NEUMÁTICOS DE GRAN CALIDAD

NEUMÁTICOS DE TODAS LAS MARCAS

C/Educación, 6 A Coruña (frente escuela de idiomas) · T.: 981 251 992 - 606 022 710





TALLERES
EN BUENAS MANOS

TODO PARA TU AUTOMÓVIL

TALLERES en BUENAS MANOS

Todo para tu automóvil

@talleres.enbuenasmanos

CHAPA, PINTURA (efectos y pinturas especiales), mecánica, Electricidad del automóvil, mantenimientos, ruedas, radios, navegación, ITV

Restauraciones y clásicos TAPICERIA (automóvil, hogar y náutica)

www.talleres-enbuenasmanos.es

Talleres.enbuenasmanos@hotmail.com

C/Edison, Nº4 - A Grela

C/Pascual Veiga, 29.

881 99 00 92

669 54 32 97

15008 A CORUÑA

15010 A CORUÑA

ROBERTO BLACH JR PRESENTÓ SU PROGRAMA DEPORTIVO PARA 2026

El piloto de Arteixo compite en el FIA European Rally Championship con un Toyota GR Yaris Rally2 de Llarena Racing.

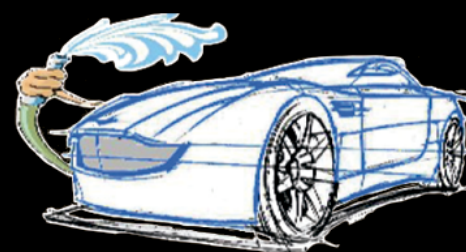
El piloto gallego Roberto Blach Jr. presentó su programa deportivo para la temporada 2026 del FIA European Rally Championship en un acto celebrado en la sede de Logista, principal impulsor del proyecto. El de Arteixo afronta un paso decisivo en su trayectoria con el objetivo de luchar por posiciones destacadas en el certamen continental.

En esta nueva etapa, Blach compite al volante de un Toyota GR Yaris Rally2 gestionado por la estructura Llarena Racing. El vehículo incorpora una imagen que refuerza la identidad gallega del piloto dentro de un proyecto que también cuenta con respaldo institucional de la Xunta de Galicia, a través de Xacobeo y la Fundación Deporte Galego, así como de la Federación Gallega de Automovilismo, además de diferentes patrocinadores privados.

El debut en competición tuvo lugar hace tan solo un par de días en el Rallye Sierra Morena, primera cita de su programa europeo esta temporada. La prueba andaluza, caracterizada por sus exigentes tramos de asfalto, sirvió como punto de partida para adaptarse al nuevo vehículo y al nivel competitivo del ERC.

A lo largo del calendario, el piloto afrontará distintas pruebas del campeonato en países como Suecia, Italia, Polonia, República Checa, Reino Unido o Portugal, con el objetivo de seguir acumulando experiencia internacional y consolidarse entre los nombres destacados de la categoría Rally2.

El proyecto supone un paso importante en la progresión deportiva de Roberto Blach Jr, que continúa ampliando su presencia en el panorama europeo con un programa ambicioso y el respaldo de una estructura muy competitiva.



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



EL FUTURO DEL BIENESTAR: ASÍ SE CUIDA EL CUERPO EN 2026

En 2026, la forma de entender el deporte y la salud ha evolucionado hacia un enfoque más completo e inteligente. Ya no se trata únicamente de hacer ejercicio o seguir una dieta, sino de integrar distintos aspectos del bienestar en la vida diaria. La tecnología juega un papel clave, ya que permite conocer en tiempo real datos como la frecuencia cardíaca, el descanso o el nivel de actividad física, facilitando decisiones más acertadas.

El entrenamiento también ha cambiado. Actualmente, se priorizan rutinas más cortas pero efectivas, como el entrenamiento funcional o el HIIT, que permiten mejorar la condición física en menos tiempo. Además, la personalización es fundamental: cada persona entrena según sus objetivos, su nivel y su estilo de vida, lo que mejora los resultados y reduce el riesgo de lesiones. La combinación de ejercicio en casa, gimnasio y actividades al aire libre se ha convertido en una opción muy común.

Otro aspecto clave en 2026 es la salud mental. Se ha demostrado que el rendimiento físico está directamente relacionado con el bienestar emocional. Por ello, prácticas como la meditación, la respiración consciente o el descanso adecuado forman parte de cualquier rutina saludable. Dormir bien y gestionar el estrés son ahora tan importantes como el propio entrenamiento.

En cuanto a la alimentación, la tendencia es la personalización y el equilibrio. Ya no existen dietas estrictas para todos, sino planes adaptados a cada persona. El objetivo principal es mejorar la energía, el rendimiento y la salud a largo plazo, evitando extremos y fomentando una relación saludable con la comida.

En definitiva, el deporte y la salud moderna en 2026 se basan en entrenar de forma inteligente, cuidar la mente y mantener hábitos sostenibles. El equilibrio entre cuerpo y mente es la clave para una vida más saludable.



Ursula Cacharrón
quiromasaje

Síguenos en



Paseo de la Dársena 22 - 15001 A Coruña

608 001 141



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



Audífonos

¡Si no estas contento solúcionalo!

Hay varios factores que contribuyen a que muchos usuarios de audífonos no estén completamente satisfechos con sus dispositivos y algunos de los más comunes serían estos:

Ajuste y comodidad: Los audífonos deben ajustarse bien para ser efectivos y cómodos. Si no se ajustan correctamente, pueden causar molestias o incluso dolor después de un uso prolongado.

Calidad del sonido: La calidad del sonido que proporcionan los audífonos se debe, en la mayoría de los casos a un ajuste incorrecto.

Problemas de ajuste inicial: Los usuarios nuevos siempre necesitarán de un tiempo de adaptación. El cerebro se adaptará y si el ajuste es correcto, personalizado y profesional, la adaptación estará asegurada.

Soporte y seguimiento: La falta de apoyo adecuado y seguimiento por parte de los profesionales de la audición puede afectar negativamente la experiencia del usuario. Una buena orientación y ajustes periódicos son cruciales para la satisfacción continua.

Interferencia y ruido ambiental: En ambientes ruidosos, los audífonos pueden tener dificultades para distinguir entre el habla y el ruido de fondo, lo que puede hacer que la experiencia auditiva no sea óptima. Esto también se soluciona con un ajuste adecuado y optimizado.

Mantenimiento y cuidado: Los audífonos requieren mantenimiento regular para funcionar correctamente. Si no se limpian y cuidan adecuadamente, pueden no rendir al máximo.

Soporte y seguimiento: La falta de apoyo adecuado y seguimiento por parte de los profesionales de la audición puede afectar negativamente la experiencia del usuario. Una buena orientación y ajustes periódicos son cruciales para la satisfacción continua.

Estigmatización: Algunos usuarios pueden sentirse incómodos o estigmatizados por usar audífonos, lo que

afecta su disposición para utilizarlos de manera consistente y sacar el máximo provecho de ellos.

Abordar estos problemas requiere una combinación de educación, ajustes personalizados, soporte continuo y seguimiento profesional.

Audias ha tenido en cuenta todo esto y por eso ha adoptado un **método de ajuste de audífonos** basado en un enfoque científico que busca satisfacer mejor las necesidades individuales de cada paciente. **Esta personalización es crucial para mejorar la satisfacción del usuario y optimizar el rendimiento de los audífonos.**

El hecho de que solo un 30% de los usuarios encuentren



el ajuste inicial estadístico adecuado resalta la importancia de enfoques más personalizados.

Los Centros Auditivos Audias son pioneros en la adaptación y ajuste personalizado de cualquier audífono de cualquier marca. Un ajuste y personalización con la que el paciente obtiene:

Precisión Mejorada: Al personalizar el ajuste basándose en un método científicamente desarrollado, se puede lograr una mayor precisión en la configuración del dis-

positivo para que coincida con las necesidades auditivas específicas de cada paciente.

Mayor Satisfacción del Usuario: Un ajuste más preciso puede resultar en una mejor calidad del sonido y comodidad, lo que puede aumentar significativamente la satisfacción del usuario y su disposición a utilizar los audífonos regularmente.

Reducción del Tiempo de Adaptación: Ajustes personalizados pueden reducir el tiempo que los usuarios necesitan para adaptarse a sus audífonos, facilitando una transición más suave y menos frustrante.

Menos Visitas de Seguimiento: Con un ajuste más adecuado desde el principio, es posible que los usuarios necesiten menos visitas de seguimiento para ajustes adicionales, lo que ahorra tiempo tanto a los pacientes como



*Los pitidos y zumbidos
de nuestros audífonos
tienen solución.
Necesitas un ajuste
personalizado.*

a los profesionales.

Mejora de la Calidad de Vida: Una audición más clara y cómoda puede mejorar significativamente la calidad de vida de los usuarios, permitiéndoles participar más plenamente en las conversaciones y actividades diarias. Al comunicar estos beneficios a los pacientes potenciales y existentes, **Audias puede destacar cómo su enfoque único puede marcar una diferencia significativa en la experiencia de uso de audífonos.** Además, la adopción de métodos basados en la ciencia y la tecnología refuerza la credibilidad y el compromiso de la empresa con la excelencia en el cuidado auditivo.

20 AÑOS
cuidando tu audición, cuidando de ti
AUDIAS

Dos décadas de dedicación, innovación y cinco
Audias para estar cada vez más cerca de ti.
Gracias a vosotr@s, ¡cada día somos mejores!.



Avd. Finisterre 302
15010 A Coruña
Tel. 981 925 367

Avenida Rubine 18
15004 A Coruña
Tel. 881 927 192

R. Sempre en Galiza 6
15706 Santiago
Tel. 881 817 500

Rúa Ecuador 83
36203 Vigo
Tel. 986 044 600

Ctra. Castilla 118
15404 Ferrol
Tel. 981 397 607

VIERNES 24 DE ABRIL DESDE LAS 23:30 h.

NUEVO PLAN



LA
FIESTA
DE LOS AÑOS

80'S

The Club

ENTRADA 12 EUROS

AL FINALIZAR EL CONCIERTO DJ SET BY:

*Juan
Alonso*

ORGANIZADORES



ORGANIZA: ATEMPO EVENTOS - Tel- 627 280 091

VENTA DE ENTRADAS EN COOLTURA Y SERENDIPIA