

VI PREMIOS GALICIA SPORT

MEJORES DEPORTISTAS GALLEGOS

AÑO 2025



REVISTA GALICIA SPORT N.º 70 • Febrero 2026



IGNACIO BLANCO



CONSTRUCCIONES REFORMAS REHABILITACIONES

www.construccionesignacioblancos.com

619 864 474

+ info: nachoblancofdez@gmail.com



NUEVO RENAULT CLIO

160 CV - 116 kW



HASTA 1,000 KM DE AUTONOMÍA⁽¹⁾
FULL HYBRID E-TECH AUTORRECARGABLE

(1) con el depósito lleno según datos wltp. consumo mixto mín./máx. (l/100 km)*: 3,9-5,1 emisiones de CO₂ mín./máx. (g/km)*: 89/116. *según datos wltp.

Renault recomienda  Castrol

renault.es



Rodosa

DONDE COMPITE GALICIA, RESPONDE GALICIA

Cincuenta premiados, más de un centenar de nominados y decenas de disciplinas distintas compartiendo protagonismo. Pero lo verdaderamente relevante no es la cifra, sino lo que representa.

El Premio a la Combatividad, el reconocimiento al Mejor Club del Año, a la Mejor Deportista, a la Mejor Cantera Futbolística... cada categoría recoge historias distintas, trayectorias forjadas con esfuerzo y proyectos sostenidos en el tiempo. Esta revista especial no es solo un recopilatorio de nombres; es la fotografía de un año que confirma la dimensión actual del deporte gallego.

Galicia vive una etapa expansiva. No concentrada en una sola disciplina, no dependiente de una única generación, sino extendida en múltiples frentes. Atletismo, taekwondo, hockey hierba, triatlón, natación, fútbol, baloncesto, hockey patines, voleibol... la diversidad es hoy su gran fortaleza.

Hay medallas internacionales. Hay ascensos trabajados durante años. Hay clubes que resisten y crecen. Hay cantera que no deja de producir talento. Y, sobre todo, hay estructura.

El nivel es soberbio en el contexto nacional y cada vez más visible a nivel global. Deportistas gallegos compiten en Europeos, Mundiales, ligas de máxima categoría y proyectos profesionales sin perder la identidad que los formó.

Pero si algo marca la diferencia no es solo el rendimiento. Es el entorno.

La gente es maravillosa. Y eso se nota.

Se nota en las familias que acompañan, en los entrenadores que multiplican horas, en las directivas que sostienen clubes muchas veces contra la lógica económica, en los voluntarios que mantienen viva la base. Se nota en el compromiso colectivo.

Estas páginas no reparten medallas morales ni establecen rankings eternos. Simplemente reflejan lo que ha pasado. Y lo que ha pasado es que el deporte gallego ha vuelto a competir, a ganar y a hacerse respetar en muchos frentes distintos.

Cincuenta nombres protagonizan este número. Más de cien estuvieron nominados. Pero el mérito es compartido. Pertenecen a quienes creen en el proyecto cuando todavía no hay focos, a quienes sostienen el día a día y a quienes siguen empujando desde abajo.

Porque el éxito no es casualidad. Es identidad.

Y cuando una tierra cree en su talento, no hay techo que la limite.

Alvaro Aldrey

STAFF

EDITA

JL PUBLICACIONES S.L.

E-MAIL: INFO@JLPUBLICACIONES.COM

WEB: WWW.JLPUBLICACIONES.COM

DIRECCIÓN

JOSÉ LUIS FERNÁNDEZ

REDACCIÓN

ÁLVARO ALDREY

MAQUETACIÓN Y DISEÑO

ANDREE MONTESINOS

PUBLICIDAD

MERY TENREIRO

CRISTINA OTERO

SALVADOR GONZALEZ

MARIA MOURIÑO

ADMINISTRACIÓN

EVELIN RUBERTE

COLABORADORES

PILY PARDO

DONATO GAMA

RAÚL INFANTE

JORGE URIACH

FERNANDO BLANCO

JORDI URIACH

FOTOGRAFÍA

CESIÓN CLUBES



DEPÓSITO LEGAL: C-1555-2018

GRACIAS

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

HEMOS SUPERADO LAS 550.000 IMPRESIONES ENTRE LAS 3 REDES SOCIALES.

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

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

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



HUMEDADES - FRIO - CALOR

TODO TIENE SOLUCIÓN

VENTA Y APLICACIÓN EN TODA GALICIA

DECÍDASE POR LO CONOCIDO Y SEGURO



www.teais.es

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

NOMINADOS Y GALARDONADOS

MEJOR DEPORTISTA DEL AÑO 2025

- ✶ ANA PELETEIRO (ATLETISMO)- (NATURAL DE RIBEIRA).
- * LUCÍA RODRÍGUEZ (BÁDMINTON)- (NATURAL DE SALVATERRA DO MIÑO)
- * MELANIA RODRÍGUEZ (GIMNASIA DE TRAMPOLÍN)- (NATURAL DE PONTEAREAS)

MEJOR CLUB DEL AÑO 2025

- ✶ BAXI FERROL
- * MECALIA GUARDÉS
- * BM PORRIÑO
- * CLUB HALTEROFILIA CORUÑA

PREMIO A LA COMBATIVIDAD

- ✶ MARINEDA HOCKEY (HOCKEY SOBRE PATINES)
- * ATTICA 21 HOTELS OAR CORUÑA (BALONMANO)
- * CD ARENTEIRO (FÚTBOL)
- * NOIA PORTUS APOSTOLI (FÚTBOL SALA)
- * SERGIO DE LA IGLESIA (PILOTO DE MOTOCICLISMO DEL DEZA-BOX 77 RACING TEAM)- (NATURAL DE A CORUÑA)

FÚTBOL

MEJOR JUGADOR PROFESIONAL

- ✶ BORJA IGLESIAS (RC CELTA)- (NATURAL DE SANTIAGO DE COMPOSTELA)
- * NICO GONZÁLEZ (MANCHESTER CITY)- (NATURAL DE A CORUÑA)
- * ÁLVARO CARRERAS (BENFICA/REAL MADRID)- (NATURAL DE FERROL)
- * SANTI COMESAÑA (VILLARREAL)- (NATURAL DE VIGO)

MEJOR PROMESA DEL AÑO 2025

- ✶ SAMU FERNÁNDEZ (RC DEPORTIVO)- (NATURAL DE NARÓN)
- * ÁNGEL ARCOS- (RC CELTA)- (NATURAL DE O ROSAL)
- * PEDRO FERNÁNDEZ "DRO" (FC BARCELONA)- (NATURAL DE NIGRÁN)

MEJOR JUGADOR EN CATEGORÍA SEMIPROFESIONAL

- ✶ ADRIÁN GUERRERO (RCD FABRIL/ OURENSE CF)- (NATURAL DE FERROL)
- * ÁLEX COMPARADA (AROSA SC/PONTEVEDRA CF)- (NATURAL DE PONTECESURES)

MEJOR JUGADORA PROFESIONAL

- ✶ VERO BOQUETE (FIORENTINA/ COMO)- (NATURAL DE SANTIAGO DE COMPOSTELA)
- * LUCÍA PARDO (REAL SOCIEDAD)- (NATURAL DE OUTEIRO DE REI)

JUGADORA PROMESA DEL AÑO 2025

- ✶ PAULA NOVO (DEPOR ABANCA)- (NATURAL DE BOIRO)

- * MARTINA RIVAS (DEPOR ABANCA)- (NATURAL DE SADA)
- * ELENA VÁZQUEZ (DEPOR ABANCA)- (NATURAL DE CARBALLO)

MEJOR JUGADORA SEMIPROFESIONAL

- ✶ ALBA SUÁREZ (ATLÉTICO VILLALONGA/GETAFE FEMENINO)- (NATURAL DE A CORUÑA)
- * NEREA LOMBARDEIRO (ATLÉTICO VILLALONGA/REAL OVIEDO)- (NATURAL DE A PONTENOVA)
- * GORETTI NEIRA (ATLÉTICO VILLALONGA/REAL AVILÉS)- (NATURAL DE ARTEIXO)

MEJOR ENTRENADOR/A AÑO 2024

- ✶ CLAUDIO GIRALDEZ (RC CELTA)- (NATURAL DE O PORRIÑO)
- * MANOLO GONZÁLEZ (RCD ESPANYOL)- (NATURAL DE FOLGOSO DO CAUREL)

MEJOR CANTERA NO PROFESIONAL

- ✶ ED VAL MIÑOR NIGRÁN
- * AROSA SC
- * VICTORIA CF
- * CD CALASANZ

BALONCESTO

MEJOR JUGADOR

- ✶ ALBERTO ABALDE (REAL MADRID)- (NATURAL DE FERROL)
- * JONATHAN BARREIRO (UNICAJA)- (NATURAL DE CERCEDA)

MEJOR JUGADORA

- ✶ MARÍA ARAUJO (ÇUKUROBA/ VALENCIA BASKET)- (NATURAL DE VIGO)
- * PAULA GINZO (JAIRIS/ DSK MISKOLC)- (NATURAL DE OURENSE)
- * ESTHER CASTEDO (ENSINO/ GERNIKA)- (NATURAL DE LUGO)
- * RAQUEL CARRERA (VALENCIA BASKET)- (NATURAL DE OURENSE)

MEJOR ENTRENADOR/A

- ✶ MONCHO FERNÁNDEZ (BÀSQUET GIRONA)- (NATURAL DE SANTIAGO DE COMPOSTELA)
- * DIEGO OCAMPO (BAXI MANRESA)- (NATURAL DE OURENSE)
- * LINO LÓPEZ (BAXI FERROL)- (NATURAL DE FERROL)

BALONMANO

MEJOR JUGADOR

- ✶ RODRIGO CORRALES (VESZPREM)- (NATURAL DE CANGAS DO MORRAZO)
- * CARLOS ÁLVAREZ (ADEMAR/SPORTING DE PORTUGAL)- (NATURAL DE PONTEVEDRA)

MEJOR JUGADORA

- ✶ AITANA SANTOMÉ (BM PORRIÑO)- (NATURAL DE MOAÑA).

- * ALICIA FERNÁNDEZ (MKS ZAGLEBIE LUBIN)- (NATURAL DE VALDOVIÑO)
- * ESTELA DOIRO (COSTA DEL SOL MÁLAGA)- (NATURAL DE A GUARDA)
- * ELBA ÁLVAREZ (SÚPER AMARA BERA BERA)- (NATURAL DE VIGO)

MEJOR ENTRENADOR

- ✶ ISMA MARTÍNEZ (BM PORRIÑO)- (NATURAL DE CANGAS DO MORRAZO)
- * ANTONIO RAMA (GRANOLLERS)- (NATURAL DE MUROS)
- * ROI SÁNCHEZ (UBU SAN PABLO BURGOS/ EÓN ALICANTE)- (NATURAL DE VIGO)

FÚTBOL SALA

MEJOR JUGADOR

- ✶ ADRIÁN PIRATA (NOIA PORTUS APOSTOLI/ INTER MOVISTAR)- (NATURAL DE LUGO)
- * DAVID PAZOS (NOIA PORTUS APOSTOLI)- (NATURAL DE AMES)
- * RUBI LEMOS (NOIA PORTUS APOSTOLI)- (NATURAL DE SANTIAGO DE COMPOSTELA)

MEJOR JUGADORA

- ✶ MARTA LÓPEZ- PARDO "MARTITA" (POIO PESCAMAR)- (NATURAL DE A CORUÑA)
- * ANTÍA PÉREZ (BURELA FS/FSF CASTRO BLOQUES CANDO)- (NATURAL DE LAZA)
- * ALE DE PAZ (POIO PESCAMAR)- (NATURAL DE NEDA)

MEJOR ENTRENADOR

- ✶ SANTI VALLADARES (SERVIGROUP PEÑÍSCOLA)- (NATURAL DE PADRÓN)
- * DIEGO RÍOS (BINTANG TIMUR SURABAYA/ L84 TORINO)- (NATURAL DE LUGO)

HOCKEY SOBRE PATINES

MEJOR JUGADOR

- ✶ BRUNO SARVEDRA (HC LICEO)- (NATURAL DE SANTIAGO DE COMPOSTELA)
- * CÉSAR CARBALLEIRA (HC LICEO)- (NATURAL DE A CORUÑA)
- * IGNACIO ALABART (FC BARCELONA)- (NATURAL DE A CORUÑA)
- * DAVA TORRES (HC LICEO)- (NATURAL DE A CORUÑA)
- * JACOBO COPA (HC LICEO)- (NATURAL DE A CORUÑA)

MEJOR JUGADORA

- ✶ MARÍA SANJURJO (FRAGA)- (NATURAL DE A CORUÑA)- (PREMIO DIRECTO SIN VOTACIÓN)

MEJOR ENTRENADOR

- ✶ JUAN COPA (HC LICEO)- (NATURAL DE A CORUÑA)
- * EDU CASTRO (SL BENFICA)- (NATURAL DE VIGO)



JL PUBLICACIONES

Revistas de Fiestas y Guías Gastronómicas

Nº1 EN PUBLICACIONES DEPORTIVAS

REVISTAS DE FIESTAS Y GUÍAS GASTRONÓMICAS

TIMESPORT · IFESTAS · GUÍAS GASTRONÓMICAS · FRANQUICIAS

LA MEJOR PUBLICIDAD PARA TU EMPRESA

Síguenos en **Redes Sociales**

WWW.JLPUBLICACIONES.COM

A LOS PREMIOS GALICIASPORT 2025

VOLEIBOL

MEJOR JUGADOR

- ✶ UNAI LARRAÑAGA (CV GUAGUAS)- (NATURAL DE DUMBRÍA)
- * JAIME ARJONES (GH SORIA/ SAINT NAZAIRE)- (NATURAL DE BOIRO)

MEJOR JUGADORA

- ✶ JIMENA FERNÁNDEZ (AVARCA MENORCA/VC WIESBADEN)- (NATURAL DE A CORUÑA)
- * LUCÍA PROL (FUNDACIÓN CAJASOL)- (NATURAL DE LUGO)
- * LUCÍA VARELA (ALLIANZ MTV STUTTGART)- (NATURAL DE A CORUÑA)

MEJOR ENTRENADOR

- ✶ DIEGO TABORDA (CLUB VIGO VOLEIBOL)- (NATURAL DE LUGO)
- * JORGE BARRERO (CV ZALAETA)- (NATURAL DE A CORUÑA)
- * JUAN CARLOS "CHARLY" SUÁREZ (REHERMANN CIUDAD DE A CORUÑA)- (NATURAL DE A CORUÑA)

HOCKEY SOBRE HIEBA

MEJOR JUGADOR

- ✶ MANUEL LAMELAS (GINER VALENCIA)- (NATURAL DE OURENSE)
- * MANU PROL (TSV MANNHEIM)- (NATURAL DE OURENSE)
- * DARÍO SÁNCHEZ (GERPE VALENCIA HC)- (NATURAL DE A CORUÑA)

MEJOR JUGADORA

- ✶ LUCÍA LAMELAS (SAN VICENTE ALICANTE)- (NATURAL DE OURENSE)
- * YURENA VELOSO (OURENSTICKS)- (NATURAL DE OURENSE)
- * ADRIANA DORRIBO (TABURIENTE LAS PALMAS)- (NATURAL DE OURENSE)

MEJOR ENTRENADOR

- ✶ CARLOS GARCÍA CUENCA (SELECCIÓN ESPAÑOLA FEMENINA)- (NATURAL DE OURENSE)
- * ROBERTO OLIVEIRA (CH BARROCÁS)- (NATURAL DE OURENSE)
- * ALBERTO SANTOS CANEDA (CH BARROCÁS Y SELECCIÓN GALLEGA SUB-14)- (NATURAL DE OURENSE)

GIMNASIA RÍTMICA

MEJOR GIMNASTA MASCULINO

- ✶ HUGO VÁZQUEZ FUENTES (CLUB DEPORTIVO X.R. COMPOSTELA)
- * IVÁN GUTIÉRREZ MOSQUERA (CLUB DEPORTIVO X.R. COMPOSTELA)
- * COSME GONZÁLEZ DELGADO (CLUB DEPORTIVO X.R. COMPOSTELA)

MEJOR GIMNASTA FEMENINA

- ✶ EDURNE DORADO DE SOUSA (CLUB TREBOADA)
- * CANDELA MARTÍNEZ BOBO (CLUB MARÍA BARBEITO)

MEJOR ENTRENADORA

- ✶ MARÍA FDEZ. CAÑABATE (CLUB DEPORTIVO X.R. COMPOSTELA)

- * MARTA BOBO ARCE (CLUB MARÍA BARBEITO)
- * TANIA GRACIA VILLAR (CLUB XIMNASIA PORRIÑO)

MOTOR

MEJOR PILOTO DE AUTOMOVILISMO

- ✶ VÍCTOR SENRA (CAMPEONATO DE GALICIA DE RALLYES)- (NATURAL DE DUMBRÍA)
- * JORGE CAGIAO (CAMPEONATO DE ESPAÑA DE RALLYES DE ASFALTO)- (NATURAL DE NARÓN)
- * JAVI PARDO (SUPERCAMPEONATO DE ESPAÑA DE RALLYES)- (NATURAL DE ALLARIZ)

MEJOR PILOTO DE MOTOCICLISMO

- ✶ RUBÉN FERNÁNDEZ (MUNDIAL MXGP)- (NATURAL DE VIGO)
- * GABRIEL MARCELLI (MUNDIAL DE TRIAL)- (NATURAL DE O ROSAL)

PIRAGÜISMO

MEJOR PIRAGÜISTA MASCULINO

- ✶ MANU OCHOA (NATURAL DE TOMIÑO)
- * JAIME DURO (NATURAL DE PONTEVEDRA)

MEJOR PIRAGÜISTA FEMENINA

- ✶ TANIA ÁLVAREZ (NATURAL DE O GROVE)
- * TANIA FERNÁNDEZ (NATURAL DE LUGO)

REMO

MEJOR REMERO/A

- ✶ RODRIGO CONDE (NATURAL DE MOAÑA)
- * IRÍA JARAMA (NATURAL DE A CORUÑA)

MEJOR CLUB DE REMO DE BANCO FIJO

- ✶ CR CHAPELA- WOFCO (PREMIO DIRECTO SIN VOTACIÓN)

TAEKWONDO

MEJOR TAEKWONDISTA MASCULINO

- * IVÁN GARCÍA (NATURAL DE MARÍN) - (PREMIO DIRECTO SIN VOTACIÓN)

MEJOR TAEKWONDISTA FEMENINA

- * TANIA CASTIÑEIRA (NATURAL DE MOAÑA)
- * ALMA PÉREZ (NATURAL DE BOIRO)
- * ARLET ORTIZ (NATURAL DE MARÍN)

ATLETISMO

MEJOR ATLETA MASCULINO

- ✶ ADRIÁN BEN (NATURAL DE VIVEIRO)- (PREMIO DIRECTO SIN VOTACIÓN)

MEJOR ATLETA FEMENINA

- ✶ ANA PELETEIRO (NATURAL DE RIBEIRA)- (PREMIO DIRECTO SIN VOTACIÓN)

NATACIÓN

MEJOR NADADOR

- * MIGUEL MARTÍNEZ (REAL CANOE NC)- (NATURAL DE VIGO)
- ✶ MARIO MÉNDEZ (CN SANTA OLAYA)- (NATURAL DE VIGO)
- * MATEO GARCÍA (A CORUÑA)- (CN ARTEIXO)

MEJOR NADADORA

- * PAULA OTERO (CN ARTEIXO)- (NATURAL DE A CORUÑA)
- ✶ CARLA CARRÓN (CN SANT ANDREU)- (NATURAL DE ARZÚA)

TRIATLÓN

MEJOR TRIATLETA MASCULINO

- * ESTEBAN BASANTA (NATURAL DE LUGO)
- ✶ ANTONIO SERRAT (NATURAL DE VIGO)

MEJOR TRIATLETA FEMENINA

- * SARA GUERRERO (NATURAL DE NARÓN)- (PREMIO DIRECTO SIN VOTACIÓN)

DEPORTE ADAPTADO

MEJOR DEPORTISTA MASCULINO

- ✶ MARTÍN DE LA PUENTE (TENIS)- (NATURAL DE VIGO)

MEJOR DEPORTISTA FEMENINA

- ✶ SUSANA RODRÍGUEZ GACIO (TRIATLÓN)- (NATURAL DE VIGO)

PREMIO A LA TRAYECTORIA DEPORTIVA

CATEGORÍA MASCULINA

- ✶ JAVIER GÓMEZ NOYA (TRIATLÓN)- (NATURAL DE FERROL)

CATEGORÍA FEMENINA

- ✶ HELIA GONZÁLEZ (VOLEIBOL)- (NATURAL DE A CORUÑA)

WWW.CENTROWEB.S.COM

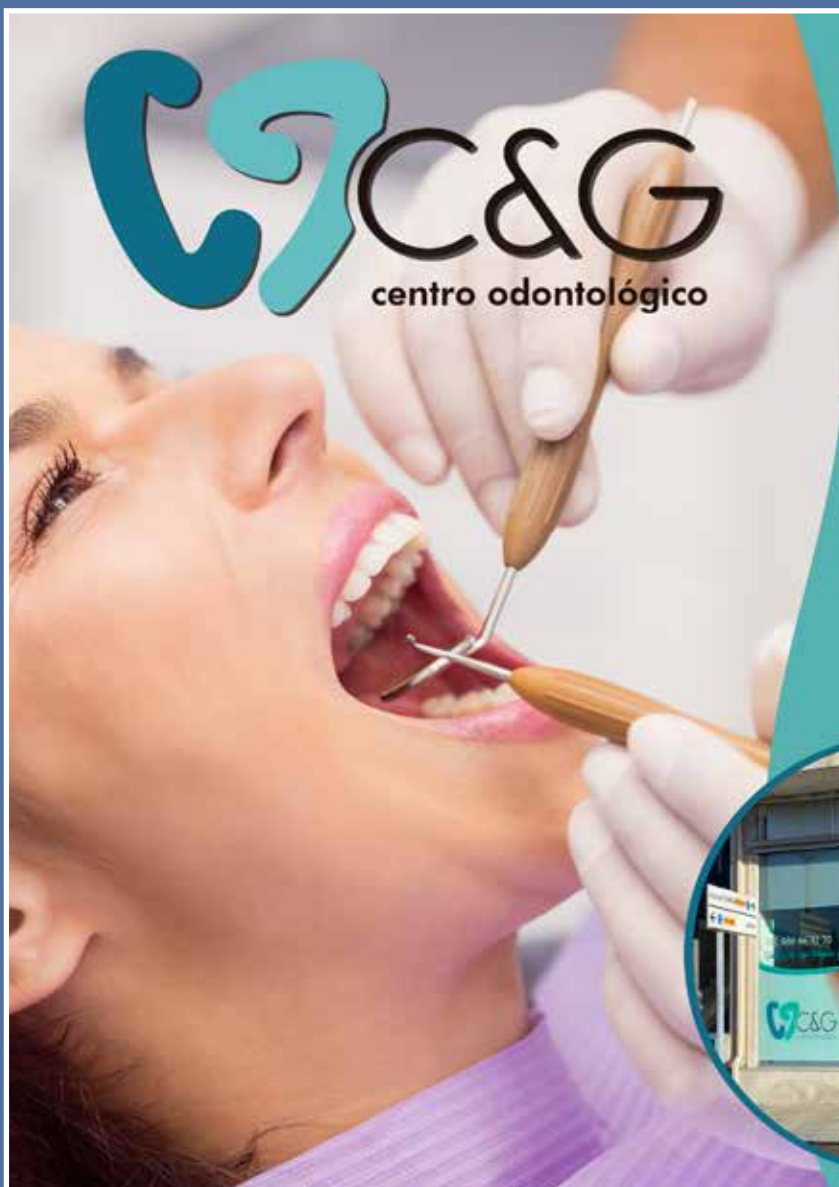


centrowebs

info@centrowebs.com

DISEÑO DE PÁGINAS WEB ADAPTABLES
AUDITORÍAS Y ASESORÍA WEB
OPTIMIZACIÓN DE CARGA
POSICIONAMIENTO EN BUSCADORES
HOSTING/CORREOS/MANTENIMIENTO

646 57 74 04



C&G CENTRO ODONTOLÓGICO

"Sonrie es una terapia gratis"

Nº de Registro Sanitario: C-36-002669.

ODONTOLOGÍA

PERIODONCIA

ORTODONCIA

IMPLANTOLOGÍA

ODONTOPEDIATRIA

ESTÉTICA DENTAL



☎ 986 667 270

☎ 679 917 842

✉ info@cgodontologia.com

📍 Entrecines, 14 - 36440
As Neves (Pontevedra)



ÓPTICA M&L

Especialistas en el cuidado de la visión

- Revisión optométrica • Graduación de la vista
- Contactología • Revisión de tensión ocular
- Biomicroscopía • Baja tensión
- Adaptación de las lentillas o lentes de contacto
- Terapia visual

Síguenos en :  



Amplia gama de productos en nuestra óptica especializada

Principales marcas: Tous, Guess, Carolina Herrera, Just Cavalli, Ray-Ban, Ralph Lauren, Web, Emporio Armani, Arnette, Timberland, Vogue, Dirty Dog...



Avda. Cruceiro, 48 - Vilalonga - 36990 Sanxenxo • 986 745 394 • info@opticamyl.es • www.opticamyl.es

¿TÚ NO LO SABES? YO SÍ

Descansa, viaja, respira.
Del cuidado en el hogar
nos ocupamos nosotros.

Escanea el QR



Solicita información
sin compromiso

 **Wayalia**

Cuidadores de personas
mayores a domicilio

📞 722 752 626 | Av. Buenos Aires, 12. A Coruña | www.wayalia.es



BAXI FERROL, UNA TRAVESÍA EUROPEA DE MAR ABIERTO

El equipo de Lino López firmó una temporada histórica, alcanzando la final de la Eurocup y haciendo soñar a todo el baloncesto gallego.

El Baxi Ferrol hizo vibrar a toda una comunidad autónoma en la temporada 2024/2025. El conjunto dirigido por Lino López no solo desplegó un baloncesto de altura, sino que encontró resultados, identidad y una fe colectiva capaz de empujar a todo un pueblo hacia un sueño europeo.

Desde la ciudad naval, con el carácter forjado entre mareas y temporales, el equipo ferrolano firmó una campaña histórica que lo llevó hasta la final de la Eurocup, palabras mayores que hablan con claridad del extraordinario trabajo de una entidad cuyo horizonte se presenta tan ambicioso como prometedor.

El Baxi navegó con determinación en cada puerto europeo, superando tormentas y derribando favoritos hasta rozar la gloria continental. Solo faltó la guinda del título a una temporada sencillamente extraordinaria.

UN INICIO DE RUTA CON VIENTO A FAVOR

La travesía europea comenzó con autoridad. En la ronda previa, el Baxi Ferrol eliminó al Battipaglia italiano sin dificultades, imponiéndose en los dos encuentros con contundencia y dejando claras sus intenciones desde el primer momento.

Aquel arranque marcó el rumbo de un equipo que ya transmitía seguridad, ambición y una personalidad competitiva muy definida.

UNA LIGUILLA DE MADUREZ COMPETITIVA

Tras superar la fase inicial llegó la liguilla, donde el conjunto ferrolano confirmó su crecimiento. El Baxi finalizó en segunda posición con cinco victorias y una sola derrota, idéntico balance que el Galatasaray, líder del grupo por basketaverage.

El equipo departamental demostró regularidad, solidez y una notable capacidad de adaptación ante rivales de alto nivel, consolidando la sensación de que el proyecto estaba preparado para cotas mayores.

PLAY-OFF: DERRIBANDO GIGANTES

La fase eliminatoria confirmó definitivamente al Baxi como una de las grandes revelaciones del torneo.

En dieciseisavos de final superó con claridad al Braine belga, con un contundente global de 133-180 en el conjunto de la eliminatoria. En octavos

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



MEJOR CLUB DEL AÑO 2025

ENTIDAD	CLUB UNIVERSITARIO DE FERROL (BAXI FERROL)
ENTRENADOR	LINO LÓPEZ
PRESIDENTE:	SANTIAGO REY
CATEGORÍA	LIGA FEMENINA ENDESA
PATROCINADOR	BAXI
AÑO DE FUNDACIÓN	1997
CANCHA DE JUEGO	POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE A MALATA

esperaba el DVTK húngaro, en una serie mucho más igualada, pero que terminó cayendo del lado del equipo gallego, que continuaba alimentando el sueño europeo.

El salto definitivo llegó en cuartos de final. El Sassari italiano, uno de los grandes favoritos al título, se cruzó en el camino de las ferrolanas. Sin embargo, la realidad fue incontestable: el Baxi arrolló tanto en la ida como en la vuelta, imponiéndose en ambos encuentros por diferencias cercanas a los veinte puntos y enviando un mensaje rotundo al continente.

A MALATA IMPULSA EL SUEÑO

Las semifinales llevaron la emoción al límite. El Lyon francés aparecía como un obstáculo casi insalvable, pero el Baxi Ferrol firmó una actuación histórica en una A Malata absolutamente desbordada.

La demanda de entradas fue tal que el pabellón se quedó pequeño: se habrían llenado cinco recintos. Impulsadas por su gente, las jugadoras de Lino López vencieron por 31 puntos en el partido de ida, dejando la semi prácticamente sentenciada.

En Francia, el Lyon venció por once puntos, pero la gesta ya estaba escrita desde Ferrol. El Baxi había alcanzado la gran final.

LA FINAL EUROPEA, A UN PASO DE LA GLORIA

El último desafío fue el ESB Villeneuve, favorito al título. En A Malata, el conjunto francés mostró su enorme potencial, aunque el Baxi compitió con carácter, mantuvo siempre el pulso del partido y dejó la eliminatoria abierta para la vuelta. La derrota por solo tres puntos mantenía viva la esperanza. Sin embargo, en el encuentro definitivo la superioridad del equipo galo volvió a imponerse. Las francesas se llevaron el choque, esta vez con 14 puntos de ventaja, privando al Baxi de culminar su histórica travesía con el título.

UN FUTURO ESPLÉNDIDO

La temporada 2024/2025 quedará grabada como una de las páginas más brillantes del deporte gallego reciente. El Baxi Ferrol rozó la gloria europea, hizo soñar a toda una afición y confirmó la solidez de un proyecto construido con paciencia, trabajo y ambición.

Fue un temporadón al que solo le faltó la corona final. Pero más allá del resultado, el equipo dejó algo más valioso: la certeza de que el baloncesto ferrolano navega con rumbo firme y con un futuro tan amplio como el propio horizonte atlántico.



981 330 293

TENEMOS TODA
LA ROPA LABORAL
QUE NECESITAS



Ctra. de Castilla, 375 Bajo - 15404 Ferrol
www.eskalaproteccionlaboral.com



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

Colocación, barnizado y pulido en diferentes superficies



C/BOLIVIA 18-20 15404 - FERROL Telf: 630 177 364

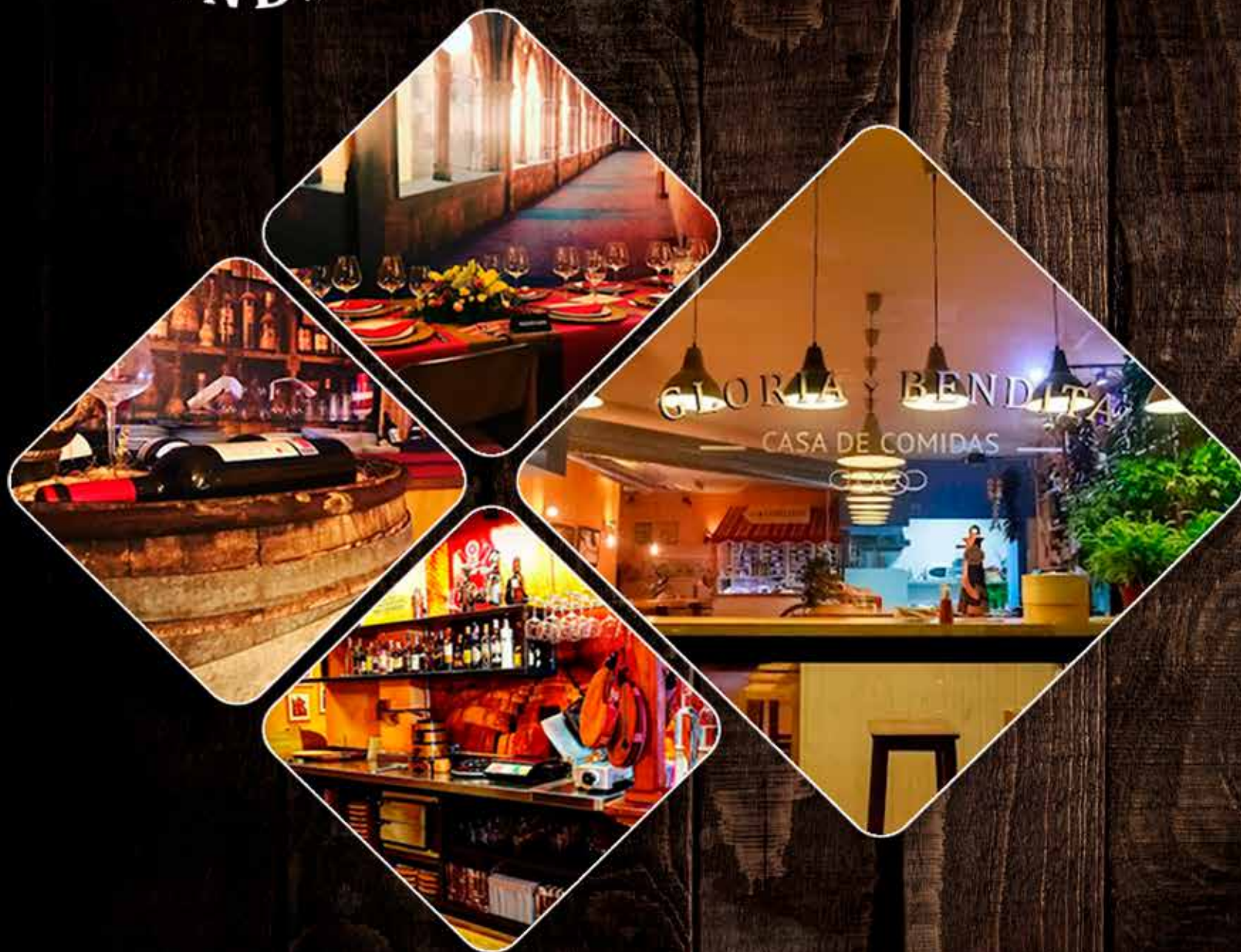
mgmnaron@gmail.com
www.barnizadosmgm.es





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.**



ANA PELETEIRO, LA CIMA DEL DEPORTE GALLEGO EN 2025

Oro europeo y bronce mundial en pista cubierta para consolidar su liderazgo en el deporte autonómico.

No todos los años permiten un debate real sobre quién ha sido el mejor gallego o gallega en el mundo del deporte. En 2025, el análisis fue más amplio, con logros relevantes en distintas disciplinas. Sin embargo, cuando se pone el foco en la dimensión del escenario y en la jerarquía del resultado, la temporada de Ana Peleteiro adquiere un peso específico superior.

Un oro europeo construido desde la experiencia

El Campeonato de Europa en pista cubierta no fue un simple episodio brillante dentro de su carrera. Fue una competición gestionada con autoridad. En el triple salto, la diferencia entre ganar y quedarse fuera del podio suele medirse en centímetros. No basta con un intento excepcional; hay que sostener la regularidad en una final de seis saltos, interpretar el momento y asumir riesgos cuando corresponde.

Peleteiro compitió con la serenidad de quien entiende el ritmo de un gran campeonato. Ajustó su concurso, supo cuándo asegurar y cuándo atacar, y

cerró la final con un oro que la volvió a situar en la cima continental. Más que un resultado aislado, fue la confirmación de que su madurez competitiva está en uno de los puntos más sólidos de su trayectoria.

El bronce mundial y la escala global

Semanas después, el Mundial bajo techo elevó aún más la exigencia. Allí el contexto cambia: ya no se trata solo de dominar Europa, sino de medirse con la élite mundial. Las finales globales no perdonan errores técnicos ni desconexiones mentales.

El bronce logrado en esa cita tiene una lectura que va más allá del metal. Supone mantenerse entre las mejores especialistas del planeta en una disciplina extremadamente técnica y físicamente demandante. Competir contra rivales con registros prácticamente idénticos y salir del estadio con medalla es el reflejo de una estabilidad que no depende de una tarde inspirada, sino de un trabajo sostenido en el tiempo.

Vinos
Cervezas
Zumos
Aguas
Gaseosas
Sidra
Cacaolat
Refrescos

**DISTRIBUCION
DE BEBIDAS**

PORTONOVO

📍 Almacén Ctra: Adina, 27 B
36979 PORTONOVO

☎ 609 50 51 43 | 986 72 11 60

✉ disbepor@gmail.com

Más difícil mantenerse que llegar

En el deporte de alto nivel, el reto real comienza cuando desaparece el factor sorpresa. Peleteiro hace años que dejó de ser una promesa emergente. Es una atleta consolidada, estudiada por sus rivales y observada con lupa en cada gran cita. Sostener ese nivel durante temporadas consecutivas exige una combinación compleja de adaptación física, evolución técnica y fortaleza mental. El triple salto castiga especialmente el desgaste muscular y la precisión en la batida. Mantenerse competitiva en ese contexto es, en sí mismo, un logro.

El peso del escenario en el deporte gallego

Galicia vivió en 2025 un curso deportivo notable. Hubo títulos nacionales, ascensos y actuaciones destacadas en deportes colectivos e individuales. Sin embargo, la diferencia en el caso de Peleteiro está en la escala del marco competitivo. No es lo mismo dominar un ámbito doméstico que competir en campeonatos de Europa y del Mundo. El nivel de oposición, la presión mediática y la trascendencia internacional sitúan el rendimiento en otra dimensión. El reconocimiento como mejor deportista gallega del año responde a esa jerarquía de escenario.

Una temporada completa, no un momento puntual

La elección no se sustenta únicamente en dos medallas. Se apoya en una temporada construida desde la regularidad, en la capacidad de llegar en forma a las grandes citas y en la gestión de la presión cuando el margen de error es mínimo. En 2025, Peleteiro no vivió de recuerdos ni de éxitos pasados. Volvió a competir en presente. Y volvió a ganar.

Un reconocimiento en una etapa especial

El premio llega además en un momento personal significativo, embarazada de su segundo hijo. Lejos de cerrar una etapa, esta circunstancia añade una dimensión humana a una carrera que ya demostró capacidad de regreso tras la maternidad anterior. Su trayectoria sigue abierta. Y si algo ha demostrado Ana es que sabe reinventarse sin perder competitividad.



MEJOR DEPORTISTA DEL AÑO 2025	
DEPORTISTA	ANA PELETEIRO-CAMPAORÉ BRIÓN 02/12/1995 RIBEIRA (A CORUÑA)
DEPORTE::	ATLETISMO
ESPECIALIDAD	TRIPLE SALTO
CLUB	C.A ADIDAS
PALMARÉS	BRONCE OLÍMPICO (TOKIO 2021). ORO EN EL CAMPEONATO DE EUROPA (ROMA 2024). DOS OROS EN EL CAMPEONATO DE EUROPA EN PISTA CUBIERTA (GLASGOW 2019 Y APELDOORN 2025). TRES BRONCES EN EL MUNDIAL EN PISTA CUBIERTA (BIRMINGHAM 2018, GLASGOW 2024 Y NANJING 2025). BROCE EN EL CAMPEONATO DE EUROPA (BERLÍN 2018)





C/ Manuel Murguía, 4 - A
981 978 148



“NOS QUEDAMOS PARA DEVOLVER A A CORUÑA A LA OK LIGA”

Alba Garrote, capitana del Marineda HC, apostó, junto a sus compañeras, por el nuevo proyecto en la ciudad y ya han levantado la Copa Princesa. Líderes de la categoría, el ascenso a la élite del hockey patines femenino está cada vez más cerca en el primer año de existencia del club.

Hablar de Alba Garrote es hablar de una de las mejores jugadoras del hockey patines nacional. Con opciones de salir a equipos punteros, decidió quedarse en A Coruña para construir algo nuevo. El resultado: una Copa Princesa en el primer año del proyecto y el liderato de la competición con un pie en la OK Liga. Pero en su discurso no hay euforia, sino trabajo, equipo y prudencia.

“Sabíamos que el proyecto iba a ser serio”

—Alba, te quedaste en A Coruña para apostar por el proyecto del Marineda y ahora sois líderes y la OK Liga está cerca ya.

—Sabíamos que el proyecto de este año iba a ser bonito y que se iban a hacer las cosas bien. Las que nos quedamos y las que pudieron venir formamos una plantilla muy buena, tanto a nivel deportivo como de vestuario. El equipo está a buen nivel, se trabaja bien y los resultados reflejan ese trabajo desde el principio de temporada.

—Después de lo vivido el año pasado en el HC Coruña femenino, ¿era importante empezar de cero?

—Sí. Lo mejor es que ahora estamos en una temporada nueva, con gente que ya estaba y gente nueva que ayuda a olvidar ese pasado. Hay personas que lucharon mucho para que este proyecto siguiera en Coruña y fuera fiable. Nosotras en la pista tenemos que devolver esa confianza intentando conseguir el ascenso.

Copa Princesa: el primer gran golpe

—La Copa Princesa ya está en las vitrinas.

—Sí, y estamos muy contentas. Fue un premio a la primera vuelta que hicimos. Estar entre las cuatro clasificadas ya era importante, pero una vez allí queríamos competir como siempre y darlo todo. Muchas de nosotras no habíamos ganado nunca un título así y en el momento fue un poco shock.



TALLERES
A.CAPELÁN S.L.

TALLERES
KP-LAN
IMPORT - EXPORT S.L.



**50 AÑOS DE EXPERIENCIA EN TALLER Y
REPARACIÓN DE MAQUINARIA.**

**VENTA DE MAQUINARIA DE OBRAS
PÚBLICAS, CAMIONES Y REPUESTOS
PARA TODAS LAS MARCAS.**

@ tallereskplan
+34 639 21 64 37

www.tallerescapelan.com
info@tallerescapelan.com



Santa Icia 38 Arteixo – 15690 A Coruña – España

—¿Cómo lo vivisteis?

—Fue raro. Celebramos, pero estábamos en shock. La final terminó a la hora de comer, cogimos el tren y llegamos a Coruña a medianoche. Al día siguiente había clase y trabajo. No pudimos celebrarlo mucho, pero en la estación había gente esperándonos y fue muy bonito.

—¿La gran celebración la reserváis para el ascenso?

—Ojalá. Pero queda casi toda la segunda vuelta. Hay partidos difíciles y equipos que también pelean por lo mismo. Hay que seguir trabajando.

Un vestuario que suma

—Desde fuera se percibe muy buen ambiente.

—Creo que lo más importante en un equipo es el compañerismo. El buen rollo crea un clima de trabajo positivo. Las victorias ayudan, pero el ambiente es clave. Nos llevamos muy bien entre nosotras y con el cuerpo técnico, y eso se nota.

A Coruña como casa

—Eres asturiana, pero A Coruña ya te siente como propia.

—La gente me trata muy bien desde el primer día. Hubo momentos complicados en el pasado, pero te quedas con la gente que te marca para bien y que sigue confiando en ti. Ahora mismo estoy muy contenta aquí.

El Agra como fortín

—¿Te gustaría volver al Palacio si hay ascenso?

—No lo sé. En el Agra estamos muy a gusto. La afición está más cerca, se nota más el ambiente. En el Palacio, aunque haya gente, parece más vacío. Aquí casi siempre lo sentimos lleno y eso nos da un plus de motivación.

“Gracias por creer en nosotras”

—Un mensaje para la afición.

—Estamos muy agradecidas a toda la gente que viene los domingos a animar. También a quienes quizás nunca habían visto hockey y se están enganando. Gracias por confiar en nosotras y en el proyecto. Esperamos que esto dure mucho tiempo.

El Marineda HC ya ha dado el primer golpe con la Copa Princesa. Ahora el objetivo es claro: devolver a A Coruña a la OK Liga y recuperar el lugar que la ciudad tuvo en la élite del hockey femenino nacional.



PREMIO A LA COMBATIVIDAD

CLUB:	MARINEDA HC
AÑO DE FUNDACIÓN	2025
CIUDAD	A CORUÑA
COMPETICIÓN 2025/26	OK LIGA PLATA FEMENINA
ENTRENADOR	NELSON OBELLEIRO
PALMARÉS	COPA PRINCESA 2025/2026
DATO DE INTERÉS	EL NOMBRE DEL CLUB RINDE HOMENAJE A LA DENOMINACIÓN LITERARIA DE A CORUÑA POPULARIZADA POR LA ESCRITORA EMILIA PARDO BAZÁN

CONSTRUCCIONES DE GALICIA

CONDEGA, S.L.

**TRABAJOS DE DESAMIANTADO
RERA15/137**



981 242 579

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

Brasil, 10 Bajo (Zona Estación de Autobuses)
15009 La Coruña E-Mail: contacto@condega.com
www.condega.com

"EN GALICIA NECESITAMOS MÁS VOLUMEN DE JUGADORES PARA DAR EL SALTO DEFINITIVO"

Manu Lamelas analiza su crecimiento en el programa de alto rendimiento en Valencia, su experiencia en División de Honor B y su recorrido con la Selección Española en categorías inferiores.



MEJOR JUGADOR

DEPORTISTA:	MANUEL LAMELAS 18/02/2008 OURENSE
CLUB ACTUAL:	CD GINER DE LOS RÍOS
EDAD DE INICIO:	8 AÑOS
NOMINADOS A MEJOR JUGADOR:	- MANU PROL (TSV MANNHEIM) - DARÍO SÁNCHEZ (GERPE VALENCIA HC) - MANU LAMELAS (CD GINER DE LOS RÍOS)
DATOS DESTACADOS	FORMA PARTE DEL CENTRO ESPECÍFICO DE ALTO RENDIMIENTO DE HOCHEY VALENCIA.

Manu Lamelas continúa construyendo su carrera lejos de casa. Instalado en Valencia dentro de un programa de alto rendimiento, el jugador gallego compagina estudios y entrenamientos de máxima exigencia mientras pelea por la permanencia en División de Honor B. Formado en el Barrocás, repasa su evolución, el presente del hockey gallego y sus aspiraciones de futuro.

—**Manu, segundo año en el programa de alto rendimiento en Valencia y dando pasos adelante. ¿Cómo está siendo la experiencia?**

—Estoy en mi segundo año aquí, dentro de un programa de alto rendimiento, y la verdad es que he notado una gran mejoría. La calidad y la cantidad de entrenamientos es mucho mayor y eso me ha permitido mejorar mi rendimiento en el juego.

—**Haznos un balance del 2025.**

—Fue mi primer año en División de Honor B con el Barrocás. Empezamos bien, con buena puntuación en la primera fase, pero una mala segunda fase nos llevó al descenso. Fue duro. Este año me cambié al Giner de los Ríos, en Valencia, también en División de Honor B, y el objetivo es claro: conseguir la permanencia.

—**¿Cómo está siendo la temporada con tu nuevo club?**

—Es un club histórico en la categoría. En la primera fase estuvimos algo irregulares, pero conseguimos arrastrar ocho puntos y empezamos la fase de descenso en una posición que nos permite depender de nosotros mismos. La idea es cerrar la salvación lo antes posible para competir con tranquilidad.



652 825 814

fontaneriajorge@yahoo.es Fontanería Jorge

Guindeiras, 38 Bajo - 32350 - A Rúa (Ourense)



**ARNELA
ALBAÑILERÍA, S.L.**

Poeta manuel Antonio, 9-3º B17 - 32002 Ourense

OBRAS Y REFORMAS

Tel: 646 943 039

antonitoarnela@gmail.com

Telf.: 666 035 667

Miego de Vila 2, I
32950 • Coles, Ourense

**Desbroces
Desbroce de Viales
Podas
Clubes deportivos**

**COTOGRADE
XARDINERÍA S.L.**

**—Sigues vinculado al hockey sala en Galicia.**

—Sí, la temporada de sala la jugué con el Barrocás en Ourense. Organizamos el Campeonato de España y competimos bien. Nos tocó un grupo muy duro con Club de Campo y Complutense, que fueron los finalistas. Contra la Complutense perdimos 5-0, que en hockey no es una diferencia tan grande como puede parecer. Contra el Club de Campo fue 7-2, pero el último cuarto nos penalizó. Ganamos al Carpesa y acabamos sextos tras perder en penaltis contra Málaga. Fue una buena experiencia.

—Siempre es especial jugar en casa.

—Sí, jugar con gente de toda la vida siempre se agradece. Es un plus poder volver y competir allí.

—¿Qué le falta al hockey gallego para dar un salto?

—Principalmente volumen. En Galicia, la provincia más fuerte es Ourense, pero falta más número de jugadores y más competición. Para mejorar necesitamos más equipos compitiendo a nivel nacional. Es ahí donde realmente se crece y donde pueden salir jugadores de mayor nivel.

—Recuerda tu trayectoria desde pequeño.

—Empecé a jugar con seis o siete años porque mi hermana jugaba. Lo compaginé con el fútbol hasta segundo de la ESO, cuando decidí apostar por el hockey al cien por cien. A partir de ahí empecé a entrenar más en serio, entré en las selecciones autonómicas y luego en las españolas, y eso me permitió llegar hasta donde estoy hoy.

—¿Cómo está siendo tu recorrido con la Selección Española?

—Mi primera experiencia fue en sub-14, en unos entrenamientos. Después debuté en sub-16, fuimos a Nottingham, luego a Polonia e Irlanda. El año pasado estuve en sub-18 y este año repetimos con competición en verano y Semana Santa. Además, en noviembre tuve la oportunidad de entrenar con la selección absoluta en Barcelona. Fue una experiencia increíble.

—También coincides con técnicos gallegos en estructuras nacionales.

—Sí, estar fuera y encontrarte con alguien de tu tierra siempre es especial. Hablar de gente conocida, compartir experiencias... se agradece mucho.

—¿Cómo es el día a día en un centro de alto rendimiento?

—Madrugamos bastante. Entrenamos de 8:15 a 9:30 de la mañana, luego clases hasta el mediodía, comemos sobre las dos y volvemos a entrenar de cua-



tro a seis. El resto de la tarde es para estudiar. El centro tiene convenio con el club: lunes y viernes entrenamos con el club y martes, miércoles y jueves con el programa de alto rendimiento.

—¿Por dónde pasa el futuro?

—Ahora mismo por cerrar la permanencia y centrarme en los estudios. Para la próxima temporada aún es pronto para decidir si seguiré en el mismo club o cambiaré.

—Un mensaje para los niños y niñas que empiezan en Galicia.

—Que con esfuerzo todo se consigue. Que aprovechen cada entrenamiento, incluso los tiempos de descanso para practicar técnica, que vean partidos, que se interesen por mejorar. Si le dedican tiempo y trabajan, las oportunidades llegan.

COMPRAMOS VEHÍCULOS SINIESTRADOS NACIONALES E IMPORTACIÓN



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



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

Desguace homologado para la descontaminación y reciclaje de vehículos

AUTORIZADO POR LA XUNTA DE GALICIA

"AUNQUE NO VEAS LAS OPORTUNIDADES, SI TRABAJAS ACABAN APARECIENDO"

La jugadora gallega de hockey hierba repasa su crecimiento fuera de casa, un 2025 de competición absoluta y su doble vínculo con la hierba y el sala, sin perder la mirada en el sueño olímpico.



MEJOR JUGADORA	
DEPORTISTA:	LUCÍA LAMELAS GÓMEZ NACIDA EN 2006 OURENSE
CLUB ACTUAL:	UA- SAN VICENTE (ALICANTE)
NOMINADAS A MEJOR JUGADORA:	LUCÍA LAMELAS (UA- SAN VICENTE) YURENA VELOSO (OURENSTICKS) ADRIANA DORRIBO (TABURIENTE LAS PALMAS)
DATOS MÁS DESTACADOS:	HABITUAL EN LAS CATEGORÍAS INFERIORES DE LA SELECCIÓN ESPAÑOLA DESDE LOS 13 AÑOS

Lucía Lamelas sigue creciendo lejos de Galicia. Más asentada, más madura y con nuevas responsabilidades dentro y fuera del campo, la jugadora ourensana hace balance de un 2025 intenso, marcado por cambios de ciclo en su equipo, trabajo con categorías inferiores y la ambición intacta de seguir avanzando en el hockey nacional.

—Lucía, hace un año hablábamos y todo iba muy bien fuera de Galicia. ¿Cómo está siendo esta temporada?

—Cada vez más contenta. Estoy creciendo mucho a nivel personal con esta experiencia. Me siento mucho más cómoda, más integrada y la verdad

es que estoy disfrutando mucho, conociendo nuevas zonas y creciendo como jugadora.

—Haznos una valoración del 2025, de enero a diciembre.

—Muy bien. A principios de 2025 jugamos la segunda parte de la temporada 24-25, peleando por el ascenso, con partidos de mucho nivel y muy disputados. Luego vino el parón de verano, hubo cambio de entrenadores y también un recambio importante de jugadoras. Ahora tenemos un equipo aún más joven y estamos adaptándonos, creciendo y mirándolo todo con perspectiva de futuro. Es un año de transición, de encontrarnos como grupo.

CRISTALERIA & ALUMINIO A DERRASA

Cristalería y Aluminio A Derrasa, fundada en el año 1998, pone más de 18 años de experiencia y conocimiento del vidrio a su servicio, para que cuente con nosotros a la hora de realizar las puertas o ventanas de su vivienda, negocio, nave industrial...

988 383 071

CRISTALERIAYALUMINIOSADERRASA@YAHOO.ES

CTRA. N-540, KM 6.250 - 32890 BARBADÁS (OURENSE)



—**En esta segunda fase el objetivo es la permanencia.**

—Sí, exactamente. Este año estamos en el grupo de permanencia. Ahora estamos en plena preparación para empezar esta segunda fase con la máxima energía y al máximo nivel. Han sido meses intensos, nos están metiendo mucha caña en los entrenamientos.

—**¿Cómo haces para volver a Galicia?**

—Intento aprovechar los fines de semana sin partido, pero este año estoy pudiendo volver menos porque, además de jugar, entreno a un equipo cadete. Tengo pocos días libres.

—**¿Ya te pica el gusanillo del banquillo?**

—Empecé un poco por favor, pero estoy muy contenta con el grupo y la experiencia me está gustando mucho. Al final paso toda la tarde en el campo: entreno los mismos días que entreno yo, así que estoy allí desde las cinco o seis hasta las diez y pico.

—**¿El futuro pasa por seguir en Alicante?**

—Sí, la idea es seguir aquí. Ahora mismo estoy centrada en terminar bien esta temporada y empezar la siguiente con ambición.

—**¿Qué mensaje le mandas a los niños y niñas gallegos que sueñan con llegar lejos en el hockey?**

—Que no se rindan. Lo importante es esforzarse, hacer lo que uno sabe y dar el máximo. Aunque no veas las oportunidades, si trabajas y la gente ve que te esfuerzas, acabarán apareciendo. Siempre hay alguien que apuesta por ti si ve que lo mereces.

—**¿Necesita más repercusión el hockey en Galicia?**

—Sí, aunque la Federación está trabajando en ello, intentando aumentar competiciones y dar más visibilidad. También se nota que cada vez hay más jugadores y jugadoras que salen fuera o están convocados con selecciones, y eso ayuda.

—**Si hablamos de selecciones, ¿la Olimpiada sigue siendo el sueño?**

—Creo que es la aspiración máxima de cualquier deportista. En hockey, además, las Olimpiadas tienen un prestigio especial. Un Mundial también sería increíble, pero los Juegos tienen algo diferente.



—**También sigues vinculada al hockey sala.**

—Sí, jugué con el Ourensticks y nos clasificamos para el Campeonato de España. Terminamos séptimas, quizá podíamos haber quedado mejor, pero a nivel de juego muy contentas. Es un equipo muy joven, con una media de edad de 18 años y era nuestro segundo Campeonato de España. Este año ya plantamos más cara que el anterior.

—**¿Es importante poder compaginar hierba en Alicante y sala en Galicia?**

—Sí, porque así no pierdo la conexión con mi tierra y con mis compañeras. Además, a mí el hockey sala me encanta.

—**¿Sala o hierba?**

—Sala. Sé que somos pocas las que lo decimos, pero a mí me encanta.

—**Un mensaje para la afición.**

—En todos los clubes en los que he estado la afición ha sido como una familia. Son quienes sustentan este deporte, junto a las familias. Solo puedo darles las gracias.



**XAMÓNS
FERREIRO**

Calidade e tradición

Tel: 659 98 05 58 • Oficina: 981 70 63 28 • Fax: 981 70 63 29 • Tel. Reparto: 639 645 137
Avda. de Finisterre, 34 Bajo • 15270 CEE - A Coruña • jamonesserreiro@hotmail.com



OTTO JARDINERÍA Y DESBROCES

DESBROCES, PODAS Y MANTENIMIENTO DE JARDINERÍA

LIMPIEZA DE FINCAS Y MONTES, TRABAJOS FORESTALES, RETIRADA DE RESTOS,
RECORTE DE SETOS, SIEMBRA Y CUIDADO DE CÉSPED, PREPARACIÓN DE TERRENOS PARA SIEMBRA

687 628 649
info@ottojardineria.es

C/Rua da granxa 871 ºA

www.ottojardineria.es



EL LIDERAZGO QUE LLEVÓ AL HOCKEY FEMENINO A UN 2025 INOLVIDABLE

Carlos García Cuenca llevó a España al bronce europeo y consolidó al equipo en la élite mundial en 2025.

Hay temporadas que consolidan trayectorias. Y hay años que consagran nombres. Para Carlos García Cuenca, 2025 fue ambas cosas.

El seleccionador de la Selección Española Femenina de Hockey Hierba no solo dirigió a las RedSticks hacia uno de sus mejores cursos competitivos recientes, sino que convirtió a su equipo en una realidad estable dentro de la élite mundial. Ese crecimiento sostenido, esa capacidad para competir sin complejos frente a cualquiera, fue lo que llevó a los lectores de Galicia Sport a elegirlo Mejor Entrenador Gallego del Año 2025 en hockey hierba.

Un reconocimiento que no premia un resultado aislado, sino una obra en construcción que ya es presente.

EL BRONCE QUE CONFIRMÓ UN PROYECTO

El punto de inflexión llegó en el Campeonato de Europa de 2025. España se colgó la medalla de bronce tras un torneo de enorme exigencia, decidido en los detalles y en la sangre fría. Aquella medalla no fue solo un éxito deportivo: fue la confirmación de que el equipo había madurado.

Las españolas demostraron solidez defensiva, capacidad de reacción y temple en los momentos límite. La clasificación para el Mundial 2026 fue la consecuencia natural de un grupo que ya no compite para sorprender, sino para ganar.

García Cuenca había logrado algo más complejo que levantar un trofeo: había dotado al equipo de identidad.



inoxterra
CARPINTERÍA METÁLICA



981 740 344 |



600 716 577

**Piezas metálicas personalizadas
y decorativas**



Inoxterra



inoxterra.es



**Charca, 12 A (Frente al pabellón)
15155 Fisterra**



2025/2026: CONTINUIDAD EN LA ÉLITE MUNDIAL

Lejos de relajarse tras el Europeo, las RedSticks siguieron creciendo en la FIH Pro League 2025-26, donde actualmente ocupan la cuarta posición provisional con 14 puntos tras ocho partidos.

El calendario reciente ha llevado al equipo a escenarios de máxima exigencia. Tras los encuentros disputados en Valencia, España viajó a Australia, donde compitió frente a potencias internacionales, demostrando personalidad incluso en derrotas ajustadas y en partidos resueltos en los Shoot Outs.

El último ejemplo fue el empate 2-2 ante China, decidido en la tanda final con un 3-4 para las asiáticas. Un partido de alta intensidad, con España adelantándose, reaccionando al marcador adverso y forzando la definición desde el punto fatídico. Incluso en la derrota, el equipo mostró carácter competitivo, una señal de identidad del trabajo del seleccionador.

La Pro League queda ahora en pausa hasta junio, cuando España volverá a escena con nuevos desafíos internacionales, entre ellos los compromisos ante Irlanda y los Países Bajos, duelos que servirán para medir nuevamente el nivel real de un grupo que ya ha demostrado que puede mirar de frente a cualquiera.

UN ENTRENADOR QUE CONSTRUYE FUTURO

Carlos García Cuenca no es un técnico de gestos grandilocuentes. Su liderazgo se basa en la coherencia, en la preparación minuciosa y en la convicción

colectiva. Ha conseguido que cada jugadora entienda su rol dentro de una estructura sólida, competitiva y ambiciosa.

El premio otorgado por los lectores de Galicia Sport simboliza algo más que una distinción individual: representa el orgullo de ver a un entrenador gallego dirigir con éxito a una selección que pelea medallas europeas y se mantiene en la élite mundial.

En 2025, el hockey femenino español no vivió un destello pasajero. Vivió la consolidación de un proyecto. Porque las medallas brillan. Pero lo que verdaderamente permanece es la convicción de que lo mejor todavía está por venir.

MEJOR ENTRENADOR	
ENTRENADOR:	CARLOS GARCÍA CUENCA NACIÓ EN 1973 OURENSE
CARGO TEMPORADA ACTUAL:	SELECCIONADOR ABSOLUTO FEMENINO
NOMINADOS A MEJOR ENTRENADOR:	CARLOS GARCÍA CUENCA (SELECCIÓN ESPAÑOLA) ROBERTO OLIVEIRA (CH BARROCÁS) ALBERTO SANTOS (CH BARROCÁS/SELECCIÓN GALEGA)
INICIO COMO ENTRENADOR :	- UD TABURIENTE - RC POLO DE BARCELONA- - TERRASSA - RC POLO DE BARCELONA - SELECCIÓN NACIONAL
PALMARÉS	- BRONCE EN EL CAMPEONATO DE EUROPA (2025) - DIPLOMA OLÍMPICO EN LOS JJOO DE PARÍS (2024) - CAMPEÓN DE LA NATIONS CUP (2024) - ASCENSO A LA FIH PRO LEAGUE (2024) - 4 LIGAS CON EL RC POLO (2013, 2014, 2015 Y 2018) - 5 COPAS CON EL RC POLO (2013, 2014, 2016, 2017 Y 2019)

Fiestas
Bodas
Bautizos
Banquetes

Somos Profesionales,
realizamos montaje
de fuegos artificiales
para todos sus eventos

**Josman
Pirotecnia**

Fuegos Artificiales
Volcanes
Surtidores
Cohetes
Bengalas
Girasuelos
Cohetes de Trueno
Salvas
Voladores Nocturnos

www.pirotecniajosman.es

fuegosjosman@gmail.com

 Lugar Nogueiras, s/n - CAMBEO - 32156 - Coles (Ourense)

 988 202 006

EL RUGIDO DEL "PANDA" LIDERA AL RC CELTA DE VIGO

Borja Iglesias firmó un 2025 brillante, recuperando su mejor versión goleadora en el conjunto olívico.



MEJOR JUGADOR PROFESIONAL	
JUGADOR:	BORJA IGLESIAS QUINTÁS (17/01/1993)
LUGAR DE NACIMIENTO	SANTIAGO DE COMPOSTELA
CLUB ACTUAL:	RC CELTA DE VIGO
TRAYECTORIA	VILLARREAL C- RC CELTA "B"- REAL ZARAGOZA (CESIÓN)- RCD ESPANYOL- REAL BETIS- BAYER LEVERKUSEN (CESIÓN)- RC CELTA (CESIÓN)- RC CELTA
PALMARÉS	COPA DEL REY (2022, REAL BETIS), BUNDESLIGA (2024, BAYER LEVERKUSEN)- COPA DE ALEMANIA (2024, BAYER LEVERKUSEN)

Borja Borja Iglesias firmó en 2025 uno de los años más destacados de su carrera, recuperando su mejor versión en el RC Celta de Vigo tras su regreso al fútbol gallego. El delantero compostelano volvió al conjunto celeste decidido a reivindicar su potencial después de una etapa complicada en el Real Betis, y pronto confirmó sobre el terreno de juego su condición de goleador determinante y pieza clave en el proyecto olívico. Durante la temporada 2024/2025, en la que militó en el Celta en calidad de cedido, cerró el curso con once tantos y contribuyó de manera decisiva a la clasificación del equipo para la UEFA Europa League. Su rendimiento llevó

al club a apostar por su continuidad, incorporándolo en propiedad el pasado verano como una de las referencias ofensivas del equipo y de toda la LFP. Lejos de frenar su nivel, Borja Iglesias mantuvo su gran forma en el curso 2025/2026, firmando ya diez goles en Liga y sumando además dos tantos en Copa y otros dos en competición europea. Su regularidad, liderazgo y capacidad goleadora lo devolvieron a la órbita de la Selección Española y lo sitúan entre los candidatos a disputar el próximo Mundial de Estados Unidos, culminando así un año brillante, reconocido como se merece por los lectores de Galicia Sport.

SIF

Servicios Integrales de Formación

TI IMAXÍNALO, NOS CREÁMOLO. TI NECESÍTALO, NOS DÁMOSCHO

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

Servicios Integrales de Formación

@SIFSERVICIOS

677 555 748

info@sifservicios.com

www.sifservicios.com

LA BARBERÍA DE

RIQUI

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

886 31 47 44

@labarberiaderiqui

labarberiaderiqui@gmail.com

Ctra. Valladares, 237 - 36315 - Vigo

Floristería Vane Araujo

Ramos • Centros • Coronas
Plantas • y mucho mas...

Camiño da Pinguela 85 - Cementerio Particular de Valladares
722 428 273 - floristeriavane@gmail.com



SIXTO RIVAS

CLÍNICA DENTAL

- ✓ Odontología general
- ✓ Cirugía e implantes
- ✓ Estética dental
- ✓ Ortodoncia
- ✓ Odontopediatría

Rúa Corvo Mariño, 1 Bajo | VIGO



986 112 551



LA LEYENDA CONTINÚA

Verónica Boquete sigue compitiendo al máximo nivel en el fútbol italiano y agrandando una trayectoria brillante e histórica.



Verónica Boquete continúa agrandando su leyenda en el fútbol internacional a sus 38 años, manteniendo intacta su pasión y su influencia sobre el terreno de juego tras una trayectoria repleta de éxitos y títulos. Referente del fútbol gallego y español, la compostelana sigue compitiendo al máximo nivel en el panorama europeo, demostrando una vigencia extraordinaria con el paso de las temporadas.

Los últimos años de su carrera los está desarrollando en Italia, donde llegó en 2020 para defender los colores del Milan, club en el que militó durante dos temporadas. Posteriormente firmó por la Fiorentina, donde permaneció tres campañas siendo una de las jugadoras más destacadas del equipo. El pasado verano inició una nueva etapa en el Como 1907, uno de los proyectos emergentes del fútbol italiano, con ambición de crecer y competir con los grandes del país tanto en categoría masculina como femenina.

Más allá de los títulos y los retos deportivos, Verónica Boquete sigue conquistando a la afición con su talento, liderazgo y compromiso, prolongando una carrera ejemplar que continúa dejando huella en cada minuto que pisa el césped.



MEJOR JUGADORA PROFESIONAL

JUGADORA	VERÓNICA BOQUETE GIADÁNS (09/04/1987)
LUGAR DE NACIMIENTO	SANTIAGO DE COMPOSTELA
CLUB ACTUAL	COMO 1907
TRAYECTORIA:	XUVENTÚ AGUIÑO- PRAINSA ZARAGOZA- BUFFALO FLASH- PHILADELPHIA INDEPENDENCE- FK ENERGIYA VORÓNEZH- TYRESO FF- PORTLAND THORNS- FFC FRANKFURT- BAYERN MUNICH- PSG- BEIJING BG PHOENIX- UTAH ROYALS- AC MILÁN- ACF FIORENTINA- COMO 1907
PALMARÉS	CAMPEONATO DE EUROPA SUB 19 (SELECCIÓN ESPAÑOLA)- 2 COPAS DE LA REINA (RCD ESPANYOL)- W-LEAGUE (BUFFALO FLASH)- LIGA SUECA (TYRESSÖ FF)- UEFA CHAMPIONS LEAGUE (FFC FRANKFURT)



· FALSOS TECHOS:
LISOS - DESMONTABLES
· CORNISAS
· MOLDURAS

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



Avda. Santa Lucía, 24 - SANTIAGO

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

Fotocopiadoras La Tecla en Santiago de Compostela

Venta y alquiler por impresión



DISTRIBUIDOR OFICIAL DE SHARP



981 575 806



981 575 745



610 534 010

 www.atecla.com

 info@atecla.com

 Avenida Camiño Francés, 10 - 15703 Santiago de Compostela (A Coruña)

EL ARQUITECTO DE LA ESTABILIDAD CELESTE

Claudio Giráldez transformó al RC Celta con un modelo sólido, moderno y muy ambicioso.



MEJOR ENTRENADOR PROFESIONAL	
ENTRENADOR:	CLAUDIO GIRÁLDEZ GONZÁLEZ (24/02/1988)
LUGAR DE NACIMIENTO	O PORRIÑO (PONTEVEDRA)
CLUB ACTUAL	RC CELTA DE VIGO
TRAYECTORIA	GRAN PEÑA- CELTA JUVENIL- CELTA FORTUNA- RC CELTA DE VIGO
LOGROS DESTACADOS	CLASIFICACIÓN PARA EL PLAY OFF DE ASCENSO A SEGUNDA DIVISIÓN (CELTA FORTUNA, TEMPORADA 2022/2023). CLASIFICACIÓN PARA LA UEFA EUROPA LEAGUE (RC CELTA, TEMPORADA 2024/2025)

Claudio Giráldez se convirtió en una de las grandes revelaciones del fútbol español tras asumir el banquillo del RC Celta el 12 de marzo de 2024, en un momento delicado para el conjunto celeste tras la destitución de Rafa Benítez. Su llegada supuso un punto de inflexión inmediato: el equipo logró revertir la complicada situación clasificatoria y aseguró la permanencia en Primera División, sentando las bases de un proyecto sólido y ambicioso. Ya en la temporada 2024/2025, el conjunto vigués confirmó su crecimiento con la clasificación para la UEFA Europa League, consolidando la apuesta del club por un técnico joven, moderno y con una idea de juego definida. Bajo su dirección, el Celta encontró la estabilidad que llevaba años buscando

y en la actual campaña continúa peleando por los puestos europeos, además de mantenerse con vida en competición continental, alimentando el sueño del celtismo de alcanzar grandes metas. Giráldez ha impulsado un modelo basado en el protagonismo del balón y la confianza en la cantera, combinando talento ofensivo con una notable solidez defensiva, como reflejan sus registros entre los equipos menos goleados del campeonato. El equilibrio alcanzado y el crecimiento del equipo lo han situado entre los entrenadores más prestigiosos y prometedores del panorama europeo.



Open World 24 HORAS

**TODO LO QUE PUEDAS NECESITAR
A TU DISPOSICIÓN LOS 365 DÍAS**

Tienda con gran variedad de artículos de alimentación, droguería, envíos de dinero, recargas, comida de mascotas...

C/ Vázquez Varela, 11 . Vigo - T. 986 121 038 Openworld24h



Manolo

RESTAURANTE

*¡Preocúpate sólo
por ser feliz!*

BODAS * COMUNIONES * CELEBRACIONES DE EMPRESA



📍 A52-salida 305 | C/ Antonio Palacios 101 | Porriño
☎ 986 333 404 / 986 344 141 | info@restaurantemanolo.es

GUERRERO ACELERA SU CAMINO HACIA LA ÉLITE

El ferrolano continúa su evolución tras su temporadón en el Fabril y su actual protagonismo en el Ourense.



MEJOR JUGADOR SEMIPROFESIONAL	
JUGADOR	ADRIÁN GUERRERO MOURIZ (15/02/2006)
LUGAR DE NACIMIENTO:	FERROL (A CORUÑA)
CLUB ACTUAL	OURENSE CF (CEDIDO POR EL RC DEPORTIVO)
TRAYECTORIA	- CATEGORÍAS INFERIORES DEL RACING DE FERROL - CATEGORÍAS INFERIORES DEL RC DEPORTIVO - RCD FABRIL - OURENSE CF
LOGROS DESTACADOS	CLASIFICACIÓN PARA EL PLAY OFF DE ASCENSO A PRIMERA FEDERACIÓN (RCD FABRIL, TEMPORADA 2024/2025). DEBUT CON EL PRIMER EQUIPO DEL RC DEPORTIVO DE LA CORUÑA (TEMPORADA 2024/2025)

Adrián Guerrero se ha consolidado como una de las grandes promesas surgidas de la cantera de Abegondo, confirmando su proyección con un crecimiento constante en las últimas temporadas. El futbolista ferrolano ya dejó muestras de su enorme potencial el pasado curso en el Fabril, donde, siendo juvenil de tercer año, se convirtió en titular indiscutible y pieza clave de un equipo que logró la clasificación para el play off de ascenso a Primera Federación. Su excelente rendimiento no pasó desapercibido y le permitió dar un paso más en su progresión, debutando a finales de la pasada campaña con el pri-

mer equipo del Deportivo bajo las órdenes de Óscar Gilsanz. El club blanquiazul apostó por seguir impulsando su desarrollo y el pasado verano decidió que el jugador debía afrontar un nuevo reto competitivo fuera del filial. Cedido al Ourense, Guerrero está firmando una temporada muy positiva, consolidado como titular habitual y jugador fundamental dentro del esquema de su equipo. Su regularidad y madurez sobre el terreno de juego refuerzan su candidatura para regresar al Deportivo el próximo verano y hacerse un hueco definitivo en la primera plantilla, un objetivo para el que continúa acumulando méritos jornada tras jornada.



ZERO
LATENCY VR

arvi
VR

Av. Do Porto 3,
15003, A Coruña

www.zerolatencyvr.com

ROCA

Santiuste



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



CERVECERIA

RÚA BELLA



CERVECERÍA, DESAYUNOS, RACIONES, BOCADILLOS, SANDWICHES,
HAMBURGUESAS, PIZZERÍA, PASTAS, CARNES Y PESCADOS.

ACOGEDOR E INFORMAL! DISPONE DE TERRAZA Y CONEXIÓN WIFI.

Menú del día (Todos los días)

HAZ TU PEDIDO PARA LLEVAR!

☎ 981 586 854

Lunes Cerrado Temporalmente
Martes a Viernes : 09:00 a 00:00
Sábado, Domingo y Festivos : 09:30 a 00:00

RÚA NOVA, 17 – 15705
SANTIAGO DE COMPOSTELA
ruabella.cartaenelmovil.es

EL FUTURO SE CONSTRUYE DESDE ATRÁS

Samu Fernández ya pide paso en el primer equipo del Depor con tan solo 18 años.



MEJOR PROMESA MASCULINA

JUGADOR:	SAMUEL FERNÁNDEZ LEONARDO (17/03/2007)
LUGAR DE NACIMIENTO	NARÓN (A CORUÑA)
CLUB ACTUAL	RCD DEPORTIVO
TRAYECTORIA	CANtera DEL NARÓN- CANtera DEL GALICIA CARANZA- CATEGORÍAS INFERIORES DEL RACING DE FERROL- CATEGORÍAS INFERIORES DEL RC DEPORTIVO- RCD FABRIL- RC DEPORTIVO
LOGROS DESTACADOS	INTERNACIONAL CON ESPAÑA EN CATEGORÍAS INFERIORES. CLASIFICACIÓN PARA EL PLAY OFF DE ASCENSO A PRIMERA FEDERACIÓN (RCD FABRIL). DEBUT CON EL PRIMER EQUIPO DEL Depor EN EL ACTUAL CURSO 2025/2026

En Abegondo tienen claro que Samu Fernández es uno de los nombres a seguir en el futuro inmediato del Deportivo. El central de Narón avanza a gran velocidad en su formación y ya ha vivido incluso su debut con el primer equipo siendo todavía juvenil, reflejo del paso firme con el que está creciendo dentro del club.

Su importancia en el Fabril es total para Manuel Pablo, mientras que Antonio Hidalgo lo incorporó a la dinámica del primer equipo desde la pretemporada y le dio la oportunidad de estrenarse en la Copa del Rey ante el Sabadell. Central dominante, seguro en defensa y con calidad para jugar el

balón con criterio, reúne todas las condiciones del defensor moderno.

El salto definitivo al primer equipo parece solo cuestión de tiempo. Mientras tanto, su presente pasa por seguir creciendo y por liderar al Fabril en su objetivo de pelear por el ascenso a Primera Federación.

Su evolución constante y su madurez sobre el terreno de juego lo sitúan como una de las grandes apuestas del club a medio plazo. En el Deportivo confían en su progresión y en que continúe dando pasos firmes en un proceso de crecimiento que apunta a consolidarlo como pieza importante dentro del proyecto blanquiazul en los próximos años.



ARoldana

HOTEL - RESTAURANTE

Rúa Bernardo Romero, P3-S2, 15540 Narón (A Coruña)

Tel.: 981 382 853 - 672 429 566

info@laroldanadelpozo.com www.laroldanadelpozo.com



Construcciones



VIVIENDAS DE CONSUMO REDUCIDO

NAVES - TEJADOS - CIERRES - ESTRUCTURAS

REHABILITACIONES INTEGRALES

PROYECTOS DE VIVIENDA

TODO TIPO DE TRABAJOS DE ALBAÑILERIA

655 875 085 687 473 734 981 470 776

VIVIENDAS UNIFAMILIARES

construaxa@hotmail.com Pedreira, 27 - 15620 - Mugardos (A Coruña)

PAULA NOVO, TALENTO Y SUPERACIÓN

La jugadora del Deportivo se está consolidando en Primera con tan solo 20 años.



MEJOR PROMESA FEMENINA	
JUGADORA:	PAULA NOVO SABORIDO (13/04/2005)
LUGAR DE NACIMIENTO	BOIRO (A CORUÑA)
CLUB ACTUAL	RC DEPORTIVO
TRAYECTORIA	VALIÑO CABO DE CRUZ- ATLÉTICO RIBEIRA- EFM CONCELLO DE BOIRO- ORZÁN- DEPOR ABANCA B- DEPOR ABANCA
LOGROS DESTACADOS	INTERNACIONAL CON ESPAÑA EN CATEGORÍAS INFERIORES. ASCENSO A SEGUNDA FEDERACIÓN (2025. DEPOR ABANCA "B"). DEBUT CON EL PRIMER EQUIPO (TEMPORADA 2024/2025)

Paula Novo ya es una realidad del fútbol femenino gallego. Con solo 20 años, la jugadora barbanzana suma dos temporadas con un papel destacado en el primer equipo del Depor Abanca, consolidándose en la élite pese a su juventud y confirmando el enorme potencial que apuntaba desde sus inicios en el mundo del balompié.

Su progresión fue constante, lo que la llevó a las categorías inferiores de la Selección Española y previamente a un gran salto desde las Escuelas Deportivas Concello de Boiro a la estructura de una entidad profesional. Comenzó

su camino en el tercer equipo blanquiazul, en el Orzán, dio el salto al Deportivo Abanca B y el último gran paso fue lograr hacerse un hueco en el primer equipo, donde hoy es una futbolista importante dentro del proyecto.

Su crecimiento deportivo estuvo marcado por un momento especialmente duro en enero de 2023, cuando sufrió una grave lesión de rodilla, la temida triada. Sin embargo, su capacidad de sacrificio y trabajo le permitió superar la adversidad y regresar a los terrenos de juego aún más fuerte, reafirmando su carácter y su proyección en el fútbol profesional.



**OBRAS Y SERVICIOS
BOIROSOL S.L.**
 **650606349**
 info@boirosol.es
 www.boirosol.es
 Lugar de Coroño nº 17, Boiro, A Coruña



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



**Cafetería
Pizzería**
 Avda. de Erbecedo, 20. Coristanco

ESPECIALIDAD EN ENTRECOT

*Menú del día
Platos Combinados
Pizzas y Pastas*

Telf.: 981 734 366

NUEVOS RETOS, MISMA AMBICIÓN

ALBA Suárez inició una nueva etapa en el Club Deportivo Getafe Femenino, después de ser decisiva en el Atlético Villalonga.



MEJOR JUGADORA SEMIPROFESIONAL

JUGADORA:	ALBA SUÁREZ CORES "BITA" (14/08/1998)
LUGAR DE NACIMIENTO	ARTEIXO (A CORUÑA)
CLUB ACTUAL	CD GETAFE FEMENINO
TRAYECTORIA:	CONCELLO DE PONTECESO- DEPOR ABANCA "B"- DEPOR ABANCA- VICTORIA CF- SPORTING MEICENDE- VIAJES INTERRÍAS- CD GETAFE FEMENINO
LOGROS DESTACADOS	DEBUT CON EL DEPOR ABANCA EN SEGUNDA DIVISIÓN Y POSTERIORMENTE EN PRIMERA DIVISIÓN

Alba Suárez vivió un 2025 marcado por los cambios y el crecimiento en su trayectoria deportiva. Tras lograr la permanencia con el Atlético Villalonga en Segunda Federación, siendo una jugadora importante y decisiva dentro del equipo, la futbolista de Arteixo decidió afrontar una nueva etapa profesional lejos de Galicia.

Su destino fue el CD Getafe Femenino, conjunto que también milita en Segunda Federación y donde ha comenzado una nueva experiencia con buenas sensaciones. En su temporada de adaptación al conjunto madrileño ya está

teniendo protagonismo, confirmando su capacidad para asumir responsabilidades y aportar solidez al equipo.

A sus 27 años, Alba atraviesa uno de los momentos más destacados de su carrera, respaldada por la experiencia acumulada y por un crecimiento constante que la ha llevado a consolidarse como una futbolista competitiva y muy fiable. Su compromiso, regularidad y ambición definen el perfil de una jugadora que continúa dando pasos firmes en el fútbol femenino y que afronta con ilusión los retos de su nuevo club.



Talleres **Maycars.I.**

Venta de vehículos nuevos y de segunda mano multimarca. Localizamos el vehículo que quiere, se lo traemos. Nuestros coches están totalmente revisados y cuentan con garantía. Taller de mecánica en general, chapa, pintura, electricidad, reparación de averías, mantenimiento y mecánica rápida. Financiación.

talleresmaycarsi@gmail.com Móvil. 666 537 897 / 670 412 842
Telf./ Fax.: 986 74 50 79

Empalme nº8 - C.P.: 36 990 Vilalonga - Sanxenxo (Pontevedra)

MECÁNICA RÁPIDA
VENTA Y COLOCACIÓN
NEUMÁTICOS

AUTO-STOP

ALINEACIÓN 6D

EQUILIBRADO DE RUEDAS, CAMBIO DE AMORTIGUADORES, ESCAPES, PASTILLAS DE FRENO, BATERÍAS, FILTROS, SISTEMAS DE ILUMINACIÓN, CORREAS DE DISTRIBUCIÓN, CLIMATIZACIÓN, ETC.

986 710 721 WWW.AUTOSTOPGALICIA.COM taller.autostop@gmail.com

Polígono Industrial do Salnés, Parc. 3, Nave 2B - 36636 - Ribadumia (Pontevedra)

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



MARÍA MERA
@maria_mera

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

JUAN PÉREZ: "LOS RESULTADOS SON UNA CONSECUENCIA; NUESTRO OBJETIVO ES LA SATISFACCIÓN DE LOS NIÑOS"

La cantera del Val Miñor, reconocida como la mejor de Galicia en la VI edición de los premios Galicia Sport, cumple 30 años fiel a un modelo basado en formación, participación y estructura técnica cualificada.



MEJOR CANTERA NO PROFESIONAL	
CANTERA:	ED VAL MIÑOR (FUNDADA EN 1996, NIGRÁN)
PRESIDENTE:	JUAN PÉREZ ARNAU
TERRENO DE JUEGO	CONDOMÍNGUEZ (NIGRÁN)
NÚMERO DE EQUIPOS	23 EQUIPOS EN ACTIVO EN EL CURSO 2025/2026
DATOS DESTACADOS	DE ESTA CANTERA SALIERON JUGADORES DE LA ÉLITE ACTUAL, SIENDO EJEMPLOS CLAROS SANTI COMESAÑA O RECIENTEMENTE DRO FERNÁNDEZ

Trreinta años después de su fundación, la Escuela Deportiva Val Miñor sigue consolidándose como uno de los grandes referentes del fútbol base gallego. Reconocida recientemente como la mejor cantera de Galicia en los VI Premios Galicia Sport, la entidad mantiene intacta su filosofía: formar personas y deportistas por encima de cualquier obsesión por el resultado. El presidente, Juan Pérez Arnau, desgrana la actualidad del club para Galicia Sport.

“Nuestro objetivo no es sacar profesionales, es formar personas”

—Juan, la cantera del Val Miñor ha sido elegida la mejor de Galicia. Ya casi no sorprende.
—Es un orgullo enorme ver cómo nuestros chicos progresan. Pero quiero dejar claro algo: que salgan jugadores hacia el fútbol profesional es extraordina-

riamente difícil. Casos como Dro, Pedro Villar en la Masía o Santi Comesaña son excepcionales. Nuestro objetivo principal no es ese. Nuestro objetivo es formar deportistas y personas, que los niños disfruten, que quieran venir a entrenar cada día y que sus familias estén satisfechas.

—¿Qué medís realmente como indicador de éxito?
—La tasa de abandono. Para nosotros es fundamental que los niños quieran seguir en el club. Hemos llegado a tener siete equipos alevines en una misma temporada. Desde fuera a veces se interpreta como afán de negocio, pero nuestro lema es “fútbol para todos”. No queremos decirle a ningún niño o niña que no tiene sitio. Cada uno en su nivel, con su evolución. Y eso nos ha dado identidad.



SERVICIO TECNICO

FRIVALLE

636 25 96 13

FRIO COMERCIAL E INDUSTRIAL

AIRE ACONDICIONADO

ELECTRODOMESTICOS

MANTENIMIENTO

VENTILACION

HOSTELERIA

frivalle@hotmail.com



DECORACION

PINTURA

PLADUR

DECOPLAC

MIÑOR

LACADOS DE MOBILIARIOS DE LOCALES, VIVIENDAS Y FACHADAS

SERRALLEIRA, 11 - SABARÍS - 36393 BAIONA

T. 670 903 214

decoplacminor@gmail.com · www.decoplac-minor.com



SondeosValleMiñor

SONDEOS, POZOS Y GEOTERMIA

EN NIGRÁN DOMINAMOS EL AGUA

670 899 285

670 899 284

Francisca Lago, 41

2º Izda. - 36379 Nigrán

info@sondeosvalleminor.es

www.sondeosvalleminor.es



670 899 285

Francisca Lago, 41

2º Izda. - 36379 Nigrán

“La clave está en el concepto escuela y en el cuerpo técnico”

—Lleváis 30 años haciendo las cosas bien.

—Este año cumplimos el 30 aniversario. Somos un club joven comparado con otros del entorno, pero desde 1996 hemos tenido muy claro el concepto escuela. Si tuviera que señalar un único factor clave sería el cuerpo técnico. Apostamos desde el principio por entrenadores cualificados, muchos licenciados en Educación Física o con formación específica. Hoy tenemos casi 50 entrenadores para 30 equipos.

—¿Cómo se mantiene esa estructura?

—Cuidando mucho al entrenador. Empapándolo de nuestra cultura y valores. Tenemos reuniones de coordinación constantes, informes internos de evolución, seguimiento individualizado. Aunque a veces un padre pueda pensar que su hijo es uno más, no es así. Hay un seguimiento personalizado real.

—También se habla mucho del estilo del Val Miñor.

—Eso nos encanta. Cuando escuchas “qué bien juega el Valmi”, sabes que el trabajo diario está dando frutos. Los resultados son una consecuencia de hacer bien las cosas. No somos resultadistas. El gol no se busca, se encuentra. Nosotros buscamos hacer las cosas bien.

Participación por encima de todo

—Habéis defendido mucho el cambio continuo en categorías base.

—Sí. Siempre hemos luchado para que haya cambios continuos hasta cadetes. Nos importa la participación. Queremos que todos se sientan parte del equipo. Nuestro lema lo resume bien: “Si quieres ir rápido, vete solo. Si quieres llegar lejos, búscate un buen equipo”.

“Sostener 30 equipos es un trabajo diario”

—Mantener 30 equipos requiere una estructura enorme.

—Tenemos una directiva impagable y muchísima gente colaborando desinteresadamente. Personas en taquilla cada fin de semana, gente vendiendo vallas, rifas, buscando patrocinios... Nosotros además no tenemos campo en propiedad. Estamos de alquiler. La renovación del césped del campo la costeó la escuela.

—¿Cómo gestionáis los ingresos extraordinarios?

—Con prudencia. Los ingresos por traspasos internacionales de jugadores formados aquí nunca se meten en el presupuesto corriente. Se guardan para inversiones estructurales, como césped o infraestructuras. El presupuesto anual debe sostenerse con ingresos recurrentes.

La identidad Val Miñor

—El sentimiento de pertenencia es muy fuerte.

—Eso es de lo que más orgullosos estamos. Cuando escuchas hablar del Val Miñor en una cafetería sin que sepan que estás allí, se te cae la baba. Los niños y sus familias son nuestro mejor altavoz.

El paso atrás del equipo senior

—Tuvisteis equipo senior.

—Sí, y fue una decisión dolorosa dar marcha atrás. Ascendimos rápido hasta Primera, pero establecimos dos líneas rojas: que el equipo se autofinanciara y no pagar jugadores. Llegó un momento en que no era viable. Perdíamos jugadores porque otros clubes pagaban y no queríamos drenar recursos de la base. Decidimos volver a ser exclusivamente un club de formación. Retirarse a tiempo también es una victoria.

El próximo reto: formar mejor a los formadores

—¿Qué sueño queda por cumplir?

—Deportivamente hemos logrado casi todo. Este año el reto es mantener el juvenil en División de Honor. Pero el gran foco ahora es la formación de nuestros técnicos. El año pasado organizamos un symposium con entrenadores como Jonathan Giraldez. Queremos seguir profundizando en formación técnica y también en dirección de personas. Nuestros entrenadores gestionan niños, emociones, familias. Eso es clave.

Ya son treinta años como presidente

—Treinta años al frente.

—Soy fundador y presidente desde el inicio. Pero esto no es un club presidencialista. Hay una gerencia y una dirección deportiva muy potentes. Si preguntas a muchos niños quién es el presidente, quizá ni me nombren, y eso es buena señal. Yo estoy más en la sombra. Cuando vea que puedo dejar paso a alguien con más empuje, lo haré sin problema. Mientras pueda ser útil, seguiré.



abal
construcciones s.a.

promociones y
construcciones san ero

CONSTRUCCIONES ABAL, S.A.
Mosteiro, 43 - Meis
36637 PONTEVEDRA
Telf. 986 715 236

TALENTO GALLEGO EN LA CIMA DEL BALONCESTO

Alberto Abalde se consolida como pieza fundamental del Real Madrid y referente del baloncesto europeo.



FICHA TÉCNICA	
JUGADOR	ALBERTO ABALDE DÍAZ 15/12/1995 FERROL (A CORUÑA)
CLUB ACTUAL	REAL MADRID
TRAYECTORIA	JOVENTUT DE BADALONA- CB PRAT (CESIÓN)- JOVENTUT DE BADALONA- VALENCIA BASKET- JOVENTUT DE BADALONA (CESIÓN)- VALENCIA BASKET- REAL MADRID
PALMARÉS MÁS RELEVANTE	3 LIGAS ACB (2022, 2024 Y 2025), EUROLIGA (2023), 5 SUPERCOPAS DE ESPAÑA (2017, 2020, 2021, 2022 Y 2023), COPA DEL REY (2024), EUROCUP (2019)

Alberto Abalde continúa ampliando una trayectoria ejemplar en la élite del baloncesto europeo. A sus 30 años, el jugador gallego es una pieza importante en el Real Madrid, uno de los grandes referentes del continente, donde aporta experiencia, versatilidad y equilibrio en cada partido. El alero, capaz también de actuar como ala-pívot, destaca por su inteligencia táctica, su capacidad defensiva y su fiabilidad en los momentos decisivos, cualidades que lo han convertido en un jugador fundamental dentro de la rotación del conjunto blanco. Su polivalencia y compromiso colectivo encajan

a la perfección en la exigente dinámica competitiva del club madrileño, donde ha logrado consolidarse como un perfil clave en los éxitos recientes del equipo. El pasado curso volvió a proclamarse campeón de Liga, ampliando un palmarés que ya alcanza dimensiones destacadas tanto a nivel nacional como internacional. En la presente temporada mantiene su protagonismo dentro del equipo, que continúa compitiendo al máximo nivel y aspira a seguir sumando títulos. Con una carrera marcada por la regularidad y el éxito, Abalde sigue siendo el gran referente del baloncesto gallego en la élite europea.

www.martinopportunity.com

Síguenos en **facebook**

MILLADOIRO - AMES: C/ Rosalía de Castro, 8 - Tlf. 660 75 10 00
SANTIAGO: Vía Edison, 50 A - Pol. Tambre - Tlf. 661 003 676
FERROL: CARANZA. C/ Lepanto, bloque 9. Bajo. - Tlf. 661 089 932

EL ALQUIMISTA YA HACE MILAGROS EN TIERRAS CATALANAS

Moncho Fernández transformó por completo a un Básquet Girona que ya pelea por metas muy ambiciosas.



MEJOR ENTRENADOR	
ENTRENADOR:	MONCHO FERNÁNDEZ VIDAL 19/09/1969 SANTIAGO DE COMPOSTELA
DEPORTE:	BALONCESTO
CLUB ACTUAL:	BASQUET GIRONA
LIGA:	ACB
APODO:	O ALQUIMISTA
TEMPORADAS EN EL CLUB:	2
TRAYECTORIA PROFESIONAL:	- GIJÓN BALONCESTO - LECHE RÍO BREGÁN (AUXILIAR) - CLUB BALONCESTO LOS BARRIOS - CLUB BALONCESTO MURCIA - OBRADOIRO CAB - BASQUET GIRONA

Moncho Fernández abrió en la temporada 2024/2025 una nueva etapa en su trayectoria profesional al frente del Básquet Girona, iniciando un proyecto ilusionante tras catorce campañas dirigiendo al Obradoiro, trece de ellas de manera consecutiva en la Liga ACB. El técnico gallego, conocido como el “alquimista”, apenas se tomó unos meses de descanso antes de aceptar el reto del conjunto rojillo, al que llegó en diciembre de 2024 con el equipo en una situación delicada, último en la tabla y con una sola victoria. Su impacto fue inmediato. Bajo su dirección, el Básquet Girona reaccionó de forma notable, encadenando resultados positivos hasta lograr una perma-

nencia incluso holgada, alcanzando los doce triunfos y alejándose con claridad de los puestos de descenso. El éxito del proyecto llevó al club a apostar por continuidad en el banquillo y renovar su confianza en el compostelano. En la actual temporada, el crecimiento del conjunto catalán ha sido evidente. Con la permanencia casi asegurada y situado en la zona media, el Basquet Girona vive uno de los mejores momentos de su historia reciente, acercándose incluso a los puestos de play off. Moncho se ha convertido así en el gran artífice de la transformación, impulsando un proyecto competitivo que aspira a metas cada vez más ambiciosas.



AMBULANCIAS COMPOSTELA

Teléfono 24 horas

676 975 029

RIBEIRA SUCURSAL

CENTRAL SANTIAGO DE COMPOSTELA

Castiñeiriño - Rúa do Chicharo, 3-A Teléfono: 981 595 432 - Fax: 981 521 512



GRUPO PUENTEVEA

Residencia Puentevea

A 15 min. de Santiago

35 años al servicio de los mayores

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

Tel.: 981 809 158

www.residenciapuntevea.com



IMPERNOROESTE, S.L.L.



*Distribuidor y
aplicador autorizado de:*

POLIBREAL®



Impermeabilizamos:

Terrazas, canalones, depósitos
de agua, piscinas, fosos de
ascensor, muros, fachadas, jardineras ...

Lavamos:

Tejados, Cubiertas, Fachadas, ...



www.impernoroste.com

Redondela

PONTEVEDRA



602.61.09.49 (Linea 1)

986.40.09.16 (Linea 2)



impernoroste@gmail.com

EL RETORNO DE MARÍA ARAUJO

La olívica regresó a la Liga Endesa de la mano del Valencia Basket.



FICHA TÉCNICA

JUGADORA

MARÍA PÉREZ ARAUJO
01/08/1997
VIGO (PONTEVEDRA)

CLUB ACTUAL

VALENCIA BASKET

TRAYECTORIA:

CELTA ZORKA- UNI FERROL- WISLA CAN-PACK
KRKOW- SPAR GIRONA- ÇUKUROVA BASKETBOL-
VALENCIA BASKET

PALMARÉS MÁS
RELEVANTE

CAMPEONA DE EUROPA SUB 17, SUB 18 Y SUB 20 (SE-
LECCIÓN ESPAÑOLA). PLATA EN EL CAMPEONATO DE
EUROPA ABSOLUTO (SELECCIÓN ESPAÑOLA). COPA DE
LA REINA (2021, SPAR GIRONA)

María Araujo volvió al baloncesto español el pasado verano para incorporarse al Valencia Basket, uno de los proyectos más potentes del panorama nacional y europeo. La jugadora gallega inició así una nueva etapa en la Liga Femenina Endesa con la ambición intacta y el reto de seguir ampliando una trayectoria marcada por la competitividad y el rendimiento al máximo nivel. En 2023 había decidido emprender una experiencia en el baloncesto turco, donde ofreció un gran nivel y dejó una huella destacada gracias a su regularidad y capacidad de adaptación. Su regreso a España supone un nuevo camino

en su carrera dentro de un equipo con aspiraciones a todo en el ámbito nacional e internacional.

Habitual en las convocatorias de la Selección Española, Araujo continúa siendo una referencia en el combinado nacional y el pasado verano participó en el Eurobasket, confirmando su presencia entre las jugadoras más destacadas del continente. Con experiencia, talento y ambición, la olívica afronta este nuevo desafío con el objetivo de seguir disfrutando y sumando títulos a su ya considerable palmarés.

An advertisement for KOYPEIO Hair Studio. The background is a photograph of the studio's interior, showing hairdressing stations with mirrors and chairs. The text is overlaid on the right side. At the top right is the word "BOOKSY" in bold. Below it is a QR code. In the center is a circular logo with a diamond shape inside, containing the text "KOYPEIO" and "HAIR STUDIO 2024". Below the logo, the text reads "BARBERÍA ESPECIALIZADA EN EL CUIDADO Y MANTENIMIENTO DE CABELLO Y BARBA". At the bottom, there is a phone number "986 11 58 27" with a phone icon, and the address "CARRETERA VALADARES 41" with a location pin icon. To the right of the address is the Instagram handle "@koypeio" with an Instagram icon.



- ✓ COCINA TRADICIONAL
- ✓ ESPECIALIDADES
- ✓ MENÚ DEL DÍA
- ✓ COCIDO GALLEGO
- ✓ CORDERO ESTOFADO
- ✓ CHULETILLAS DE LECHAZO
- ✓ PULPO A LA GALLEGA
- ✓ TAPAS VARIADAS
- ✓ SÁNDWICHES
- ✓ HAMBURGUESAS

 **669 43 26 90**

 **C/ URZAIZ, 21
36201 VIGO**

 **www.cafeteriaderby.com**

 **eusebio@cafeteriaderby.com**

**TODO REGADO CON EL
MEJOR VINO DE
LA RIBERA SACRA MENCIA
DE ADEGA FONTAO**

**FABADA ASTURIANA
(POR ENCARGO)**



LA EXIGENCIA PERMANENTE DE VIVIR BAJO PALOS

Rodrigo Corrales mantiene su lugar en la élite mundial tras superar lesiones y a partir de junio encarará una nueva etapa en el PSG.



MEJOR JUGADOR

JUGADOR

RODRIGO CORRALES RODAL
24/01/1991
CANGAS DO MORRAZO (PONTEVEDRA)

CLUB ACTUAL:

MKB VESZPRÉM

TRAYECTORIA:

BM CANGAS- CANTERA DEL FC BARCELONA- BM HUESCA- ORLEN WISLA PLOCK- PSG- MKB VESZPRÉM

PALMARÉS MÁS RELEVANTE

MEDALLA DE BRONCE EN LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE TOKIO 2021 Y DE PARÍS 2024. MEDALLA DE BRONCE EN LOS MUNDIALES DE EGIPTO 2021 Y POLONIA 2023. MEDALLA DE ORO EN LOS EUROPEOS DE CROACIA 2018 Y AUSTRIA 2020. MEDALLA DE PLATA EN EL EUROPEO DE HUNGRÍA 2022. 3 LIGAS FRANCESAS, 1 COPA DE FRANCIA, 2 COPAS DE LA LIGA DE FRANCIA, 2 LIGAS SEHA, 2 LIGAS HÚNGARAS, 4 COPAS DE HUNGRÍA, 1 CAMPEONATO MUNDIAL DE CLUBES.

Rodrigo Corrales firmó un 2025 de altísimo nivel defendiendo la portería del MKB Veszprém y de la Selección Española, confirmando su condición de referente del balonmano internacional. El guardameta de Cangas do Morrazo volvió a destacar por su rendimiento y liderazgo, aunque el exigente ritmo competitivo le pasó factura en el tramo final del año, cuando una lesión de espalda en diciembre lo obligó a parar durante ocho semanas.

Este contratiempo le impidió disputar el Campeonato de Europa de selecciones celebrado el pasado mes de enero, prolongando una racha de mala fortuna en los grandes torneos internacionales, ya que en los últimos tres

años las lesiones lo apartaron de tres citas importantes. En ese periodo, solo pudo participar en los Juegos Olímpicos de París 2024, donde volvió a demostrar su calidad bajo palos.

A sus 34 años, Corrales mantiene intacta su ambición y encara el futuro con nuevos retos. El próximo mes de junio cerrará su etapa en el Veszprém para incorporarse al Paris Saint-Germain, club al que regresa tras su paso entre 2017 y 2020 y con el que ha firmado hasta 2028. Con una dilatada trayectoria en la élite y margen para seguir compitiendo al máximo nivel, el portero gallego tiene claro que algún día regresará a Cangas do Morrazo para cerrar el círculo en casa, en el club que lo lanzó al estrellato.

EMBUTIDOS

MARUCHO

Tel. y Fax: 988 307 509 • Móviles: 630 660 617 • 606 069 572
info@embutidosmarucho.com • www.embutidosmarucho.com

RAIGADA

///

MANZANEDA

///

OURENSE



Excavaciones y movimientos de tierra
Canalización hidráulica
Demoliciones y derribos
Construcción de zanjas





COMERCIAL AGRICOLA FARINA

DISPONIENDO PARA USTEDES

SEMILLAS - CEREALES - SULFATOS - PLANTAS - PATATAS - POLLOS Y PIENSOS
CEPAS - HERBICIDAS Y TODO TIPO DE HERRAMIENTAS

COMPRUEBELO USTED MISMO

NOS ENCONTRAMOS EN

MOSTEIRO - A PEDRA - PONTEVEDRA
TELF. 986 71 54 88

SERVICIO A DOMICILIO



REFORMAS INTEGRALES Y SERVICIOS PARA TU HOGAR

CARPINTERÍA · BAÑOS · COCINAS · MANITAS · TARIMAS Y SUELOS

CONSÚLTANOS  609 362 188

www.reformasyserviciosrey.es



JEYCAR

INSTALACIONES

✉ instalacionesjeycar@gmail.com

☎ 617 50 99 89 • Jesús

☎ 686 56 56 11 • Carlos



Fontanería

Gas Industrial y doméstico

Calefacción

Paneles solares

Suelos radiantes

Calderas y estufas de pellets

Reformas baños y cocinas

Aerotermia



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

AITANA SANTOMÉ: "EL ÉXITO NO ES MAGIA, ES TRABAJO... MUCHO TRABAJO"

La jugadora gallega repasa el histórico 2025 con Porriño, la final europea en casa y su primera experiencia profesional en Rumanía, una de las ligas más potentes del mundo.



MEJOR JUGADORA

JUGADOR:	AITANA SANTOS 03/05/2001 MOAÑA (PONTEVEDRA)
CLUB ACTUAL:	TARGU JIU (RUMANÍA)
POSICIÓN	LATERAL
TRAYECTORIA:	CONSERVAS ORBE ZENDAL BM PORRIÑO- TARGU JIU
PALMARÉS	ORO EN EL CAMPEONATO DEL MUNDO UNIVERSITARIO

El 2025 quedará marcado para siempre en la trayectoria de Aitana Santomé. Final europea en Porriño, crecimiento colectivo, reconocimiento individual y un final de etapa que terminó por confirmarse ya en enero de 2026, tras su salto al extranjero, lo que abre una nueva etapa en su carrera. La balonmanista gallega analiza un año inolvidable, habla de su llegada a Rumanía y reivindica el valor del trabajo, el compromiso y la formación en Galicia.

—**Aitana, 2025 fue un año mágico en lo colectivo y en lo individual. ¿Cómo lo viviste?**

—Mejor imposible. El 2025 nos trajo muchas alegrías deportivas y fue un año para enmarcar. Vivir una final europea en Porriño fue algo muy especial, así que sí, es un año que recordaré siempre.

—**¿Cuál fue la clave del éxito? Porque el equipo fue claramente de menos a más en el curso.**

—Aunque parezca una tontería, fue trabajo. Trabajo, trabajo y más trabajo. El grupo estaba al cien por cien comprometido, íbamos todas en la misma

dirección y llevábamos bastantes años prácticamente juntas, con muy pocos cambios. Al final eso dio sus frutos. Fue el resultado de mucho tiempo y de mucha planificación del entrenador y de todo el mundo.

—**Tu relación con Isma viene desde la base.**

—Sí, es mi entrenador por excelencia. Coincidí con algún otro en categorías inferiores, pero en cuanto llegué a senior volví a trabajar con él. Llevo prácticamente toda la vida entrenando con Isma.

—**La final europea se escapó por muy poco. ¿Cómo la recuerdas ahora?**

—En el momento fue duro, claro, porque se nos escapó por nada. Pero si lo ves con perspectiva, hay que estar muy orgullosas del año que hicimos. No solo a nivel deportivo, sino también a nivel humano. La final, tanto en casa como en Islandia, fue muy sentimental para mí. El pabellón de Porriño estaba espectacular y el apoyo de la afición fue increíble. Me quedo con eso, con los mensajes y con todo lo que vivimos.



4 Ventos
Café Bar

☎ 986 830 070

📱 @4ventosbar

🌐 www.4ventosbar.es ✉ 4ventosbar@gmail.com

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

—**Ya a comienzos de 2026 llegó tu primera experiencia en el extranjero, en Rumanía.**

—Sí, estamos aún aterrizando. Es la primera vez que salgo de casa, de Galicia, y estoy adaptándome poco a poco.

—**¿Cómo es la vida allí en este primer mes?**

—Los horarios son muy diferentes, aquí todo es mucho más temprano. Estoy ubicándome con el idioma, que no es fácil, y adaptándome a la ciudad y a la liga. Poco a poco.

—**La Liga Rumana es una de las más potentes del mundo.**

—Sí, ahora mismo es una de las mejores ligas que hay. No podría compararla con la Liga Guerreras Iberdrola porque estoy muy orgullosa del producto de casa y creo que en España se hace un trabajo muy bueno, sobre todo técnicamente. Pero aquí es una liga muy potente.

—**¿Qué esperas de esta etapa?**

—Enriquecerme tanto deportivamente como a nivel personal. Es una experiencia que te da una perspectiva más amplia del mundo. Creo que puedo seguir creciendo aquí y eso es importante.

—**¿Qué fue lo que te convenció para dar el paso?**

—En Porriño se estaba viviendo una situación delicada a nivel laboral y al final uno también tiene que pensar en sí mismo y ser un poco egoísta. Vi que era lo mejor para mí en este momento y tomé la decisión.

—**Si te digo Selección Española.**

—Siempre hacéis esa pregunta (risas). La selección es algo muy positivo, estar entre las mejores jugadoras de España es un orgullo. Pero no depende

solo de mí. Yo trabajo cada día en mi club como si no hubiese un mañana, pero no puedo ponérmelo como objetivo porque no depende únicamente de mi rendimiento.

—**¿Y los Juegos Olímpicos?**

—Ojalá, claro.

—**Un mensaje para las niñas que están empezando ahora en Galicia.**

—Que disfruten mucho del proceso, que es muy importante. Y que trabajen. En el balonmano y en la vida hay que esforzarse y ponerse objetivos. A veces llegan y a veces no, pero hay que disfrutar del camino.

—**¿En qué punto está Galicia en el balonmano nacional?**

—Creo que Guardés y Porriño están haciendo una temporada fantástica y Galicia tiene que estar muy orgullosa del trabajo que se está haciendo. A nivel de formación también se están logrando resultados muy buenos en campeonatos de España, así que creo que se está trabajando bien.

—**Un sueño por cumplir.**

—Ahora mismo estoy viviendo uno, que es jugar en una de las mejores ligas del mundo. No sé qué deparará el futuro, si la selección o lo que venga, pero estoy orgullosa de lo que estoy consiguiendo y del trabajo que estoy haciendo.

—**¿Qué fue lo que más notaste del cambio a tu nuevo club?**

—El idioma, sin duda. Me cuesta enterarme de todo y soy una jugadora muy disciplinada a la que le gusta entender cada detalle. Pero mis compañeras me están ayudando mucho. Está también Paulina Bufo conmigo, así que poco a poco todo va encajando.

Electricidad VARELA



609 275 657



electricidad_varela



Electricidad Varela



info@eviluminacionled.es



- Iluminación LED
- Videoporteros
- Mantenimientos
- Ahorro energético
- Instalaciones
- Telefonillos
- Domótica
- Averías

📍 Rúa Antonio Palacios, 51, 36400 O Porriño, Pontevedra

Cumpleaños Pirata!!



MundoPirata
Park

Consúltanos y haz tus reservas! +34 678 476 457

Camiño de Veiguiña, Nave 8 | Alcabre - VIGO

*Entrega a domicilio
y Hostelería*

Servicio de cafetería

**C/ Carmen, 6
C/ Cesáreo González, 13
C/ Urzaiz, 193 (peatonal calvario)
VIGO**

www.quechurros.com

quechurros@quechurros.com

TF. PEDIDOS: 986 11 66 03

**Qué
Churros!**

**CHURROS
ARTESANALES**





Especialistas
en el cuidado
y lavado del
automóvil
Mecánica rápida

Compra y venta de
vehículos con garantía

📍 Travesía de Vigo, 105 Bajo • VIGO - PONTEVEDRA

☎ 986 137 576 - 665 058 633

Kia Ev3.

Mejor Coche del Año
en España 2026.



ABC
MEJOR COCHE DEL AÑO 2026



Rias Motor

Vigo • Pontevedra • Vilagarcía de Arousa • Lalin | 986 934 493

Descubre el
Kia EV3 en
blendio.es





ISMA MARTÍNEZ: "MOS FALTARON 15 SEGUNDOS PARA TOCAR LA GLORIA"

El técnico del BM Porriño analiza el año más brillante de la historia del club, la final europea que se escapó por segundos, el cambio de ciclo en la plantilla y su salida del banquillo al final de temporada.

El pasado curso 2024/2025 quedará grabado en la memoria del balonmano gallego. El Conservas Orbe Zandal BM Porriño compitió por todo: semi-final de Copa, lucha por los puestos altos en Liga y una final europea que se decidió en los últimos instantes. Isma Martínez, arquitecto del proyecto, repasa un curso histórico, la reconstrucción tras la marcha de piezas clave y su decisión de cerrar etapa al final de temporada.

—Isma, 2025 fue un año histórico para el Balonmano Porriño. ¿Qué balance haces?

—Es un año histórico, muy difícil de repetir. El único pero que le pongo es que no fuimos capaces de ganar alguna de las tres competiciones, pero ganar solo gana uno. Creo que hemos competido muy, muy bien y al final es un año histórico para el club.

—¿Cuál fue la clave para llevar al equipo casi a lo más alto?

—Trabajamos de manera muy profesional, tanto jugadoras como cuerpo técnico. Lo hicimos con una mentalidad orientada a ganar a cualquiera. En ningún partido dimos a nadie como favorito por delante nuestra. Esa mentalidad fue durísima y nos llevó a una semifinal de Copa que perdimos por un solo gol, muy cerca de pasar, y a una final europea en la que nos faltaron quince segundos para poder ganarla. La tuvimos muy cerca.

—¿Cómo se repuso el grupo después de aquella final?

—Fue nuestro último partido juntas. El grupo cambió mucho para esta temporada y aquella final fue nuestra despedida. Hubo un cambio grande en la plantilla y lo vivimos con tristeza, porque el grupo se lo merecía y el club también.



*Especialistas en venta e Instalación
de cortinas y ropa de hogar.*

CURRO (Pontevedra)

C/. Constitución (Caldas de Reyes)

986 71 32 26
986 54 05 20

info@gomezhogar.com

www.gomezhogar.com

Síguenos en



PREVIA CITA 986 331 156 | Enrique Peñador, 3 | 36400 O Porriño



—Este curso comenzó con movimientos importantes, incluso salidas en Navidad.

—Sí, cuando haces las cosas bien y trabajas para la mejora de las jugadoras, estas cosas pueden pasar. El grupo se está reponiendo y esperamos llegar al final de temporada siendo competitivas.

—Perder jugadoras importantes como Aitana no es sencillo.

—Es duro. Tienes que reponer, cambiar roles, buscar otras formas de atacar y de defender, y eso con la temporada empezada es complicado. Estamos en ese proceso y el grupo es admirable por cómo se está adaptando. Ahora mismo nos está costando sobre todo a nivel ofensivo.

—Sois quintas y con margen respecto a las perseguidoras. ¿Eso da tranquilidad?

—Estamos reformando día a día. Buscando soluciones. Nos ha cambiado todo, incluso los horarios de entrenamiento, porque ya no teníamos el número de profesionales necesarios para entrenar por las mañanas y pasamos a entrenar por la tarde. Ha habido muchos cambios y nos estamos adaptando. De eso se trata, de ser el mejor equipo que podamos ser.

—La cantera está sosteniendo el proyecto.

—Sin nuestra base no sería posible nada de esto. Nos hemos quedado con diez jugadoras de campo del primer equipo y si no fuera por el filial y por las juveniles no sería sostenible. Es cierto que ahora estamos en una generación en la que cuesta un poco más sacar jugadoras, pero son ciclos.

—La Liga Guerreras está igualadísima.

—Nuestros dos últimos partidos han sido empates, lo que demuestra lo ajustado que está todo. No sé en qué puesto podremos acabar. Ojalá lo más arriba posible. Es difícil mantener el quinto puesto, pero ojalá lo consigamos y en el playoff, a doble partido, intentar eliminar a cualquiera.

—Si hablamos de futuro, ¿por dónde pasa el Porriño?

—El club es lo más importante, esté quien esté. Su gente, sus socios, su masa social. El club tiene que seguir apostando por gente de Galicia y mantener su idea. Espero que siga siendo competitivo no solo la temporada que viene, sino todas las que vengan.

—También eres director técnico de la Federación Gallega en la rama femenina. ¿En qué punto está la base gallega?

—Venimos de un CESA maravilloso, fuimos segundas en el ranking general. El balonmano gallego tiene mucha vitalidad y está creciendo. En la rama femenina tenemos que dar un pasito más, estamos algo por detrás del nivel masculino, pero se está trabajando en ello. Ya somos potencia nacional, pero queremos acercarnos a Cataluña, que ahora mismo es dominante.

MEJOR ENTRENADOR

ENTRENADOR:

ISMAEL MARTÍNEZ GONZÁLEZ
20/01/1983
CANGAS DO MORRAZO (PONTEVEDRA)

CLUB ACTUAL:

CONSERVAS ORBE ZENDAL BM PORRIÑO

TRAYECTORIA:

BM PORRIÑO- ATLÉTICO NOVÁS- BM PORRIÑO

PALMARÉS

ORO EN EL CAMPEONATO DEL MUNDO UNIVERSITARIO

—¿El futuro está asegurado?

—Sí, se trabaja mucho, hay muchas licencias y espero ver pronto más jugadoras gallegas en Liga Guerreras.

—La afición es otro de los grandes pilares.

—Nuestro pueblo es histórico de balonmano. Lo del año pasado fue insuperable. No solo llenamos el pabellón, tuvimos que ampliarlo para los partidos europeos. Tenemos muchísima base y eso genera masa social. Es verdad que con una liga que se juega cualquier día de la semana es complicado, pero la gente siempre responde. Su apoyo es indescriptible.

—Un sueño por cumplir.

—Ganar algo. Hemos estado muy cerca: semifinales de Liga, semifinales de Copa, final europea... Nos falta ese pasito. Si pudiera ser con el Balonmano Porriño, mejor todavía.

—¿Y el futuro de Isma pasa por Porriño?

—No. Ya comuniqué que no seguiré la próxima temporada. Lo hice la semana pasada. El club quiere que siga ligado de alguna forma y valoraremos sentarnos en el futuro, pero de momento nuestros caminos se separan. Ojalá en un futuro vuelvan a juntarse porque la relación es inmejorable.

—Los lectores de Galicia Sport te han elegido mejor técnico gallego del año 2025.

—Me sorprendió mucho, sobre todo por el nivel de entrenadores que estaban en la votación. Muy agradecido, como siempre.



Avda. de Galicia, 13 Portal 3 Ofic. E | 36400 O PORRIÑO (Pontevedra)
Telf.: 986 33 82 90 | Fax: 986 34 43 87

BRUNO SAAVEDRA: EL NIÑO DE VITE YA ES UN CRACK MUNDIAL

El compostelano es una de las piezas más importantes del Liceo y selló su renovación hasta el año 2028.



MEJOR JUGADOR

JUGADOR

BRUNO SAAVEDRA RODRÍGUEZ
 17/05/2005
 SANTIAGO DE COMPOSTELA

CLUB ACTUAL:

HC LICEO

COMPETICIÓN:

OK LIGA

TRAYECTORIA

CH COMPOSTELA- CLUB AA DOMINICOS- HC LICEO

LOGROS MÁS RELEVANTES

CAMPEONATO DE ESPAÑA JUNIOR (CLUB AA DOMINICOS), CAMPEONATO DE EUROPA SUB 17 (SELECCIÓN ESPAÑOLA), MEDALLA DE BRONCE EN LOS WORLD ROLLER GAMES EN CATEGORÍA JUNIOR (SELECCIÓN ESPAÑOLA)

Bruno Saavedra ya es una de las grandes realidades del hockey sobre patines mundial. A sus 21 años, el jugador de Santiago de Compostela afronta su tercera temporada en el HC Liceo convertido en una de las piezas más importantes del equipo verdiblanco, capaz de decidir partidos con talento y personalidad sobre la pista.

Su extraordinaria progresión despertó el interés de algunos de los clubes más poderosos del panorama internacional, pero el jugador apostó por la continuidad y selló su renovación en A Coruña hasta junio de 2028, con el objetivo de conquistar títulos y seguir haciendo historia.

Formado en las categorías inferiores del CH Compostela, con los años dio

el salto al Dominicos, donde fue campeón de España junior y se consolidó en la OK Liga Plata. Su talento llamó la atención de Juan Copa, técnico liceísta, que impulsó su llegada al club verdiblanco pese a su juventud, convencido de su potencial para competir al máximo nivel.

Tras un primer curso marcado por las lesiones, en el que ya dejó muestras de su calidad, el pasado campeonato supuso su confirmación definitiva en la OK Liga. En la presente temporada, Bruno Saavedra ha dado un nuevo paso adelante y ya compite de tú a tú con los grandes referentes internacionales de un deporte en el que su nombre ya empieza a ocupar un lugar destacado.

PULPERÍA / RAXERÍA San Marcos

Disfruta del sabor del Pulpo y raxo auténticos

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

San Marcos

CONSULTA AQUÍ NUESTRA CARTA

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

Toño peluqueros

Centro de belleza unisex en Arca - O Pino

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

Mas de 20 años aconsejando a nuestros clientes sobre su imagen

663 07 17 87

981 51 12 25



GONZABA

CHULETON Y PEIXE
A BRASA
DESDE 1976

Madrid ☎ 913 779 767
C/ Hermosilla 103.



Santiago • ☎ 981 59 48 74

Reserva tu mesa
carta@asadorgonzaba.com

A Coruña
☎ 981 26 19 16



EL ARTE PACIENTE DE CONSTRUIR CAMPEONES

Juan Copa ha diseñado equipos desde el trabajo y la convicción, marcando una era en el Liceo.



En el hockey sobre patines hay entrenadores que dirigen equipos y otros que construyen algo mucho más profundo: una identidad, una forma de competir y una manera de entender el deporte. Ese es el caso de Juan Copa, uno de los referentes mundiales del banquillo y alma del actual HC Liceo. El técnico coruñés se ganó su oportunidad desde abajo, a través de un trabajo exquisito en la cantera liceísta y en proyectos que brillaron con fuerza como el Cee o el Club Patín Cerceda, donde ya dejó huella por su capacidad para construir equipos y hacer crecer jugadores. Su camino siempre estuvo marcado por la convicción, el esfuerzo y una visión muy clara del juego. En 2017 asumió definitivamente el mando del primer equipo verdiblanco tras la retirada de Carlos Gil, el entrenador más laureado en la historia del club. El reto era mayúsculo, pero Juan Copa fue levantando su propio legado con liderazgo y una idea de juego reconocible, convirtiendo al Liceo en un equipo competitivo y ganador casi cada temporada.

Con él regresaron los grandes éxitos: la Liga, la Copa y dos Supercopas devolvieron al conjunto coruñés a la élite europea. Hoy el gran sueño es la WSE Champions League, un desafío que el equipo afronta con ambición mientras lidera la OK Liga y compite sin complejos ante cualquier potencia del continente. Más allá de los títulos, su mayor logro ha sido construir un proyecto con identidad y orgullo propio, siendo profeta en su tierra, algo tan difícil en el deporte. Juan Copa continúa escribiendo una historia que trasciende resultados y que ya forma parte del legado del hockey sobre patines mundial.

MEJOR ENTRENADOR

ENTRENADOR:	JUAN CARLOS COPA QUIROGA 24/08/1970 A CORUÑA
CLUB ACTUAL:	HC LICEO
COMPETICIÓN	OK LIGA
TRAYECTORIA:	HC LICEO "B" - CEE - HC LICEO "B" - HC LICEO - HC LICEO "B" - CP CERCEDA - HC LICEO
PALMARÉS	CAMPEÓN DE LA OK LIGA PLATA CON EL LICEO "B" (TEMPORADA 2008/2009). ASCENSO A OK LIGA CON EL CP CERCEDA (TEMPORADA 2012/2013). CAMPEÓN DE LA OK LIGA (HC LICEO, TEMPORADADA 2021/2022). CAMPEÓN DE LA COPA DEL REY (HC LICEO, TEMPORADA 2020/2021). 2 VECES CAMPEÓN DE LA SUPERCOPA DE ESPAÑA (HC LICEO, TEMPORADAS 2018/2019 Y 2021/2022)



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

GANADERÍA **XESTEIRO** “O PATAS”

**COMPRA - VENTA
DE ANIMALES**



**Telf.: 649 168 858
Lingueirón - Zas (A Coruña)**

MARÍA SANJURJO: LA FUERZA DE UNA REFERENTE

La coruñesa amplió su palmarés en 2025, tras ganar el Campeonato de Europa y la Supercopa de España.



MEJOR JUGADORA

JUGADORA	MARÍA SANJURJO RIQUELME 21/08/2000 A CORUÑA
INTERNACIONAL:	SELECCIÓN ESPAÑOLA
CLUB ACTUAL:	CLUB PATÍN FRAGA
INICIOS EN EL HOCKEY:	DOMINICOS. PASANDO MUY PRONTO A LA CANTERA DEL HC LICEO.
TRAYECTORIA SENIOR:	HC LICEO- TELECABLE GIJÓN- HC LICEO- CP FRAGA
PALMARÉS	- 2 CAMPEONATOS DEL MUNDO CON LA SELECCIÓN ESPAÑOLA - CAMPEONATO DE EUROPA CON LA SELECCIÓN ESPAÑOLA - COPA DE LA REINA CON TELECABLE GIJÓN. - WSE CHAMPIONS LEAGUE CON CP FRAGA - SUPERCOPA DE ESPAÑA CON CP FRAGA

Como quien conoce el mar y nunca teme la marejada, María Sanjurjo compete siempre con rumbo firme hacia la victoria. Convertida en la gran referencia del hockey gallego y en una de las figuras más destacadas del panorama nacional, su trayectoria está marcada por el éxito y la ambición constante.

Con la Selección Española lo ha ganado todo, sumando el pasado verano un Campeonato de Europa en el que volvió a ser pieza determinante. Su liderazgo y su capacidad competitiva la mantienen como una de las juga-

doras clave del combinado nacional en cada gran cita internacional.

El curso 2025/2026 comenzó también con éxito a nivel de clubes, al conquistar con el CP Fraga la Supercopa de España, primer paso de una temporada en la que el equipo aragonés aspira a todo. María Sanjurjo continúa así ampliando su legado, guiando a sus compañeras en la búsqueda de nuevos títulos y manteniendo vivo el desafío de seguir haciendo historia sobre la pista.



El Hórreo

RESTAURANTE

CAFÉ - BAR

Gran Vía, 169
15100 Carballo
A Coruña

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



KING'S ROAD SW3

SCHOOL OF ENGLISH

¡¡¡APRENDE INGLÉS!!!

- PROFESORA NATIVA
- CLASES ONLINE
- CLASES EN GRUPOS REDUCIDOS
- CLASES PERSONALIZADAS
- TODOS LOS NIVELES Y EDADES
- PREPARACIÓN PARA TODOS LOS EXÁMENES OFICIALES
- TRADUCCIONES

C/ Monasterio de Caaveiro n.º 38, bajo, 15010 A Coruña
Tlf.: 981 908 308 • 622 548 273
info@kingsroadschoolofenglish.com • www.kingsroadschoolofenglish.com



Nuestra más sincera enhorabuena al equipo de balonmano femenino Conservas Orbe Rubensa por este premio tan merecido y, en especial, a su jugadora Aitana Santomé y a su entrenador Ismael Martínez.

Felicitaciones también al resto de galardonados y a todos los nominados de esta segunda edición que dan buena prueba de que el deporte gallego está al más alto nivel.

CONSERVAS ORBE SA
www.orbesa.com



ADRIÁN PIRATA, EL GOL QUE CONQUISTÓ LA ÉLITE

Tras liderar la permanencia del Noia Portus Apostoli, el jugador gallego fichó por Movistar Inter y se consolidó como uno de los nombres del fútbol sala español.



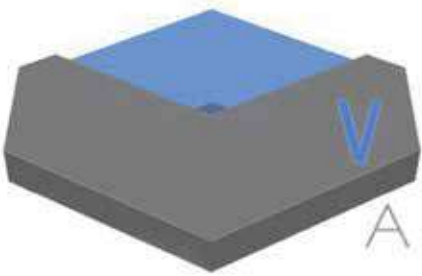
MEJOR JUGADOR	
JUGADOR	ADRIÁN PIRATA 05/02/2000 LUGO
CLUB ACTUAL:	MOVISTAR INTER
DEMARCACIÓN:	PÍVOT
TRAYECTORIA:	PRONE LUGO SANTIAGO FUTSAL NOIA PORTUS APOSTOLI MOVISTAR INTER
DATO DE INTERÉS	INTERNACIONAL CON LA SELECCIÓN ESPAÑOLA EN CATEGORÍA SUB 19
PALMARÉS	EUROCOPA SUB 19 CON LA SELECCIÓN ESPAÑOLA (2019) LIGA DE SEGUNDA DIVISIÓN Y ASCENSO CON EL NOIA PORTUS APOSTOLI (2022) 2 COPAS XUNTA (2022 Y 2023)

El gol tiene nombre propio en el fútbol sala gallego y ese es el de Adrián “Pirata”. El 2025 confirmó su explosión definitiva en la élite, primero como pieza clave del Noia Portus Apostoli y después dando el salto a uno de los grandes del panorama nacional.

El atacante fue protagonista de una permanencia histórica del conjunto noiés, lograda en el mes de mayo tras una remontada memorable que aseguró la continuidad del equipo en la máxima categoría. Su rendimiento durante la temporada volvió a ser determinante, manteniendo una eficacia goleadora que ya venía marcando diferencias en campañas anteriores.

SALTO A UN GRANDE

Casi al mismo tiempo que el Noia celebraba la permanencia, se anunciaba su fichaje por el Movistar Inter, uno de los clubes más potentes del fútbol sala español. Sus 42 goles en las dos últimas temporadas con el conjunto gallego no pasaron desapercibidos para los grandes equipos del país, y finalmente fue el club madrileño quien logró hacerse con sus servicios. Con solo 25 años, Pirata se ha convertido en una de las piezas importantes del equipo interista y afronta una nueva etapa en su carrera con el objetivo de seguir creciendo en la élite. Ser habitual en la Selección Española aparece ahora como el siguiente desafío para un jugador humilde, pero con instinto goleador y ambición de protagonista.



VÁZQUEZ
ASESORES

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

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

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





VS.



TE CUIDES COMO TE CUIDES

TE SABRÁ IGUAL DE BIEN

Calvo® ligero

EL SABOR DE SIEMPRE, CON LA MITAD DE GRASA



50% menos de materia grasa con respecto a 100 g de producto neto escurrido de atún claro en aceite de girasol (y en aceite de oliva) standard de Calvo.
Combina actividad física con alimentación variada y equilibrada www.habitosdevidasaludables.com. Un menor consumo de grasas saturadas contribuye a mantener niveles normales de colesterol.



"EL ÉXITO DE PEÑÍSCOLA ESTÁ EN SABER ADAPTARSE A SUS RECURSOS"

Santi Valladares repasa el histórico 2025 del Peñíscola, su trayectoria en el fútbol sala, el presente del deporte en Galicia y su visión sobre el futuro del banquillo.

Santi Valladares vive uno de los momentos más destacados de su carrera deportiva al frente del Peñíscola FS, tras un 2025 histórico para el club castellonense. El técnico gallego analiza la evolución de la entidad, repasa su trayectoria como jugador y entrenador, reflexiona sobre la situación del fútbol sala español y gallego y habla también de su futuro profesional.

- Santi, son cinco temporadas ya en Peñíscola y las cosas no pueden ir mejor, especialmente tras un 2025 inolvidable.

- Sí, como bien dices, 2025 es un año difícilmente repetible aquí en Peñíscola. Participamos en la Final Four de la Copa del Rey por tercer año consecutivo, fuimos campeones de la liga regular —que no te da ningún título, pero es algo muy difícil para un club como el nuestro— y después ganamos la Copa de España, que fue la guinda. Fue una temporada en la que se alinearon todos los astros, porque conseguir todo eso es muy complicado para una entidad más modesta.

- ¿Cómo es el Peñíscola como club y cuál ha sido la clave de su éxito?

- Peñíscola lleva ya 25 años de existencia y yo estoy aquí desde hace cinco temporadas. Lo que tiene el club es una junta directiva y una dirección deportiva tremendamente estables, que saben manejar el club tanto a nivel deportivo como económico. Eso es determinante. La clave del éxito es precisamente esa buena gestión y el saber adaptarse a la capacidad financiera que tiene el club. Por eso un equipo de un pueblo pequeño puede mantenerse tantos años en la élite.

- Liderar la fase regular es impresionante, exige ser el mejor durante toda la temporada, compitiendo con Barça, Inter o ElPozo, que tienen presupuestos monstruosos.

- Sí, eso es innegable. Somos uno de los presupuestos más bajos de Primera División. Ser campeón de la liga regular no da un título, pero es muy complicado quedar por encima de auténticos transatlánticos como esos. Para nosotros es un éxito enorme.

- Llegó la temporada 2025-2026 y cambios en la plantilla. Lógicamente cambiaron los objetivos.

Los objetivos siempre son los mismos: lograr la permanencia y, si podemos, meternos en alguna competición importante. Es cierto que el equipo es dife-

rente al del año pasado. Se fueron piezas muy importantes a clubes de primer nivel como Barça o Inter, jugadores muy determinantes. El año pasado se dieron muchos condicionantes para que la temporada fuese como fue.

- Santi, ¿cómo comienza tu relación con el fútbol sala y de dónde nace tu pasión por este deporte?

- Yo jugué al fútbol toda mi vida. Con 18 años jugaba en el Flavia de Padrón y, cuando empecé la universidad, ir a entrenar se me complicaba. Entonces mis antiguos profesores del colegio me propusieron jugar al fútbol sala allí en Santiago.

Eso fue hace más de 40 años. Empecé en la liga de la Agrupación de Veteranos y después pasé al Prensa Nacional, un equipo con jugadores de gran nivel. Más tarde fiché por el Chaston de A Coruña, que en aquel momento era el mejor equipo de España. Jugué también con la Selección Española en el Mundial de Holanda y con la Selección Gallega.

Posteriormente me dediqué profesionalmente a dar clases de química, que era lo que había estudiado, hasta que Venancio López y Tomás de Dios me llamaron para el proyecto del Lobelle. Ahí empecé como entrenador, con unos 40 años, y desde entonces hasta hoy.

- Formaste parte de clubes históricos del fútbol sala gallego como el Chastón o el Lobelle, hoy desaparecidos.

- Sí jugué en el Lobelle cuando José Antonio Lobelle trasladó el equipo de Chantada a Santiago. Mirando a lo del Chaston, cuando tienes 21 años y te llama el Chastón de A Coruña es como si te fichara el Barça o el Inter. Fue un lujo jugar allí, aunque solo estuve una temporada. Jugábamos en el Palacio de los Deportes de Riazor y fue una experiencia inolvidable.

- También viviste éxitos en Santiago, como técnico en el Lobelle.

- Sí, como técnico auxiliar con Pulpis ganamos la Recopa de Europa. Con Tomás de Dios, también como segundo entrenador, ganamos la Supercopa de España y la Copa Galicia. Después, como primer entrenador, logramos tres o cuatro Copas Galicia consecutivas.

- Tu hijo también sigue vinculado de alguna manera al fútbol sala de Santiago con ese nuevo Composala.

- Sí, aunque es un proyecto de un grupo de amigos. Actualmente entrena al Stellae Leis. Siempre le gustó entrenar, estudió INEF y tiene los cursos de en-

trenador de fútbol sala. Lleva tres años allí y los resultados están siendo muy buenos: el primer año se metió en el play-off, el segundo fue campeón de liga y ahora mismo va líder en Segunda B. Es muy metódico y disciplinado.

- **Mirando a la temporada actual, parece que los grandes vuelven a dominar la competición.**

- Siempre ocurre. Cuando los equipos pequeños destacan, los grandes fichan a sus mejores jugadores. Aun así, cada año aparece algún club que se mete arriba. El año pasado fuimos nosotros, este año Manzanares. Pero equipos como Palma, El Pozo, Barça, Jaén o Inter suelen estar entre los ocho primeros por presupuesto y potencial.

- **El fútbol sala español vuelve a ser campeón de Europa tras varios años sin títulos.**

- Siempre es importante tener esa referencia de la selección. El trabajo de los clubes es fundamental para que después la selección rinda a nivel europeo y mundial. Tenemos grandes jugadores. Pasamos una época menos fructífera, pero parece que volvemos a estar en la élite.

- **¿Te imaginas algún día como seleccionador nacional?**

- No, sinceramente no. Ahora mismo me imagino dentro de poco en mi casa, disfrutando de mi familia, mis amigos y mi nieto.

- **¿Y retirarte entrenando en Galicia?**

- No lo creo. Cuando deje Peñíscola, a nivel profesional se acabará mi carrera. La edad no perdona y hay que dejar paso a la gente joven.

- **¿Cómo ves el nivel actual del fútbol sala gallego?**

- Parece que volvemos a levantar la cabeza con proyectos como O Parrulo o Noia, que están haciendo un gran trabajo. Hubo una época con Burela, Azkar

MEJOR ENTRENADOR

ENTRENADOR:	SANTI VALLADARES (15/07/1963, PADRÓN)
CLUB ACTUAL:	SERVIGROUP PEÑÍSCOLA FS
TRAYECTORIA:	LOBELLE - SANTIAGO FUTSAL - AFRICA CEUTÍ - PEÑÍSCOLA FS
TÍTULOS EN 2025	CAMPEÓN DE LA COPA DE ESPAÑA

y Lobelle en la élite, luego hubo un vacío, pero ahora los proyectos vuelven a ser prometedores. Ojalá el fútbol sala gallego vuelva a ser el referente que fue.

- **¿Y el trabajo de base?**

- Es fundamental. Galicia lleva tiempo sin títulos en selecciones, pero se está trabajando mejor en las canteras. Noia y O Parrulo están apostando fuerte por la formación, consiguiendo éxitos en categorías inferiores. Ese es el camino.

- **Para terminar, un mensaje para la afición gallega, que tan pendiente está de ti siempre y de tus equipos.**

- Galicia debe estar pendiente de sus equipos gallegos. Pero también agradezco que la gente se acuerde de quienes estamos fuera, no solo de mí, sino de otros entrenadores gallegos como Pulpis o Morenín. Eso demuestra que en Galicia siempre hubo una buena cantera de entrenadores de fútbol sala.



Mermeladas de Pemento de Herbón
DULCE o PICANTE

Unha pica e outra non

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

Proba os auténticos e orixinais






T. 981 811 318
www.lospimientosdepadron.com

DEL MUNDIAL A LA PELEA POR EL TÍTULO

Martita, referente del Poio Pescamar y mejor jugadora 2025 para los lectores de Galicia Sport, repasa un año histórico con la Selección y el salto competitivo del conjunto rojillo.

Ser elegida por los lectores como mejor jugadora del año no es un reconocimiento cualquiera. Es el premio que nace de la grada, del seguimiento constante y del respeto ganado en la pista. Marta López-Pardo “Martita”, jugadora del Poio Pescamar y de la Selección Española de fútbol sala, ha sido designada Mejor Jugadora 2025 por los lectores de Galicia Sport, tras un año marcado por el nacimiento histórico del Mundial femenino y por el crecimiento constante de su club.

El Poio cerró el curso 2024/2025 en séptima posición, compitiendo hasta el final y manteniendo su identidad de equipo incómodo. Esta temporada vuelve a estar en plena pelea por el play off por el título —reservado a los cuatro primeros clasificados— y logró meterse en la fase final de la Copa de la Reina tras eliminar en octavos a todo un Futsi Navacarnero.

Con todo ello sobre la mesa, toca leer a la protagonista.

Marta, has sido elegida Mejor Jugadora del Año 2025 por los lectores de Galicia Sport. ¿Qué significa para ti que este reconocimiento venga directamente del público?

La verdad que cuando vi que estaba entre las tres nominadas no me esperaba ser yo la elegida. Así que agradezco mucho a la gente que me haya votado, me ha hecho mucha ilusión.

¿Sientes que 2025 ha sido tu año más completo hasta ahora.

Creo que cada temporada que pasa voy aprendiendo y creciendo mucho como jugadora. 2025 ha sido un año que ha terminado bastante bien con la participación en el Mundial de Filipinas y el buen rendimiento de mi equipo en la liga y clasificación para la final a ocho de la Copa de la Reina.

Cuando miras atrás y ves tu evolución, ¿qué ha cambiado en tu juego en los últimos años?

Como he dicho antes creo que soy una jugadora que está en continuo aprendizaje y que tengo la suerte de haber trabajado con entrenadores y entrenadoras que me han ayudado a crecer mucho. Quizá destacaría mi mayor participación en la faceta ofensiva del juego y carácter y contundencia defensiva.



EL MUNDIAL CON LA SELECCIÓN

2025 quedará marcado por el Mundial. ¿Cómo viviste aquella experiencia desde dentro?

Ha sido una experiencia que ha significado mucho para mí. Era algo con lo que soñaba pero que todavía veía lejano. Me siento muy privilegiada de haber vivido esa competición desde dentro, fue algo muy especial y que viví con mucha intensidad.

¿Qué aprendizaje te llevas de competir en un escenario internacional de ese nivel?

El haber participado en una competición de este nivel me da un punto de experiencia de cara a futuras situaciones que pueda vivir en el equipo y ojalá

MESÓN SOBRADO
SABOR de BRASIL
Parrillada de Churrasco - Secreto Ibérico
Especialidad en Picanha - Menús
Cocina Casera - Comida para llevar
Servicio a Domicilio
Europa, 19. 15007 A Coruña.
981 236 302 - 626 671 292

Cocina De La Casa
¿Quieres Visitarnos?
Reservas: 986 770 696 info@casalaura.es
Rúa Beiramar, 35 - 36995 - Campelo, Pontevedra



piscis
limpiezas
Limpieza industrial, de obras y de locales comerciales
C/ José Echegaray, 7 Bajo • 15006 A Coruña • T: 981 28 67 94 / 665 636 191



con la Selección nuevamente. Además del nivel competitivo que hay en cualquier partido, todas las jugadoras estábamos allí con el objetivo de llevarnos el oro, es un juego que se lleva mucho más al límite que en los partidos de liga normal en España.

¿Hay algún momento concreto del torneo que tengas grabado?

Son muchos momentos especiales los que viví allí, pero me quedaría con la sensación que tuve al salir a la pista en el primer partido.

¿Crees que este Mundial supone un punto de inflexión para el fútbol sala femenino?

Creo que sí, se pudo ver que incluso en un país en el que no hay mucha tradición de fútbol sala hubo pabellones llenos y mucho seguimiento y apoyo. Cuando se nos da la oportunidad siempre respondemos positivamente. Además creo que servirá de impulso y motivación para las niñas de categorías inferiores.

POIO PESCAMAR: PRESENTE COMPETITIVO

El equipo terminó séptimo en la 2024/2025, pero compitiendo hasta el final. ¿Qué balance haces de aquel curso?

Para mí lo que define esa temporada y el motivo por el cual no conseguimos estar entre los cuatro primeros equipos fue la irregularidad a nivel de resultados.

Esta temporada estáis en plena pelea por el play off por el título. ¿Qué ha cambiado en el equipo?, ¿os sentís preparadas para dar el salto definitivo y meteros entre las cuatro primeras?

Para mí dos aspectos importantes que han mejorado de la pasada temporada a esta han sido el mayor número de jugadoras en la plantilla y la mejor preparación física. Además de un mejor juego y rendimiento como equipo. Nos veo muy preparadas para estar entre los cuatro primeros equipos y pelear por llevarnos el título.

Eliminasteis al Futsi Navalcarnero en la Copa de la Reina. ¿Fue uno de los partidos más importantes del año?

Considero que todos los partidos son importantes, pero es verdad que era un partido de "vida o muerte", no había margen de error, ya que perder suponía quedarnos fuera, así que podría decirse que sí.

Poio lleva años "dando guerra". ¿Cuál es la identidad real de este equipo?

Somos un equipo que no regala nada, muy trabajado y disciplinado, siempre con el objetivo de luchar por conseguir algún título, cada vez estamos más cerca de lograrlo.



AMBICIÓN Y FUTURO

A nivel personal, ¿qué objetivos te marcas para lo que queda de temporada?

Mi objetivo principal es dar todo de mí para seguir ayudando al equipo. Además de acabar entre las cuatro primeras la liga regular para optar a ganar el título y llegar lo más lejos posible en la Copa de la Reina.

¿Te ves muchos años más en Poio?

Me siento muy cómoda en Poio, me he adaptado muy bien a la vida aquí. El club siempre me ha tratado muy bien, para mí es un equipo muy completo y profesional.

¿Qué le dirías a las niñas gallegas que hoy sueñan con llegar a la Selección?

Que trabajen y se esfuercen, que las cosas no se regalan. Pero que esto incluya también disfrutar del deporte que hacemos.

Ya para finalizar, ¿dónde está el techo de Martita?

Bueno para mí es algo difícil de saber, creo que soy una jugadora muy ambiciosa que siempre quiere más y que entreno cada día para dar mi mejor versión. Todo los retos, tanto a nivel individual como colectivo, los afronto de manera positiva y con ganas.

MenuL@n®

SOFTWARE PARA HOSTELERÍA

Landín®
SOFTWARE

www.landin.es landin@landin.es 986 858 858

ADRIÁN BEN, SIEMPRE ENTRE LOS MEJORES

Alcanzó la final del Mundial en los 1500 metros y confirmó su gran adaptación a la distancia.



MEJOR ATLETA MASCULINO	
DEPORTISTA	ADRIÁN BEN MONTENEGRO 04/08/1998 VIVEIRO (LUGO)
DEPORTE	ATLETISMO
ESPECIALIDAD	MEDIOFONDO
CLUB	C.A ADIDAS
PALMARÉS	ORO EN EL CAMPEONATO DE EUROPA DE PISTA CUBIERTA EN LA PRUEBA DE LOS 800 M LISOS. (ESTAMBUL 2023). BRONCE EN EL CAMPEONATO EUROPEO SUB 20 EN LA PRUEBA DE LOS 1500 M LISOS (GROSSETO 2017)

La constancia y la capacidad de superación definen la trayectoria de Adrián Ben, que en 2025 volvió a firmar un año brillante demostrando que también en los 1.500 metros está llamado a hacer historia. El mediofondista gallego logró clasificarse para la final del Campeonato del Mundo de Tokio, donde terminó octavo del mundo en su debut en esta distancia, confirmando su competitividad al más alto nivel. Para el atleta de Viveiro se trataba de su tercera final mundialista, tras las

disputadas anteriormente en los 800 metros en Doha y Budapest. Su adaptación a una nueva prueba y su capacidad para mantenerse entre la élite internacional evidencian su ambición y su constante evolución deportiva. Con la mirada puesta en los grandes retos del futuro, entre ellos los Juegos Olímpicos de 2028, Adrián Ben continúa ampliando horizontes dentro del atletismo mundial, consolidándose como uno de los referentes del mediofondo español y gallego.



ABUIN L.B.
Construcción · Restauración · Reformas
Colocación de Pizarra y Piedra Natural

 **648 187 787**

 San Vicente de Pías (LUGO)
 construabuin@telefonica.net



Óptica Mais Qollos

Avda. Finisterre, 46-50 Bajo - 15145 A Laracha (A CORUÑA)
Teléfonos: 981 61 28 45 - 655 931 567
Mail: info@opticamaisqollos.com - Web: www.opticamaisqollos.com



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

Teléfonos:
981 73 43 92 - 610 506 909

DC DÍAZ CANAL

Ramón Díaz Díaz

- ★ Canalón aluminio lacado continuo desarrollos 300/380
- ★ Mantenimiento y limpieza
- ★ Fachadas ventiladas
- ★ Panel sandwich
- ★ Aspiración centralizada

Presupuestos sin compromiso

C/ Pintor López Guntín, 8-5º C
27004 Lugo

📞 **680 50 66 18**



Dietética y Nutrición Guisasaola Toral

CARLOTA GUIASOLA TORAL

Centro de dietética y nutrición

📞 **982 888 507**

📞 **659 801 282**

Avda. de Ferrol, 23 Entl. Loc. 18 - 27850 - Viveiro (Lugo)

Azúmara



CENTRO DE DÍA

TRABALLAMOS POLA INTEGRACIÓN DOS MAIORES NA UNIDADE FAMILIAR EVITANDO O DETERIORO DA CONVIVENCIA

Horarios
abiertos e
servizo de
transportes

Atención
individualizada:
asistencia
psicolóxica

Estimulación
cognitiva e
motora

Actividades de
vida diaria
dirixida por unha
terapeuta
ocupacional

Estimulación
sensorial e
alimentación
supervisada por
nutricionista

Rúa San Eufrasio, 7 - Baixo · 27004 LUGO (xunto á estación do tren) Tel: 660 56 38 35 · Tel/Fax: 982 26 50 71

ALPO

EXCAVACIONES Y DEMOLICIONES



Móvil: 609 392 114

e-mail: peninsularesalpo@gmail.com

C/ Matodoso, 30 · 27282 - Castro de Rei (Lugo)

Demoliciones mecánicas
Excavaciones
Compra de forestales
Transportes especiales



Amiño

HIGIENE INDUSTRIAL

HOSTELERÍA - COLECTIVIDADES - LAVANDERÍAS - AUTOMOCIÓN

EXCLUSIVAS REIJA, S.L.U
CTRA. GENERAL, 7 - 27393
LAXOSA (LUGO)
982 300 001 / 982 300 969

ANA PELETEIRO CONTINÚA VOLANDO MUY ALTO

La atleta ribeirense brilló en 2025 con un nuevo título europeo y otra medalla de bronce mundial.



MEJOR ATLETA FEMENINA

DEPORTISTA

ANA PELETEIRO-CAMPAORÉ BRIÓN
02/12/1995
RIBEIRA (A CORUÑA)

DEPORTE::

ATLETISMO

ESPECIALIDAD

TRIPLE SALTO

CLUB

C.A ADIDAS

PALMARÉS

BRONCE OLÍMPICO (TOKIO 2021). ORO EN EL CAMPEONATO DE EUROPA (ROMA 2024). DOS OROS EN EL CAMPEONATO DE EUROPA EN PISTA CUBIERTA (GLASGOW 2019 Y APELDOORN 2025). TRES BRONCES EN EL MUNDIAL EN PISTA CUBIERTA (BIRMINGHAM 2018, GLASGOW 2024 Y NANJING 2025). BROCE EN EL CAMPEONATO DE EUROPA (BERLÍN 2018)

Cuando llega el momento de competir, Ana Peleteiro siempre responde con la grandeza de las elegidas. La atleta gallega protagonizó en 2025 una temporada memorable, reafirmando su condición de referente del atletismo internacional y consolidando su lugar entre las grandes figuras del triple salto mundial.

El punto culminante del año llegó en el Campeonato de Europa en pista cubierta disputado en Apeldoorn, donde se proclamó campeona continental con una actuación sobresaliente que confirmó su dominio en la especialidad

tras un salto de 14,37 metros. Tan solo unos días después, volvió a demostrar su competitividad en el Campeonato del Mundo en pista cubierta de Nanjing, donde conquistó la medalla de bronce frente a las mejores especialistas del planeta, esta vez con un salto de 14,29.

Con talento, ambición y una regularidad extraordinaria en la élite, Ana Peleteiro continúa ampliando su legado en el atletismo mundial, representando al deporte gallego y español en lo más alto y manteniendo intacto su estilo aguerrido y su espíritu de superación en cada salto.



hispano's grill

"La tradición de las carnes asadas a fuego lento".



14€ Menú
de Lunes a Viernes
(Tenemos una carta)

hispanosgrill.com
[@hispanos_grill](https://www.instagram.com/hispanos_grill)
659 618 873
Altamira, 138
15181 - Cambre
Frente al Outlet del Corte Ingles



☎ 981 560 524

restaurante - marisquería

SEXTO II

www.restaurantesexto.com



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

✉ sextodos@hotmail.com

📍 **Rua Raiña, 23 (El Franco),
Santiago de Compostela, 15705 , (A Coruña)**

MARTÍN DE LA PUENTE: EL AÑO DE LA CONSAGRACIÓN

El tenista gallego firmó un 2025 histórico con el título de Wimbledon y el Masters de final de temporada.



MEJOR DEPORTISTA MASCULINO	
DEPORTISTA:	MARTÍN DE LA PUENTE 22/06/1999 VIGO
DEPORTE:	TENIS
MODALIDAD	TENIS EN SILLA
RANKING MUNDIALACTUAL	NÚMERO 3 EN INDIVIDUALES Y NÚMERO 4 EN DOBLES
PALMARÉS MÁS DESTACADO:	US OPEN (2022) WIMBLEDÓN (2025) 3 TORNEOS DE MAESTRO (2022, 2024 Y 2025) BRONCE OLÍMPICO (PARÍS 2024)

Hay temporadas que marcan un antes y un después en la carrera de un deportista, y 2025 fue precisamente eso para Martín de la Puente. El tenista vigués completó un curso extraordinario en el circuito internacional, dominando las grandes citas y confirmando su condición de referencia mundial en el tenis en silla de ruedas.

El punto culminante del año llegó sobre la hierba de Wimbledon, donde conquistó el título de dobles junto al neerlandés Ruben Spaargaren, sumando su segundo Grand Slam y firmando además una brillante actuación en individual, alcanzando las semifinales. Su ambición competitiva también

quedó patente en Roland Garros, donde también se situó entre los mejores. La temporada tuvo su broche perfecto en el ITF Wheelchair Tennis Masters, el torneo que reúne a los mejores del año, donde volvió a proclamarse campeón en dobles, confirmando su dominio en la especialidad y su regularidad en la élite mundial.

A sus 26 años, Martín de la Puente cerró así un año histórico, reafirmando su crecimiento constante y consolidando un legado que lo sitúa entre las grandes figuras del deporte paralímpico internacional, con el reto de seguir ampliando su palmarés en las próximas temporadas.



**KIOSCO
LOLITA**





LOTERÍAS
Y APUESTAS DEL ESTADO



InPost
Todo lo que pides y más
PUNTO PACK

**REVISTAS
FOTOCOPIAS
LOTERÍAS**

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



Arzobispo Lago, 17 - bajo
Telf.: 986 50 29 94
36600 Vilagarcía de Arousa



ANSEDE

CAFETERÍA

Mosteiro - Meis





Eurotrans 2000

S. COOP. GALEGA

SERVICIOS

- MUDANZAS
- GUARDERÍA
- TRASTEROS
- ALMACENAJE

**RECOGEMOS SUS MERCANCÍAS,
LAS GUARDAMOS Y SE LAS
ENTREGAMOS EN EL PUNTO
DE ENTREGA QUE SOLICITE.**

Coutada nova, 22 | VIGO (Pontevedra)

TELÉFONO: 986 333 158 - 646 485 284 - 646 485 285

TRANSPORTES

ALMACENAJES SERVICIOS



**Olivica Paqueteria
S.L.**



Avda. de Castrelos, 7 Bajo | 36210 VIGO (Pontevedra)



646 485 284/85



eurotrans2000@gmx.es

SUSANA RODRÍGUEZ GACIO: EL DOMINIO DE UNA LEYENDA

La triatleta gallega firmó un 2025 extraordinario con el título mundial y europeo de paratriatlón, reafirmando su hegemonía internacional.



MEJOR DEPORTISTA FEMENINA

DEPORTISTA:	SUSANA RODRÍGUEZ GACIO 04/03/1988 VIGO (PONTEVEDRA)
DEPORTE:	TRIATLÓN
MODALIDAD	TRIATLÓN ADAPTADO
PALMARÉS MÁS DESTACADO:	7 CAMPEONATOS DEL MUNDO 6 CAMPEONATOS DE EUROPA 2 OROS PARALÍMPICOS 3 PLATAS EN CAMPEONATO DEL MUNDO 2 PLATAS EN CAMPEONATO DE EUROPA 2 BRONCES EN CAMPEONATO DEL MUNDO 2 BRONCES EN CAMPEONATO DE EUROPA

El 2025 volvió a tener un nombre propio en el paratriatlón mundial: Susana Rodríguez Gacio. La deportista gallega protagonizó otra temporada sobresaliente, ampliando su impresionante palmarés y consolidando su liderazgo en la élite internacional con una autoridad incontestable.

El gran momento del año llegó en el Campeonato del Mundo disputado en Wollongong (Australia), donde se proclamó campeona del mundo en la categoría PTVI junto a su guía Sara Pérez, sumando un nuevo éxito

a una trayectoria ya histórica. Meses antes, también había conquistado el Campeonato de Europa en Besançon, confirmando su dominio en el panorama continental.

Su regularidad a lo largo del curso y su capacidad para rendir siempre al máximo nivel la mantuvieron como gran referencia del circuito internacional. Con cada victoria, Susana Rodríguez Gacio continúa agrandando su legado y situando al deporte gallego entre los grandes protagonistas del panorama mundial.



ABEDent
Clínica dental

**“Como sanitarios que somos
lo más importante es la salud”**

Dr. Juan José Fernández Varela

C-36-003499

Ctra. Valladares, 465

698 124 447 / 886 112 609

valladares@abedent.es

Platos

Le Monde

Lounge Bar



París

Buenos Aires



Berlín



Londres



Pekín



Roma



Lisboa

Sugerencias: Zamburiñas, Gigalas, Langostinos, Entrecot, Chuleta de ternera, Solomillo, Picaña y Tapas variadas



986 436 898 | 📍 Urzáiz, 29 - 36201 Vigo

☎ lemonde.vigo | 📱 lemondevigo.es

RODRIGO VOLVIÓ A DEMOSTRAR QUE ESTÁ ENTRE LOS MEJORES DEL MUNDO

El remero gallego firmó un gran 2025 con un cuarto puesto mundial en doble scull y confirmó su condición de referente internacional.



MEJOR REMERO/A	
DEPORTISTA:	RODRIGO CONDE ROMERO 03/09/1997 MOAÑA (PONTEVEDRA)
DEPORTE:	REMO
MODALIDAD	BANCO MÓVIL
PRUEBA	DOBLE SCULL
LOGROS 2025	CUARTO PUESTO MUNDIAL
PALMARÉS MÁS DESTACADO	MEDALLA DE PLATA EN EL CAMPEONATO DEL MUNDO (RACICE 2022) 2 MEDALLAS DE PLATA EN CAMPEONATOS DE EUROPA (MÚNICH 2022 Y SZEGED 2024)

El 2025 volvió a situar a Rodrigo Conde entre los grandes nombres del remo internacional, reafirmando su condición de deportista de élite en el panorama mundial. El remero gallego firmó una temporada de máximo nivel competitivo, demostrando su capacidad para pelear de tú a tú con las principales potencias en las grandes citas del calendario.

El momento más destacado del año llegó en el Campeonato del Mundo, donde, formando pareja con Aleix García en la modalidad de doble scull, rozó el podio tras finalizar en una meritoria cuarta posición, quedándose a

escasos segundos de las medallas. Un resultado de enorme valor que confirmó el potencial de la embarcación española y su presencia habitual en la lucha por los puestos de honor.

Con una trayectoria ya consolidada en la élite internacional y experiencia en los grandes escenarios del remo mundial, Rodrigo Conde afronta el nuevo ciclo olímpico con ambición intacta y el objetivo de seguir compitiendo por las medallas en las grandes competiciones

**aero.
termic**

**FONTANERÍA - CALEFACCIÓN
ENERGÍAS RENOVABLES**



Instalación, mantenimiento y reparación de
sistemas de fontanería, calefacción y
aerotermia. Estufas y energías renovables.

📍 672 361 149 📞 @aerotermic

✉ aerotermic.info@gmail.com

📍 Abelendo, 193 - 36954
Moaña (Pontevedra)

maky
BAR
RESTAURANTE



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

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

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

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

Especialidad

Carnes a la parrilla

Churrasco (Ternera - Cerdo - Pollo)
Croca - Secreto

Menú del día y postres caseros

**Chuleta, chuletón o
bacalao por encargo**

**Para encargos o
reservas llámanos**

 **886 293 410**



 [A BRASA - Parrillada](#)

 <https://www.instagram.com/parrilladaabrasa/>

 Rúa Cerdedo, 6 baixo (A Estrada)



CHAPELA WOFCO, DEL DOMINIO GALLEGO A LA EUSKO LABEL

Una temporada extraordinaria llevó al conjunto gallego a conquistar el ascenso a la élite del remo nacional.

El mar premia a quienes saben remar juntos, resistir la marejada y no perder nunca el rumbo. Así escribió el Club de Remo Chapela Wofco una de las páginas más brillantes de su historia en 2025, un año que quedará grabado para siempre en la memoria del remo gallego.

La trainera de Chapela protagonizó una temporada extraordinaria, dominando la Liga Galega de Traineras y confirmando su crecimiento competitivo en cada regata. Aquel trabajo constante encontró su recompensa en el play-off de ascenso disputado en Portugalete, donde el conjunto gallego logró una histórica plaza en la Liga Eusko Label, la máxima categoría del remo estatal, alcanzada por primera vez por el club.

El ascenso representa mucho más que un éxito deportivo: es la culminación de años de esfuerzo colectivo, identidad de club y compromiso con una tradición profundamente ligada al mar. Chapela dio así el salto definitivo a la élite, situándose entre las grandes traineras del panorama nacional.

Con la mirada puesta en el nuevo desafío, el CR Chapela afronta el futuro con ambición e ilusión, decidido a seguir escribiendo su historia en las aguas donde nacen las grandes gestas del remo.

MEJOR CLUB EN REMO DE BANCO FIJO

ENTIDAD:	CLUB DE REMO CHAPELA WOFCO 1984 CHAPELA- (REDONDELA, PONTEVEDRA)
DEPORTE:	TRAINERAS
MODALIDAD	BANCO FIJO
LOGROS EN 2025	ASCENSO A LA LIGA EUSKO LABEL CAMPEÓN DE LA LIGA GALEGA DE TRAINERAS
DATO RELEVANTE	EL DE 2025 ES EL PRIMER ASCENSO A LIGA EUSKO LABEL DE LA HISTORIA DE LA ENTIDAD



Mármol y Granitos
Redondela

¡Realizamos todo tipo de trabajos!

986 403 091 - 611 602 455

www.marmolesygranitosredondela.com

O Muro, 44 Bajo • Redondela



cenor
electrodomésticos

Edelec

A Estrada

#yocomproenmibarrío



REFORMAS
CANALÓNS • CUBERTAS • FACHADAS

Especialistas en retirada de amianto

www.redondelareformas.es 986 404 709 - 661 284 568

luis@redondelareformas.es





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



Tlf.: 602 485 455

Lugar de Altamira s/n

36698 DENA (SANTA EULALIA P.), Meaño (Pontevedra)

adegasbrandomar@gmail.com



Adegas Brandomar

MANU OCHOA: VELOCIDAD Y PRECISIÓN EN LA ÉLITE

El piragüista firmó un gran 2025 con podios en la Copa del Mundo y presencia entre los mejores del ranking internacional de kayak cross.



Las aguas bravas también tuvieron acento gallego en 2025 gracias al rendimiento de Manu Ochoa, protagonista de una temporada sobresaliente en la élite internacional del piragüismo en kayak cross. El deportista firmó un año de gran regularidad y competitividad, confirmando su crecimiento entre los mejores especialistas del panorama mundial.

Su curso dejó resultados de enorme nivel en la Copa del Mundo, donde logró la medalla de bronce en la prueba de Praga y subió a lo más alto del podio en La Seu, confirmando su capacidad para competir por las primeras posiciones en cualquier escenario. A estos éxitos se sumó su participación en el Campeonato del Mundo, donde alcanzó la séptima posición.

Además, su regularidad a lo largo de la temporada le permitió finalizar sexto en el ranking internacional de kayak cross, consolidándose como uno de los referentes de la disciplina y situando al piragüismo gallego entre los grandes protagonistas del circuito mundial.

MEJOR PALISTA MASCULINO

DEPORTISTA:

MANU OCHOA
21/12/1998
O PORRIÑO (PONTEVEDRA)

DEPORTE:

PIRAGÜISMO

MODALIDAD:

KAYAK CROSS

LOGROS EN 2025

ORO EN LA COPA DEL MUNDO EN LA PRUEBA DE LA SEU Y BRONCE EN LA DE PRAGA

TALLER MECÁNICA Y ELECTRICIDAD DE COCHES

@croixcarservice (+34) 986.10.82.90 / Móvil: 604.08.96.94
Rosalía de Castro, 70, Pontevedra, 36003 www.croixcarservice.com



www.tallerporrino.com



TANIA ÁLVAREZ REINA EN EL MARATÓN MUNDIAL

La palista gallega se proclamó campeona del mundo de piragüismo maratón en 2025, conquistando el oro en K-2 en el Mundial de Győr.



MEJOR PALISTA FEMENINA

DEPORTISTA:

TANIA ELIZABETH ÁLVAREZ
04/10/1994
O GROVE (PONTEVEDRA)

DEPORTE:

PIRAGÜISMO

MODALIDAD:

MARATÓN

LOGRO EN 2025

CAMPEONA DEL MUNDO

PALMARÉS
INTERNACIONAL:

2 MEDALLAS DE ORO EN CAMPEONATOS DEL MUNDO
3 MEDALLAS DE PLATA EN CAMPEONATOS DEL MUNDO
1 MEDALLA DE BRONCE EN CAMPEONATOS DEL MUNDO
2 MEDALLAS DE PLATA EN CAMPEONATOS DE EUROPA
1 MEDALLA DE BRONCE EN CAMPEONATOS DE EUROPA

Cuando la resistencia y el carácter entran en juego, aparecen deportistas capaces de superar cualquier límite. Así brilló Tania Álvarez en 2025, firmando otro gran éxito en su trayectoria al proclamarse una vez más campeona del mundo de piragüismo maratón, confirmando su nombre entre las grandes referencias internacionales de la disciplina.

La palista grovense, integrante del Breogán, conquistó el título mundial en la localidad húngara de Győr formando pareja con Tania Fernández en la prueba de K-2. Tras una exigente regata de 25 kilómetros, decidida en un emocionante sprint final, la embarcación española cruzó la meta tras

casi dos horas de esfuerzo, imponiéndose por un estrechísimo margen a las embarcaciones húngaras en una final de máxima igualdad.

Este oro mundial supuso el reconocimiento a una temporada de enorme nivel competitivo y consolidó a la deportista gallega en la historia del piragüismo internacional, destacando por su resistencia, capacidad de sufrimiento y determinación en las pruebas de larga distancia.

Con ambición intacta y nuevos retos en el horizonte, Tania Álvarez continúa escribiendo su camino en el panorama mundial, situando al piragüismo gallego en lo más alto y reafirmando su condición de referente en una disciplina donde la fortaleza mental marca la diferencia.



O Vao 45
Ctra. de Vilagarcía / Poio
36163 Pontevedra
www.cerrajeriatobio.com

**Cierres
Portales
Balcones**

**Escaleras
Acero Inox.
Aluminio**

Tel / Fax 986 872 890
Móvil 666 407 735
info@cerrajeriatobio.com



balance

CENTRO DE FISIOTERAPIA Y PILATES

INDIBA®
activ
ProRecovery

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



¿Quieres recuperarte de cualquier tipo de lesión, inflamación o edema?

Bomba Diamagnética CTU Mega 20

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

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



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



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

☎ 986 077 994

☎ 653 460 298

📱 balancevilagarcia

📍 Balance. Centro de fisioterapia y pilates

📍 C/ Ramón Piñeiro López, 14 - Vilagarcía

VÍCTOR SENRA, NUEVE TÍTULOS PARA LA HISTORIA

El de Dumbría volvió a proclamarse Campeón Gallego y se llevó el RallyShow Deputación da Coruña en otra temporada de gran dominio.



FICHA TÉCNICA

DEPORTISTA:

VÍCTOR M. SENRA CARREIRA
23/07/1984
DUMBRÍA

DEPORTE:

AUTOMOVILISMO

CATEGORÍA:

RALLYES

DEBUT:

1996

AÑOS EN ACTIVO:

26

PALMARÉS MÁS
DESTACADO:

- 9 CAMPEONATOS DE GALICIA (TODOS DE 2017 A 2025)
- 1 COPA DE ESPAÑA DE RALLYES DE ASFALTO (2022)..

Ganar puede ser noticia. Convertir la victoria en rutina ya es historia. Eso es lo que sigue haciendo Víctor Senra, que en 2025 volvió a imponerse en el Campeonato de Galicia de Rallyes, firmando su noveno título consecutivo y ampliando una racha sin precedentes en el automovilismo gallego. El piloto de Dumbría mantiene desde hace años un control incontestable del campeonato, marcando el ritmo en cada temporada con una combinación de velocidad, regularidad y conocimiento del terreno que lo sitúa como referencia indiscutible del rally autonómico.

UNA LEYENDA QUE SIGUE GANANDO

Su temporada no se limitó al campeonato. Senra también se proclamó vencedor de la primera edición del RallyShow Deputación da Coruña, disputado en el circuito municipal de As Pontes, añadiendo un nuevo triunfo a un curso nuevamente dominador.

Con los registros históricos ya superados desde hace tiempo, su figura trasciende la competición anual y se ha convertido en símbolo del automovilismo gallego contemporáneo. Año tras año, Víctor Senra sigue ampliando una trayectoria que ya forma parte de la memoria del motor en Galicia.



SEISCIENTOS
Taller Lavado

Servicio Rápido - Electricidad - Amortiguadores
Cambio de Aceite - Baterías - Iluminación
Alineación - Empaques



660 399 908

Da Senra, 9 - 15280 - Brión (A Coruña)



MIRÓN CARS SL

WWW.MIRONCARS.COM

Telf: 881 988 548
ventas@mironcars.com

Pol. Ind. Augalevada nº13 15210 Noia (A Coruña)



VEN A VISITARNOS!
VEHÍCULOS DE OCASIÓN
TALLER Y MANTENIMIENTO



TALLER CINCO

MULTIMARCA

SERVICIO INTEGRAL DEL AUTOMOVIL
CONCERTADO CON LAS PRINCIPALES COMPAÑIAS

- CONCESIONARIO MULTIMARCA
- COCHE DE SUSTITUCIÓN
- MECÁNICA
- REPARACIÓN ELÉCTRICOS-HÍBRIDOS
- CARROCERÍA Y PINTURA
- SUSTITUCIÓN DE LUNAS DE AUTOMOVIL
- COMPTA VENTA

T. 981 702 506 M. 664 464 613

As Alras, 6 Bertóla • 15015 CARRALLO (A Coruña)

administracion@tallercinco.com taller@tallercinco.com

J. REDONDO, S.L.

REPARACIÓN INTEGRAL DEL AUTOMÓVIL
TALLER MULTIMARCA - VENTA DE VEHÍCULOS

WWW.TALLERESJREDONDO.COM

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

jredondoutes@gmail.com
jredondo@ercs.es



981 850 381

616 342 915

Redondo: 654 550 515
Martín: 685 963 523



☎ 881 064 854

☎ 650 523 030

Rúa Galileo Galilei, 43 - 15008 A CORUÑA
santanatalleres@gmail.com

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

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



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



Taller de Reparación de Automóviles

686 95 90 32 - 981 73 28 85

electromecanicabalsa@gmail.com

Rúa Seixo, parcela C-23
Pol. Ind. de Bértola - 15105 Carballo



RUBÉN FERNÁNDEZ FUE CUARTO EN EL MUNDIAL

El piloto vigués firmó un gran 2025 en el Mundial de MXGP, donde terminó cuarto tras subir al podio en varias pruebas.



FICHA TÉCNICA

DEPORTISTA:

RUBÉN FERNÁNDEZ GARCÍA
21/02/1999
VIGO (PONTEVEDRA)

DEPORTE:

MOTOCICLISMO

CATEGORÍA:

MOTOCROSS

DEBUT: EN MUNDIAL

2017

EQUIPO

HONDA HRC

El Mundial de motocross volvió a tener protagonismo gallego en 2025 gracias a la temporada de Rubén Fernández. El piloto completó el campeonato en cuarta posición final en la categoría reina, es decir, MXGP, quedándose cerca del podio mundial y firmando el mejor resultado de su trayectoria en la categoría.

A lo largo del curso dejó carreras de gran nivel, subiendo al podio en varias pruebas del calendario y manteniéndose en la pelea con los nombres

más fuertes del campeonato. Su rendimiento fue especialmente destacado por su regularidad y por su capacidad para mantenerse competitivo en un Mundial marcado por la exigencia extrema de cada circuito.

Integrado en el equipo oficial Honda HRC, Fernández confirmó su posición entre los pilotos más sólidos del campeonato y cerró una temporada que lo sitúa definitivamente entre los grandes protagonistas del motocross mundial.

El próximo curso 2026 partirá con objetivos todavía más ambiciosos.

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

RECUPERACIONES
RECANJI
DESGUACE Y RECAMBIOS
COMPRA Y RECOGIDA DE TODO TIPO
DE VEHÍCULOS
TRAMITACIÓN DE BAJAS
CENTRO AUTORIZADO VFU
Código: SC-RP-P-XV-09362
recanjirecambios_15180
JOSÉ ESPRONCEDA, NAVE 21 - ALVEDRO - CULLEREDO - 15180
recanjirecambios@gmail.com 📞 659 791 920

REHABILITACIÓN DE EDIFICIOS EN COMBARRO
ASESORAMIENTO CON PRESUPUESTO PERSONALIZADO
REFAGAL
REHABILITACIÓN DE FACHADAS DE GALICIA
☎ 627 447 051
www.refagal.com
info@refagal.com 📍 Camiño Real, 4 -4B - 36993, Combarro, Pontevedra

FACHADAS REFINTEGRALES CUBIERTAS OBRANUEVA



MARQUES
Equipamiento de
Hostelería y Alimentación

986 277 868

MARQUES

A su servicio ...Siempre

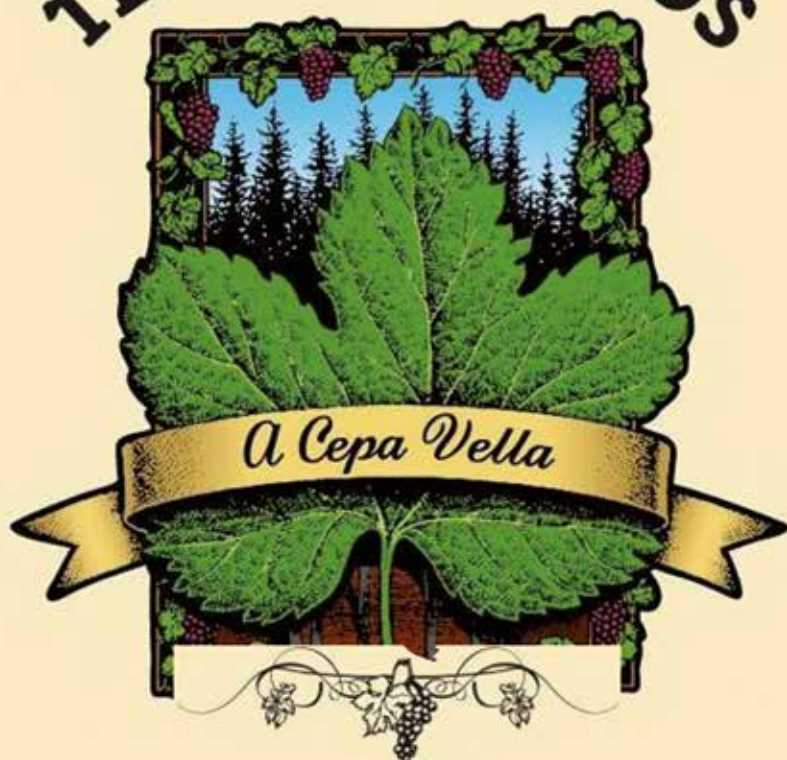
www.comercialmarques.es

Toda la maquinaria necesaria para la puesta en
marcha y funcionamiento de su negocio

Te esperamos en Camiño da Gandariña nº 9 Nave - VIGO

- ✓ Estudio y asesoramiento
para la instalación de equipos
- ✓ Servicio de asistencia técnica los 365 días
- ✓ Equipamiento en acero inoxidable
- ✓ Maquinaria para hostelería y alimentación
- ✓ Mobiliario para hostelería y colectividades

TENDA DE VIÑOS



Rúa Reixen, 14
36205 - Vigo
Telf. 986 252 441 - 669 786 657



IVÁN GARCÍA CONTINÚA SUMANDO ÉXITOS A SU PALMARÉS

El taekwondista de Marín logró el oro en el Grand Prix Challenge de Muju tras imponerse en cinco combates ante rivales de máximo nivel.



MEJOR TAEKWONDISTA MASCULINO

DEPORTISTA:

IVÁN GARCÍA MARTÍNEZ
10/08/1997
MARÍN (PONTEVEDRA)

DEPORTE:

TAEKWONDO

CATEGORÍA

+80 KG

LOGRO EN 2025

ORO EN EL GRAND PRIX DE MUJU

PALMARÉS
PRINCIPAL:

PLATA EN EL CAMPEONATO DEL MUNDO DE 2022
PLATA EN LOS CAMPEONATOS DE EUROPA DE 2022 Y 2024
BRONCE EN EL CAMPEONATO DE EUROPA DE 2021

El 2025 dejó un nuevo éxito internacional en la trayectoria de Iván García, que volvió a demostrar su nivel competitivo en la élite del taekwondo. El deportista de Marín firmó una actuación muy sólida en el Grand Prix Challenge de Muju, disputado en Corea del Sur, donde se colgó la medalla de oro tras completar un torneo de gran exigencia.

El gallego superó cinco combates de alto nivel, mostrando precisión técnica, inteligencia táctica y una gran seguridad en cada enfrentamiento. Su

rendimiento le permitió imponerse ante algunos de los especialistas más destacados del circuito internacional y confirmar una vez más su capacidad para competir con solvencia en escenarios de máxima dificultad.

Este resultado se suma a una trayectoria consolidada en competiciones internacionales y confirma el buen momento del taekwondista gallego, que continúa asentado entre los nombres destacados del taekwondo en el panorama internacional.



**Tapizado
en general
Automoción
Náutica - Hogar**

C/ Couto de San Honorato, 66 Bajo
VIGO

Telf. 986 472 254

www.tapiceriasanroque.com
tapiceriasanroque@gmail.com

TANIA CASTIÑEIRA, DOMINIO NACIONAL Y AMBICIÓN MUNDIAL

La de Moaña conquistó su séptimo Nacional consecutivo, ganó el Open de Río y rozó el podio en el Mundial.



MEJOR TAEKWONDISTA FEMENINA	
DEPORTISTA:	TANIA CASTIÑEIRA 15/01/2001 MOAÑA (PONTEVEDRA)
DEPORTE:	TAEKWONDO
CATEGORÍA	+73 KG
LOGROS EN 2025	CAMPEONA DE ESPAÑA, ORO EN EL OPEN DE RÍO
PALMARÉS PRINCIPAL:	BRONCE EN EL MUNDIAL DE RIAD 2021 CAMPEONA DE EUROPA SUB 21 CAMPEONA DE ESPAÑA DE MANERA CONSECUTIVA ENTRE 2020 Y 2026

La regularidad en la élite define la trayectoria de Tania Castiñeira, que en 2025 volvió a firmar una temporada de máximo nivel competitivo en el panorama internacional del taekwondo. La deportista de Moaña confirmó su condición de gran referente nacional y mantuvo su presencia entre las mejores especialistas del mundo.

El año estuvo marcado por su séptimo título consecutivo como campeona de España, un logro que refleja su dominio sostenido en el ámbito estatal

y su extraordinaria continuidad al más alto nivel. A este éxito se sumó su triunfo en el Open de Río, donde volvió a demostrar su capacidad para competir con solvencia ante rivales internacionales de primer nivel.

En el Campeonato del Mundo, Castiñeira firmó también una destacada actuación, quedándose muy cerca de la medalla y confirmando su competitividad en la élite global. Una temporada sólida que reafirma su experiencia, su regularidad y su protagonismo dentro del taekwondo español e internacional.



Aluminios y PVC Moaña

DAMOS FORMA A TU HOGAR CON ALUMINIO Y PVC - FABRICACIÓN E INSTALACIÓN PROFESIONAL.

MOAÑA - TRABAJAMOS CON CORTIZO Y VEKA

VENTANAS DE ALUMINIO Y PVC - PANELES DE PUERTAS - PIEZAS EN ALUMINIO

MECANISMOS Y HERRAJES DE PVC - MAMPARAS DE BAÑO - PERSIANAS DE ALUMINIO MOTORIZADAS

PASAMANOS O BALCONES DE ACERO INOX Y CRISTAL - DOBLE ACRISTALAMIENTO

 986 075 200
 678 004 912
 695 440 041

Solicita un presupuesto a medida

 info@aluminioypvcorlando.es
 Ramón Cabanillas, 162 Bajo
 36950 Moaña (Pontevedra)

www.aluminioypvcorlando.es

IMPORTAL

Toldos, puertas, persianas de seguridad, mandos a distancia, puertas automáticas, puertas batientes, puertas seccionales, etc.

 676 075 190  676 075 190
 Avda. da Barca, 18 Bajo - 36163 - Poio



Cafetería O'Hungo

Desde 2006

Productos de primera calidad.
Desayunos, pepitos, hamburguesas, platos combinados, sandwiches.

Padre Amoedo Carballo, 8 • 36002 Pontevedra (PONTEVEDRA) • T 986 845 428

ESTEBAN BASANTA, REGULARIDAD AL MÁXIMO NIVEL

Sexto en la Copa del Mundo de Huatulco y campeón de Galicia en Ferrol en una nueva temporada destacada con el Fluvial de Lugo.



MEJOR TRIATLETA MASCULINO

DEPORTISTA:	ESTEBAN BASANTA FOUZ 20/08/2002 LUGO
DEPORTE:	TRIATLÓN
CLUB	CIDADE DE LUGO FLUVIAL
OBJETIVO PRÓXIMO	CLASIFICACIÓN PARA LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE LOS ÁNGELES 2028
PALMARÉS PRINCIPAL	CAMPEÓN DE EUROPA DE ACUATLÓN JUNIOR (2021) BRONCE EN LA COPA DE EUROPA DE KITZBÜHEL (2023) PLATA EN LA COPA DE EUROPA JUNIOR DE BELGRADO (2020)

El 2025 volvió a confirmar el alto nivel competitivo de Esteban Basanta, que firmó una temporada sólida en el circuito internacional de triatlón y mantuvo su protagonismo en el calendario autonómico. El deportista gallego sumó resultados relevantes en diferentes escenarios, combinando rendimiento fuera de casa con victorias en Galicia.

Uno de los momentos más destacados del curso llegó en la Copa del Mundo de Huatulco, donde finalizó en una meritoria sexta posición, quedándose a apenas diez segundos del podio en una exigente prueba disputada en formato contrarreloj, poco habitual dentro del circuito. El resultado reflejó su capacidad para rendir en competiciones de máximo nivel y ante algunos de los especialistas más fuertes del panorama internacional.

TRIUNFO EN EL CALENDARIO AUTONÓMICO

Su temporada también dejó un éxito importante en Galicia, donde se proclamó campeón autonómico en Ferrol defendiendo los colores del Cidade de Lugo Fluvial. El título confirmó su solidez competitiva y su presencia habitual entre los nombres destacados del triatlón gallego.

Con solo 23 años, Basanta continúa acumulando experiencia en pruebas de primer nivel mientras mantiene resultados destacados en diferentes competiciones, sumando actuaciones de peso a una trayectoria que ya venía ofreciendo buenos registros en temporadas anteriores.

Cierres Metálicos **e.v.p.** CARLOS VEIGA PÉREZ
carlosveigaperez1@gmail.com

Canchas de tenis y fútbol • Fincas Piscinas • Perreras

Rúa Salvia, 1-2º • 27003 LUGO • T: 982 203 059 / 649 315 107

 670 087 228

reformas e multiservicios

Ronda das Fontiñas, 304 - 27002 Lugo

www.uxioconstrucciones.com uxio manu@gmail.com



REGO PAZ

FONTANERÍA - GAS - CALEFACCIÓN - ENERGÍAS RENOVABLES

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

EL SALTO DEFINITIVO DE SARA GUERRERO

Victoria en Florianópolis, bronce en Chengdu, plata en la Copa de Europa de Tenerife y Campeona de España.



MEJOR TRIATLETA FEMENINA	
DEPORTISTA:	SARA GUERRERO MANSO 25/07/1997 NARÓN (A CORUÑA)
DEPORTE	TRIATLÓN
CLUB:	AD NÁUTICO DE NARÓN
OBJETIVO PRÓXIMO	CLASIFICACIÓN PARA LOS JUEGOS OLÍMPICOS DE LOS ÁNGELES 2028
PALMARÉS PRINCIPAL:	3 VECES CAMPEONA DE ESPAÑA ORO EN LOS JUEGOS DEL MEDITERRÁNEO 2019 ORO EN LA COPA DEL MUNDO DE FLORIANÓPOLIS 2026

La temporada 2025 fue un punto de inflexión para Sara Guerrero. La triatleta firmó un año completo, con resultados de primer nivel fuera de casa y un rendimiento impecable cuando tocó competir por los objetivos. Su momento más brillante llegó en noviembre, en Florianópolis (Brasil), donde logró su primera victoria en una Copa del Mundo y encabezó un histórico triplete español. Meses antes ya había mostrado su capacidad para pelear arriba con el bronce en Chengdu (China), otro podio que confirmó su regularidad en las grandes citas del calendario.

TÍTULO NACIONAL Y PODIO EUROPEO

El otoño trajo otro resultado de peso: plata en la Copa de Europa de Santa Cruz de Tenerife, consolidando una temporada en la que también mandó en casa. En mayo, en A Coruña, revalidó el Campeonato de España de distancia olímpica, después de haber ganado también en 2024 en Banyoles. Podios, una victoria y un título nacional: el 2025 de Sara Guerrero se resume en hechos y en una certeza evidente, la de una triatleta preparada para pelear por objetivos cada vez más ambiciosos.



Aceite de Galicia 🇪🇸
Elaboración Artesanal 💧
Sabor intenso 🍷
Producción limitada 🌿

Lugar Bendollo, 37 - 27329 - QUIROGA (Lugo)  
aceiroga@gmail.com  629 492 973 www.aceiroga.com

LA REFERENCIA ESPAÑOLA DEL 200 MARIPOSA

Miguel Martínez firmó un año sólido con final europea, título nacional y récord en piscina corta.

MEJOR NADADOR

DEPORTISTA:	MIGUEL MARTÍNEZ NOVOA 25 AÑOS VIGO
DEPORTE:	NATACIÓN
MODALIDAD:	PISCINA
CLUB ACTUAL:	REAL CANOE
ALGUNOS DE LOS ÉXTIOS EN 2025	- CAMPEÓN DE ESPAÑA DE INVIERNO EN 200 MARIPOSA - SUBCAMPEÓN EN EL OPEN DE VERANO EN 200 MARIPOSA - SÉPTIMO EN EL CAMPEONATO DE EUROPA EN 200 MARIPOSA

El 200 mariposa en España tiene nombre propio y acento gallego. Miguel Martínez Novoa firmó en 2025 una temporada que confirmó su peso específico en la especialidad y lo consolidó entre los mejores del continente. El nadador vigués cerró el año como séptimo de Europa en el Campeonato continental en piscina corta, disputando la final del 200 mariposa con un tiempo de 1:52.31 y situándose como el mejor español en la prueba. Un resultado que ratificó su presencia habitual en las grandes citas internacionales. En el ámbito nacional, fue campeón de España de Invierno en los 200 mariposa y subcampeón en el Open de Verano en Palma, donde peleó el oro hasta la última brazada. Además, continúa siendo el plusmarquista español en piscina corta de la distancia, un registro que ha ido rebajando en los últimos ciclos competitivos.

Formado en Vigo y actualmente en el Real Canoe, Miguel ya no es solo una promesa de la mariposa española: es su referencia. Y 2025 fue el año en el que esa condición dejó de ser expectativa para convertirse en realidad competitiva.





CAFETERIA Y CERVECERÍA

Pantalla Gigante de
Tu canal satélite digital
El mejor menú de Vigo
Los bocadillos especiales
Lo mas importante, nuestros clientes

C/ Manuel de Castro, 23 - Vigo - Telf. 986 23 77 45











Italia

Bar • Restaurante • Pizzería • Asador

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

Toy Sex Shop

La juguetería de los adultos al mejor precio

LOS MEJORES PRECIOS DE VIGO

POR CUALQUIER COMPRA

REGALO GRATIS

ó 20 % dto. con este anuncio

Si encuentras el mismo producto más barato en otra **TIENDA EROTICA FÍSICA DE VIGO** te hacemos un **30%** Sobre su precio




C/Príncipe, 22 – 1º (Galerías) – VIGO
Subiendo las escaleras, 1ª PLANTA



PRETTY LOVE





Mascotas

f t i

www.toysensexshop.es



SHUNGA EROTIC ART

Libid TOYS





PAULA OTERO YA NO PERSIGUE, COMPITE PARA GANAR

Plata en el Europeo de Croacia, campeona de España y presencia en el Mundial en una temporada sobresaliente.

S

tari Grad dejó una imagen clara: Paula Otero peleando cada metro hasta tocar la placa y subirse al podio continental. La plata en el 3 km knockout no fue solo una medalla, fue la confirmación de que está preparada para competir sin complejos frente a cualquiera.

En el 10 km europeo fue sexta, asegurando plaza mundialista. En Singapur terminó duodécima en el 3 km, sumando experiencia en un campeonato mundial de máxima exigencia. Resultados que no llegan por sorpresa, sino por constancia.

En España volvió a marcar territorio: campeona nacional en 5 km y en formato knockout. Y en piscina, tercera en 1.500 y cuarta en 800 en el Campeonato de España de Invierno, demostrando que su fondo no entiende de escenarios.

El 2025 no fue un año de aparición. Fue un año de autoridad. Paula ya no nada para estar; nada para competir arriba y aumentar su palmarés.

MEJOR NADADORA	
DEPORTISTA:	PAULA OTERO FERNÁNDEZ 30/03/2004 BARCELONA (AFINCADA DESDE NIÑA EN A CORUÑA)
DEPORTE:	NATACIÓN
MODALIDAD:	PISCINA Y AGUAS ABIERTAS
DEBUT INTERNACIONAL ABSOLUTO	NOVIEMBRE DE 2021
CLUB ACTUAL:	CN ARTEIXO
ÉXITO MÁS RELEVANTE EN EL AÑO 2025	PLATA EN EN CAMPEONATO DE EUROPA (3 KM KNOCKOUT)

CARNES Y PESCADOS A LA BRASA



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

Maestro parrillero Raúl Gutiérrez

Carpinters

SISTEMAS INTERIORES, S.L.



Domicilio social:
Lugar O Moucho, 28
15140 Pastoriza - Arteixo

Oficinas y Exposición:
C/ Canónigo Cándido Varela, 7
15142 Arteixo
La Coruña
Tfno: 981 641 638
e-mail: loli@carpinters.es

www.carpinters.es



ABALSA CASANOVA, S.L.
CRISTALERIA
CARPINTERÍA DE ALUMINIO E INOX.

Móviles: 609 816 562 * 633 336 486
Tlf. 981 256 095 [@abalsa.es](https://www.facebook.com/abalsa.es)

Empresa especializada en
cristalería,
carpintería de aluminio,
PVC y acero.

Travesía de Pastoriza 28
15140 Pastoriza
Arteixo (A Coruña)



Diego: 639 472 184
Juan: 696 251 595

Rúa Perú, 1 Bajo
15142 Meicende
A Coruña



Pintura
y decoración



LATITUD
43° 18' 17"

Attemporal diferent place

Rua das Flores, 4 - Paseo do Balneario - 14142 - Arteixo (A Coruña)

686 823 045

Galo Jardín

Servicio de jardinería

¿Quieres un jardín limpio y precioso?

Nosotros somos una empresa de jardinería que ofrece sus servicios por toda Galicia.

- MANTENIMIENTO DE JARDÍN
- OBRA DE JARDÍN
- INSTALACIÓN DE RIEGO AUTOMÁTICO
- DESBROCES DE FINCA
- TALA DE ÁRBOLES
- PODAS DE SETOS

[@galojardin](https://www.instagram.com/galojardin) galojardincom5.webnode.es 638 603 199
Froxel, s/n - VILARRODIS - 15141 - Arteixo (A Coruña)

"LA RÍTMICA MASCULINA NO NECESITA ADAPTARSE, NECESITA OPORTUNIDADES"

Hugo Vázquez, gimnasta del Club Deportivo Ximnasia Rítmica Compostela, cerró un 2025 con dos medallas nacionales y un oro en el prestigioso torneo Euskalgym. Ahora sueña con un podio nacional en conjunto y con seguir creciendo como técnico y juez.



MEJOR GIMNASTA MASCULINO	
GIMNASTA:	HUGO VÁZQUEZ 25/06/2006 PONTEVEDRA
CLUB ACTUAL:	CLUB XIMNASIA RÍTMICA COMPOSTELA
ENTRENADORA PRINCIPAL:	MARÍA FERNÁNDEZ CAÑABATE
SUEÑOS AÑO 2026	CONSEGUIR UN PODIO NACIONAL EN CONJUNTO
NOMINADOS A MEJOR GIMNASTA:	HUGO VÁZQUEZ (CDXR COMPOSTELA) IVÁN GUTIÉRREZ (CDXR COMPOSTELA) COSME GONZÁLEZ (CDXR COMPOSTELA)
LOGROS PRINCIPALES 2025	DOS MEDALLAS NACIONALES Y ORO EN EL EUSKALGYM

Si 2024 fue un gran año para Hugo Vázquez, 2025 confirmó su consolidación en la élite de la gimnasia rítmica masculina en España. El compostelano firmó una temporada brillante tanto a nivel individual como en conjunto, sumando medallas nacionales y viviendo uno de los momentos más especiales de su carrera en el torneo Euskalgym.

“El Euskalgym fue algo que nunca imaginamos”

—Hugo, ¿cómo resumirías tu 2025?

—La primera parte del año fue más regular. En torneos y en el Campeonato Gallego conseguí casi siempre primeros puestos como individual, pero en el Nacional quedé cuarto. Después, en la segunda parte del año, las cosas mejoraron: en el clasificatorio me metí en el Nacional y allí quedé tercero. Además, por autonomías, sumando las puntuaciones de mis compañeros, conseguimos una plata. Fueron dos medallas nacionales muy importantes.

—Y el Euskalgym.

—Fue increíble. Ganar como conjunto allí fue muy especial porque no lo esperábamos. Es una competición enorme, con muchísimo nivel, y llegamos sin expectativas. Recuerdo que el previo nos salió fatal y estábamos muy nerviosos. Cuando competimos no fue un ejercicio perfecto, pero salió bastante bien. Luego vino el momento de la nota y vernos primeros fue una locura.

—¿Fue larga la espera?

—Muchísimo. Quedaban equipos muy fuertes por salir y cada vez que competía uno bueno era un sufrimiento. Cuando vimos que la medalla estaba asegurada ya fue una explosión, y cuando se confirmó el oro, celebración total.

“Entreno todas las horas que hay”

—¿Cuántas horas entrenas a la semana?

—De lunes a sábado. Hay días de tres horas y otros en los que llego a cinco. Ahora mismo entreno todas las horas que hay.

—También has empezado como entrenador.

—Sí. Antes ayudaba un poco, pero este año ya tengo el segundo nivel y estoy preparando el tercero. Ahora colaboro más seriamente. Me gusta mucho enseñar y ayudar a los más pequeños.

Cuatro campeonatos nacionales al año

—¿Cuántos campeonatos nacionales disputas cada temporada?

—En mi caso, cuatro. La temporada se divide en dos partes: en la primera hay Nacional individual y Copa de conjuntos; en la segunda, Nacional de conjuntos y Copa individual. Así que tengo dos como individual y dos en conjunto.



Correduría de seguros



Somos una organización líder en consultoría de riesgo, concentrando nuestra actividad en aportar soluciones aseguradoras.

Actualmente, aseguramos a más de 60.000 clientes, particulares, autónomos y empresas, y contamos con más de 50 oficinas en toda España.

Defender tus intereses como si fueran los nuestros propios.



Vida
Auto
Salud
Hogar
Pensiones
Accidentes
Seguro de Ahorros
Animales de Compañía



D&O
Pyme
Comercio
Transporte
Seguro Laboral
Seguros Agrarios
Seguros Marítimos
Responsabilidad Civil

Fonte dos Concheiros n14 Bj 15703 Santiago de Compostela A Coruña

981 569 390 - 698 145 283

mirasegur@nb21.es



“No podemos ponernos como objetivo una medalla”

—¿Qué esperas de 2026?

—Que todo salga bien y disfrutar. En gimnasia no puedes ponerte como objetivo una medalla porque dependes de décimas, de pequeños detalles. Lo importante es que los ejercicios salgan como los entrenas.

—¿Te queda algún sueño por cumplir?

—A nivel individual creo que he conseguido lo que me proponía. Ahora me gustaría lograr una medalla nacional en conjunto. Y en el futuro, como técnico, sacar gimnastas que consigan títulos o tecnificaciones. También me gustaría puntuar nacionales como juez.

La rítmica masculina y el reto internacional

—¿Ves la gimnasia rítmica masculina en unos Juegos Olímpicos?

—Sería increíble, pero ahora mismo es inviable. En España tenemos la suerte de competir con el mismo código que las chicas, sin adaptaciones. Eso es lo que queremos: integrarnos plenamente en la rítmica. Pero en muchos países ni siquiera hay competiciones masculinas. Sin estructura internacional es imposible pensar en unos Juegos.

—¿España está avanzando?

—Sí. No solo España, Francia, Italia y otros países europeos están empezando a impulsar la rítmica masculina, pero aún queda mucho camino.

“Necesitamos pabellones con más altura”

—¿Qué le pedirías al Concello de Santiago?

—Más instalaciones y más altura en los pabellones. Para trabajar riesgos de mayor valor necesitamos altura. Ahora mismo tenemos que hacer riesgos más bajos porque el techo nos limita. Con mejores instalaciones podríamos tener ejercicios de más dificultad y optar a más títulos.



Un ambiente único en el Compostela

—Compartes equipo con Iván y Cosme, referentes también a nivel nacional.

—Sí, nos llevamos muy bien y eso es clave. Nos ayudamos entre nosotros y eso hace que mejoremos. En el club hay más chicos en autonómico y lo importante es seguir normalizando la rítmica masculina para que cada vez haya más.

Con 2025 ya en el bolsillo y nuevos retos por delante, Hugo Vázquez representa una generación que no solo compite, sino que empuja los límites de la gimnasia rítmica masculina en Galicia y en España.



A VAGONETA EDUCATIVA

Un Universo lúdico e didáctico en Cacheiras - Teo

dirixido a todos os públicos e aos profesionais da educación e a pedagogía.
Libros de texto, libros de lectura para todas as idades, material educativo e lúdico,
Papelería e manualidades.

Dispoñemos de web vagonetaeducativa.com e nos podedes seguir en Facebook e Instagram.



981943023



TRAVESÍA DE CACHEIRAS 12 - LOCAL 8

EDURNE DORADO: "SEGUIR DISFRUTANDO ES MI MAYOR OBJETIVO"

La gimnasta del Club Treboada, subcampeona gallega y diploma nacional, vive la rítmica como su gran pasión desde que tiene cinco años.

Edurne Dorado empezó en la gimnasia rítmica casi por admiración. Veía competir a su hermana y quiso probar. Desde entonces, no ha parado. Con varios diplomas nacionales en su palmarés y una regularidad destacada en campeonatos gallegos, la joven gimnasta del Club Treboada afronta un nuevo año con ilusión intacta y un objetivo claro: seguir disfrutando mientras pelea por un podio nacional.

“Empecé porque adoraba ver competir a mi hermana”

—Edurne, ¿cómo nace tu pasión por la gimnasia rítmica?

—Nació ya con cinco años. Empecé porque mi hermana hacía gimnasia rítmica y yo la adoraba. La veía competir y me apuntaron también. Me gustó muchísimo y desde entonces sigo aquí.

—Siempre has ido de menos a más.

—Sí, la verdad. Pero la clave es el trabajo. Nosotras entrenamos cuatro días a la semana, tres o cuatro horas cada día. Hay mucho esfuerzo detrás.

Un 2025 de consolidación

—¿Cómo fue tu 2025?

—Muy bien. Quedé subcampeona gallega las dos veces y en el Campeonato de España fui séptima y octava entre 187 gimnastas. Estoy muy contenta.

—¿Qué significa competir en un Nacional?

—Es de las mejores experiencias de mi vida. Los viajes con las compañeras son muy divertidos y competir en un Campeonato de España es mi competición favorita. Es algo especial.

Individual y conjunto, dos mundos distintos

—¿Prefieres individual o conjunto?

—Normalmente hago individual, pero el año pasado y este también hice conjunto. Es muy diferente. En individual estás tú sola y concentrada en lo tuyo. En conjunto somos todas una. Hay que entenderse, coordinarse... a veces hay pequeños piques, pero me gusta mucho también.

Un nuevo año por delante

—¿Qué trae 2026?

—Dentro de poco compito con conjunto (aro y cinta) y también en individual con mazas. La primera competición es el 7 de marzo y el Gallego el día 14. Ya estamos a tope y con nervios.

El Treboada, su casa actual

—Has pasado por varios clubes.

—Sí. Empecé en el Club Vagalume, luego estuve en As Triscas, donde gané mi primer diploma nacional, y ahora en el Treboada, donde conseguí mi segundo diploma y este año los otros dos. Desde que llegué me han acogido muy bien. Tengo mucha confianza con las entrenadoras y estoy muy contenta.



MEJOR GIMNASTA FEMENINO

GIMNASTA:	EDURNE DORADO 18/03/2009 PONTEVEDRA
DEPORTE:	GIMNASIA RÍTMICA
CATEGORÍA:	BASE
ENTRENADORA PRINCIPAL:	CRISTINA COSTAS
NOMINADAS A MEJOR GIMNASTA:	- EDURNE DORADO (CLUB TREBOADA) - CANDELA MARTÍNEZ BOBO (M. BARBEITO)
LOGROS AÑO 2025	SUBCAMPEONA GALLEGA POR PARTIDA DOBLE. SÉPTIMO Y OCTAVO PUESTOS EN LOS NACIONALES



—Compites en categoría base.

—Sí.

La familia, fundamental

—Detrás hay un esfuerzo enorme por parte también de los familiares.

—Muchísimo. Mis padres y mi hermana son mi principal apoyo. Cuando viajamos a los nacionales muchas veces me acompañan. Sin ellos no estaría aquí.

Galicia, cada vez más fuerte

—¿Cómo ves el nivel de la rítmica gallega?

—Creo que ahora estamos muy bien, al nivel de otras comunidades. Cada vez hay más escuelas y el nivel ha subido muchísimo.

“Quiero un podio nacional”

—Un sueño por cumplir.

—Subir a un podio nacional. Pero sobre todo seguir disfrutando. Ya estoy muy contenta así y espero seguir muchos años más.

—¿Qué le dirías a quien duda en probar la rítmica?

—Que no se va a arrepentir. Es un deporte precioso, donde vives muchas experiencias, haces amigas y puedes conseguir grandes logros.

Edurne Dorado representa a una generación que ha crecido con la rítmica gallega en pleno auge. Trabajo, constancia y pasión son sus señas de identidad. El podio nacional es su meta, pero el disfrute sigue siendo su mayor motivación.

Rotulación y decoración de espacios interiores: cristales con vinilo efecto ácido, paredes decoradas con vinilo de corte, vinilos pizarra, velleda, murales fotográficos... Acabos mate, brillo, texturizados...

IMPRESIÓN GRAN FORMATO
VINILOS, LONA, PAPEL, METACRILATO, PVC...

OFRECEMOS LA MÁS ALTA CALIDAD DE IMPRESIÓN DEL MERCADO

En el año 2014 fuimos los primeros en Galicia en adquirir el mejor plotter de impresión ecosolvente del mercado, la última tecnología de EPSON con 10 tintas de impresión. A día de hoy seguimos ofreciendo la más alta calidad de impresión del mercado, empleando la mejor tecnología y los mejores materiales.

REALIZAMOS LA MÁS AMPLIA VARIEDAD DE TRABAJOS

- Impresión de todo tipo de trabajos
Catálogos, folletos, papelería corporativa, carteles, invitaciones, pegatinas,....
- Impresión gran formato calidad fotográfica
Decoración de paredes y mobiliario
Rotulación de vehículos
Soportes rígidos: PVC, metacrilato, cartón...
Rótulos
- Estampación textil [vinilo, transfer, serigrafía, sublimación] Camisetas, gorras, ropa laboral,...
- Reclamo publicitario (bolígrafos, llaveros, etc.)
- Estructuras y exposidores
- Ferias, congresos y eventos

¡DESCÚBRENOS!

grafidea®
comunicación gráfica

Vía Copérnico, 3 (Polígono Ind. del Tambre)
15890 Santiago de Compostela

981 807073 grafidea@grafidea.net
616 759504 www.grafidea.net

REGALO SEGURO CON TU PRIMER PEDIDO PRESENTANDO ESTE ANUNCIO

"EL OBJETIVO ES DARLO TODO Y VER HASTA DONDE LLEGAMOS"

María Cañabate, máxima responsable deportiva del Club Deportivo Ximnasia Rítmica Compostela, repasa un 2025 de éxitos, con títulos nacionales en categoría masculina, grandes resultados por equipos y una reivindicación clara: más recursos e instalaciones para que la gimnasia gallega pueda crecer.



MEJOR ENTRENADORA	
ENTRENADORA:	MARÍA CAÑABATE
CLUB ACTUAL:	CDX RÍTMICA COMPOSTELA
SECCIÓN:	GIMNASIA RÍTMICA, ACROBÁTICA Y ESTÉTICA
FUNCIONES EN EL CLUB:	CEO- DIRECTORA DEPORTIVA- ENTRENADORA
NOMINADAS A MEJOR ENTRENADORA:	- MARÍA FERNÁNDEZ CAÑABATE (CDX RÍTMICA COMPOSTELA) - MARTA BOBO ARCE (CLUB MARÍA BARBEITO) - TANIA GRACIA VILLAR (CLUB XIMNASIA PORRIÑO)
DATOS A DESTACAR DEL AÑO 2025	- EL CDX RÍTMICA COMPOSTELA CONSIGUIÓ CUATRO MEDALLAS NACIONALES Y DOS DIPLOMAS

El 2025 volvió a confirmar al Club Deportivo Ximnasia Rítmica Compostela como una referencia en Galicia y, cada vez más, también a nivel nacional. Con medallas, diplomas, presencia en grandes citas y un trabajo de base que sostiene el proyecto, María Cañabate hace balance de un año intenso de enero a diciembre, pone el foco en el momento histórico del apartado masculino y explica los retos estructurales que siguen frenando a la gimnasia en Galicia.

—María, año 2025 y otro año mágico para el Club Deportivo Ximnasia Rítmica Compostela. ¿Cómo fue el curso, de enero a diciembre?

—Empezamos, como siempre, con doble temporada en un año natural. Empezamos a competir en marzo con equipos de nivel autonómico y nacional en rítmica, y luego acrobática y estética, que lo metemos más a final de junio y julio. Muy contenta, sobre todo por los equipos de nivel base nacional en los Campeonatos de España. El cadete base quedó sexto de España y solo algún fallo puntual nos dejó alejados del podio. Después, lo mejor fue que Cosme González Delgado se proclamó campeón de España. Iván Gutiérrez también campeón de España y Hugo Vázquez quedó cuarto con diploma nacional. Muy buen año, la verdad.

—¿Y cómo fue la temporada en acrobática y estética?

—En acrobática tuvimos buenos pasos adelante, pero son equipos totalmente nuevos desde el año pasado y se notó la evolución, porque ya estamos cerca de puestos de podio. En estética fue más complicado juntarlas: muchas estaban finalizando sus carreras y no pudimos entrenar más de uno o dos días a la semana, pero quedamos quintas de España, que es un muy buen resultado. A nivel autonómico seguimos manteniéndonos muy bien. Por ejemplo, en acrobática conseguimos un bronce gallego con la pareja infantil de Julia y Daniella; también campeonas gallegas una pareja absoluta; campeonas gallegas un trío alevín; subcampeonas gallegas en juvenil prebase; alevín prebase subcampeonas gallegas... Y luego también hicimos cuatro cuartos puestos. Muchas veces son más de 20 equipos compitiendo y una caída de aparato te cambia todo, pero muy contentas.

—En la segunda parte del año, desde septiembre, volvisteis a competir con fuerza.

—Sí, esa segunda parte es más de nivel nacional de rítmica y presentamos a los tres chicos: Iván, Cosme y Hugo. Hugo e Iván ya venían como campeones gallegos. Cosme no se pudo clasificar por un error con la cinta y porque solo se clasificaban dos por comunidad, pero luego en el Campeonato de España Iván brilló y se proclamó doble campeón de España, que es muy difícil, porque al final están los mejores de España y un fallo te deja fuera. Y Hugo fue tercero de España. Además, Hugo este año competía con gimnastas que ya habían estado en el máximo nivel y que volvían después de dos años. Era muy difícil conseguir podio, pero fue un Campeonato de España muy bonito y muy sufrido.

—También estuvisteis en el torneo internacional Euskalgym.

—Sí. Presentamos cuatro conjuntos: alevín, infantil, cadete y juvenil. El juvenil nos dio una alegría máxima porque en un torneo internacional como este, donde compiten un montón de equipos, quedamos campeones. Es un torneo que los clubes queremos competir sí o sí, porque es un evento espectacular: la gala, el ambiente, cómo hacen sentir al gimnasta importante en el tapiz... Muchos dicen que casi es mejor que un Campeonato de España en experiencia. Ser campeón allí, en juvenil, que es una categoría muy difícil, te marca y te señala.

—Hubo algún resultado importante en el nacional por conjuntos, ¿no es así?

—Sí, fue en el Campeonato de España. Allí, en Castellón, el cadete base consiguió un octavo puesto. Estuvimos desde las 9:30 de la mañana en podio y nos desbancaron a primera hora de la tarde. El octavo puesto nos dio el diploma y sufrimos porque estuvimos dos horas en esa posición hasta que al final llegó. Hay fotos de los niños llorando, porque era un equipo que llevaba tres temporadas peleando muchísimo. En el Campeonato de España, al haber tantos equipos, lo que buscas es al menos un diploma, y conseguirlo fue una alegría enorme.

—**Hiciste un resumen muy claro del año: medallas y diplomas.**

—Sí, este año conseguimos seis medallas nacionales y dos diplomas. Tres de Iván, una de Cosme y dos de Hugo... seis medallas nacionales y dos diplomas, uno conseguido por Hugo y otro por nuestro equipo cadete, el Cadete Base Fisela. Ningún otro club en Galicia ha podido alcanzar cotas tan altas en el año 2025.

—**¿Se puede decir que vivís el mejor momento de la historia del club?**

—A nivel masculino es muy difícil juntar a tres gimnastas al máximo nivel y que los tres consigan medallas en la misma temporada. Me lo dicen muchos clubes: es muy difícil. Y aquí pasa que los tres se llevan muy bien, se ayudan entre ellos, buscan el máximo rendimiento. Y detrás hay un equipo técnico. Yo siempre digo: yo estoy ahí, pero tengo un equipo en el que confío, nos ayudamos, y eso es fundamental.

Hemos encontrado un equilibrio que es muy difícil. Y hay que disfrutarlo, porque esto son ciclos. Cuando estos gimnastas vayan a la universidad, como pasó con estética, a lo mejor cambia todo. En estética fuimos campeonas de España y terceras en Juegos del Mediterráneo, y luego llegó un año difícil, la retirada... y te despides con alegría y con añoranza. Esto es un ciclo y ahora estamos en el ciclo bonito.

—**También hay que destacar el papel social del club en Santiago.**

—Sí. Ahora estamos metidos en un programa de grados de evolución deportiva. Certificamos para que los gimnastas puedan acreditar el día de mañana que fueron deportistas de cierto nivel, y eso les ayuda para universidad, alto rendimiento, convalidaciones de créditos o cursos de entrenador.

Después, tenemos nueve equipos sénior, incluso diez si conseguimos uno de estética, y es muy difícil, porque la mitad están en la universidad o en segundo de bachiller. Entonces hemos entendido como club que, en estas edades, ya no es tanto flexibilidad, sino preparación física, pliometría y un trabajo técnico de aparato más exhaustivo. Y entrenar con mayores da gusto: hay autoanálisis, gradación, calma... es otra manera de trabajar.

—**A nivel Galicia, ¿en qué punto está la gimnasia rítmica femenina respecto al resto de comunidades?**

—Todavía nos quedan muchos pasos. Canarias, Comunidad Valenciana, Madrid... están por encima. Sí que hay gimnastas como Candela Bobo en el máximo rendimiento, con un trabajo enorme de su entorno y del club, pero falta estructura detrás. La Federación Gallega tendría que hacer más tecnicismos y más seguimientos. Y esto depende de recursos e instalaciones.

Nosotras entrenamos con choques de aparato: se enganchan cintas, aros... Los chicos hacen pases con choques todo el día y eso no es real. Tienes que adaptar el entrenamiento a esas limitaciones. Mientras otras comunidades hacen tecnicismos cada trimestre, nosotros en el nivel base masculino no tuvimos ninguna. Así es muy difícil ir a un nacional con entrenamientos no ajustados al nivel que te exige la competición.

—**Lo que hay que destacar también es el esfuerzo enorme por parte de las familias y del propio club por sus deportistas.**

—Sí. Cada salida es gasto: desplazamientos, hoteles, manutención. Las inscripciones las paga el club con subvenciones, pero el desplazamiento muchas veces lo asumen las familias. Tenemos patrocinadores que ayudan, y eso acorta el gasto, pero sigue siendo mucho.

Por ejemplo, Iván Gutiérrez tiene cuatro nacionales y a lo mejor este año cinco: dos campeonatos de España individual, dos por conjuntos y quizá una copa. Son cinco viajes, cinco hoteles... es duro. Y luego está el coste que no se ve: en inscripciones podemos irnos a 8.000 euros al año. Y también están los desplazamientos de entrenadoras. Todo eso lo asume el club con cuotas y subvenciones.

—**Tenéis patrocinadores importantes detrás.**

—Sí. Cobre San Rafael está ahí y lo notamos, porque podemos salir a más torneos. Y luego patrocinadores más pequeños que siempre ayudan. También tenemos desde hace años un patrocinio para el campus de Navidad, Maex Pérez Varela, gracias al que traemos figuras nacionales. Este año vino María Pelaz, que trabaja con la selección, y eso nos ayuda a programar el año: aprendemos elementos nuevos, ejercicios, calentamientos... y mejora el nivel técnico.

—**¿Qué le dirías a un niño o niña gallega que sueña con llegar lejos?**

—Constancia y compromiso, pero sobre todo pasión por el deporte. La pasión te lleva a la constancia y al compromiso sin que te cueste. Si te gusta, quieres entrenar más, quieres implicarte más horas y más días. Y así se llega. Hemos conseguido que los chicos estén arriba porque disfrutaban cada día del entrenamiento.

—**Y por último: un sueño por cumplir en el Compostela.**

—Ahora me cuesta hablar de sueños porque cada temporada se van cumpliendo. Mi sueño ahora mismo es mantenerse. Mantenerse y tener ese clima, ese buen rollo, esa constancia. Que no me quite nadie el disfrute del día a día con mis compañeras y mi equipo técnico, y el equipo de gimnastas que tengo. Seguir así, disfrutando el camino.



SERVICIOS GRUPO FSL

- Asesoría
- Servicios jurídicos
- Subvenciones
- Formación
- Marketing digital
- Gestión de riesgos
- Transformación digital
- Gestión financiera

grupofsl.es | clientes@grupofsl.es | 981 580 999
C/ Manuel Ceruelo, 3. 15702. Santiago de Compostela

"HACE UNA DÉCADA NO IMAGINABA LLEGAR HASTA AQUÍ"

Unai Larrañaga firmó un 2025 histórico con triplete nacional y presencia en Champions, sin olvidar sus raíces en Dumbría ni los sueños que aún quedan por cumplir.



MEJOR JUGADOR	
DEPORTISTA:	UNAI LARRAÑAGA LEDO 09/05/2000 1,78 M DUMBRÍA
DEPORTE:	VOLEIBOL
CLUB ACTUAL:	CLUB VOLEIBOL GUAGUAS
DEMARCACIÓN:	LÍBERO
TRAYECTORIA	VOLEIBOL DUMBRÍA ARENAL EMEVÉ CDV TEXTIL SANTANDERINA CLUB VOLEIBOL MELILLA CLUB VOLEIBOL GUAGUAS

El 2025 ha sido un año para enmarcar en la carrera de Unai Larrañaga. Triplete nacional, clasificación para la Champions y competición al máximo nivel europeo. Desde Gran Canaria hasta Italia o Alemania, el jugador formado en Dumbría vive el mejor momento de su trayectoria, con la humildad intacta y la mirada puesta también en la selección española.

—Unai, 2025 volvió a ser un año extraordinario para ti. ¿Cómo lo valoras?
—Sin duda es un año para enmarcar. Conseguimos los tres títulos que se disputan en España: Supercopa, Copa del Rey y Liga. Además, en Europa, aunque el año pasado no pudimos conseguir el pase a Champions, este año sí lo logramos y la verdad es que ha sido un muy buen año.

—¿Hay mucha diferencia entre competir en Champions y en la liga española?
—Sí, la verdad es que sí. Ayer mismo clasificamos para los octavos de final de la Champions y el nivel al que tienes que jugar por los rivales a los que te enfrentas no tiene comparación con la liga. Eso no quiere decir que el nivel en España sea malo, pero sí que hay bastante diferencia a la hora de competir en Europa.

—¿Cómo es jugar la Champions?
—Es espectacular. Poder traer a grandes equipos a Gran Canaria, que ahora es mi casa, es un lujo para mí, para la isla y para el voleibol español. Y cuando vas fuera, juegas en los mejores pabellones de Europa.

ELECTROMECAÁNICA CONDE

Empresa especializada en instalaciones eléctricas industriales, viviendas, alumbrado público... Montaje y reparación de ascensores. Reparación y mantenimiento de equipos medidores, relés, sondas, cuadros de control, etc.

658 881 365 981 706 465 981 741 661

Lugar Boudañeira, 3 - OLVEIRA - 15151 - Dumbría (A Coruña)



—**En países como Italia o Alemania se nota la cultura del voleibol.**

—Sí, sobre todo este año que nos tocó jugar en Italia, que es un poco la cuna del voleibol, se nota que lo viven muchísimo. En Berlín también lo viven mucho. La afición aprieta más y se disfruta muchísimo ese ambiente.

—**Objetivos para 2026: repetir títulos.**

—Ya conseguimos la Supercopa en diciembre. La semana que viene tenemos la Copa del Rey en Valencia y en Liga seguimos primeros, así que está todo encaminado. Luego ya veremos cómo termina la temporada.

—**¿Cómo llegáis a esa Copa del Rey?**

—Bastante cansados. El lunes salimos de Canarias para jugar Champions, ayer terminamos el partido y ahora mismo estamos en el aeropuerto camino de Mallorca. Están siendo semanas muy ajetreadas, pero con muchas ganas de disputar otro título.

—**Si miramos atrás, al Unai de Dumbria, ¿imaginabas algo así?**

—Ahora, con el tiempo, es fácil decirlo, pero en aquella época no me imaginaba ni muchísimo menos llegar hasta aquí. Estoy muy contento y también humilde, sin olvidar de dónde vengo. Dumbria formó parte del proceso para que hoy esté donde estoy.

—**Un mensaje para los niños de la cantera.**

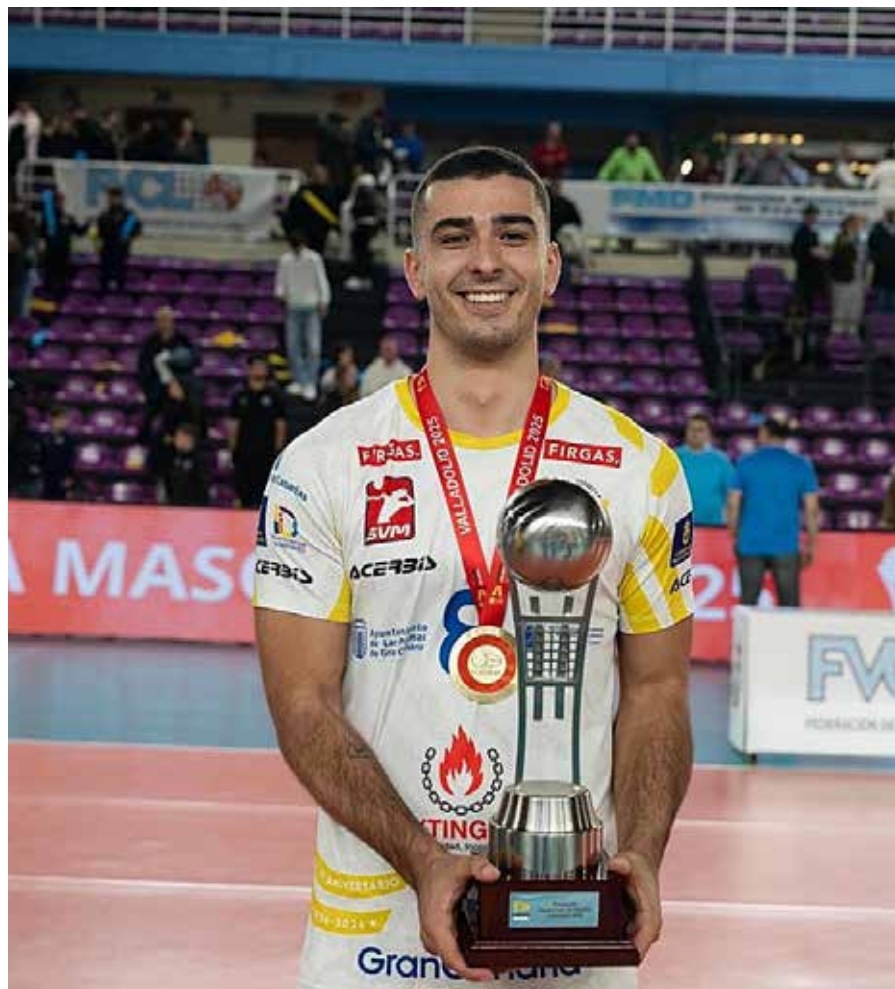
—Que disfruten. Es un deporte maravilloso cuando te metes dentro, por el ambiente y por lo que supone practicarlo. Y si no practican voleibol, que practiquen cualquier deporte. Lo importante es disfrutar de lo que hacen.

—**¿Qué tiene el voleibol que engancha tanto?**

—Jugar con compañeros lo hace muy divertido. Los deportes de equipo tienen eso. Mucha gente empieza en la playa y se queda. Es un deporte que engancha desde el primer momento.

—**En Dumbria siguen muy pendientes de ti.**

—Sí, estoy muy agradecido. Aunque esté lejos y pase poco por casa, siempre que vuelvo siento el apoyo del pueblo, del Concello y de toda la gente. Eso es muy bonito.



—**Con la selección española, ¿qué viene este verano?**

—Tenemos la Golden League, que ahora con el cambio de formato clasifica para el Europeo, y los Juegos del Mediterráneo en Italia. El objetivo es intentar meternos en el Europeo y, en los Juegos, igualar o superar el segundo puesto que conseguimos anteriormente.

—**¿Es posible pensar en unos Juegos Olímpicos?**

—Es posible, pero queda lejos. La clasificación va mucho por ranking y en Europa el nivel es muy alto. Te enfrentas a las mejores selecciones del mundo constantemente. No es imposible, pero es complicado. Aun así, hay que pelearlo.

PINTURA
Y DECORACIÓN DANI MUÑOZ

Profesional de la pintura que realiza trabajos en viviendas, locales comerciales, comunidades... tanto interiores como exteriores, así como colocación de papel pintado.

Olveira, 9 - 15151 - Dumbria (A Coruña)

671 450 975

JIMENA GAYOSO: "SI UNA NIÑA DEL EQUIPO C PUEDE LLEGAR A LA SELECCIÓN Y AL EXTRANJERO, NO HAY NADA IMPOSIBLE"

La internacional gallega repasa un 2025 brillante, su salto a la Bundesliga y reivindica más visibilidad para el voleibol femenino en Galicia.



MEJOR JUGADORA

DEPORTISTA:	JIMENA FERNÁNDEZ GAYOSO
	07/09/2001
	A CORUÑA
DEPORTE:	VOLEIBOL
CLUB ACTUAL:	VC WIESBADEN
DEMARCACIÓN:	OPUESTO
MANO DOMINANTE	DERECHA
TRAYECTORIA:	CAEP SORIA CAJASOL ARENAL EMEVÉ AVARCA MENORCA VC WIESBADEN
PALMARÉS	SUPERCOPA DE ESPAÑA COPA DE LA REINA

Elegida mejor jugadora del año por los lectores de Galicia Sport, Jimena Gayoso vive uno de los momentos más sólidos y ambiciosos de su carrera. Tras firmar una temporada histórica en Menorca, con dos títulos y una final de Liga, la internacional gallega ha dado el salto a la Bundesliga alemana mientras consolida su peso en la Selección Española. Con los pies en el suelo, pero sin renunciar a soñar en grande, repasa su camino desde el Colegio Liceo La Paz hasta la élite y reivindica más visibilidad y recursos para el voleibol en Galicia.

—Jimena, los lectores te han elegido mejor jugadora del año 2025. ¿Cómo fue este año para ti en el mundo del voleibol?

—La verdad es que fue un año muy emocionante. La temporada empezó realmente en 2024 y la arranqué ganando mi primer título, la Supercopa de la

Liga Iberdrola en Menorca. A lo largo de la temporada tuvimos muy buen rendimiento, estuvimos siempre entre los dos primeros clasificados y en febrero celebramos la Copa de la Reina en Menorca, consiguiendo nuestro segundo título y la primera Copa de la Reina en la historia del club.

Nos fuimos al play-off y caímos en la final contra Heidelberg, una final muy ajustada. Fue una temporada en la que casi conseguimos el triplete y, sobre todo, en la que pusimos fin al monopolio de títulos que llevaba Olímpico en los últimos años. Creo que fue muy importante para poner a Ciutadella y a Menorca en el mapa a nivel deportivo nacional y también europeo.

—¿Era el objetivo ganar títulos o fue algo que surgió sobre la marcha?

—Era el objetivo. En Menorca siempre nos hemos puesto objetivos ambi-

María Lebedynski
Peixes e Mariscos do noso mar

Servicio a domicilio

Aparcamiento gratuito 1h

Pago con tarjeta

Mercado Conchiñas
Puesto nº 214
630 958 723

Pescados y Mariscos de temporada de La Costa Gallega.

pescaderiamarialebe@gmail.com

Limpiezas y Mantenimientos
ecovapor S.L.

Limpieza Integral de Vehículos
Hogar / Industria / Comunidades

ALQUILER DE BAÑOS QUÍMICOS
PORTÁTILES PARA EVENTOS

Alquiler - Vaciado Semanal - Transporte
Limpieza diaria interior (según petición del cliente)

PIZARRAS as pontes

CUBIERTAS DE PIZARRAS - REPARACIÓN GOTERAS - CANALONES
IMPERMEABILIZACIÓN Y TELA ASFÁLTICA - LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO DE
TEJADOS - CUBIERTAS EN TEGOLA AMERICANA - LIMPIEZA DE FACHADAS

pizarraspontes@gmail.com

981 450 685
661 072 806 - 628 467 442

Avda. de Lugo, 21 - 15320 AS PONTES
limpiezasecovapor@gmail.com

TU RODICIO BRASILEÑO EN OLEIROS

Comida brasileña, restaurante tradicional de carne a la brasa, especialistas en rodizio brasileiro 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



ciosos porque consideramos que el equipo y el club tienen los recursos y la calidad para conseguirlos. Evidentemente era muy ambicioso querer ganar los tres títulos, pero dos de tres está bastante bien.

—**Este año estás jugando en Alemania. ¿Cómo está siendo la experiencia?**

—Es mi primer año jugando fuera de España. Venía de tener mi primera experiencia completa con la selección absoluta, con la Golden League, el pre-europeo, el Campeonato del Mundo y el Mundial Sub-25 aquí en Berlín. Llegué recién aterrizada y el equipo ya llevaba un mes de preparación, así que fue adaptarme lo más rápido posible.

Está siendo una experiencia muy positiva y muy distinta. En España cada vez hay más nivel y la competición está muy apretada, pero aquí se nota mucho la implicación de los fans, los pabellones llenos, la profesionalización del espectáculo. Es diferente.

—**¿Es una liga que paga más?**

—No necesariamente. La Bundesliga está en un momento de transición y cierta recesión económica en cuanto a recursos. Intentan mantener la profesionalización y el espectáculo, pero no es una liga que ahora mismo pague como Italia, Rusia o Polonia. Es más un escaparate para jugadoras jóvenes. No hay tanta veteranía como antes, pero sigue habiendo mucha potencia física.

—**Tus inicios fueron en el Liceo La Paz. ¿Qué recuerdas de aquella etapa?**

—Fue una etapa muy buena. Pese a lo que pueda parecer, yo jugaba en la tercera rotación del equipo C. Nadie esperaba este resultado. Tuve muy buenos entrenadores y una generación muy buena. Empezamos a hacer vóley playa en primero o segundo de la ESO y eso nos ayudó muchísimo técnica y físicamente. Ganamos campeonatos gallegos, fuimos a campeonatos de España, y siendo un colegio es un logro muy grande. Y no, no me imaginaba llegar a esto ni de lejos. De hecho, me enteré de que existía la Superliga casi cuando me llamaron para mi primera concentración con la selección.

—**¿Cómo fue el salto después?**

—Pasé por el CAEP Soria durante dos años, que es la concentración permanente de la Selección Española, donde jugábamos Superliga 2 y preparábamos competiciones internacionales. Luego me llamaron con 16 años para empezar en Superliga 1 en Cajasol, donde estuve tres años. Después pasé por Lugo dos temporadas, Menorca dos más y ahora estoy en Alemania.

—**La Selección Española está viviendo un buen momento.**

—Se está intentando trabajar para ello. El verano pasado fue muy exigente: Golden League, clasificación para el Europeo, Mundial Sub-25, amistosos... Ahora mismo, por ranking, estamos consiguiendo mantenernos en competiciones europeas y acceder a torneos mundiales, algo que no se lograba desde hace 42 años. Hay talento y ganas. España empieza a estar en el punto de mira.

—**¿Soñáis con unos Juegos Olímpicos?**

—Evidentemente. Ahora la clasificación es por ranking y solo van 12 equipos, es muy selecto. Hay que trabajar mucho e invertir muchos recursos, pero cualquier cosa puede pasar.

—**Un sueño por cumplir en el voleibol.**

—Jugar unas Olimpiadas. Y a nivel de club, me encantaría acabar jugando en Italia. Es la mejor liga del mundo. Hay muchísimo nivel, pero los sueños marcan el camino.

—**En A Coruña siempre hay equipos peleando por crecer. ¿Te imaginas jugando en casa?**

—Ojalá. Para mí sería maravilloso poder retirarme en casa, sería un sueño. Pero hace falta un proyecto estable. Sin recursos y sin implicación institucional es muy difícil mantener un equipo en Superliga.

Hay muchísimo voleibol en Galicia, mucha cantera, pero los pabellones no se llenan. Hace falta más visibilización para generar referentes y que el deporte crezca.

—**Un mensaje para las niñas y niños de las canteras gallegas.**

—Que si esto les gusta de verdad, que sigan entrenando, que sigan jugando y que sigan soñando con que se puede llegar a ser profesional. Si una niña que jugaba en la tercera rotación del equipo C está jugando en el extranjero y en la Selección Española, no hay nada imposible. Lo importante es que les apasione.

—**Jimena, si nos dejamos algo, tienes la palabra.**

—Quiero aprovechar para dar las gracias a toda la gente que me votó y participó, y gracias a vosotros también por el reconocimiento y por el espacio que dedicáis a nuestro deporte a lo largo del año.



T. 981 503 096 636 697 157
M. 608 181 803 606 307 605

Jose Manuel Guerra Calvelo

- Pozos de barrena.
- Tomas de terra.
- Geotermia.

VAAMONDE - TEO - SANTIAGO

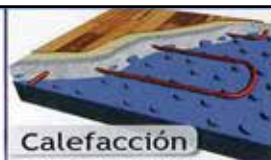
info@sondeosguerra.com
www.sondeosguerra.com



GEOCLIMA ST
CLIMATIZACION - FRIO INDUSTRIAL
ENERGIAS RENOVABLES - CALEFACCION

Instalaciones y Mantenimiento

Rúa das Mercadorias, 121 - Polígono Industrial Ceao
Telf.: 982 814 147 - 636 462 063 • www.geoclimast.com



Calefacción



Biomasa
Solar térmica



Refrigeración

"SI NO CREEMOS QUE PODEMOS LLEGAR A UNOS JUEGOS, NUNCA LLEGAREMOS"

El entrenador del Club Vigo Voleibol analiza la evolución del proyecto, el nuevo formato de Superliga 2 y reivindica una apuesta decidida por el talento nacional.



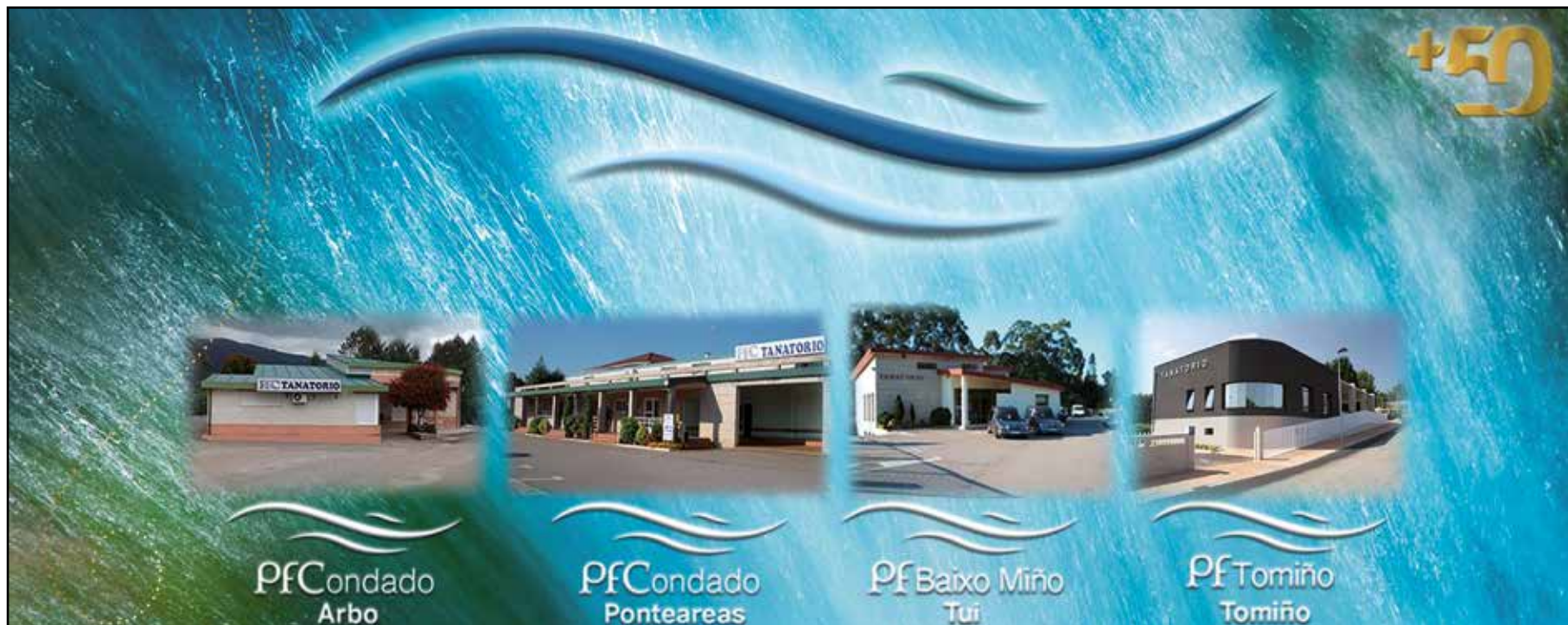
ENTRENADOR - CV ZALAETA

TÉCNICO:	DIEGO TABOADA CAMPELO 21/02/1979 A CORUÑA
DEPORTE:	VOLEIBOL
CLUB ACTUAL:	CLUB VIGO VOLEIBOL
TRAYECTORIA:	ARENAL EMEVÉ MASCULINO ARENAL EMEVÉ FEMENINO ALDEBARÁN SAN SADURNIÑO SELECCIÓN ESPAÑOLA SUB 17 CLUB VIGO VOLEIBOL

El Club Vigo Voleibol vive una etapa de consolidación y crecimiento. Con una plantilla joven, identidad propia y una clara apuesta por la formación, el proyecto avanza con paso firme en Superliga 2. Su entrenador, Diego Taboada, repasa el camino, reflexiona sobre el nuevo modelo competitivo y lanza un mensaje claro al voleibol español: hay que creer más en lo que tenemos.

—Diego, ya llevas unos años en Vigo. ¿Por dónde pasa el proyecto y cómo valoras la evolución?

—Cuando salí de Lugo pasé un año en San Sadurniño y surgió la oportunidad de venir a Vigo. Lo pensé mucho porque tenía ofertas de equipos de Superliga en España e incluso del extranjero, pero me convenció lo que me contaron del proyecto. La idea era crecer desde abajo, desde la base, y al mismo tiempo devolver al club a los niveles que tuvo en el pasado, porque fue un referente gallego y nacional.



Eso lleva tiempo. No es lo mismo entrenar cantera que entrenar cantera para que compita al máximo nivel. La diferencia es enorme y exige una metodología muy concreta. Además, necesitas físicos que puedan llegar al alto rendimiento. En Lugo me costó unos 14 años consolidar algo así. Es un proceso largo.

—**En Superliga 2 ya competís contra cualquiera. ¿Pensar en el ascenso es realista?**

—Lo que se ha hecho muy bien estos años es crear una base de equipo, una identidad de club. Jugadores que saben a lo que entrenan y a lo que juegan. Pero es un equipo muy joven: el mayor tiene 23 años. Eso se nota. Hay momentos en los que ganamos a los mejores y estuvimos a un punto de meternos en la Copa Príncipe, pero luego llega un bajón porque cuesta sostener el nivel toda la temporada. El salto ahora es ser más competitivos con continuidad.

—**El año que viene cambia el formato de la Superliga 2.**

—Sí, seguirá habiendo tres grupos, pero el grupo A será por clasificación y los otros dos por zona. El grupo A será más competitivo y permitirá que hasta el tercero o cuarto puedan optar a fase de ascenso. En los grupos B y C solo el campeón irá a fase de ascenso. Eso cambia la planificación. Además, para estar en el grupo A hay que quedar entre los primeros del grupo actual. Hasta que no sepamos dónde acabamos es complicado planificar del todo.

—**¿Es un cambio positivo?**

—Necesitábamos un cambio para subir el nivel de la categoría. Si este será el definitivo no lo sé. Hay que darle cuatro años para valorar si funciona. Es ensayo y error.

—**En Galicia hay muchos equipos en Superliga 2, pero cuesta dar el salto a Superliga 1.**

—Seguimos teniendo un problema económico. Otras comunidades tienen más facilidades fiscales o empresariales. Aquí cuesta más encontrar patrocinio estable. El Emevé bajó porque no podía sostener la estructura. San Sadurniño ascendió pero tuvo que renunciar.

Nosotros no queremos subir para luego no poder mantenernos. Para estar en Superliga 1 necesitas una estructura estable, ayudas económicas y también un marco laboral que dé tranquilidad a entrenadores y trabajadores. Jugadores siempre aparecen, pero los entrenadores son los que forman a los jugadores buenos. Eso es lo que hay que asegurar.

—**También eres seleccionador nacional sub-17.**

—Sí. El año pasado con la sub-16 fuimos subcampeones de Europa y este verano jugamos el Mundial en Qatar. El objetivo siempre es ser campeones. Luego la competición te coloca donde te coloca, pero si no trabajas para ser el mejor es imposible competir.

—**¿Es descabellado soñar con unos Juegos Olímpicos?**

—Para mí el secreto está en creer que podemos. Tenemos que tener fe en nuestro voleibol y trabajar para ello. No es vivir de fantasías, es cambiar la mentalidad. A veces en España somos un poco “pobrecitos” comparándonos con otras selecciones. En el último Europeo que dirigí éramos la segunda selección más alta. No es verdad que físicamente estemos tan lejos. La diferencia está en creer y apostar. Argentina, por ejemplo, apuesta por sus jugadores jóvenes. Si no damos oportunidades a los chicos, es muy difícil que lleguen.

—**Esa filosofía la aplicas en Vigo.**

—Claro. Prefiero fichar a un chico español en formación que a un extranjero. Tengo el caso de Carlos, que vino de una liga autonómica para estudiar en Vigo y en seis meses está jugando de titular en Superliga 2. Si no les damos oportunidad, no llegarán nunca.

—**Un mensaje para la afición del Club Vigo Voleibol.**

—Lo más importante es la ilusión. Una afición que tenga ilusión por el primer equipo y por la base crea identidad de club. Estoy muy agradecido a la gente de Vigo porque se nota que quieren a su club. Eso es algo muy bonito de sentir en cada partido.

BODEGAS



Santiago Roma®
Vinos de autor

santiagoroma.com

Vino elaborado en barrica de piedra



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

bodega@santiagoroma.com

C/ Catariño, 5 Besomaño Ribadumia
36636 Pontevedra España



HELIA GONZÁLEZ, LA JUGADORA QUE MARCÓ UNA ÉPOCA EN EL VOLEIBOL ESPAÑOL

Más de veinte años en la élite, once Ligas y un legado imborrable en el deporte nacional de alto nivel.



PREMIO A LA TRAYECTORIA DEPORTIVA

NOMBRE	HELIA GONZÁLEZ 29/08/1985 A CORUÑA
DEPORTE	VOLEIBOL
DEBUT PROFESIONAL	2004 (JAV OLÍMPICO)
RETIRADA	2025 (HIDRAMAR GRAN CANARIA)
TRAYECTORIA	COLEGIO LICEO LA PAZ- AD CALASANCIAS.- MI- LLENUM CERMEL- CAEP SORIA- JAV OLÍMPICO- AVARCA MENORCA- HARO ROIJA VOLEY- EVREUX VOLLEY- BALL- NATURHOUSE CIUDAD DE LOGRO- ÑO- CV HIDRAMAR GRAN CANARIA (JAV OLÍMPICO).

Hablar de Helia González es hablar de una de las trayectorias más brillantes del voleibol femenino español. Más de dos décadas en la élite, un palmarés extraordinario y un liderazgo indiscutible la convierten en una de las grandes referencias de este deporte en nuestro país. En 2025 puso punto final a su etapa como jugadora profesional, cerrando un ciclo histórico y dejando una huella difícil de igualar.

De A Coruña a la cima del voleibol nacional

Natural de A Coruña, Helia descubrió el voleibol siendo apenas una niña. Lo que comenzó como una actividad en el Colegio Liceo La Paz terminó convirtiéndose en una carrera profesional de altísimo nivel. Su talento y

carácter competitivo pronto llamaron la atención, y siendo muy joven ya dio el salto a la máxima categoría.

Gran Canaria fue uno de los primeros escenarios importantes de su carrera, donde empezó a consolidarse en la Superliga Femenina. A partir de ahí, su trayectoria la llevó por algunos de los clubes más potentes del país. También vivió experiencias fuera de España, ampliando su perspectiva y enriqueciendo su formación como jugadora.

Pero fue especialmente en Logroño donde alcanzó una dimensión histórica. Allí se convirtió en pieza fundamental de un proyecto dominador que marcó una era en el voleibol español.

Juan Carlos L.S

TRABAJOS AGRÍCOLAS DESBROCES Y JARDINERÍA

 **697 227 148**



Juan Carlos López Suárez
Samoedo, 140 - 15160 SADA (A Coruña)

Una colección de títulos difícil de repetir

El nombre de Helia González está ligado a los grandes títulos del voleibol nacional. A lo largo de su carrera acumuló once campeonatos de Superliga, ocho Copas de la Reina y ocho Supercopas de España, cifras que la sitúan entre las jugadoras más laureadas de todos los tiempos.

Más allá de los trofeos colectivos, también recibió numerosos reconocimientos individuales. Fue distinguida en varias ocasiones por su rendimiento como atacante, receptora o jugadora más valiosa, demostrando su capacidad para adaptarse y evolucionar con el paso de los años.

Su regularidad fue, probablemente, su mayor virtud: temporada tras temporada mantuvo un nivel altísimo, siendo siempre una pieza determinante en los equipos en los que militó.

Referente de la Selección Española

La camiseta de España fue otro de los grandes capítulos de su carrera. Helia superó las 160 internacionalidades con la selección absoluta y ejerció como capitana en distintas etapas, asumiendo un papel de liderazgo tanto dentro como fuera de la pista.

Compitió en torneos europeos e internacionales, representando al voleibol español en escenarios de máxima exigencia. En una disciplina que históricamente ha tenido que pelear por recursos y visibilidad, su compromiso con la selección fue constante.

Reinventarse para seguir compitiendo

Una de las claves de su longevidad fue su capacidad de adaptación. En los últimos años de su carrera modificó su rol en pista, ajustando su posición y estilo de juego para seguir siendo determinante. Esa inteligencia competitiva le permitió prolongar su trayectoria hasta 2025, cuando decidió cerrar definitivamente su etapa como jugadora profesional.

Su retirada no fue un adiós al voleibol, sino una transición natural hacia una nueva etapa.

Del parquet al banquillo

Tras colgar las zapatillas, Helia inició una nueva fase vinculada a la formación. Su experiencia, conocimiento del juego y visión del alto rendimiento la han llevado a integrarse en proyectos técnicos y de desarrollo de jóvenes. Su objetivo ahora es trasladar todo lo aprendido durante más de veinte años en la élite a las nuevas generaciones, ayudando a construir un voleibol español más fuerte y competitivo.



Más que títulos

Si algo define la carrera de Helia González es la coherencia. Fue competitiva, exigente y constante, pero también reflexiva. A lo largo de su trayectoria habló con naturalidad sobre la realidad del deportista profesional, sobre el sacrificio que implica competir lejos de casa y sobre la importancia del equilibrio personal.

Su legado no se limita a los trofeos. Está también en el respeto que genera su nombre dentro del voleibol español.

Helia González cerró una etapa histórica, pero su influencia continúa. Porque las grandes figuras no desaparecen cuando se retiran: simplemente cambian de rol. Y en el caso de Helia, el voleibol español sigue teniendo en ella a una de sus grandes referencias.

Talleres LA GROUFA

MECÁNICA EN GENERAL

TLF.: 981 602 158

Avda. Finisterre, 53 - 15142 - Arteixo (A Coruña)



JAVI GÓMEZ NOYA, EL GALLEGO QUE APRENDIÓ A GANAR MIRANDO AL MAR

Recordamos el camino de un campeón, que llevó el espíritu de Galicia a lo más alto del triatlón mundial.

Hay deportistas que se explican con números y medallas, y otros que se entienden mejor desde el paisaje que los vio crecer. La historia de Javier Gómez Noya pertenece a esta segunda categoría. Porque su carrera no se comprende del todo sin la brisa atlántica de Ferrol, sin la cultura del esfuerzo silencioso tan propia de Galicia, sin esa forma de entender el trabajo diario como algo natural, casi inevitable.

Durante más de dos décadas, el triatleta gallego convirtió el sacrificio cotidiano en excelencia deportiva hasta erigirse como una de las figuras más grandes de la historia del triatlón mundial. Su trayectoria fue larga, constante y profundamente humana, construida paso a paso, como las historias que se transmiten en los pueblos de generación en generación.

UN NIÑO DEL AGUA Y LA DISCIPLINA

Aunque nació en Basilea en 1983, hijo de emigrantes gallegos, Javier creció en Ferrol, donde encontró su lugar y su identidad. Allí empezó todo: las primeras brazadas en la piscina, las horas de entrenamiento repetidas con paciencia, la educación en la constancia que caracteriza a tantos deportistas gallegos.

La natación fue su primer lenguaje deportivo. En el agua aprendió el ritmo, la resistencia y el control del esfuerzo, virtudes que más tarde definirían su manera de competir. Con el tiempo llegaron la bicicleta y la carrera a pie, y con ellas la certeza de haber encontrado su camino en el triatlón.

No fue un trayecto sencillo. En sus inicios tuvo que enfrentarse a problemas médicos y administrativos que pusieron en riesgo su futuro deportivo. Aquellas dificultades, lejos de apartarlo del deporte, reforzaron su carácter. Como tantas historias de superación nacidas en Galicia, la suya también se forjó desde la adversidad.

LA CONSTANCIA CONVERTIDA EN DOMINIO

Con los años, aquel joven disciplinado se transformó en uno de los grandes dominadores del triatlón internacional. Su forma de competir no era estridente ni teatral: era eficaz, constante, casi artesanal. Carrera a carrera fue construyendo un palmarés extraordinario.

Cinco campeonatos del mundo, varios títulos europeos, decenas de victorias en las Series Mundiales y la inolvidable medalla de plata en los Juegos Olímpicos de Londres 2012 dibujan solo una parte de su dimensión deportiva. También conquistó el mundo del Ironman 70.3, demostrando su capacidad para adaptarse a cualquier desafío.



*Panaderos Artesanos
desde 1978*

Lugar O Coto, 10 - NEDA

Teléfonos Horno

981 38 00 85 - 698 18 25 80 - 618 87 25 98

Teléfonos Despacho

Mercado Vvda. Recimil: 981 32 47 91

Avda. de Esteiro: 981 35 12 48

Santa Cecilia: 981 38 58 49

CC Narón A Filla de Germán: 981 38 02 10

C / Tarrata nº 5 - Ares: 699183378

Mercado de Caranza: 626910447

Plza de Canido 6 (Ferrol) Tlf.: 613468109

C/Uruguay 23-25 (Ferrol) Tlf.: 604260742

forneiro91@gmail.com

NOMBRE	JAVIER GÓMEZ NOYA 25/03/1983 BASILEA (SUIZA)- (AFINCANDO EN FERROL DESDE LOS 3 MESES)
DEPORTE	TRIATLÓN
DEBUT	TRIATLÓN OLÍMPICO DE CASTROPOL (TENÍA 15 AÑOS)
RETIRADA	2024
RANKING MUNDIAL MÁS ELEVADO	NÚMERO 1
PALMARÉS MÁS RELEVANTE	- 5 CAMPEONATOS DEL MUNDO ITU - MEDALLA DE PLATA EN LOS JJOO DE LONDRES 2012 - 2 CAMPEONATOS DEL MUNDO IRONMAN 70.3

*La mejor
primavera
en*

Calvario!



**MERCADO
DO CALVARIO**



- BOCATAS • HAMBURGUESAS
- PLATOS COMBINADOS
- VIERNES DÍA DE LAS HAMBURGUESAS + BEBIDA
- SÁBADO DÍA DEL CERDO + BEBIDAS

CHURRERÍA EL 31

RÚA CATALUÑA 3 VIGO

622 129 893



Monkey
Market
24h

*Tu tienda Minimarket de confianza!!
Con nosotros encontrarás todo lo que buscas!!!*

chucherías • productos de higiene
Productos latinos • Bebidas • Comida
Primera necesidad • Dulces...

Horario lunes a viernes y domingo de 10-0:00h
Viernes y sábado de 10-1:30h

Rúa Andalucía 14 - Vigo (O Calvario)

641 465 238

La mejor primavera en Calvario

ALI DONER KEBAB & PIZZA

POLLO ASADO + PATATAS 9,50€

MENÚ POLLO FRITO CON PATATA CON PEPSI 7:50€

PIZZAS

28 cm 8,00€

32 cm 10,00€

40 cm 14,00€

CALZONE 10,00€

OFERTA ESPECIAL 5
4 DURUM + PATATAS + REFRESCO 1L 23,50€

OFERTA ESPECIAL 8
3 DURUM + PATATAS + REFRESCO 1L 19,50€

OFERTA ESPECIAL 4
2 DURUM + PATATAS + REFRESCO 1L 13,50€

OFERTA ESPECIAL 3
4 KEBAB + PATATAS + REFRESCO 1L 21,50€

OFERTA ESPECIAL 2
3 KEBAB + PATATAS + REFRESCO 1L 15,50€

OFERTA ESPECIAL 1
2 KEBAB + PATATAS + REFRESCO 1L 12,50€

Avenida del Alcalde Gregorio Espino, 47 - VIGO

PEDIDOS 986 232 645 - 620 810 041

Feitizos do Vento

Perfumes · Jabones · Aceites ...

Perfumes inspirados en grandes marcas desde 6,90€ (50ml)

Lámparas de Sal del Himalaya encargue el modelo y el peso que desee

 FeitizosDoVento-www.perfumesparecidos.com

Urzaiz, 145 Vigo | T.: 680 19 41 73 - 687 831 877

Tapas, bocadillos y el mejor menú del día

Candela
cafetería-cervecería-viños

c/José Antela Conde, 4-baixo 2 · 36205 Vigo

Tel.: 886 112 108





- 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

En **La Finestra** llevan abiertos desde 1993 y con esos 33 años de experiencia garantizan calidad duradera, innovación, óptima comodidad en el hogar y muchos años de uso satisfactorio. Esta empresa viguesa cuenta con una gran cantidad de opciones para las ventanas: estores, venecianas, velux, cortinas, persianas, toldos, mosquiteras... en diferentes estilos y acabados.

Posee más de 1.500 referencias que pone a disposición de sus clientes, además de ser distribuidores de las primeras marcas del sector.

La **La Finestra** también sigue las últimas tendencias en decoración y proporciona a sus clientes asesoramiento personalizado en todo el proceso y fabrican a medida, estando siempre en contacto con sus clientes. Asimismo automatizan todo tipo de cortinas y persianas y son especialistas en protección solar (interior-exterior). Sus productos ayudan a que los hogares sean más eficientes en lo que al ahorro energético se refiere.

Estos son los productos que comercializan:

- ✓ Estores enrollables Screen/ Soltis.
- ✓ Estampación digital personalizada.
- ✓ Cortinas: venecianas, plisadas, duette, facette, silhouette, verticales, noche/día, veneciana madera, Velux.
- ✓ Toldos.
- ✓ Persianas PVC / Aluminio térmico.
- ✓ Mosquiteras.
- ✓ Puertas plegables.
- ✓ Mamparas de baño.

Los profesionales de **La Finestra** son expertos en la instalación, mantenimiento, reparación y motorización de estores. En sus instalaciones disponen de un amplio surtido de estores para que

La empresa viguesa también es especialista en persianas, cortinas y estores

La Finestra, desde 1993 decorando ventanas



Posee más de 1.500 referencias que pone a disposición de sus clientes

el cliente encuentre el que mejor se adapta a sus necesidades. Por tejidos, colores, texturas y/o transparencia son algunas de las clasificaciones que se pueden hacer.

También trabajan con los mejores materiales, por lo que todos sus productos son de la máxima

calidad. Los estores ecológicos son los que poco a poco van consiguiendo una mayor demanda, ya que además de ser fabricados con productos procedentes del mar, también tienen una serie de ventajas que los hace irresistibles para cualquiera.

Por último, destacar que en **La Finestra** ofrecen una garantía oficial de cinco años en todos sus productos, que incluye la reposición del material, el montaje, la mano de obra y el desplazamiento, además de realizar un presupuesto previo sin compromiso.

La Finestra

¡decoramos tu ventana!

screen
estores
persianas
motorización
protección solar
cortinas técnicas

Gregorio Espino 42 - VIGO

986 378 755 - 604 009 175

Distribuidor oficial en Vigo

lafinestra@lafinestravigo.com

cortinas técnicas

Dialgava

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

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

Venta de vinos GALLEGOS y NACIONALES



PARÉS
1790
BALTA

SIERRA NORTE
bodega

Setembro
20
Mencia de Monterrei



Peza do Rei
Ribeira Sacra



COTO DE
GOMARIZ



Tienda on-line www.dialgava.es

info@dialgava.es



Rúa Graduil, 12, B izq, 15669 Cambre (A Coruña)

981 65 54 98

667 650 826

El restaurante japonés Nikko mantiene su exitosa y ascendente trayectoria



Desde que abrió sus puertas hace ya siete años en Vigo el restaurante japonés Nikko mantiene su exitosa y ascendente trayectoria.

Al frente del negocio se encuentra Nicolás, conocido por todo el mundo como Nico, y el local de hostelería se publicita como “un japonés diferente” y no le faltan razones.

Primero porque el propietario del establecimiento es vigués y las diez personas que trabajan en el local —en temporada alta llegan a doce— nada tienen que ver con el país nipón y también porque su cocina no es tradicional japonesa, sino que existen gran variedad de platos con diferentes toques asiáticos.

Nico, que trabajó antes de inaugurar su propio restaurante en uno japonés donde adquirió la experiencia necesaria, destaca que “tenemos un menú del día muy bueno por sólo 18 euros. Nuestra calidad es bestial. Contamos con el mejor pescado de la Ría”.

El empresario hostelero se muestra satisfecho de cómo marcha el negocio y afirma que “el público está respondiendo muy bien y lo que más demandan sus clientes es el sushi y de postre la tarta de queso”.

- En el local de hostelería
- que regenta Nico existen
- gran variedad de platos con
- diferentes toques asiáticos

NIKKO

ESPACIO GASTRONÓMICO

UN JAPONÉS DIFERENTE



México, 10 · VIGO · 886 13 05 76

www.restaurantenikko.com

RESERVAS Y PEDIDOS



Cafetería D' Hugo Tapería

📍 Calle Merlo, 12 - Vigo



☎ 986 26 50 90
695 502 000

Menú del día
Tapas variadas
Comidas por encargo





*Las mejores
carnes*

**Lo mejor, nuestros
clientes**

**Especialidad: Gran
variedad en Cachopo
de ternera gallega**

**Haz tu encargo
por  655 626 751**

Elige tu carne
preferida y el relleno que
más te guste y nosotros te lo
preparamos: Pulardas - Pollo
de corral - Angus - Ternera
Solomillo Wellington...

Plaza de O Calvario. Puesto 18 | T. 655 62 67 51 | VIGO

MAR ORGANIZÓ DOS TORNEOS BENÉFICOS A FAVOR DE ONGS

La Asociación de Mus Rías Baixas mostró su aspecto más solidario

En la Asociación de Mus Rías Baixas (MAR) que preside June Pike Tennant no todo van a ser Torneos Oficiales. También hay un hueco para torneos solidarios a favor de ONGs que realizan una labor muy necesaria en distintas partes del mundo. Además de la gestión y organización, MAR aportó invitaciones al PreMáster de España 2026.

El 3 de enero se jugó el Torneo a favor de Aulas Abiertas, una ONG con sede en Vigo que desarrolla su labor en Cajamarca, Perú, atendiendo a 1.200 niños en comedores de escuelas públicas, entre otras muchas actividades para personas de todas las edades y condiciones. También son responsables de una residencia para chicas sin recursos para costear sus es-

tudios superiores, llevan un taller de corte y confección para personas que no tuvieron oportunidad para prepararse y en Lima tienen un comedor para ancianos que necesitan. Los campeones del Torneo fueron José María y Javier; subcampeones María y Titó, y los tercer clasificados Aníbal y Tere. Estuvieron presentes en el torneo Marianella Ureto, responsable de la ONG en Lima, y Pilar Muñoz, directora de Aulas Abiertas.

TORNEO ONG LOTUS

El 24 de enero se disputó otro Torneo Benéfico, en este caso a favor de la ONG LOTUS, Spain, que se dedica a la Educación Infantil en Varanes, India, contribuyendo a proteger



Campeones del Torneo Aulas Abiertas, José María y Javier, acompañados por Pilar Muñoz y Marianella Ureto, directora y responsable en Lima de la ONG, respectivamente





De izquierda a derecha, los campeones invictos del Torneo ONG LOTUS, Feli y Carlos; los subcampeones, Chema y Kike, y los tercer clasificados, Ángel y Simón

los derechos de la infancia y contribuyendo a erradicar la pobreza.

La ONG LOTUS, que preside Beatriz Barbará Rodríguez y cuya secretaria es Nuria Vázquez Varela, trabaja desde hace cuatro años para dar un futuro digno a las comunida-

des desfavorecidas en tres aspectos fundamentales: nutrición, educación y salud.

Finalmente resultaron campeones invictos Feli y Carlos, con Chema y Kike como subcampeones y Ángel y Simón en el tercer lugar.

Los dos torneos se jugaron en

el Hotel Ciudad de Vigo, sin cuyo apoyo desinteresado no sería posible su celebración.

IX LIGA MAR

Por lo que respecta a la competición oficial, 24 equipos siguen jugando la IX Liga

MAR, Incorporate Insurance Broker, en 1ª y 2ª División, habiéndose incorporado dos equipos este año.

El próximo Torneo Oficial es el X Torneo de Mus Balneario de Mondariz, que se celebrará el 7 de marzo. ¡Os esperamos!

TAPERÍA
Miramabel



Daniel Fernández Gómez

Mó: 629 96 33 50

Tel: 986 49 09 23

Canido Playa 125, 36390 Vigo

MENÚ DEL DÍA
PLATOS COMBINADOS
TAPAS VARIADAS



A black and white portrait of a man with a beard and glasses, wearing a light-colored patterned shirt, with his arms crossed.

RADIO ESTADIO

EDU GARCÍA

SÁBADO
DE 15:30 A 1:00
DOMINGO
DE 15:00 A 1:00

A square QR code located in the bottom right corner of the white rectangular area.

EL DEPORTE EN VIVO

EMOCIÓN Y ESPECTÁCULO PARA
DISFRUTAR DE LA RADIO.



TU RADIO

NUEVO LEÓN



**HAY UN HILO ROJO
QUE NOS CONECTA**



CUPRA

DESDE 190 €/MES*
CON CUPRA FLEX

48 cuotas. Entrada: 5.191,18 €
Cuota final en el mes 48: 24.333,86 €

*Oferta para un CUPRA León 1.5 eTSI 110 kW (150 CV) DSG MY 26.5. PVP recomendado en Península y Baleares 32.205,67 €. Importe total del crédito: 27.014,49 €. Comisión de apertura al contado: 945,51 €. Importe total adeudado: 34.399,37 €. Precio al contado: 34.355,67 €. Precio total a plazos: 39.590,55 €. TAE: 7,56%. TIN: 6,25%. Sistema de amortización francés. Intereses: 6.439,37 €. Coste total del crédito: 7.384,88 €. Incluye 5 años o 100.000 kms de garantía. Oferta válida hasta 28/02/2026 para clientes particulares calculada a 10.000 Km anuales y ofrecida por Volkswagen Bank GmbH S.E.. Consumo medio combinado de 5,3 a 5,7 l/100 km. Emisiones ponderadas de CO₂ de 121 a 129 g/km. (Valores WLTP). Imagen acabado CUPRA León con opcionales.

COPERVI - AV. MADRID, 197 - VIGO - T. 986 267 828 - REDCUPRA.ES/COPERVI



• HAMBURGUESAS • PREMIUM PARA GOURMETS

CACHENA
TENREIRA
VACA
PORCO CELTA
POLO



CHAMA
AGORA 
981 741 017



pcdominguez.com

Estas fotografías
representan suxestións
de presentación.



Dominguez sabe máis