Futbol africà a Torregrossa / Entrevista a Laia Sabaté / Més sòl pelvià / Els borgencs del Waterpolo Mollerussa

SomEsports

Revista mensual d'esports de les Garrigues
www.somesports.net

Juny-Juliol de 2023 / Núm. 55
Preu: 1 €



FOTO: Xavi Minguella

Grafix DIGITAL
evolució gràfica i visual
Av. Mediterrània, naus 32-34 · 973 71 10 09 · info@grafix.cat · 25241 Golmés – Lleida

Consell de redacció
Anna Farré
Xavi Pastó
Ferran Casas
Francesc Florensa
Miquel Andreu
Xavier Franch

Coordinació i departament comercial
Francesc Florensa

Redacció
Xavier Franch
Miquel Andreu

Disseny gràfic
Adrià Martí

Fotografia
Xavi Minguella

Correcció
Roger Berengué

President
Emili Farré

Imprimeix
GRAFIX DIGITAL
Av. Mediterrània, 34 P. I. Golparc
25241 Golmés (Lleida)

Dipòsit legal
L-1291-2017

Edita
Associació Cultural Garriguenca de Comunicacions
C/ Nou, 2 2n · 25400
LES BORGES BLANQUES
Telèfon: 973 14 24 20
www.somesports.net

Amb el suport de

Premsa Comarcal

Generalitat de Catalunya
Departament de la Presidència

EDITORIAL

Les noves oportunitats del futbol dels marges

Sense pretendre-ho, l'últim *SomEsports* de la temporada 2022/2023 ha sortit d'allò més futboler. Hi parlem de la participació del Futbol Club Torregrossa, integrat per joves d'origen senegalès i gambià i fills de la migració, en el torneig Navetane Lleida que té lloc aquest estiu. Hi entrevistem la futbolista nascuda a Maials Laia Sabaté, que forma part de l'equip de veteranes de la U.E. Bordeta, de Lleida. Fem un repàs de la situació dels equips garriguencs al finalitzar la campanya i també avancem una novetat: Torregrossa tindrà un equip de veteranes a partir del setembre. Disputaran la lliga amb equips com l'Alcoletge, el Soses o el mateix Bordeta. Sembla que Sabaté haurà de decidir aviat si torna a la competició. Del torneig Navetane de Lleida a l'aparició d'aquests equips de futbol de veteranes se'n pot extreure dues observacions. La primera, més que òbvia, és la de la capacitat de mobilització social que té aquesta disciplina. De la pràctica esportiva pura es passa a representar un grup de persones, a visibilitzar una col·lectivitat, a reivindicar els seus anhels. La segona, estirant aquest fil i amb esperit optimista, és que hi ha moltes persones a la comarca que bullen de desig de construir nous espais per poder jugar i, amb això, guanyar centralitat en la vida garriguenca. Un protagonisme que potser fins ara no han tingut.
A més a més, comença l'estiu!, una època en què s'atura la competició oficial, però en què prenen protagonisme els amistosos i tornejos locals i comarcals. Tot i que aturem el *SomEsports* en paper, trobareu al web totes les novetats.

LA CONVOCATÒRIA

CICLISME	Divendres 23 de juny (17 h)	Ruta a buscar la Flama del Canigó (Maials)
CICLISME	Setmana 26-30 de juny	Campus Escola Ciclisme Juneda-Garrigues
FUTBOL	Del 26 de juny al 28 de juliol	Campus Escola Comarcal Futbol (Les Borges)
FUTBOL	Del 26 de juny al 4 d'agost	Campus Escola de Futbol Intercomarcal (Juneda)
SENDERISME	Dissabte, 8 de juliol	Sortida C.E. Borges-Garrigues a Villanúa
ATLETISME	Setmana 23-28 juliol	Campus Escola Atletisme Arbeca-Garrigues
CICLISME	Dijous 6, 13, 20, 27 de juliol	Classes dirigides de PumpTrack (La Granadella)
FUTBOL	Divendres 21 de juliol (21 h)	Final Garrigues Cup (La Granadella)
ATLETISME	Diumenge 20 d'agost	La Granadella Running (Festival Música Popular)
CICLISME	Dilluns 28 d'agost	59è Trofeu Vila de Juneda

REPORTATGE

Futbol africà amb l'escut del Torregrossa

Un club de Torregrossa format per 25 jugadors d'aquest poble, de Juneda, d'Arbeca i de Mollerussa, migrants i catalans fills de migrants, debuta al torneig Navetane de Lleida. Volen guanyar i passar-ho bé, alhora que celebrar l'esport, la cultura senegalesa i la trobada en la diàspora.

Redacció
Xavier Franch Sas / xavier@somgarrigues.cat / @avutardageminis

Al Senegal, les Navétanes són les lligues de futbol no professional i fora del control de la federació que tenen lloc entre pobles i districtes durant l'estació de les pluges, entre el juny i l'octubre. "Hi ha una rivalitat total, total!", explica Dethie Diouf, senegalès establert a Ponent des de fa quinze anys. **A Lleida, el torneig Navetane, que promou el mateix Diouf, és una competició d'estiu que fa més d'una dècada que agrupa equips de la ciutat i de pobles del voltant amb jugadors d'origen migrant o fills de la migració.** Cada any, entre temporada i temporada de les lligues regulars de la Federació Catalana de Futbol, es produeix una celebració d'aquest esport, de l'orgull africà i senegalès, i de la trobada en la diàspora. Els clubs estan formats per futbolistes procedents del sud global: n'hi ha del Senegal, de Gàmbia, de Mali, de Guinea Equatorial, de Guinea Bissau, del Camerun o del Marroc. També ha incorporat darrerament combinats peruans i colombians.

Vint equips lluitaran aquest estiu del 2023 per guanyar el torneig Navetane de Lleida. Un dels que s'hi incorpora aquesta mateixa temporada i que ambiciona el títol és **el Futbol Club Torregrossa, integrat per 25 jugadors de Torregrossa, Juneda, Arbeca i Mollerussa, senegalesos i gambians, o descendents d'aquests, nascuts i crescuts ja en aquests pobles. Lluint les franges blanc-i-blaves com també fa el C.A. Torregrossa que juga a Tercera Catalana, tot i que amb un disseny diferent, el conjunt que coordina i dirigeix Ass Ndiaye es proposa guanyar el trofeu reivindicant el nom del municipi**.

Com veurem més endavant, no ho tindrà fàcil en un campionat nou i amb plantilla renovada.

L'equip llueix les franges blanc-i-blaves que també porta el C.A. Torregrossa de Tercera Catalana, tot i que amb disseny diferent



Thiao, Mballo, Korta i Thiam amb la samarreta blanc-i-blava. / X.M.



La plantilla del Torregrossa en el primer entrenament de l'estiu. / X.M.

Un clàssic de l'estiu era el derbi amistós amb el Futbol Club Juneda africà. Enguany, no se sap si es podrà fer

Un salt de nivell

El F.C. Torregrossa va nàixer l'any 2018 i els últims anys ja s'havia deixat veure en competicions d'estiu. Habitualment, jugava un torneig a Golmés, que comptava amb vuit equips. A més, també acostumava a disputar amistosos d'estiu. **Un dels clàssics dels últims temps era contra el Futbol Club Juneda africà. Com el Torregrossa, aquest equip estava format per migrants senegalesos i gambians que vivien al poble**. Aquest estiu, però, el Juneda encara no ha donat senyals de vida i no se sap si hi haurà amistós. Per a Ndiaye, el 2023 hi haurà un salt de nivell respecte de les temporades anteriors. El torneig Navetane Lleida "és més gran, hi ha més equips", motiu pel qual s'han reforçat també amb futbolistes del Juneda: "Agafo els més bons que hi ha. El torneig és molt important, necessitem jugadors amb qualitat".

El divendres 16 de juny al vespre, al camp municipal de Torregrossa, feien el primer entrenament. A diferència d'altres ocasions, quan havien estat practicant a la pista petita, van demanar accedir al camp d'herba per posar-se en situació i millorar la preparació tècnica. **Ndiaye saluda els jugadors, fa broma, somriu i els anima. Aparenta seguretat i tranquil·litat, però se li escapa un punt nerviós. Davant la pregunta de si, al capdavall, pesa més passar-ho bé o la competició, contesta sense dubtar: "Jo m'ho prenc amb l'objectiu de guanyar". Aquest any, el campió aconseguirà una copa, medalles i 1.200 €**. El subcampió rebrà 600 € i, el tercer, la quantitat acumulada de les sancions econòmiques, ja que es castiga amb 2 € les targetes grogues i amb 5 €, les roges.

Per als futbolistes també hi ha pressió. Molts



juguen en algun equip, com el C.A. Torregrossa, el F.C. Juneda, el C.F. Arbeca o el C.F.J Mollerussa. El promotor de la competició, Dethie Diouf, explica que campanya rere campanya hi ha clubs que van als partits per poder observar els futbolistes i fitxar-los per als seus equips. "La cosa ha canviat", apunta, i afegeix que "la cosa és seriosa". Tothom hi guanya, sigui des del divertiment, des del lluïment personal i l'aparador futbolístic o des de la possibilitat d'aconseguir-hi un bon resultat.

Talent jove per al Torregrossa

Ousseynou Thiam i Masane Korta, de 19 i 20 anys, tornen a la convocatòria del Futbol Club Torregrossa. Fa dos anys que en formen part, després d'estrenar-se en un amistós contra el Futbol Club Juneda. Després, també van prendre part al torneig de Golmés, on van arribar fins a la semifinal, que van perdre als penals. "Vam fer una bona actuació", rememora Korta. Mbaye Thiao i Ablaye Mballo, de 17 i 20 anys, se sumen a la convocatòria per al Navetane Lleida 2023. Ass Ndiaye els va trucar i els va proposar d'incorporar-se a la seva esquadra i sembla que no van dubtar gaire a dir que sí.

El president-entrenador, **Masane Korta, constata l'augment de l'exigència que hi haurà enguany: "Al torneig de Golmés, com a molt hi havia jugadors de Segona Catalana [una divisió per sobre de la qual juguen ells], mentre que al de Lleida hi ha fins i tot jugadors de 3a RFEF [tres més amunt]**. En una conversa a quatre riuen i debaten sobre les posicions que ocupen al camp. Als dos primers els tocarà protegir l'equip des de la defensa, mentre que a Thiao i Mballo, més avançats, seran encarregats tant de destruir al mig del camp, com també de construir, habilitar els davanters de l'equip i marcar gol.

Korta, el menys tímid dels joves jugadors, també estableix les diferències entre aquest equip i l'Arbeca en què juguen ell i Mballo, o el Torregrossa, on milita Thiam. **Pel que fa al moment de jugar, "és gairebé el mateix", valora, tot i que, a l'hora d'entrenar, "hi ha menys serietat. Mentre que a l'equip del poble s'ho prenen més seriosament". Per tot això, creu que amb el Torregrossa d'arrel senegalesa "gaudeixes una mica més, perquè hi ha una mica més de llibertat"**. "Vinc a divertir-me i a passar l'estona", un esperit compartit amb els seus col·legues d'alineació que contrasta amb l'expressat pel Ndiaye, que pensa en el títol. Els rivals segur que seran rocosos. Amb rapidesa, destaquen els que consideren més perillosos: el Mollerussa, el Guinea, el Rio i Gàmbia. Preguntats pels seus potencials, Ousseynou Thiam i Masane Korta es giren cap a Ablaye Mballo: "Com a potencial el tenim a ell! És molt dominant al mig del camp". També destaquen el davanter de l'Arbeca Mamadou N'Diaye.

Ass Ndiaye destapa un as que té guardat a la màniga des que va començar a configurar l'equip: compten amb Mohamed Nyang, un jove que viu a Barcelona i que, tot i que no pot assistir als entrenaments, els reforçarà

L'equip torregrossí va debutar al torneig Navetane Lleida amb un 4-1 a favor. Un resultat contundent i enganyós



Ass Ndiaye (d'esquena) exercint d'entrenador del grup. / X.M.



Partidet entre els integrants de l'equip. / X.M.

durant els partits i espera que marqui la diferència.

L'estrena desitjada

El diumenge 18 de juny a les 20 h del vespre, **el Club Futbol Torregrossa va debutar al torneig Navatane Lleida amb un 4-1 a favor contra els Escorpions, un equip de Binèfar. Tot i que el resultat és contundent i dona ànims tant als jugadors com al coordinador per al proper mes i mig de competició, també és enganyós, perquè va ser tens i igualat.** A la primera part, tot i que van sortir defensius perquè esperaven un rival molt agressiu en atac, van aconseguir marcar dos gols. Abans de la mitja part, però, l'escenari es va complicar amb l'expulsió d'un dels torregrossins per una picabaralla amb un jugador de l'Escorpions. A la segona, els de Binèfar van redoblar la pressió i van retallar distàncies. Tot i així, les contres ràpides dels blanc-i-blaus van ampliar el resultat de nou, fins al 4-1 final. Una publicació a Instagram donava testimoni de l'alegria de la plantilla en aquesta estrena desitjada, gairebé com si haguéssin superat una eliminatòria de la fase final. "Vam guanyar, gràcies a Déu que vam guanyar!", respira alleugerit Ndiaye, que també reconeix que havia estat "molt concentrat". Entre línies també se li intueix que va passar molts nervis mentre el seu combinat es posava a prova. **L'organitzador del torneig, Dethie Diouf, també es mostra sorprès del bon resultat del Torregrossa, que considera que va presentar "un equipàs". Diouf reconeix, a més, que van guanyar el partit "jugant a un futbol de meravella"**. Un bon inici, doncs.

Les properes setmanes, l'equip torregrossí-senegalès disputarà la fase de lligueta, en què haurà de superar el Marroc, el Black Power i el Cash Music, a més dels ja citats Escorpions. Més endavant, a partir de mig juliol, començarà la fase eliminatòria, si tot ha anat com estava previst. Abans de finals de juliol, el torneig s'haurà acabat, per tal de no entrar en confrontació amb les pretemporades dels equips federats.

Després, la música senegalesa, els sucs i begudes tradicionals que tots aquests dies se serviran a la barra, i tota la reivindicació col·lectiva, tornarà a hivernar, o a expressar-se puntualment només com a part dels equips locals. **La llengua wòlof que ara predomina als entrenaments i als partits, i que serveix com a referència per als jugadors del Torregrossa, tornarà a ser idioma de les converses privades, o entre jugadors concrets. Tot quedarà paralitzat fins a la següent Navétane, que procedeix de la paraula *nawete*, que en wòlof significa estació de les pluges, i que a casa nostra vol dir fins que torni a començar l'estiu.**

L'organitzador del torneig considera que l'equip d'Ass Ndiaye va guanyar amb "un futbol de meravella"

Després de l'Escorpions, el Torregrossa haurà de superar en lligueta el Marroc, el Black Power i el Cash Music

L'ORGULL MÉS GRAN



L'orgull que ens fa créixer

28J Dia Internacional per l'Alliberament LGBTI+

igualtat.gencat.cat

Generalitat de Catalunya

Per la igualtat, sempre endavant

VINTAGE

El cor borgenc del Club Waterpolo Mollerussa

Fa 30 anys que es juga a waterpolo a la piscina coberta de Mollerussa. Durant aquest temps, una dotzena de garriguencs han participat en l'equip del Pla d'Urgell i han competit en aquesta disciplina.

☞ Redacció
Xavier Franch Sas / xavier@somgarrigues.cat / @avutardageminis

El 1993, el borgenc Xavier Ollé anava a nedar a la piscina coberta de Mollerussa, oberta feia només dos anys. Entre els carrils, hi va conèixer, entre d'altres, Josep Lluís Estradera, exjugador de waterpolo del C.N. Atlètic-Barceloneta, i Stefan Zilken, que havia militat a la segona divisió alemanya d'aquest esport. A més d'usuaris de l'equipament, Estradera i Zilken van ser els impulsors d'un equip de waterpolo dins el Club Natació Mollerussa, que va arrencar el mateix 1993, i del qual Ollé es va animar a participar. D'aquesta manera, **fa trenta anys, va sorgir el germen del que seria el futur Club Waterpolo Mollerussa, que es va constituir formalment l'any 2005 i del qual van participar els anys següents una dotzena de borgencs**: Adrià González, Carme Vallés, Gerard Faura, Gerard Garsaball, Laia Safont, Lorena Riu, Gabriel Pifarré, Jordi Bellmunt, Jordi Farran, Llorenç Andreu, Marc Riu, Roger Cornudella o Dani Lasa.

Construir l'equip

La història del waterpolo al Pla d'Urgell té dues etapes ben diferenciades. La primera fornada de jugadors, provinents tots del waterpolo o de la natació, ja fos en règim de competició o com a pràctica esportiva, va competir en lliga tres temporades, entre la 1994/1995 i la 1996/1997. Ollé va ser l'únic garriguenc que hi va prendre part. En aquest sentit, recorda que al veure'ls jugar "la gent, flipava. Era una cosa estrambòtica".

A partir de l'any 2000, l'interès per aquest esport aquàtic va reviscolar. Després de tres temporades molt actives, i d'un període de transició en què els impulsors del primer equip de waterpolo havien anat deixant-ho, hi va haver una nova onada d'inscripcions. **En alguns casos, els nous membres eren aficionats a la natació, com és el cas de Gerard Faura. El boca-orella va atreure altres perfils. És el cas d'Adrià González, que poc temps abans havia penjat les botes del C.B. Borges-Garrigues. També n'hi havia que procedien d'altres disciplines, com del futbol o l'handbol.** L'equip de la segona etapa va arribar a comptar amb fins a una trentena de jugadors, principalment homes, però també amb algunes dones. En alguna de les fotos de la temporada 2007 i 2008 se n'arriben a comptar nou.



Jugadors del Mollerussa. / E.R.

Gerard Faura té gravat a la memòria el primer entrenament: "Aquella nit no vaig dormir de tan cansat com estava". Primer els comandava Àlex Cagigós, després se'n va encarregar Sergio López, exjugador del C.N. Sabadell i que havia fet cap a Ponent. Els primers partits que van jugar van ser amistosos. A mesura que guanyaven confiança i nivell tècnic, també van començar a plantejar-se competir. **La temporada 2004/2005 van federar-se i van accedir a Tercera Catalana. L'esforç d'estar en lliga es va mantenir fins a la campanya 2008/2009.** A falta d'equips ponentins, la majoria dels desplaçaments eren cap a l'Àrea Metropolitana i la província de Girona. Alguns estius, i per intermediació d'un membre eivissenc del club, també van anar a jugar un torneig a l'illa.

Adrià González creu que "el que va fer que continuéssim era l'ambient entre els companys, vam fer com una família. Amb alguns encara ens anem trobant". González coincideix amb Edu Roca, que va ser el president del Club Waterpolo Mollerussa i amb tots els entrevistats, en l'amistat que predominava. Hi va ajudar el fet que els divendres, després dels entrenaments, acabaven sopant junts i fent cap a la discoteca Musicland i a altres locals.





Un partit de waterpolo a les Borges Blanques. / E.R.

Alguns estius, i per intermediació d'un company eivissenc, havien anat a jugar un torneig a l'illa

El nucli garriguenc va anar deixant el club. En l'actualitat, només Gerard Faura hi manté un cert lligam

Continuïtats del waterpolo

Com havia passat a finals dels anys noranta, **l'equip de la segona tongada també va deixar la competició. A poc a poc, els jugadors borgencs se'n van anar retirant fins que, en l'actualitat, només Faura hi manté un cert lligam i entrena en els seus carrils.** Tot i el final de la fase més activa, el nucli garriguenc del Club Waterpolo Mollerussa va ajudar a importar l'esport a les piscines municipals de les Borges Blanques. Primer, amb activitats de waterpolo que guiaven Edu Roca i Gerard Faura, amb el desig d'explicar i difondre la disciplina, i també per captar nous jugadors. Marc Riu, a continuació, va mantenir viva la flama. **Avui en dia, encara es manté la tradició a la piscina de jugar a waterpolo els divendres. Dani Lasa, qui havia sigut el més jove de l'entitat, recorda que quan feia de socorrista a les Borges, alguns dies havia participat en les patxangues de divendres.** Lasa, que ara competeix en triatló, té al cap tornar-se a apuntar als entrenaments de waterpolo de la piscina de Mollerussa de cara al setembre. "Si hi ha una pilota, sempre hi ha més al·licient per nedar", valora, tal com ja li havia passat quan s'hi va apuntar per primer cop, l'any 2009.

ENTREVISTA

Laia Sabaté Arnau, jugadora de la U.E. Bordeta Veteranes

“Amb la criança tot s’acaba i el futbol és una excusa per practicar un esport”

Maials, 1982. Metge de família, havia jugat prop de 15 anys amb el Maials i l’Alfés i aquesta temporada ha tornat al futbol arran de la creació d’un equip de veteranes a la U.E. Bordeta, el primer de Lleida. Porta l’11, el número que havia lluït sempre, i fa de davantera.

Xavier Franch Sas
xavier@somgarrigues.cat
@avutardageminis



Xavier Franch - Quan vas començar a jugar?
Laia Sabaté - Sempre he jugat a futbol. Crec que vaig començar com a federada l’any 1996 o 1997. Algun estiu el Maials femení jugàvem algun partidet amistós contra el Llardecans. Sento que aquesta va ser la llavor perquè algunes companyes lideressin la creació d’un equip femení de futbol 11. Hi havia gent que havia jugat a futbol i gent que no, però començàvem amb il·lusió. Algunes de les integrants es van desvincular i van aparèixer noies d’Alfés, de Llardecans, de Sarroca... I, arribat un moment, vam traslladar-nos a Alfés. Hi havia tres o quatre jugadores que eren d’allí i també estava més a prop de Lleida per captar jugadores d’aquest entorn. Jo vaig acabar la temporada 2010-2011.

X.F. - Això van ser, per tant, fa 14 o 15 anys!
L.S - Vam aconseguir pujar a Primera Catalana la temporada 2004-2005. Hi havia una exigència física més alta, també tècnica. Va durar un any. Va estar bé com a experiència, però sento que no era el que tocava proporcionalment. Anàvem a jugar a Vilanova i la Geltrú, a Rubí... No t’ho passaves tan bé, que va! Treballaves com una mala cosa. Vam baixar l’any següent. El més lògic per a un equip d’Alfés, d’una població petita, era jugar en una lliga territorial i més local. Vam seguir jugant a Provincial Lleidatana. Una amiga ho va deixar un any abans perquè es va quedar embarassada. I jo també vaig plegar per ser mare. I aquí s’acaba, fins aquest any.

X.F. - Com et vas decidir a tornar-hi?
L.S - El Veteranes neix de l’Ester Andreu, que és de Maials, viu a la Bordeta, és infermera i també va formar part del Maials i de l’Alfés. Juntament amb alguna altra mare es troben a la U.E. Bordeta perquè els fills juguen allí. Comencen a parlar i es proposen crear un equip de veteranes. Em va dir que ja me’n donaria notícies. Algunes hem jugat a futbol, podríem dir la meitat, i altres, no, però han practicat esport.

X.F. - T’havia quedat el cuquet del futbol, malgrat els anys de no jugar-hi?
L.S - Sí, però com a pràctica esportiva. Sento que és una excusa per practicar un esport. Vaig estar un temps que no en feia, perquè amb la criança tot s’acaba, però després, quan la meva

El repte és no haver-te desconnectat tant del futbol i l’esport com per no poder-te tornar a incorporar

M’agrada més mirar el femení que el masculí, perquè no està tan tacat. Tot és molt més sa. Això m’agrada molt



Sabaté, amb la samarreta de la U.E. Bordeta, a Lleida. / X.F.

filla es va fer més gran, en vaig tornar a tindre ganes i havia fet gimnàs, entrenament de força, o córrer. Això feia que em sentís amb força per tornar a jugar a futbol.

X.F. - Com ha anat la temporada?
L.S - Vam començar a entrenar al setembre, un dia a la setmana. Ara fa un parell de mesos que també entrenen els dijous. Hi havia quòrum i hi havia ganes. I hem anat fent amistosos contra l'Alcoletge, es va anar a jugar un torneig a Avinyó, va vindre també un equip del Bages...

X.F. - També vau jugar contra el Barça!
L.S - Ah! Sí, contra el Barça Veteranes. Va ser bèstia. Són 60 jugadores, i els entrenadors van fent rotacions per a cada partit. Tenen una altra manera d'organitzar-se. Clar, és el Barça.

X.F. - Per com en parles, entenc que no vas a tots els entrenaments ni partits?
L.S - No, jo dilluns puc anar a entrenar però dijous, no. I no sempre vaig a tots els partits. És veritat que jo ara ho visc una mica així. En canvi, moltes de les meves companyes estan a *full*. Jo em sento una mica estranya, perquè tota la part dels tornejos, per exemple, ja ho he fet en la meva trajectòria de més jove.

X.F. - Continues marcant gols?
L.S - Sí, algun. Aquesta és la meva missió. Tinc els automatismes apresos de la meva època.

X.F. - Ho notes, ara que t'has tornat a enfundar la samarreta?
L.S - Sí, sí... Notes la posició corporal, els moviments, a l'hora de sacar, hi ha algunes consignes que les tens molt integrades. Però també veig que a nivell cognitiu no estic tan àgil. A nivell físic el cos tampoc no reacciona igual. L'únic objectiu és no lesionar-me i mantindre'm per poder jugar amb tranquil·litat.

X.F. - Has marcat algun gol que t'hagi recordat la Laia golejadora del Maials i l'Alfés?
L.S - Quan vam jugar contra l'Alcoletge, a finals d'abril. Vam guanyar 1-2 i vaig marcar el que ens donava la victòria. Vaig sortir molt mentalitzada que havia de fer gol, i vaig fer gol. Em va sortir la mentalització de posar-la dins i fer gol.

X.F. - Contra el Barça no vas marcar?
L.S - No, vam perdre 0-3 i ens n'haurien pogut fer 150. Era un altre nivell. Estàs jugant amb unes persones que tenen un nivell exageradament alt. Ja només per col·locació, per toc de pilota... No es movien, però ho feien tot.

X.F. - Podríem arribar a veure un Maials Veteranes o un Garrigues Veteranes?
L.S - A les meves companyes veteranes de l'Alfés ja les he picat, però diuen que es farien mal, que no fan esport... El repte és no haver-te desconnectat tant com per no poder tornar-te a incorporar. A les amigues de l'Alfés de moment no les he atrapat. No ho sé... qui sap!

X.F. - Per què costa tant trobar equips femenins de veteranes?
L.S - Perquè ja no s'espera que ens incorporem enlloc. O no en aquesta pràctica esportiva. S'entén més que puguem anar a córrer o anar al gimnàs, però no tant aquí. De futbol veterà masculí fa molts anys que hi ha lligues i està consolidat. Suposo que és per la vida, per les prioritats, i perquè també hi ha una escletxa de gènere. Potser també perquè moltes d'elles no s'han donat el permís de pensar que podrien jugar a un esport com aquest.

X.F. - T'agrada mirar el futbol?
L.S - N'he mirat, ara menys, i m'agrada més el femení que el masculí, perquè no està tan tacat. Tot és molt més sa. Això m'agrada molt.

REPORTATGE

Més consciència del sòl pelvià a les Garrigues

Veus expertes amb vincles amb la comarca aborden el canvi de mirada que els últims anys hi ha hagut sobre l'àrea perineal i les afectacions en la salut de les dones i, en grau més baix, dels homes. L'esport en pot accelerar el desgast, però també reforçar el sòl i millorar la salut.

Redacció
Xavier Franch Sas / xavier@somgarrigues.cat / @avutardageminis

El dijous 15 de juny a les 19 h, una quarantena de dones van assistir a la xerrada *Salut i dona. Un recorregut per les diferents etapes de la vida*, que la llevadora de l'Institut Català de la Salut (ICS) Yolanda Florensa va impartir al seu poble, Alcanó, en el marc de les Jornades Culturals. Aquella mateixa tarda, unes hores abans, al centre privat Singularment de les Borges Blanques, s'havia dut a terme una sessió d'hipopressius dins del calendari d'activitats setmanals. Hi van prendre part, com és habitual, una desena de persones. En dos pobles garriguencs ben distanciats va ressonar, explícitament o implícita, la necessitat de treballar i cuidar el sòl pelvià.

Els últims anys, cada cop és més freqüent sentir a parlar a les Garrigues del sòl pelvià, el conjunt de músculs, lligaments i teixits que es troben a la base de la pelvis i que, quan es debiliten, poden provocar disfuncions i patologies tant en dones com en homes. En tallers organitzats majoritàriament per associacions de dones, en centres especialitzats, en activitats dinamitzades des dels Centres d'Atenció Primària o en gimnasos públics com el de Juneda, **a poc a poc s'ha anat difonent la importància de cuidar aquesta part del cos, i de retruc la salut en general. Fins no fa gaire, havia dominat la creença que aquest era un assumpte exclusiu de les dones embarassades o de les dones grans que tenien incontinència d'orina. Lluny d'això, diverses fonts expertes vinculades amb la comarca ressalten la importància de prevenir en la salut de la zona perineal per garantir-ne la tonificació**. En aquest aspecte, l'esport pot

Cada cop és més freqüent sentir a parlar a les Garrigues del sòl pelvià en tallers, centres privats i CAP



Usuàries del centre Singularment de les Borges, en plena sessió d'hipopressius. / C.V.



Taller sobre salut femenina a Alcanó, dins les Jornades Culturals. / Aj. Alcanó



ser un factor que n'acceleri el desgast i anticipi disfuncions, però també una eina important per reforçar-ne l'estat i per millorar la salut.

Un canvi de mirada

La fisioterapeuta de la Granadella especialitzada en sòl pelvià Isaura Moyà destaca un canvi de mirada els últims anys: "Ara tothom es preocupa més. Abans, era una cosa 'de les embarassades' o de les dones 'a qui s'escapa el pipí quan són grans'". Aquests dos col·lectius són els qui pateixen les principals disfuncions del sòl pelvià, d'una banda, a causa de les transformacions que suposen al cos la gestació i la menopausa, però també pel desconeixement anatòmic i la normalització de situacions nocives per a la salut. **Les llevadores de l'ICS a Lleida Dolors Creus, que coordina l'àrea d'Atenció a la Salut Sexual i Reproductiva (ASSIR), i Yolanda Florensa, membre del grup, coincideixen en aquest aspecte. Creus adverteix que lluny de la idea que s'ha transmès tradicionalment, "la incontinència no és normal en cap edat". Florensa denuncia "la publicitat enganyosa que veiem a la televisió. Ens diuen que no passa res si les dones grans tenen pèrdues, que es poden posar una compresa. Hi ha dones que tenen pèrdues de fa temps però no se'ls ha acudit demanar ajuda"**. En aquesta línia, també assenyalen que massa sovint no és fins que es fan revisions de salut i apareix la pregunta sobre la incontinència que aquestes dones poden posar-hi remei. "És un tema tabú", recalca Florensa. La joventut, però, no va necessàriament associada amb conèixer l'àrea perineal i les implicacions de no cuidar-la. Dolors Creus observa que "en les sessions de preparació del naixement parlem del sòl pelvià i moltes mares joves no n'han sentit a parlar mai. És una vertadera pena. Això s'hauria de fer a les escoles!".

Les afectacions més comunes

Com dèiem, les problemàtiques derivades de l'afebliment del sòl pelvià **en les dones s'associen principalment a la incontinència d'orina, ara bé, també es poden manifestar en la incontinència fecal i en dolors, per exemple, en les relacions sexuals. En els homes, a qui les disfuncions del sòl pelvià s'associen majoritàriament amb operacions de pròstata, aquesta fragilitat de l'àrea perineal es pot manifestar en forma d'incontinència, però també en ejaculació precoç o disfunció erèctil**. La salut sexual, tant en dones com en homes, es pot ressentir dels problemes amb el sòl pelvià.

Els homes, com vèiem unes línies més amunt, tot i que en grau més baix, també poden veure's afectats i també poden prendre mesures.

El paper de l'esport

Totes les fonts consultades comparteixen la rellevància de l'esport en relació amb la salut de l'àrea perineal, però també pel conjunt del cos. Les disciplines d'impacte, com l'atletisme, el futbol, l'atletisme, el tennis, el pàdel, el crossfit o l'aixecament de pesos, per anomenar-ne alguns, suposen una càrrega i afecten el debilitament del sòl pelvià. **El control de la postura i la respiració són claus per no accelerar aquest procés. A tot això, hi ha exercicis específics creats per tonificar i enfortir el sòl pelvià a més de la musculatura abdominal i lumbar, que també intervenen. Els que han fet més fortuna són els hipopressius, que els últims anys també ressonen amb força arreu de la comarca**.

La fundadora del centre privat de les Borges Blanques, Carme Vallés, explica com el 2019 van decidir iniciar sessions d'hipopressius per tal de poder "acompanyar la salut de la dona" com havia estat fent des del 2004, per exemple, amb la disciplina del ioga. Com a fisioterapeutes, era una necessitat que creien important cobrir, ja que al municipi no hi havia l'opció de poder-ne dur a terme. Amb els anys, han aconseguit que entre els seus usuaris hi hagi tant dones que fan la recuperació postpart com també homes joves que hi fan cap des del vessant esportiu, per combatre algun mal d'esquena i reforçar la musculatura abdominal i lumbar.

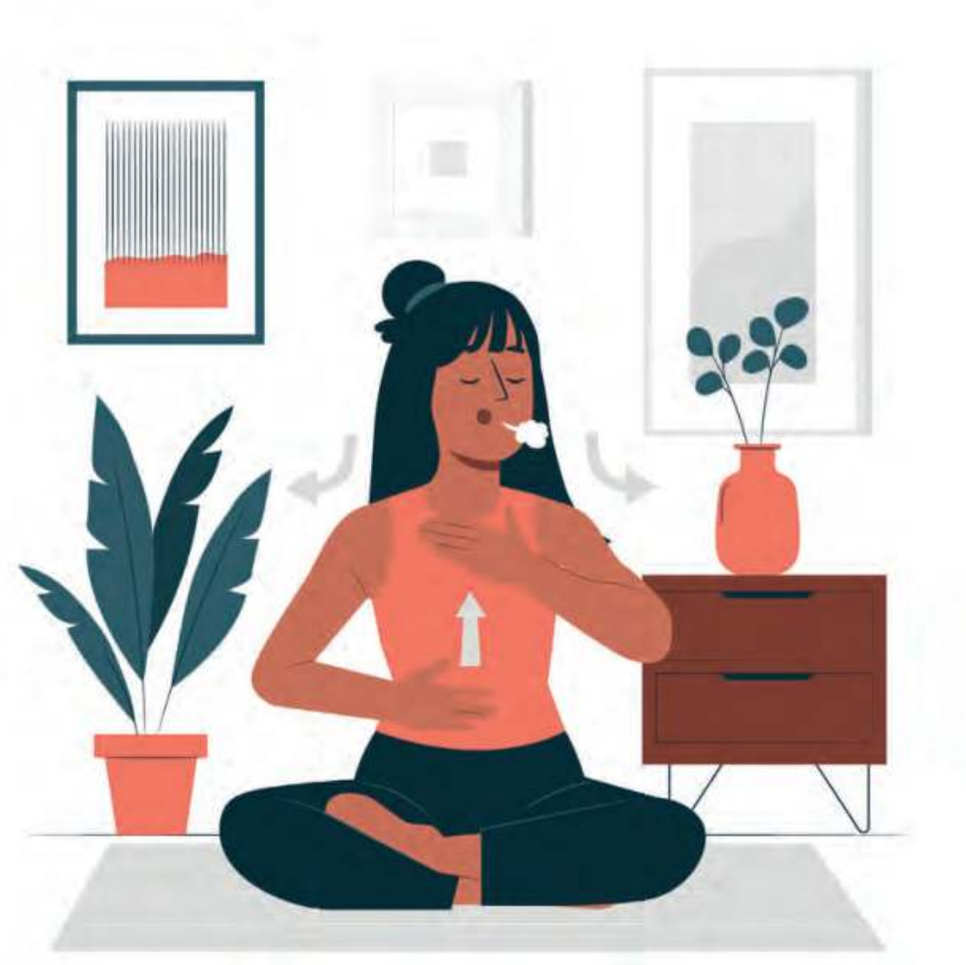
Dolors Creus, sobre els hipopressius, afegeix que "molts esportes d'elit en fan, homes i dones". Per contra, considera que "tant els exercicis de sòl pelvià, com la gimnàstica hipopressiva, com altres gimnàstiques d'aquestes, per a la dona mereixen un esforç. I és molt més divertit anar a ballar, o fer una altra cosa. Costa molt de ser constant". Davant els qui puguin sentir desig de provar-los per lliure, Isaura Moyà, que havia treballat a Singularment i que des de fa dos anys compta amb el seu propi centre a Lleida, Sòl Pelvià Lleida, adverteix que els hipopressius "no són per a tothom i s'han de fer bé, i s'han d'ensenyar bé. Podem fer els hipopressius en una mala postura i no ser vàlids. A més, no val per a tot. Depenent per a què, els hipopressius poden ser contraproduents", conclou. En aquest sentit, com al centre borgenc, creu necessari fer una valoració anatòmica prèvia a introduir-s'hi, per no fer-ho malament.

Allí on no hi ha centres com Singularment o Sòl Pelvià Lleida, hi ha hagut entitats locals que s'han posat en marxa per poder aprendre sobre aquestes tècniques i el sòl pelvià. Són habituals sessions com la que va guiar recentment Yolanda Florensa a Alcanó. Per garantir una certa continuïtat en l'atenció d'aquests perfils, per exemple, a Alcanó fa una dècada que setmanalment i per intermediació de l'associació de dones, es duu a terme una sessió dedicada al sòl pelvià i els hipopressius.

Com a coordinadora de l'ASSIR Lleida, Dolors Creus lamenta que, tot i que s'hagi començat a generalitzar el coneixement de l'àrea perineal en dones i homes, i els exercicis per reforçar-la, l'estructura de Salut no arribi a cobrir totes les pacients, i proliferin els centres privats: "el meu dol és que no tothom pugui gaudir de les consultes privades. Això hauria d'estar blindat a la pública. Ara, la dona que té interès i vol treballar-ho pot fer-ho a la salut pública". D'igual manera, també se'n sent de la desigualtat de gènere dins la sanitat, que fa que hi hagi programes específics contra la incontinència en homes que s'operen de la pròstata, però no n'hi hagi dedicats a les dones amb aquesta problemàtica, més enllà de l'embaràs i el part.

A Singularment, van començar a fer hipopressius el 2019. Tenen tant dones com homes joves

Fa una dècada que a Alcanó es duu a terme una activitat setmanal sobre sòl pelvià gràcies a l'Associació de Dones



Els hipopressius estan vinculats a la posició i la respiració. / Storyset

Proximitat és tenir un préstec[1] immediat quan el necessitis

A CaixaBank sabem com n'és, d'important, tenir algú a prop. Per això, ara disposes d'un **préstec immediat** per fer realitat les teves il·lusions. Sol·licita'l a la teva oficina o amb només un clic a través de l'app **CaixaBankNow**.

Informa-te'n a la teva oficina o a CaixaBank.cat



UNIVERSO MUJER BALONCESTO

CaixaBank
Tu i jo. Nosaltres.

1. Sempre que es mantinguin les circumstàncies economicofinanceres del sol·licitant en el moment de la sol·licitud. NRI: 5671-2023/09681.

PÀDEL

Quatre lligues i tres descensos entre els equips garriguencs a la Lliga Catalana de Pàdel

Redacció: Comarca

El cap de setmana del 10 i 11 de juny va acabar la Lliga Catalana de Pàdel, en què participaven una vintena d'equips de la comarca. La Serreta A femení, de 2a Catalana; la Serreta B femení, de 3a Catalana; el CT Juneda Roig masculí, de 2a Catalana, i el Pàdel Artesa-Juneda masculí, de 3a Catalana, van guanyar les respectives lligues i a més pujaran de categoria. Per altra banda, hi ha dos conjunts que gràcies a la segona plaça també ascendiran. Es tracta de la Serrata A masculí, de 2a Catalana, i el CP Arbeca masculí, de 3a. Per acabar, el Pàdel Juneda C femení, que militava a 3a Catalana, jugarà el play-off d'ascens. Tres equips perden la categoria: el CT Juneda B femení, de 2a Catalana; el Pàdel Juneda A masculí, que estava a Divisió d'Honor després de pujar-hi l'any passat, i el CP Arbeca, masculí de 2a.



Imatge d'arxiu d'una competició a la Serreta T.C. de les Borges. / X.M.

HOQUEI

El Juvenil B del CH Juneda guanya la Copa Federació contra l'Alcanyís

Redacció: Cassà de la Selva

L'equip Juvenil B del CH Juneda va guanyar el diumenge 28 de maig a Cassà de la Selva (Gironès) la Copa Federació, després d'imposar-se a la final 2-4 a l'Alcanyís CP amb tres gols de Joel Cardil i un d'Albert Llovera. Els rojos van dominar el partit amb dos gols a la primera part i dos a la segona, que van deixar els del Baix Aragó sense possibilitats de reaccionar, tot i que van retallar la distància. El dia anterior, els junedencs havien guanyat la semifinal contra el CP Sant Celoni B per una diferència de 5-2, i amb dos gols de Cardil i tres de Nacho da Pena.

En fases anteriors, el conjunt també havia eliminat el CH Mollerussa i el CHP Bigues i Riells.

CICLISME

El C.C.E. Maials anirà a buscar la flama del Canigó a Torres de Segre

Redacció: Maials

Per quart any consecutiu, la tarda del 23 de juny, una vintena de membres del Club Ciclista i Excursionista de Maials es desplaçaran amb bicicleta fins a Torres de Segre per recollir-hi la flama del Canigó, amb la qual posteriorment encendran la foguera de Sant Joan del poble.

La sortida serà a les 17 h des de la Plaça Eliseu Sales i la tornada, un cop finalitzat l'acte institucional a Torres de Segre, en vehicles compartits o pedalant, de nou cap a Maials.

El C.C.E. Maials comptarà enguany amb la companyia tant de membres del Club Ciclista i Excursionista d'Almatret com del de Llardecans, que se sumaran a la pedalada.

EQUIPAMENTS

Juneda cobreix dues de les tres pistes de pàdel municipals

Redacció: Juneda

Canvi de fesomia a les pistes de pàdel municipals de Juneda. Durant el mes de juny, l'ajuntament ha cobert dues de les tres pistes, amb l'objectiu de millorar-ne el servei i permetre que l'equipament i l'escola de pàdel, gestionats per l'empresa local Dakirol, no s'hagin d'aturar en cas de precipitacions. Les actuacions han costat 106.056 € i han suposat també la cobertura de la graderia del camp de futbol i la instal·lació d'elements de joc al recinte de les piscines.

Tot i la novetat de les obres, no seran les úniques pistes protegides de la comarca. La de Castelldans també es troba resguardada perquè es va construir a la Llar del Productor, que té teulat.

FUTBOL

El C.F. Borges puja a Primera, en el comiat del capità Roger Pelegrí 'Pele'

No hi ha hagut més ascensos i, a falta que es confirmin els descensos compensats, està previst que baixin de Tercera a Quarta el C.F. Arbeca i la U.E. Castelldans. L'Albagés acaba com l'equip més golejador del seu grup.



Els jugadors del Borges mantegen Pele a l'acabar el partit del 28 de maig. / X.M.

Redacció: Comarca

Pocs canvis als equips de futbol i futbol sala al final d'aquesta temporada. Ressalta el C.F. Borges, que va poder celebrar el 28 de maig a casa l'ascens matemàtic a Primera Catalana. Per als blancs, a més, va ser un dia especial, ja que van poder homenatjar el capità Roger Pelegrí *Pele*, que ha decidit retirar-se. El C.F. Juneda es mantindrà a Segona Catalana, després d'una segona fase de lliga plàcida gràcies als punts obtinguts.

En la resta de competicions no hi ha ascensos i, ara per ara, tampoc no es coneixen descensos. A Tercera, els garriguencs de la part baixa van patir la segona volta. El C.F. Arbeca finalitza 16è, la U.E. Castelldans, 15è i el C.F. Albi, 11è. Arbeca i Castelldans estan pendents que els confirmin el descens. L'A.T. Torregrossa acaba 8è, a la part mitjana de la taula, i el C.F. Albagès, 5è, i és l'equip més golejador del campionat.

El C.E. Alfés va aconseguir la 7a plaça de Quarta Catalana lluny tant de dalt com del perill.

En futbol sala, l'F.S. Baró de Maials podrà tornar a lluitar per guanyar la Divisió d'Honor, un repte que enguany semblava possible. Finalment, l'equip va acabar 6è. A Primera Divisió, els resultats han estat més aviat discrets per a l'F.S. Borges, el Rajolí d'Or de Llardecans i el C.F.S. Bellaguarda, 5è, 6è i 9è respectivament. L'F.S. Juneda ha sigut regular amb el seu equip en reestructuració, i l'F.S. Maials B, amb l'equip en creixement, ho ha patit més. Han acabat en 5è i 9è Tercera. El C.F.S. Arbeca, el F.S. Borges i el F.S. Vinaixa, enguany separats a Quarta Divisió, ocupen places de la part mitjana baixa de la classificació.

En futbol femení, l'F.S. Borges tanca la lliga amb un meritori tercer lloc. L'F.S. Maials és 5è. Al Juncosa, el Vinaixa i l'Arbeca la competició se'ls ha fet més llarga i es troben a la part baixa.

CICLISME

Júlia Mir i Pau Domènech, 2a i 3r als campionats de ruta i de BTT XCO

Redacció: Comarca

El cap de setmana del 10 i 11 de juny es va produir un doble podi garriguenc als campionats de Catalunya de ciclisme en ruta de fèmines i al de BTT Cross Country. La junedenca Júlia Mir (UPV) va aconseguir la segona plaça en categoria elit després de vèncer a l'esprint les rivals amb qui perseguien la guanyadora de la prova. "Vaig aconseguir col·locar-me molt bé, tot i ser novella", assenyala. Per la seva banda, el borgenc Pau Domènech (Oleka Team) va assaltar la tercera posició després de remuntar des de l'última fila de sortida. Segons apunta, "sabia que era una cursa llarga" i va regular els esforços per superar els altres competidors.

EQUIPAMENTS

La Granadella estrena una pista de pump track al camp de futbol

Redacció: La Granadella

La zona esportiva de la Granadella ha incorporat les últimes setmanes un nou equipament vinculat al ciclisme, una pista de pump track. Es tracta d'un circuit amb salts i peralts que permet fer-hi voltes aprofitant el moviment del cos. L'ús de l'equipament és gratuït i es troba al mig de l'antic camp de futbol, proper a la pista de pàdel, la pista poliesportiva i a les piscines. La construcció ha costat prop de 50.000 €.

Aquest circuit formava part d'un projecte major vinculat al ciclisme, que preveia un circuit de BTT entre l'antic camp de futbol 11 i les piscines. El nou equip de govern haurà de decidir el futur d'aquesta instal·lació.

Espai tennis taula

Inscripció oberta per apuntar-se a les estades d'estiu d'iniciació del CTT Borges

Redacció: CTT Borges

Un any més us presentem les estades d'estiu de tennis taula. L'activitat es durà a terme al Centre de Tecnificació de les Borges Blanques, de dilluns a divendres de 9.00 h a 13.00 h, a partir del 26 de juny i fins al 14 de juliol.

Les estades estan destinades a aquells nens i nenes d'entre 4 i 16 anys que vulguin conèixer aquest esport i aprendre els conceptes bàsics. El tennis taula és un esport que permet desenvolupar la coordinació, la psicomotricitat, la rapidesa, l'agilitat i en el qual no es pot jugar sol! Des del Club Tennis Taula Borges entenem aquestes estades com una ocasió formativa en valors ètics, d'esportivitat i companyonia.

La inscripció podrà ser per a 1, 2 o 3 setmanes i els socis del CTT Borges tindran un 30% de descompte, a més s'oferirà el servei d'acollida 15 minuts abans i després de l'activitat. Per a més informació i inscripció podeu consultar la web *www.cttborges.com* o contactar per correu electrònic *cttborges@gmail.com* o per telèfon 635 93 52 56 (Josep Lluís).



Notícies

ATLETISME

Més de 250 persones participen en la caminada i la cursa de les Cassoles de Tros

Redacció: Juneda

Bona participació a la 8a cursa i caminada de les Cassoles de Tros de Juneda, del Consell Esportiu de les Garrigues i l'Ajuntament. El dissabte 10 de juny, més de 250 persones van prendre part de l'activitat, complementària de la festa gastronòmica junedenca. Pau Arrufat (C.E. Borges Garrigues) va ser el segon més ràpid a la cursa de 10 km i Maria Mongay (C.A. Borges) la segona dona de menys de 25 anys. A la de 5 km, Adrià Barrufet (Club Colla Ciclista La Pedalada) i Jordi Gil (C.A. Borges) van ser quart i cinquè. Clàudia Vilà va ser la 4a dona.

BÀSQUET

El C.B. Borges-Garrigues perd la final a 4 del campionat territorial contra el Tremp



Exposició de celebració dels 80 anys de bàsquet a les Borges. / X.M.

Redacció: Les Borges Blanques

El C.B. Borges-Garrigues va disputar el primer cap de setmana de juny a Tremp la final a quatre del campionat territorial sènior masculí. Tot i que l'equip va superar el primer partit amb solvència, es va estavellar contra els amfitrions al segon i definitiu. Els borgencs van perdre 79-57 contra el totpoderós C.B. Tremp per culpa d'un tercer quart en què els locals van fer un parcial de 19-5 que va decantar el matx.

El cap de setmana següent, el dissabte 10 de juny, el C.B. Borges va commemorar amb diverses activitats els 80 anys de bàsquet al poble.

FUTBOL

El Borges Veterans es queda a les portes de la final de la Copa Catalunya

Redacció: Les Borges Blanques

El municipal d'esports Ramon Espasa, de les Borges, va acollir el diumenge 18 de juny al matí el partit de semifinals de la Copa Catalunya Veterans que enfrontava el Borges i el Torredembarra. Els locals arribaven a l'encontre com a campions de lliga de Primera Divisió Telègrafs Lleida i havent guanyat còmodament els quarts de final. El partit va ser igualat, però un penal inexistent xiulat per l'àrbitre tot just passats 40 segons de l'inici del partit va condicionar el marcador. El Borges va empatar al començament de la segona part, però un quart d'hora després els visitants es tornaven a avançar. A partir d'aquí, van dedicar-se a aguantar el resultat.

MOTOR

Guerau Simó i Àlex Pifarré tornen al podi en velocitat i trial

Redacció: Castelldans/Borges

El jove pilot de motos de Castelldans Guerau Simó va aconseguir el diumenge 11 de juny el seu primer podi aquest any a la copa de motociclisme KTM390Cup. Després de dues proves en què s'havia quedat amb la mel als llavis, al circuit de Pau-Arnos, a França, Simó va obtenir una tercera posició a la segona cursa. Ara és tercer en nombre de punts a la classificació general.
Per altra banda, el pilot de trial de les Borges Àlex Pifarré va guanyar el diumenge 4 de juny la prova de la Copa Catalana de Trial de Nens celebrada a Esplugues de Llobregat. És el tercer or que aconsegueix aquest any, després dels sumats a Piera i Castellví de Rosanes.

PATINATGE

David Corbella, present en un àlbum de cromos sobre patinatge

Redacció: Torregrossa

La Real Federació Espanyola de Patinatge, el Comitè Espanyol de Patinatge Artístic i l'empresa Icromos van publicar a finals de maig un àlbum de cromos sobre el patinatge artístic espanyol. Els adhesius incorporen patinadors individuals, parelles, quartets i grups de categoria sènior que van participar en els darrers campionats d'Espanya, a més d'una selecció de patinadors júniors. Entre totes les imatges que componen l'àlbum de cromos hi ha la del patinador de Torregrossa David Corbella, de 21 anys, que el 2022 va ser 15è al campionat d'Espanya. Corbella entrena a cavall entre Torregrossa i Cerdanyola, ja que estudia física a la Universitat Autònoma de Barcelona.

FUTBOL

El Torregrossa crearà un equip de futbol 7 femení de veteranes

Redacció: Torregrossa

La temporada 2023/2024 el futbol femení farà una passa endavant a Ponent, amb la creació d'una nova lliga de futbol 7 per a dones majors de 25 anys per part de la Federació Catalana de Futbol (FCF).
Entre els equips que hi concorreran, n'hi haurà un de l'àmbit garriguenc, l'AT Torregrossa, que impulsarà un combinat femení amb dones del poble. Ara per ara, ja compten amb un grup d'entre 15 i 20 jugadores amb ganes de sumar-se al projecte, i la idea és que aquest proper estiu comencin a entrenar juntes.
Entre els combinats que prendrien part de la competició també hi ha l'Alcoletge, el Soses i el Bordeta.

PÀDEL

El 2n torneig del Pàdel Castelldans clou amb victòries garriguenques

Redacció: Castelldans

La segona edició del Torneig Antoni Rúbies del club Pàdel Castelldans va acabar el dissabte 10 de juny amb la celebració de les finals, en què dues parelles garriguenques es van imposar, tant en la categoria masculina com en la femenina, a la parella local. Els junedencs Oriol Moreno i Marc Vallés van guanyar els castelldanencs Roger Ramis i Ivan Labella. Esther Cortés i Yolanda Garcia, per la seva banda, es van imposar a la final femenina a Salomé Puig i Maria Bernaus, membres del Pàdel Castelldans.
La competició va tenir lloc entre el 22 de maig i el 10 de juny i va comptar amb 16 parelles masculines i 12 de femenines.

PATINATGE

Medalles per Alina Matias, Clàudia Solanas i Aran Sanchiz als Open

Redacció: Juneda

Juneda va acollir el 10 de juny l'Open Promoció nivells 1, 2, 3 i 4, juntament amb la Bordeta i Magraners. El CPA Juneda, amfitrió de la vetllada, hi va prendre part amb set patinadores. Qui va aconseguir un millor resultat va ser Alina Maria Maties, de nivell 1, primera del grup A. Martina Sans, va ser 5a. Ivet Sánchez, al nivell 2, grup B, va ocupar la 9a plaça; Anna Gelonch i Ares Capdevila van ser 5a i 6a al grup A. Al grup D del nivell 3, Ares Garcia-Argudo i Júlia Farré van finalitzar en 5è i 6è lloc.
A l'Open Avançat nivells 8, 9 i 10 celebrat a Mollerussa el 18 de juny, les patinadores del CEP Torregrossa Clàudia Solanas i Aran Sanchiz van ser segones dels respectius nivells 9 i 10.



BASE

LA FORÇA DELS ESPORTS

Les comarques de Lleida, Pirineu i Aran es distingeixen pel foment de la pràctica esportiva en múltiples modalitats, especialment l'esport de base, femení i inclusiu.

L'esport de base és educar en valors, l'esport femení ajuda a trencar la concepció patriarcal del nostre entorn i fomentar l'esport inclusiu és ajudar a mostrar la societat sencera que som.

La fotografia de Jordi Bonet, amb la coordinació i producció de Mariona Gil i disseny de Quim Díaz, vol explicar com l'esforç i els valors de l'esport donen caràcter a una terra.

CLUB HOQUEI PATINS VILA-SANA

Vilasana (Pla d'Urgell)

Treballa amb nens i nenes d'entre 3 i 12 anys. Actualment compta amb 12 equips de competició: 6 femenins i 6 mixtos. Destaca el primer equip femení, el qual competeix en la màxima categoria estatal d'hoquei patins, i el qual s'ha arribat a classificar per jugar a la Lliga Europea.

HOQUEI PATINS
VILA-SANA
2003

Diputació de Lleida
La força dels esports