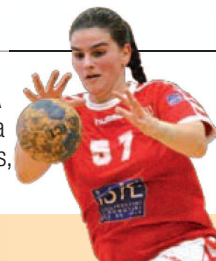


LA SALLE ISTE, EN RATXA
 Les montcadenques sumen la cinquena victòria en sis partits, l'última contra el Cardedeu

PÀG. 28



BRONZES MUNDIALS DE TAEKWONDO

El Club Lee Young aconsegueix tres bronzes al campionat d'Egipte

PÀG. 28

FUTBOL. PRIMERA TERRITORIAL

El Sant Joan es retroba amb la victòria contra l'Alzamora

Els gols de Perico, Ezequiel Mora i Óscar Berduzo (3-1) milloren la imatge de l'equip

Lluís Maldonado | Redacció

"Necessitàvem guanyar i jugar bé". Aquestes van ser les primeres paraules del tècnic de La Unió, Quique Berlinghieri, després de la victòria a casa contra l'Alzamora, el dia 13, per 3 a 1. La pressió i els nervis per la falta de resultats estaven passant factura a la plantilla i el cos tècnic.

En un horari poc habitual de joc a casa –les 17h–, amb baixes temperatures i la fredor inicial a les graderies, els de Can Sant Joan tenien una prova de foc. Un equip immers en el desconcert necessitava urgentment refer-se de les dues darreres derrotes conse-

cutives: contra el Júpiter amb un gol polèmic (4-3), i contra el Sant Celoni, on es van pagar massa car els errors i es va acabar perdent 3 a 2. La Unió va sortir motivat i va resoldre amb gols de Perico, Mora i Óscar Berduzo.

La primera part va començar freda, com la tarda. Però ràpidament es va escalfar amb dues bones accions que es van estavellar al pal. El gol de Perico amb una excel·lent jugada d'estratègia va estrenar el marcador. A la segona, Ezequiel Mora va ampliar l'avantatge amb una altra jugada d'estratègia des d'un fora de banda. Al minut 20, un penal

comès sobre Josep el va transformar Óscar Berduzo.

Final de la primera volta. El calendari de La Unió és, en principi, assequible amb els propers compromisos. La pròxima jornada, l'equip es desplaça al camp de l'Argentona. **"No ens podem confiar"**, alerta Berlinghieri qui reconeix que només valen els tres punts o l'empat. **"En els tres partits que queden abans d'acabar la primera volta hauríem de situar-nos amb 24 o 26 punts"**, es fixa el tècnic com a objectiu. Els de Can Sant Joan estan en la zona mitja baixa de la taula, amb 17 punts.



SANTI ROMERO

La Unió va jugar fora del seu horari habitual, amb baixes temperatures i fred a les graderies



SANTI ROMERO

Carrión, il·luint el braçalel de capità, va marcar a casa un dels tres gols contra el Mataró

FUTBOL. PRIMERA CATALANA

Jaume Creixell allunya el Montcada de la zona de descens en 5 partits

Els verds confirmen la bona línia de joc amb dos empats fora i una victòria a casa

Lluís Maldonado | Redacció

El CD Montcada ja fa tres jornades que no perd i, que a més, que no encaixa cap gol. L'equip segueix en la bona línia ascendent des que es va fer càrrec el "mestre" Jaume Creixell, que només ha patit una derrota en cinc partits, al camp de la Montañesa. **"Podem guanyar, empatar o perdre, però els jugadors es deixen al camp fins a l'última**

gota de sang", afirma el tècnic. En el darrer compromís, els verds van treure un valuós empat a Rubí, el vuitè classificat, en un partit igualat, molt ben plantejat, on van assumir el control del joc i on **"només ens va faltar el gol"**, ha dit Creixell, qui afegeix que aquest punt s'ha de fer bo guanyant a casa el proper partit al Vilafranca, el líder de Primera.

Punts i torrons. Els verds han sumat cinc punts en tres jornades vitals que allunyen el Montcada, setmana a setmana, del descens. Contra el Mataró, el cuer, van fer un partidàs. Tres gols de Charly, Carrión i Peralta van segellar una excel·lent victòria (3-0). **"Espero menjar-me els torrons dient que només hem perdut un partit des que sóc aquí"**, conclou.

PINTURAS CAN CUIAS COLOR!

TU CASA DE PINTURAS

MÁQUINA DE COLORES

TODO TIPOS DE PINTURAS, BROCHAS, DISOLVENTES, ETC...

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

c/ CAMELIAS, 44 · 08110 MONTCADA I REIXAC (BARCELONA) · TEL. 93 575 88 79

FUTBOL. SEGONA TERRITORIAL

Salva Serrano debuta amb empat com a nou tècnic del Santa Maria

La directiva va destituir Miguel Argüelles a conseqüència de la marxa irregular de l'equip

Lluís Maldonado | Redacció

Salvador Serrano, el nou entrenador del Santa Maria, es va estrenar el dia 13 a la banqueta amb un empat (2-2) contra la Sabadellenca, un resultat que deixa un regust estrany. **"Hem estat capaços d'avançar-nos en dues ocasions i hem fabricat bones oportunitats"**, va comentar el tècnic tot lamentant no poder defensar finalment els tres punts. Amb aquest empat, els de Terra Nostra sumen quatre punts en tres partits que posen fi a una ratxa negativa de tres derrotes per golejada que van suposar la destitució de Miguel Argüelles a la banqueta. A les jornades anteriors, el Santa Maria va superar el Sabadell Nord (3-1) i va caure contra el Juan XXII (4-0).



Els de Terra Nostra van superar el Sabadell Nord el dia del comiat de Miguel Argüelles



> El Valentine cau a Alella per tres punts (80-77)

El Valentine va perdre contra l'Alella per 80-77 en un matx que va encarrilar bé als primers dos quarts però, un parcial molt dolent al tercer, li va fer anar a remolc en l'electrònic. Als darrers cinc minuts, l'equip va reaccionar però no va entrar el triple que hauria forçat la pròrroga. Malgrat l'ensopegada, l'arribada del nou entrenador, Joan Cortés, s'ha traduït en una millora global tant del rendiment com dels resultats. El 28 de novembre, els montcadencs es van imposar al Masnou per 82-70, en un matx que van controlar bé des del principi i que van sentenciar a l'inici de la segona part | LM

FUTBOL SALA. PRIMERA NACIONAL B

Un Mausea letal en atac es desfà del Manlleu i escala posicions a la taula

La victòria contra el tercer classificat esperona la plantilla després de la derrota a Llíça

Lluís Maldonado | Redacció

"He de felicitar l'equip, el nivell defensiu ha estat molt alt durant tot el partit", va resumir Jaro al final del matx contra el Manlleu, el dia 12, que va acabar amb victòria (7-4). El tècnic va destacar la gran actuació de Jona, el jugador més jove de la plantilla, que va fer una segona part **"impecable"**. Jaro creu que el triomf a casa contra el tercer classificat demostra que **"l'equip va a més"**. D'altra banda, en la jornada del 28 de novembre, el Mausea va perdre contra el Llíça (6-3).

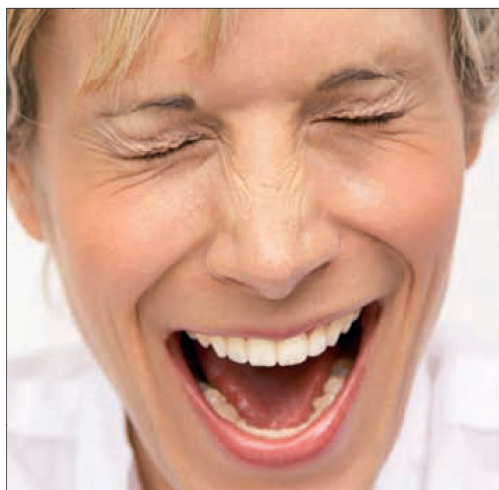


El partit contra el Manlleu es va disputar excepcionalment a la pista coberta



> L'Escola suma la desena derrota a la lliga

Nova derrota de l'Escola en el seu desplaçament al camp del Palautordera. La manca d'encert de cara al gol i la superioritat de les rivals van propiciar una nova golejada (4-0). **"Ens falta recuperar la defensa"**, comenta el tècnic Gerard Taulé, referint-se a les baixes d'Isa, Flequi i Irma. Taulé espera recuperar alguna de les jugadores lesionades després del Nadal. L'equip segueix penúltim amb 4 punts | LM



¿TODO?
TODO POR
TU BOCA.

MONTCADA

Passeig Jaime I, 58 - 60
93 565 08 23

24 prestaciones
gratuitas
como la Limpieza Bucal*

12 MESES SIN INTERESES
Y HASTA 5 AÑOS DE FINANCIACIÓN



CLINICAS
VITAL DENT
Nº 1 EN ODONTOLOGIA

HANDBOL

La Salle ISTE continua imparable a la part alta

L'equip d'Esperanza Hoyos s'imposa al Cardedeu (26-22)

Lluís Maldonado | Redacció

La Salle ISTE continua intratable a la lliga, després de sumar contra el Cardedeu la cinquena victòria en sis jornades. Les montcadenques van haver de patir més del compte per endur-se la victòria a casa per quatre gols de diferència (26-22). La reacció va venir a la segona part quan l'equip va augmentar

la pressió en defensa, va injectar velocitat al contracop i va recuperar pilotes. Només així, va aconseguir doblegar el rival. **"Vam sortir massa relaxades"**, es queixava l'entrenadora, Esperanza Hoyos, en acabar el partit. L'equip és segon de Primera Catalana empatat a 10 punts amb el líder, el Canovelles, però que té un partit menys.



Les montcadenques han sumat cinc victòries en sis partits i són segones a la classificació

La fluixa defensa segueix condemnant el masculí

La defensa continua sent l'assígnatura pendent del sènior masculí aquesta temporada a la Lliga Catalana. A la pista del Manyanet Les Corts van perdre 37 a 30. El tècnic, Didac Delatorre, no s'amaga: **"No ens trobem a gust treballant a nivell defensiu i no acabem de trobar un sistema adequat"**. El capità de La Salle, Xavi Be-

nítez, coincideix amb el míster que l'equip en atac està bé, però cal resoldre els problemes en defensa: **"No pot ser que ens marquin tants gols"**, opina. El tècnic conclou: **"La situació actual no preocupa, l'equip pot donar més"**. Delatorre, però, pensa ja en el proper i difícil partit a casa contra el Poblenou | LM

TAEKWONDO

El Lee Young guanya tres bronzes al Campionat del Món de tècnica

El Mundial es va disputar a El Caire (Egipte) entre el 27 de novembre i el 4 de desembre



La selecció estatal de taekwondo en la modalitat de tècnica posa davant d'una de les piràmides d'El Caire

Silvia Alquézar | Redacció

Els taekwondistes del Club Lee Young Montcada han aconseguit uns bons resultats al Campionat del Món de tècnica, disputat entre el 27 de novembre i el 4 de desembre a El Caire, la capital d'Egipte. En individual, Alberto Jo Lee va guanyar la medalla de bronze en la categoria sènior masculí, de 19 a 30 anys. En trios masculins sincronitzats, Montcada també es va endur dos guardons de bronze. José Luis Estudillo, José Manuel Ramón i Alberto Jo Lee van estar a punt de ser primers però unes errades a la final els van relegar a la tercera posi-

ció en el grup de 14 a 35 anys, mentre que Diego Carrillo, Bernardo Fidalgo i Juan Antonio Santiago van obtenir el tercer lloc a la categoria de majors de 36 anys.

Per seleccions, Corea va acabar en primera posició, Iran en segon lloc i Vietnam en tercer. La selecció estatal va ser quarta –la primera europea– amb un total de 10 metalls: un or, una plata i 8 bronzes.

Valoracions. El seleccionador estatal i director del Lee Young Montcada, José Santiago, s'ha mostrat molt content amb els resultats i el treball de l'equip.

"Hem tornat a demostrar el gran nivell que tenim", ha indicat el tècnic nacional, qui ha lloat els taekwondistes locals perquè **"han arribat al tram final de la temporada molt cansats i amb molts problemes físics"**.

El Campionat del Món posa el punt i final a una excel·lent temporada per al Lee Young, que ha tornat a demostrar el seu nivell a les competicions estatals i internacionals. Santiago, a qui recentment li han concedit el setè DAN de cinturó negre, ha avançat que seguirà com a seleccionador estatal de tècnica.

Kima Luna joies d'autora
il·lusió i joia per tot l'any!
Bogatell, 4 botiga 4 Tel. 93 575 21 56

Dr. Antoni PONZ MORATÓ
Mètode NARL - PÈRDUA DE VOLUM LOCALITZAT
• Tractament específic en zones rebels
• Lipòlisi natural per a homes y dones
• Actua eficientment sobre tot tipus de greixos (cutanis i profunds)
• Sense cap tipus de dieta, només fent un control dels aliments
• Resultats en 10-15 sessions
c/ Àngel Guimerà, 23 - Mas Rampinyo - Tel. 93 564 04 59

Magatzem de ferros - Oxitall
Cisalles (fins a 3x20 mm) - plegades
HIERROS ISERTE, S.A
VENDA AL DETALL I L'ENGRÒS
Pol. Ind. Can Tapioles, nau 10
Tel. 93 572 50 94 - Fax 93 572 51 16
08110 - Montcada i Reixac - hierrosiserite@btlink.net



> Èxit del primer trofeu de ball Vila de Montcada

El primer Trofeu de Balls de Saló Vila de Montcada –organitzat pel club Endansa amb la col·laboració de l'Ajuntament– va ser tot un èxit. El pavelló Miquel Poblet va acollir el 29 de novembre la competició, amb la participació de 300 parelles en les modalitats de llatins i estàndards. Pel que fa als concursants montcadenques, els millors classificats van ser la parella formada per Neus Mestres i Ixasai Mediavilla, que van acabar en primera posició a la categoria A. Eva Nieto, del club Endansa, s'ha mostrat molt contenta amb el Trofeu perquè **"va venir molt públic i tot va sortir rodó, l'any que ve repetirem"** | SA

DeBARRIS
produccions gràfiques
c/ La Perla, 31 Baixos
www.debarris.com
(t) 93 217 44 10 • (f) 93 217 06 80

FLORS
Montee
Us desitja
un any ple d'il·lusions
Pg. Rocamora, nº 24 • Tel. 93 564 67 44
08110 Montcada i Reixac



El Can Cuiàs A va perdre el darrer matx contra El Papiol per 12-5

FUTBOL SALA. AE CAN CUIÀS

L'equip A lluita per entrar a la zona tranquil·la

Els locals van perdre contra el Papiol per 12-5

Silvia Alquézar | Redacció

L'equip sènior A de l'AE Can Cuiàs lluita per entrar a la zona tranquil·la de la classificació del Grup Quart de Primera Divisió. "Ens han tocat rivals molt difícils", ha dit l'entrenador, Matías Ruiz. El darrer partit contra La Sardana es va suspendre el dia 12 perquè no es van presentar els àrbitres. Una setmana abans, el conjunt local va perdre per 12-5 a la pista d'El Papiol en un matx en què, segons el tècnic, "no hi va haver tanta diferència en el joc". El Can Cuiàs A va començar bé, amb un

bon joc i creant nombroses ocasions de gol, que no van entrar. Van estavellar dues pilotes al pal i un jugador rival va treure l'esfèric de la mateixa línia de gol. El Can Cuiàs va tenir mala sort de cara la porteria a diferència d'El Papiol que, a la contra, va obrir una escletxa de 7-0 en el marcador a la fi de la primera part. A la represa, el conjunt de Ruiz va sortir a la pista més ordenat amb la idea de rentar la imatge. D'altra banda, el dia 16 va jugar un matx ajornat contra el Champions Floresta, amb qui va empatar a 3.



SANTI ROMERO

> L'EF Montcada és penúltima

L'equip sènior de futbol sala l'EF Montcada –a la foto– ha encaixat dues derrotes. Va perdre contra el Racing Güell per 0-4 i davant de l'Inter Sentmenat per 4-2. L'equip és penúltim davant del Sansur, amb qui jugarà al darrer matx del 2009 el dia 20. D'altra banda, l'FS Mausa B segueix líder després de guanyar el Can Calet per 2-4. Té un matx suspès amb el Trinitat | SA

en2minuts...

> Victòries del Montseny-Can St. Joan

El Montseny-CEB Can Sant Joan és setè del Grup Cinquè del Campionat de Catalunya sènior amb 6 triomfs i 4 derrotes. A les últimes jornades, els locals han guanyat el Ronçana, el cuer, per 73-62, i el Montmeló, al mig de la taula, per un clar 59-81 | SA

> Noves derrotes de La Salle B

El sènior B de La Salle Montcada està situat al penúltim lloc del Grup Sisè de Tercera Catalana amb només una victòria en sis jornades. Els montcadencs, dirigits pel tècnic Juan Manuel Fernández, han encaixat dues noves derrotes als últims enfrontaments: a la pista del Pau Casals de Sabadell per 30-22, i al pavelló Miquel Poblet contra el Sant Andreu de la Barca, per 27 a 33 | SA



El sènior B de l'Elvira-La Salle és vuitè amb 6 triomfs i 5 derrotes

BÀSQUET. AE ELVIRA-LA SALLE

El sènior B s'imposa a l'AE Teià A per 63-56

Els locals són al vuitè lloc amb 6 triomfs i 5 derrotes

Silvia Alquézar | Redacció

L'equip sènior B de l'AE Elvira-La Salle es troba a la vuitena posició del Grup Quart del Campionat de Catalunya amb 6 victòries i 5 derrotes. Els montcadencs van vencer el Teià A per 63-56 a la darrera jornada, mentre que una setmana abans van perdre contra el Viladecavalls

–el segon classificat– per 72-64. Pel que fa al sènior A, l'Elvira es troba quart al Grup Cinquè de la mateixa categoria. Al darrer matx, va perdre contra el Gassó Ripollet –el líder– per 64-47. D'altra banda, el sènior femení ocupa l'onzè lloc de Tercera A. A l'última jornada va guanyar el Martinec per 58-45.

RESTAURANT
Frankfurt CISNE
Desayunos variados y Menú diario
Horario: de lunes a sábado tarde. Viernes noche abierto
Jaume I, 32 - Tel. 93 575 11 83 - 08110 Montcada i Reixac

NETEGES
Grifell S.A.
Desembussos de canonades, Buidatge de fosses sèptiques,
Transport de residus, Reparació i millora de clavegueram
Urgències les 24 hores
c/Mig. 110-112 - Pol. Ind. Pla d'en Coll, 08110 Montcada i Reixac
Tel. 93 399 94 07 - 93 383 99 22
e-mail: grifell@grifell.com www.grifell.com

CENTRE VETERINARI NOU MONTCADA
· VISITES
· CIRURGIA
· RADIOGRAFIES
· ANALÍTICA
· SERVEI A DOMICILI
Alacant, 20
08110 Montcada
Tel/Fax: 93 575 42 03

AGMI Assessoria i Gestió Montcada
ADMINISTRACIÓ DE COMUNITATS
Avgda. Catalunya, 40 - 08110 Montcada i Reixac (Mas Rampinyo) BCN
Tel. 93 564 85 61 - Fax 93 575 26 17
E-mail: agm@bsab.com - www.asesoriamentcada.com

GDM GRUP DENTAL MEDINA
www.gdm.es
(08980) SANT FELIU DE LLOBREGAT
Vidal i Ribas, 15, 1^a i 2^a
Tel. 93 666 40 11 - Tel./Fax 93 666 41 62
(08980) BARCELONA
C/ Santis, 379 baixos
Tel. 93 447 05 14 - 93 447 05 15
(08850) GAVÀ
Gaudí, 6, 1^a - 4^a - Tel. 93 662 93 69
(08110) MONTCADA I REIXAC
Avda. Ribera, 31 baixos
Tel. 93 564 15 84

SERVICIO DE CAMBIO DE PILAS AL MOMENTO.
RELOJES, LLAVES DE COCHES
MANDOS A DISTANCIA ...
JIMENEZ
Reparación Calzado
SE AFILAN TIJERAS Y CUCHILLOS
C/Bogatell nº2 Montcada i Reixac (Cerca Renfe Estacion Montcada Manresa) Tel. 93 564 01 23

si et vols anunciar a
l'aveu
truca'ns
i t'informarem
625 601 107

VIAN ELECTRICITAT FONTANERIA AIRE CONDICIONAT
ELECTRICIDAD · FONTANERIA · GAS · AGUA
AIRE ACONDICIONADO · CALEFACCIÓN
INSTALADOR AUTORIZADO
c/ Bogatell, 7 - 08110 Montcada i Reixac - Tel. 93 564 07 42/ 607 84 71 20

CROS ESCOLAR

La JAM obté bons resultats a la cinquena prova del circuit comarcal

La cursa, amb uns 230 atletes participants, es va disputar al parc de la Llacuna de Mas Duran

Silvia Alquézar | Redacció

La Joventut Atlètica Montcada (JAM) està fent un bon paper al circuit de cros que organitza els Consells Esportius del Vallès Occidental de Sabadell i del Sud, en col·laboració amb els ajuntaments de la seva demarcació i els clubs d'atletisme. La cinquena prova es va disputar el 12 de desembre al Parc de la Llacuna de Mas Duran, amb la participació de 230 atletes. Entre els corredors locals, cal destacar la primera posició de l'infantil masculí Yely Sagna i de la cadet Paula Teruel, a més del segon lloc de la cadet Alba Mayà i el tercer del benjamí Gyan Polo.

El circuit comarcal consta de sis proves, l'última tindrà lloc el 16 de gener al Parc Central del Vallès, entre els municipis de Barberà i



El cros escolar del circuit comarcal es va fer el 12 de desembre al Parc de la Llacuna, situat a Mas Duran

Sabadell. Els organitzadors confeccionaran una classificació final individual, on cada atleta haurà d'haver participat en un mínim de 4 cossos. A falta d'una cursa, Sagna lidera la seva categoria. Aquest corredor també és notícia perquè, per segon any consecutiu, va guanyar la cursa infantil al Cros Internacional de Granollers, un dels més

pretigiosos del calendari, que va tenir lloc el dia 13. També va obtenir un bon resultat el juvenil Aitor Martín, que va travessar la meta en sisena posició.

La JAM també ha participat recentment a d'altres competicions com el Cros Vila de Castellar, on el juvenil Aitor Martín va ser segon i el sènior Carles Cera va acabar tercer.



La benjamí Berta Núñez, de la JAM

> Bronze al torneig de karate d'Arlés

El cadet Rubén Serrano, del Club Shi-kan, ha guanyat la medalla de bronze en la categoria de menys de 70 quilos a la quarta edició del Torneig Internacional de karate d'Arlés (França), disputat el 12 i el 13 de desembre. David Abejón –a la foto amb Serrano– va ser quart en el mateix grup. Ambdós van anar amb la selecció catalana. Serrano també va participar del 4 a 6 de desembre a Madrid amb la Federació Espanyola per formar part de la selecció estatal al 2010. D'altra banda, el Shi-kan va obtenir tres medalles de bronze a la Lliga del Vallès | SA



> Busseig solidari per l'Àfrica

L'Associació Internacional de Policia (IPA) ha recaptat prop de 500 euros per a la caravana solidària 'Mulla't per l'Àfrica' gràcies al bateig de busseig que l'entitat va organitzar el dia 12 de desembre a la piscina del complex esportiu Montcada Aqua, en una jornada on va participar una trentena de persones. La iniciativa consisteix a portar vehicles de tot tipus als països africans. A la foto, un dels participants | SA



BÀSQUET. LLIGA COMARCAL

L'Elvira cadet venç La Ribera B (40-12)

Silvia Alquézar | Redacció

La lliga comarcal de bàsquet, que organitza el Consell Esportiu del Vallès Occidental Sud, compta amb la participació de quatre equips locals: els conjunts infantil i cadet de l'AE Elvira-La Salle i dos blocs de l'IES La Ribera. A l'última jornada disputada, el gimnàs municipal de la Zona Esportiva Centre va ser l'escenari d'un derbi local entre l'Elvira cadet i l'IES La Ribera B, que va acabar amb la victòria del conjunt de Mas Rampinyo per 40 a 12.



L'Elvira es va endur el derbi

Altres resultats. A l'última jornada, l'infantil de l'Elvira va guanyar contra l'IES Marina de la Llagosta per 22-61. El conjunt de l'IES La Ribera A tenia descans. El conjunt cadet es troba a les primeres po-

sicions, mentre que la resta d'equips montcadencs en competició estan a la zona baixa de la taula. La primera volta de la lliga, que compta amb 9 participants, acabarà el 23 de gener.

BÀSQUET. CB MONTCADA

El júnior A és antepenúltim en una competició d'alt nivell

L'equip aconsegueix la segona victòria de la lliga contra el Roses per 57-56

Silvia Alquézar | Redacció

El júnior A del Valentine es troba a l'antepenúltima posició del Grup Tercer d'Interterritorial amb dues victòries i 10 derrotes. A la darrera jornada, els montcadencs van perdre contra el Minguella per 76 a 51, mentre que una setmana abans van aconseguir la segona victòria

de la lliga contra el Roses –penúltim– per un ajustat 57-56. No ho està passant bé en una competició amb equips de gran nivell. De fet, la temporada passada va perdre la categoria, però la va recuperar a la fase prèvia d'aquesta nova campanya. Malgrat que els resultats no acompanyen, el cos tècnic –format

per Moisés Sánchez i Luis Marín– es mostren satisfets perquè “Evolució del grup és bona i esperem que vagin a més”. A més, els jugadors tenen l'al·licient que periòdicament entrenen amb el sènior de Primera Catalana i, fins i tot, van convocats amb el Valentine en alguns partits.



El júnior A juga amb rivals de nivell



> La diferència d'edat passa factura a l'infantil femení

Els dos equips del planter del CEB Can Sant Joan han perdut els últims partits que han disputat. En el cas de l'infantil femení, la diferència d'edat amb la resta de competidores està passant factura a l'equip, que va caure derrotat contra el Tona per 27-35 i davant del Caldes per 62-26. Pel que fa al cadet, el conjunt està pagant cara la inexperiència a la categoria. El conjunt va ensopegar contra el Llefià per 64-34. “A la segona fase jugaran al seu nivell”, ha dit el directiu Jordi Bondia | SA

viu'lesport!

institut municipal d'esports i lleure

FUTBOL. EF MONTCADA

Els patufets comencen la lliga amb bon joc i resultats positius

L'Escola farà un curs de tecnificació per als jugadors de l'entitat els dies 28, 29 i 30 de desembre

Silvia Alquézar | Redacció

L'equip dels patufets de 5 anys de l'EF Montcada ha començat la lliga amb bon peu. Els menuts han guanyat cinc partits, n'han empatat un i n'han perdut un altre. Precisament, la derrota va arribar a la darrera jornada contra el Can Rull de Sabadell per 8-1. Però, per a l'entrenador, Sebastián López, els resultats no importen. **"L'important és que aprenguin i s'ho passin bé"**, ha dit el tècnic, qui explica que intenta transmetre als més petits els principis bàsics del futbol com el passi i la col·locació. **"Tot i que són molt petits i s'ha de tenir**

molta paciència perquè es despisten fàcilment, és un grup compactat que té ganes per aprendre", opina López, qui també ha indicat que, tot i que els resultats no són importants, els jugadors estan més motivats si guanyen: **"El dia que van perdre alguns van plorar"**. Els patufets juguen a la lliga Futbeval que no està vinculada a la Federació Catalana.

Novetat. L'EF Montcada durà a terme els dies 28, 29 i 30 de desembre un curs de tecnificació per als jugadors des de prebenjamí fins a cadet de l'entitat, que tindrà lloc a l'estadi



Els més petits de l'EF Montcada només han perdut un partit

municipal de la Ferreria de 17 a 20.30h. Les classes tindran com a objectiu millorar la tècnica indivi-

dual i col·lectiva. Hi haurà sessions pràctiques i teòriques, amb la projecció de material audiovisual.



SANTI ROMERO

> El juvenil del CD Montcada, líder

L'equip juvenil del CD Montcada –a la foto– s'ha col·locat líder en solitari del Grup 24 de Segona Divisió amb 25 punts. A les últimes jornades, ha aconseguit dues victòries al camp del Martorelles (0-3) i al del Sant Fost (3-6) i un valuós empat contra el Cerdanyola –el segon classificat– a casa (2-2). L'entrenador, Juan Meca, està satisfet amb els resultats, però reconeix que **"s'ha de millorar el joc"**. D'altra banda, el juvenil de l'EF Montcada es troba al mig de la taula del Grup 25 de Segona Divisió. Els montcadencs van vèncer al camp de la Penya Blanciblava La Roca per 2-4 i contra la Torreta per 3-1. A la darrera jornada, l'EF va vèncer el Poniente per 4-3 | SA

HANDBOL. CH LA SALLE

El juvenil perd a Parets per 28 a 19 en una fluixa segona part

Silvia Alquézar | Redacció

L'equip juvenil de La Salle Montcada va encaixar una derrota a la pista del Parets, el tercer classificat de Primera Catalana, per 28 a 19. Els montcadencs van jugar bé a la primera meitat, que va acabar amb un empat a 12 en l'electrònic. A la represa, però, els jugadors lasal·lians van mostrar algunes mancances que va aprofitar el rival per obrir una diferència en el marcador que, a mesura que van passar els minuts, es va fer insalvable. En aquest matx, cal destacar l'encert de cara a porteria d'Ángel González, que va marcar 8 gols. L'equip juvenil de



SANTI ROMERO

El juvenil va guanyar el Gavà per 32 a 28 al pavelló Miquel Poblet

La Salle va guanyar el Gavà, a la zona mitjana de la taula, per 32 a 28. Els montcadencs es troben a la cinquena posició amb tres victòries, tres derrotes i un empat. Pel que fa la

resta d'equips del planter, el cadet va perdre contra el Granollers Sporting per 22 a 29, l'infantil va vèncer el Sant Cugat per 26 a 23 i l'infantil femení va perdre a Sant Quirze per 23-16.

FUTBOL SALA. FS MAUSA

El cadet segueix ferm en el camí a l'ascens

Silvia Alquézar | Redacció

L'equip cadet de l'FS Mause Montcada està en el camí d'aconseguir l'objectiu inicial de la temporada: pujar a Divisió d'Honor, la màxima categoria. Els nois de Manel Rodríguez es troben a la tercera posició del Grup Primer de Primera Divisió, amb 17 punts i un partit menys que els dos primers classificats. A les últimes jornades, els montcadencs han guanyat a la pista del Mollet per 1-4 i a casa davant del Lloret per 8-2. Els montcadencs, que continuen imbatuts, van començar la campanya actual un xic irregulars però, a mesura que han passat



SANTI ROMERO

El cadet vol estar a Divisió d'Honor

els partits, han afegat el ritme de joc. El seu tècnic es mostra content amb el treball de la plantilla perquè **"s'està esforçant per fer un bloc compacte i amb un nivell bo"**.

FUTBOL SALA

El Can Cuiàs benjamí venç l'Elvira Cuyàs en el derbi

El derbi montcadenc entre els benjamins del Can Cuiàs i l'Elvira Cuyàs es va decantar cap a l'equip que jugava com a local, que va superar el bloc de Mas Rampinyo per un clar 13-3. El Can Cuiàs ha millorat el seu joc des de l'inici de la temporada jornada a jornada | SA



SANTI ROMERO

El benjamí va millorant cada matx

LA LLIGA ESCOLAR, EN IMATGES

Les fotos dels equips del Reixac, Font Freda, Elvira Cuyàs, Sagrat Cor i IES La Ribera a:

l'aveu.cat



L'equip de multisport del CEIP Font Freda



L'equip aleví de futbol sala del CEIP Elvira Cuyàs



El grup de psicomotricitat del CEIP Reixac



El grup de psicomotricitat del Sagrat Cor



Equip infantil de futbol sala de l'IES La Ribera



Joan Muñoz

triatlleta

‘Esportista complet’. Joan Muñoz és un montcadenc de 38 anys a qui li agrada fer esport pel seu compte. No pertany a cap club ni té cap tècnic personal, però s’ha marcat uns entrenaments que segueix estrictament cada dia. El seu objectiu és ser un home de ferro, un somni que li agradaria complir quan arribi als 40. Aquesta temporada ha estat segon del rànquing català d’independents i el 33è de la general. Els homes de ferro són aquells que són capaços d’acabar l’*Iron-Man*, la prova més dura de la triatló, que consisteix a nedar 3.900 metres, a córrer 180 quilòmetres en bicicleta i fer una maratón (42 quilòmetres corrent). I tot això, com diuen els que estan ficats en aquest món, ‘non stop’, és a dir, sense parar: sortir de l’aigua, agafar la bici, fer el recorregut, deixar la bici i posar-se a córrer. Una altra de les il·lusions d’en Joan és que a Montcada sorgís un grup de persones amants de la triatló per compartir experiències.

“Podríem fer un front comú de triatletes montcadencs”



SÍLVIA ALQUÉZAR

Per què ets triatlleta?

Sempre m’ha agradat fer esport. Als 15 anys ja anava amb el Centre Excursionista de Montcada, el Cim, a fer escalada, sortides en BTT, a caminar. Per mantenir-me en forma feia també natació, corria, anava en bici. Fa 10 anys, el meu germà em va regalar un llibre que parlava de la triatló. Em va captivar i, des de llavors, hi estic vinculat.

Què s’ha de fer per ser un triatlleta?

Qualsevol pot ser un triatlleta. Es veu molt difícil, però tot depèn de com t’ho prenguis. La triatló més senzilla, que la pot fer tothom, és de 750 metres nedant, 20 quilòmetres en bici i 5 corrent. En total, en una hora i mitja està llesta. Només cal ser constant en els entrenaments.

Són molt durs?

Has d’entrenar dos o tres dies cada esport al voltant d’una hora o una mica més.

I en el teu cas té molt de mèrit perquè no pertanyis a cap club.

Tinc sort que treballa en torn de matí i tinc les tardes lliures per entrenar. Ho faig tot pel meu compte i em preparo el plànning que penso que m’anirà millor. Sóc autodidacta al 100%.

De les tres disciplines, quina és la que més t’agrada i la que menys?

M’agraden totes però, per a mi, la més dura és la cursa a peu perquè arribes molt cansat. El més divertit és anar en bici.

La temporada de triatló comença al maig i acaba a l’octubre. Quantes proves en fas?

Aquest any n’he fet totes les puntuables, una dotzena. Normalment són cada quinze dies, però hi ha un cap de setmana que participes a la de Banyoles el dissabte i el diumenge a la de Collserola. Acabes esgotat però, sobretot, esgotat psicològicament, perquè has de lluitar per

mantenir la motivació. En els entrenaments també és molt important seguir amb la mateixa il·lusió per poder superar-te.

“La triatló més senzilla la pot fer qualsevol, només cal ser constant en els entrenaments”

Quin balanç fas de la temporada d’enguany?

Vaig ser el segon del rànquing català d’independents i el 33 de la general. M’hauria agradat quedar més amunt però al final de la temporada la gent apretava molt. Haig de millorar sobretot en natació, haig de nedar més ràpid.

Quins objectius t’has marcat per a l’any vinent?

M’agradaria començar a provar les

triatlons de mitja distància perquè el meu somni és fer algun dia l’*Iron Man*. A veure si ho aconsegueixo abans d’arribar als 40. Seria una bona manera de celebrar el canvi de dígit

Vols ser un ‘home de ferro’?

Sí, ho vull intentar. Diuen que el més dur de l’*Iron Man* són els entrenaments perquè quan arriba el dia de la cursa has d’anar a passar-t’ho bé. El meu problema són les lesions perquè tinc unes molèsties cròniques al tendons que m’impedeixen entrenar el que voldria.

No t’ha passat mai pel cap deixar-ho i no tornar a fer una triatló?

Sí, quan arribes a la meta molt cansat o quedes molt enrera a la classificació dius que ja no tornaràs més. Però als dos dies ja se m’ha oblidat i estic mirant el calendari de les proves per apuntar-m’hi a la propera. És una activitat que crea addicció, no la pots deixar.

Ens podries explicar alguna anècdota? Per exemple, se t’ha punxat la roda de la bici alguna vegada durant una cursa?

No he punxat mai, però em va passar una altra cosa més divertida, per dir-ho d’alguna manera. Se’m va trencar el seient i es va quedar a la posició més baixa.

I vas abandonar.

No (riu), aquesta paraula no està contemplada al meu diccionari. Vaig continuar pedalant tocant-me els genolls al manillar, imagina’t quina fila, però vaig acabar.

T’agradaria que a Montcada hi hagués un club de triatló?

Sí. Un club potser és més complicat, però sí que podríem formar una mena de grup de persones aficionades a aquest esport per explicar-nos les nostres experiències i compartir entrenaments. Animaria a fer un front comú perquè cada vegada hi ha més triatletes.

Bufete José Vera Parra
JV Abogado JV
Más de diez años de experiencia asesorando empresas y particulares

LABORAL
CIVIL
PENAL
MERCANTIL

profesionales cualificados que estudian al detalle su caso dando solución a sus problemas

Consúltenos, primera visita gratuita
tel/fax: 936 743 328
jose_vera_ac@hotmail.com
Ctra. de Sant Cugat a Rubí, Km 1
Edif. Forum · pl. 7ª · Despacho 6
08173 Sant Cugat del Vallés (Barcelona)

PIERCINGS I TATTOOS

sábados abierto todo el día
C/ Lleida n. 8 Local 3
08110 Montcada i Reixac (Bcn)
Tel. 93 181 22 19
e-mail: cm.tattoo@hotmail.com
www.myspace.com/cmtattoopiercing

Pneumàtics Montcada

La tecnología de la Fórmula 1 a su alcance
Jaume I, 52 - Tel. 93 564 20 77
08110 Montcada i Reixac

MOTORFIRA.COM

VEHÍCULOS PROCEDENTES DE COMPAÑÍAS DE RENTING

más de 100 vehículos en stock

Te esperamos en la quinta planta de la C/ Telemática, 2.
Polígono Industrial LA FERRERIA
08110 Montcada i Reixac - Tel. 93 519 70 72
y C/ Guillerries, 3 - 08328 Alella (Barcelona)
Horario: de lunes a viernes de 9.30h a 14h y 16h a 19.30h
Sábados de 10.30h a 13.30h