Maternitat i esport / Cop d'ull: Rural Cycling i bikepacking / Entrevista a Xavi Arias / Vintage: Coloms esportius

SomEsports

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

Març - Abril de 2025 / Núm. 72
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
Albert González

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 · SOMGARRIGUES
C/ Nou, 2 baixos · 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

Fer esport malgrat la criança

De tant en tant, els mitjans esportius o generalistes del país ens expliquen la història de la futbolista estrella d'aquell equip o de la nedadora referent d'aquella modalitat que seran mares. La decisió suposa modificar els plans d'entrenament i competició i també pot tenir impacte en el desenvolupament de la seva carrera esportiva. Caldrà veure-ho en el futur. En el SomEsports no ens havíem trobat amb aquests escenaris, però la relació entre esport i maternitat havia anat apareixent en algunes entrevistes i peces de forma tangencial. En una entrevista de l'estiu del 2023, Laia Sabaté explicava com, en el seu cas, "vaig estar un temps que no en feia [d'esport], perquè amb la criança tot s'acaba". Aquella mateixa edició, parlàvem amb expertes de les Garrigues sobre sòl pelvià i la importància de l'esport per tonificar-lo i evitar disfuncions o patologies en aquesta zona, en dones però també en homes, i més enllà de la creença que això només era per a embarassades. L'hivern del 2024, l'aparició de l'equip de veteranes de l'Escola Comarcal de Futbol les Garrigues també posava sobre la taula com un conjunt de dones, una part important de les quals mares, s'havien ajuntat per jugar a futbol. Algunes ja s'hi havien dedicat abans de criar, mentre que d'altres eren noves a la disciplina. Per tot això, crèiem que valia la pena deturar-nos en com la maternitat impacta en la vida esportiva d'algunes de les dones de la comarca, d'aquelles que participen en competicions amateurs o que potser no s'hi havien interessat i a qui sent mares se'ls desperta el cuquet. Perquè malgrat el canvi radical de vida, l'esport continua sent imprescindible.

LA CONVOCATÒRIA

FUTBOL	Dis. 29 de març (17.15 h)	C.F. Borges - C.C.D Turó de la Peira (Les Borges)
CICLISME	Diu. 30 de març (9 h)	16a Xallenge BTT David Duaigües (Almatret)
ATLETISME	Diu. 30 de març (9.30 h)	Final Nacional de Cros dels JEEC (Arbeca)
TENNIS TAULA	Div. 4 d'abril	ENoLI Les Borges Vall - Universidad de Burgos TPF
FUTBOL SALA	Div. 4 d'abril (21.30)	Rajolí d'Or - CFS Balaguer Vedruna (Llardecans)
CICLISME	Diu. 6 d'abril (9.30 h)	Circuit BTT Consells Esportius (Arbeca)
HOQUEI	Diu. 6 d'abril (19 h)	CH Juneda - CH Mollerussa B (Juneda)
ORIENTACIÓ	Dis. 12 d'abril (9.30 h)	Rogaine del Vilosell (TRS-O) (El Vilosell)
CICLISME	Diu. 13 d'abril (9 h)	Marxa BTT Terrall Garrigues 2.0 (Les Borges)
CICLISME	Diu. 13 d'abril (9.30 h)	Circuit BTT Consells Esportius (Juneda)

REPORTATGE

Fer esport per tornar a ser una mateixa

La criança condiciona la pràctica esportiva de les esportistes d'elit i també de les dones que participen en l'esport popular i amateur comarcal. L'activitat física és una escletxa, sovint difícil de trobar, perquè les mares puguin escapar de la rutina, fer salut i relacionar-se.

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

La maternitat és el procés que segurament condiciona més la carrera de les esportistes d'alt rendiment. Ni els és fàcil triar el moment, ni combinar-ho amb les exigències de la disciplina, ni tornar al màxim nivell competitiu havent de conciliar els entrenaments amb la criança. Tot i les evidents diferències de vida, de projeccions i de recorregut, les dones que participen en l'esport popular i amateur comarcal també perceben l'impacte de ser mare en la seva rutina física. Aquest es viu, sobretot, en la tornada a l'esport regular, si abans ja en feien, o en la incorporació a una certa dinàmica atlètica. De nou, pel pes de les cures i les dificultats per la conciliació. En parlem amb un grup de mares esportistes de la comarca i amb especialistes que treballen amb l'esport i la salut femenina.

Una de les principals dificultats per a les dones és tornar a fer esport, o començar-ne a fer si no en practicaven



Bea Miret va començar a competir després de ser mare. / Arxiu

El tall no és a l'embaràs

Les dones han fet importants progressos els últims anys per tenir una major presència en el camp esportiu, tot i que encara queda camí per recórrer. **L'estudi *Dones i esport català* publicat el 2003 per l'Observatori Català de l'Esport i l'Observatori de la Igualtat de Gènere apuntava que el 73% dels homes de Catalunya es consideraven practicants d'esport. La xifra pel que fa a les dones, en canvi, estava en el 65%**. A nivell de llicències federatives, tot i que en el període del 2006 al 2022 hi havia hagut una lleugera tendència cap a la paritat, les femenines representaven un 27%, mentre que les masculines un 73%. Segons el mateix informe, però, les dones esportistes d'alt nivell havien superat en nombre als homes el 2021 (52%) i també hi havia hagut més presència d'aquestes tant en els Jocs Olímpics del 2016, com als de l'any 2020 (2021).



Un partit a la Serreta, on juga Jèssica Vilà, mare esportista. / X.M.

A casa nostra, i tornant a la dimensió més propera, cal observar com l'embaràs no acostuma a ser el motiu pel qual les dones aturen la pràctica esportiva regular, en contra del que podria semblar. **En molts dels casos consultats, quan no eren actives és perquè ja ho havien deixat abans, per culpa de l'inici dels estudis superiors, per motius laborals o per altres raons personals**.

Sigui com sigui, la fisioterapeuta borgenca Carme Vallés observa com davant el desig de ser mare "el de l'esport penso que és un dels hàbits que s'intenta agafar". Considera que cada cop més les dones anticipen l'embaràs i comencen a fer activitat física perquè saben que els serà positiu. La fisioterapeuta juncosana Laia Duaigües, també especialitzada en salut femenina, destaca alguns casos en què a les noies a qui "els entren les presses per preparar-se". Per a les qui ja feien esport regular, apunta que no és recomanable que el deixin del tot. Per a les qui no, considera que s'ha d'"evitar la pressa". Vallés rebla: "Si fa esport, l'embaràs passarà millor i la dona adquirirà un hàbit de salut que li portarà benestar, però quan està prenyada no pot començar una activitat esportiva forta. Ha de moure's, però no estressar el cos". **La llevadora i coordinadora de l'Àrea de Salut Sexual i Reproductiva (ASSIR) de Lleida, Yolanda Florensa, d'Alcanó, destaca que cada cop les mares "tenen més base esportiva, estan més musculades i segueixen millor" els exercicis i entrenaments prepart**. Florensa creu que "ja són dones que fan esport de base, perquè hi ha més consciència global" sobre la importància de l'activitat física.

Yolanda Florensa diu que les mares cada cop "tenen més base esportiva i segueixen millor" l'exercici prepart

Per a les dones que han fet esport sovint, tornar a l'activitat és fàcil. Per a les que no, és molt més complicat

Coincidint amb un petit *boom* d'embarassos a la Granadella, l'entrenadora del gimnàs local, Andrea Flix, va rebre la petició d'algunes veïnes de fer-los sessions específiques, a les quals també es van apuntar després algunes mares primerenques. **Tot i que les dones amb qui va treballar no venien d'una activitat física regular, Flix també va constatar l'interès creixent per la salut i per estar preparades per l'embaràs i el part**.

La represa es fa costa amunt

Un cop superat el tòpic que embaràs equival a immobilitat, les esportistes i especialistes consultades sí que coincideixen que, per una part important de les dones, la represa de l'esport superat el part i el període de postpart és una tasca molt més feixuga. Vallés i Duaigües comparteixen que en les dones amb bagatge esportiu, volen tornar a l'activitat tan ràpid com puguin, perquè "noten que ho necessiten". Per aquelles que no tenen tan recorregut, Duigües assenyala que "el postpart és una terra de ningú, un moment en el qual fins fa poc la dona quedava més desemparada". Ara, complementa, "Salut s'hi ha posat molt més activament". Per a Vallés, no és tant que no se'n parlés ni s'abordés, sinó que "la dona es veu superada. Buscar un temps per tu costa moltíssim". **L'atleta arbequina Helena Frutos reconeix que durant els primers anys dels seus fills, ni es va plantejar de competir com havia fet de més jove i ha tornat a fer ara que són més grans: "Ni ho pensava ni entrava dins la meva vida. Estava absorbida per la criança"**. És el mateix cas que el de Jèssica Vila, que juga amb el Club Tennis La Serreta B de pàdel. Fins que una altra mare amiga no li va proposar d'assistir a classes, no s'ho havia ni plantejat. Ara, celebra com li va de bé "físicament i psicològicament". El testimoni ressona en la veu d'altres dones entrevistades per aquest mitjà.

La contrapartida és l'experiència de la futbolista del Futbol Sala Borges Aïda Torra. Activa en el camp esportiu tota la vida, li va costar deixar les companyes per evitar que qualsevol cop o jugada pogués posar en perill l'embaràs, tot i que "sabia que havia de parar". Quan va néixer la primera filla, ja va començar a rumiar quan es podria tornar a enfundar la samarreta. Quan, un temps després, va quedar prenyada de nou, l'aturada esportiva també

va ser la mínima necessària, tot i que assenyala que va notar un impacte físic més gran: "en tenia moltes ganes". **Això la va portar a combinar l'esport amb donar pit als fills quan tocava, una escena encara poc habitual**. Compartint amb altres mares amigues, Torra es trobava que una de les respostes més comunes era el comú "ho vaig deixar tot".

L'espai per a una mateixa

L'estudi *Dones i Esport Català* revela com la principal motivació d'homes i dones per practicar esport i activitat física és "millorar la forma física". En ells és un 78% i en elles un 77%. Ara bé, també mostra com les dones tenen més tendència a exercitar-se "per salut i recomanació mèdica", en un 75%, per davant del 69% dels homes, i per millorar la línia i l'estètica. En canvi, entre els homes predominen aquells que reconeixen fer-ho "per diversió i entreteniment", un 80% respecte al 72%.

Entre les mares esportistes preguntades per aquest reportatge, sorgeix una idea comuna que marca l'activitat esportiva: senten que és el seu espai, on poden desconnectar del rol de mares, de parelles i de l'estrès i responsabilitats del dia a dia.

Bea Miret, d'Arbeca, havia fet atletisme de nena i, més tard, de jove. No va ser fins passat el primer part que li va tornar a picar el cuquet de l'esport. La primera cursa popular, la Cursa de la Dona, la va fer al cap d'un temps, després d'alletar el fill. Quan va arribar la segona canalla, havia fet curses de 10 km i una mitja marató. Un cop superat el postpart i "respectant el cos i el temps necessari", es va tornar a posar en marxa fins a acomplir l'objectiu de córrer una marató, i ha seguit com a atleta màster, amb algunes medalles als estatals.

Tot i que les dones assenyalen que no és fàcil, trobar aquest espai per a elles, per centrar-se en la seva afició, els ha fet anar a més. Helena Frutos expressa que "el cos té memòria" i que les ganes de córrer li van venir acompanyant els fills a atletisme. Ara, s'ha endinsat en el camp del trail i també li agrada el ciclisme. A Arbeca, de fet, van crear un grup de dones ciclistes dins el club local per desvetllar vocacions i atreure dones en la situació de Miret i Frutos, però també amb altres perfils.

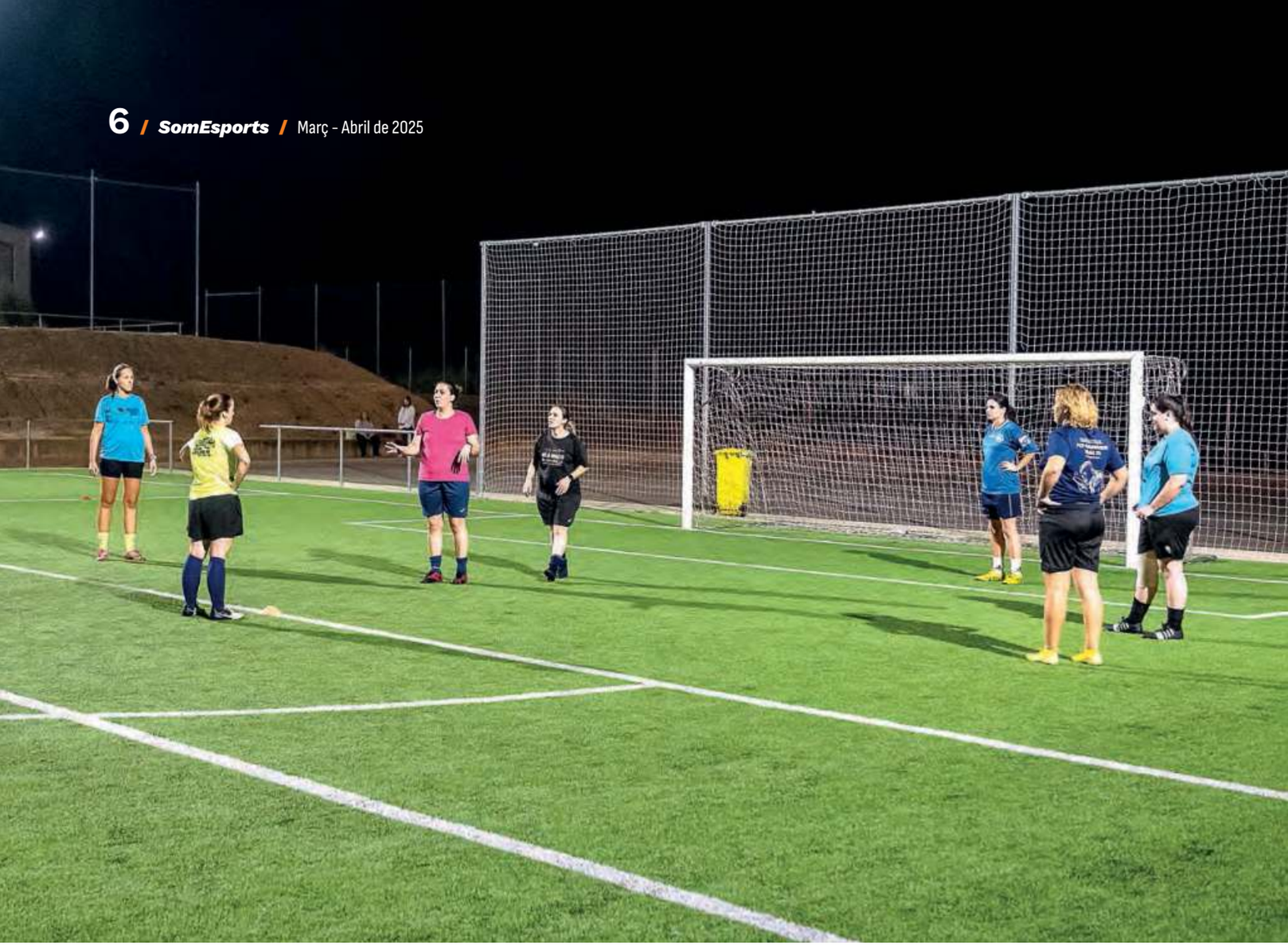
Maria Teresa Gimeno és companya de Carme Vallès a l'equip de Veteranes de l'Escola Co-

Les dones tenen més tendència a fer esport "per salut i recomanació mèdica", segons l'estudi 'Dones i Esport Català'

Quan entrenen, moltes mares senten que poden desconnectar del rol de mares i de les qüestions del dia a dia



Un taller de sòl pelvià recent a Juncosa, impartit per Laia Duaigües. / L.D.



Entrenament nocturn de les Veteranes de l'Escola Comarcal, la seva primera temporada. / X. Minguella

marcal de Futbol les Garrigues. De més jove havia fet tennis taula i el futbol va ser una novetat. Entrena un dia a la setmana "però si no tingués la responsabilitat dels fills, hi aniria a entrenar tots els dies", afirma. Ara, però, "els nens són prioritaris". **També Jessica Vilà apunta sense dubtar-ho en aquesta direcció: "S'ha de recomanar fer esport a les dones. És la manera d'obligar-te a tenir aquest temps per tu". I reconeix que no es pensava que s'hi enganxaria tant**.

Encaixar les cures i l'esport

Però com es conjuguen aquestes dues realitats que, durant tant de temps, ha semblat que no eren compatibles? D'una banda, les dones consideren que han de superar una certa sensació de culpabilitat, per dedicar aquest temps a entrenar i posar-se en forma. Carme Vallés reflexiona que "sembla que dedicar temps a fer esport sigui un caprici, una cosa innecessària. Mentre estigui considerat així crec que serà molt difícil canviar la dinàmica". Andrea Flix assenyala a la rellevància "d'entrenar i dedicar-te a tu i a recuperar el teu cos. Ja no estèticament, sinó per evitar patologies o malalties futures". Miret, per la seva part, exigeix la corresponsabilitat dels pares o les parelles per aquest equilibri en les cures: "es pot fer, no és impossible. S'ha de pactar molt bé i, si no es fa bé, normalment cedeix la dona". Aïda Torra aposta per naturalitzar la situació al màxim, superar "la culpabilitat que sempre t'acompanya" i donar espai a l'afició, en el seu cas el futbol sala. **Sense impacte físic, sense tanta demanda corporal, els pares tornen aviat a la pràctica esportiva, mentre que el postpart, l'exigència de la canalla i el pes de les cures continua castigant més les mares**.

Acabem, però, amb un apunt positiu d'aquesta major presència de les mares esportistes on també s'alinien les entrevistades. Des de casa, sabent que la mare marxa a jugar un partit o a entrenar, però també acompanyant-la als entrenaments i els partits quan la logística familiar hi obliga o hi convida, s'estan forjant nous referents de mares actives, que fan exercici regular i es cuiden la salut. Una passa endavant gens menyspreable.

Els pares tornen aviat a l'esport mentre que les mares sumen el postpart, la demanda dels fills i una certa culpabilitat

S'estan forjant nous referents de mares actives, que fan exercici regular i que es cuiden la salut


13/04/2025
Les Borges Blanques
Terrall - Garrigues
2.0
Club Ciclista Ateneu Garriguenc
9h. / El Terrall
Llarga: 48km / 1.069d+
Curta: 31km / 600d+
Popular: 12km / 150d+
18€ Federats
21€ No Federats
10€ Popular
(fins 3 març, ASPAVIL!!)
Ajuntament de les Borges Blanques
ara lleida
Inscripcions: ccatgarriguenc.cat/terrall-garrigues
Segueix-nos! @terrall_garrigues2.0
Diputació de Lleida
Patronat de Turisme

COP D'ULL

La Rural Cycling abraça també el bikepacking

L'esdeveniment cicloturista Rural Cycling del Club Esportiu Castelldans va començar el 22 i 23 de març i va inaugurar enguany una nova modalitat, la ruta de bikepacking. Els ciclistes havien de completar el recorregut comptant només amb allò que portaven a sobre o poguessin trobar en el camí. Hi van participar una quinzena de ciclistes. Entre aquests hi havia tant experts en la matèria com també aficionats que s'hi estrenaven. En total, havien de completar una primera etapa amb 130 km i 1.100 md+, i una segona de 100 km i 1.600 md+, fent nit a Tàrrega. El director de cursa, Edu Abella, destaca el bon ambient entre participants i el reconeixement que els feien a la ruta dissenyada. El diumenge, la pluja va jugar una mala passada a les rutes de carretera. L'amenaça de precipitacions i l'aigua a la resta del país van fer que acabessin sortint només una vintena dels 180 inscrits. El 17 i 18 de maig, l'activitat del C.E. Castelldans torna el dissabte amb les rutes de gravel i la Trail Garrigues, per als aficionats a les curses de muntanya, i el diumenge amb una cursa en BTT que serà Copa Catalana de Marató. Enguany no es farà la Garrigues Bike al juny.

FOTO: Rural Cycling




16t
60

ENTREVISTA

Xavier Arias Suñé, guia i alpinista

“Ara m’agrada més gaudir dels cims dels altres i conèixer la gent i la cultura”

Esplugues de Llobregat, 1970. Shisha Pangma, Dhaulagiri, Cho Oyu, Everest, Lhotse, Proad Peak i Manaslu són les muntanyes de vuit mil metres que ha coronat. Amb lligams familiars a la Granadella, s’hi escapa quan pot entre expedicions com a guia de viatges i muntanya.

Xavier Franch Sas
xavier@somgarrigues.cat
𝕏 @avutardageminis



XAVIER FRANCH – Què vol dir que fas de guia de viatges arreu del món?
XAVIER ARIAS – Puc guiar en un grup amb un viatge més de trekking o guiar en un grup per fer una ascensió a una muntanya de 8.000 metres. Dependrà del que m’encomanin. Treballo a la carta. Aviat aniré amb uns avis a Noruega. Hi estarem 10 dies. Però també podria estar dos mesos pujant un 5.000, un 6.000 o un 8.000. On treballo habitualment és al Nepal.

X.F. – És gaire habitual una figura així?
X.A. – No ho és gaire, no. Jo no soc un guia pur de muntanya, sinó que tinc una agència de viatges i en faig tot l’any. Començo amb els viatges d’aurores boreals. Això pot voler dir sortir a les 20 h a veure les aurores i fer algunes fotografies, o fer travesses polars, que seria la versió més rock’n’rollera.

X.F. – Quina és la temporada dels cims?
X.A. – Si vas a buscar 8.000, només es poden pujar al mes de maig. Maig al Nepal, al mes de juliol al Pakistan; al mes de setembre, octubre, al Nepal. Depèn de com vagi la temporada, fas més muntanya o en fas menys.

X.F. – Has sigut alpinista. Això et va portar a aquest tipus de guiatge i d’aventures?
X.A. – És veritat que ara, després de 25 anys a l’Himàlaia treballant i pujant muntanyes, i haver arribat al cim de l’Everest i altres cims, i tenir una trajectòria alpinística generosa, a nivell laboral intento buscar coses que siguin més tranquil·les. Fa un parell o tres d’anys que m’estic encaminant molt el tema fotogràfic.

X.F. – Ha canviat la teva percepció de les muntanyes i de les ascensions?
X.A. – Soc una persona que amb l’alçada em trobo molt còmode. Jo, on a la gent li comencen els problemes que són a partir dels 5.000 metres, m’hi trobo bé. Quan fas trekkings amb grups, ascensions fins a 5.000, 6.000, 7.000, 8.000 metres, el fet de trobar-te bé amb aquesta alçada fa que transmetis una tranquil·litat al client. És veritat que anys enrere mirava de fer les muntanyes per un tema molt més personal, de dir jo vaig aquí perquè vull fer això, i ara sí que és veritat que m’agrada més

Viatjant sol et pots posar en embolics. El problema és quan portes clients. Els guies som els que hem de gestionar els riscs

En la cursa dels vuit mil metres et tornes boig. Ara, el més important de la meva vida està per sota dels vuit mil metres



Arias en una de les seves expedicions als cims del món. / X.A.

gaudir dels cims dels altres. Pel que fa als viatges, abans la importància estava dalt, al cim, i ara la tinc a baix, on hi ha la gent, la cultura. M'interessa més la relació antropològica.

X.F. - Com a agència, no envies els turistes sols, sinó que sempre els acompanyes?
X.A. - El 99,9% de les vegades sempre hi estic jo. Durant 8 o 10 mesos de l'any, jo estic fora. A casa tampoc agrada gaire, però mirem de gestionar-ho tan bé com podem.

X.F. - Treballes sempre en zones que coneixes, o també hi ha espai per a la descoberta i per anar a llocs on no has estat mai?
X.A. - Sí que és veritat que cada viatge és diferent. Encara que repeteixis la zona, cada viatge és diferent. La gent em pregunta si no estic cansat de fer el trekking de l'Everest? Si fot 25 anys que el faig, i el faig dos vegades a l'any... he estat 50 vegades al camp base de l'Everest. Cada vegada que hi vaig, me'l miro com si fos la primera. A banda, miro de buscar llocs nous. L'experiència i els coneixements que tens et permeten anar amb gent a un lloc on no has estat abans. El món és prou gran per buscar llocs xulos. Si no són els clients els que m'ho demanen, soc jo el que faig un viatge beta amb conillets d'Índies. Moltes vegades amb la família, amb la Mercè i el Malic, el meu fill, busquem llocs que no conec.

X.F. - Hi ha llocs que tinguis avorrits?
X.A. - Si a un lloc intento no anar és on hi ha massificacions i altres. On no vaig o procuro no anar és als Alps, a França. Al Mont Blanc, per exemple. Hi ha cues, hi ha gent, és un embolic. Vas a la muntanya perquè busques connectar amb la muntanya. No pots connectar amb la muntanya perquè hi ha més gent que muntanya.

X.F. - També t'has degut trobar massificacions a l'Everest, no?
X.A. - Això és com tot. Si vas a l'Aneto o a la Pica d'Estats a l'estiu, està ple de gent. També saps que són èpoques. El millor és buscar l'estació on no hi ha tanta gent. Moltes vegades faig rutes que no estan tan massificades. Busco una ruta i intento sortir dels camins més trepitjats. Però trobaràs gent, és clar, perquè estàs parlant de la muntanya més alta de la Terra, i el camp en base de l'Everest és dels més visitats.

X.F. - Has deixat d'anar a algun lloc per qüestions polítiques i de conflictes?
X.A. - Jo he viatjat molt sol i m'he ficat en algun embolic. El problema és quan portes clients. Depèn d'on entris, pots tindre problemes. Nosaltres, com a guies, som els que hem de gestionar tots aquests riscs. A l'Equador vam tenir algun problema. Ara tampoc hi vaig, perquè necessites visats especials, a l'Iran. L'Iran és un lloc fantàstic, amb unes muntanyes fantàstiques i amb una gent fantàstica.

X.F. - Tens llocs del món pendents?
X.A. - Sí! Tinc un mapa mundi on amb la Mercè i el Malic tenim pintats els països on hem anat tota la família. He viatjat per més de 50 països, però al món n'hi ha prop de 200. Considero que n'he visitat molts, però encara me'n queden per conèixer. Anar a l'Antàrtida em fliparia. Algun dia hi aniré, sí! I, per descomptat, a Oceania. Són els dos continents que em falten.

X.F. - Havies entrat a la cursa per ser el català amb més vuitmils. Has frenat?
X.A. - El primer on vaig fer cim va ser el Shisha Pangma. A partir d'aquí, et tornes boig. Entres a la voràgine dels 14 cims. Però soc dels que penso que s'ha de saber triar. No soc el que en té més, però estic al podi, darrere l'Òscar Cadillac i el Ferran Latorre. Ara el més important de la meva vida està per sota dels vuit mil metros.

VINTAGE

Fulleda, bressol de la columbicultura

La família Bernal, originària de Múrcia, va portar la pràctica al municipi i a la comarca entre els anys seixanta i setanta.

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

La revista *Palomos Deportivos* de la Federació Espanyola de Columbicultura incloïa en la seva edició del desembre de 1969 una nota sobre les Garrigues. Fernando Ventura Capella, que feia el recull de novetats de la secció catalana d'aquesta organització assenyalava que a Fulleda hi havia socis que volien obrir una societat per promocionar els coloms esportius. Ventura explicava que en aquells moments, els socis "depenen directament d'aquesta [secció] Regional perquè no hi ha la quantitat suficient d'aficionats coneixedors que la columbicultura és un organisme totalment enquadrat en l'esport". L'espardenyer i després paleta Manuel Bernal, originari de Jumilla (Múrcia). s'havia posat en contacte amb l'Ajuntament de Fulleda per intentar dinamitzar aquesta pràctica al poble. Entre els pocs veïns que va convèncer hi havia Tomás Charro, que exercia com a guarda de caça. Finalment, la iniciativa no va quallar, però va ser la llavor perquè més endavant la disciplina trobés un cert encaix a la comarca. La nota citada també va ser una pista clau per recuperar aquesta història.

Una pràctica minoritària

Els coloms esportius són un esport minoritari que consisteix a alliberar un conjunt de mascles de coloms paputs (en castellà coneguts com a *buchón*), que són distingibles perquè tenen la bossa del pit molt prominent. Els amos els pinten les ales amb colors vistosos i sanefes per distingir-los els uns dels altres. En el mateix moment, també s'allibera una femella. Guanyarà la competició aquell exemplar que estigui més estona a prop de la femella, seduint-la i picant-la.

La pràctica va néixer a la zona del País Valencià i Múrcia i es va escampar arreu de l'estat a partir de la migració de persones d'aquesta zona. A Catalunya va arribar als anys vint. La Federació Catalana de Coloms Esportius estipula que la documentació més antiga existent sobre grups d'aficionats a aquest esport daten del 1933. Hi havia societats columbicultores a Gràcia, el Poble Sec, Sants i la Barceloneta, per citar-ne algunes. La Guerra Civil espanyola va aturar la pràctica i no va ser fins a la postguerra que es va reactivar l'activitat. De l'àrea metropolitana, la disciplina es va expandir pel país

Una passió familiar

El fill de Manuel Bernal, que té 95 anys i resideix a Fulleda, ens ajuda a recuperar de l'oblit com va arribar a Fulleda. El seu pare, que era aficionat als coloms esportius des de nen, sem-



Marcant un colom. / FCCE

pre n'havia tingut, allí on havia viscut. "Crec que ell va néixer en un colomar", bromeja. Després de viure a Santa Coloma de Gramanet, Manuel Bernal havia fet cap a Fulleda i havia intentat incentivar la columbicultura, sense èxit malgrat regalar coloms a diversos veïns. Aquest va seguir criant i entrenant els seus animals i participant en competicions a l'àrea de Barcelona.

El 1975, el fill, que es deia José María, també es va instal·lar al municipi garriguenc i, com que havia begut d'aquesta afició, va donar-hi continuïtat. Ja havia organitzat una societat columbòfila a Montcada i Reixac va voler fer el mateix aquí. Tant és així que en va promoure una amb seu al bar Florida de les Borges Blanques cap al 1976, on va comptar amb una dotzena d'aficionats de la capital comarcal. No només propiciava competicions, també venia coloms que havia estat entrenant a Fulleda. Segons explica, els seus contactes de Montcada i Reixac, de Barcelona i de Santa Coloma de Gramanet li adquirien els mascles que havia entrenat perquè perseguissin la femella i fossin "els *don joans* de l'aire". Havia rebut fins a 250.000 pessetes per un exemplar. La dona, Loli Martín, feia funcions de veterinària i també cuidava els coloms. Havien arribat a tenir-ne uns 60 exemplars a les golfes de casa. Als vuitanta va acabar deixant l'afició.





Imatge d'arxiu d'una competició de coloms esportius. / FCCE

A més de competir, també entrenava i venia coloms. N'havia arribat a aconseguir fins a 250.000 pessetes

Bernal va fer un tracte econòmic amb el mossèn per capturar coloms del campanar, que els molestaven

Complicacions i petites trampes

Carlos Bernal, el fill de José María i actual agutzil de Fulleda, recorda les expedicions del seu pare i altres socis al campanar de les Borges per capturar coloms comuns, que dificultaven la pràctica del colom esportiu. Per arribar-hi, el pare havia hagut de negociar no només amb l'Ajuntament, també amb el mossèn de l'època. Manuel revela que va oferir al rector un pacte econòmic per vèncer la seva resistència. Els exemplars capturats els venien per a la disciplina de tir al colomí i una part d'aquests recursos es donaven a l'Església per a beneficència.

El veterà columbòfil de Fulleda reconeix petites trampes en algunes ocasions. D'una banda, per no guanyar sempre, ja que els seus exemplars estaven molt més entrenats que els dels altres socis, que no tenien tanta experiència. Carlos també apunta al dopatge esportiu i el seu pare assegura que havia donat als animals vitamines que li havien receptat a ell. Incloïa un trosset de les pastilles a l'alimentació dels coloms la nit abans del concurs i així encara eren més destres. Un dels exemplars, El Parranda, "ja era l'amo sense vitamines" apunta, i amb aquestes, era imparable. El 2024, hi havia un miler de llicències de coloms esportius a Catalunya.

Notícies

Espai tennis taula

Lucia Cerdà, campiona de Catalunya d'esport Universitari



Redacció: CTT Borges

El passat 18 de març es va celebrar al Pavelló municipal d'esports de Vic el campionat de Catalunya d'esport universitari, en el qual la jugadora del CTT Borges Lucia Cerdà es va proclamar campiona en la modalitat individual femenina. La jugadora de 20 anys i natural de Benicarló va representar l'Universitat Rovira i Virgili de Tarragona en la competició.

Cal destacar també que el passat 23 de març es va disputar al Centre de Tecnificació Enric Vall un campionat per col·laborar amb les pobles del Castellar-l'Oliveral del País Valencià afectat per la dana de l'octubre de 2024, gràcies al qual es van recaptar 500 euros que seran destinats a projectes del poble agermanat.

Pel que fa a la superdivisió l'Enoli Les Borges Vall s'ha assegurat pràcticament la permanència a la Superdivisió quan falten 4 jornades per acabar la lliga. L'equip borgenc, que ocupa ara la cinquena posició amb un total de 7 victòries, 5 empats i 6 derrotes, va aconseguir un brillant resultat en la jornada número 18 disputada el passat 21 de març, ja que en un gran partit dels tres jugadors catalans de l'equip van remuntar un 0-2 en contra i van acabar imposant-se a l'Hortitec Alzira per 4-2. Els dos darrers partits a casa seran el 4 d'abril davant l'Universidad de Burgos TPF, i el 2 de maig davant de l'Alicante TMA.

FUTBOL

El Juneda, l'Albi, el Borges B i l'Arbeca encaren un final de lliga de lluita ferotge

Redacció: Comarca

Quan queden menys de dos mesos de competició regular, hi ha quatre equips de futbol en posicions de descens. A Primera, el CF Juneda, que és penúltim i un dels quatre conjunts en descens. La victòria contra el Natació Terrassa (1-4) l'apropa als rivals immediats i a la possible salvació. A Segona, els empats i derrotes no han ajudat el C.F. l'Albi, que és tercer per la cua. Va perdre amb el Tàrrega (1-2) i ara té a 10 punts el primer equip fora del descens. A Tercera, el C.F. Arbeca i el C.F. Borges B tanquen la taula. L'empat dels quadribarrats (2-2) i la derrota del Borges B (1-0) els manté a baix de tot. Falten set partits decisius.

SENDERISME

Les marxes senderistes del març creixen en inscrits, tot i que la pluja fa la guitza



Participants a l'Heroica. / A.G. / BoiraExperience

Redacció: Comarca

La 8a Marxa Heroica de Fulleda, el diumenge 2 de març, i la 11a Marxa de les Cabanes de Volta dels Omellons, el diumenge 16, van ser les primeres d'un calendari primaveral atapeït. En ambdós casos, van superar els registres d'inscrits de l'any anterior. La primera en va comptabilitzar 400, mentre que la segona va assolir els 500. Són dades, per al segon cas, similars a les obtingudes en període prepandèmia.

Malauradament per a l'activitat de Fulleda, la pluja va fer acte de presència i va espantar la concurrència, que va caure a la meitat. Als Omellons, en canvi, tot i la pluja del dia abans, l'activitat es va poder fer sense problemes.

PATINATGE

El Quartet Sènior de Borges obté el seu millor resultat al Català de Xous

Redacció: Granollers

Helena Quer, Mar Ros, Elena Sans i Mireia Larroya, el Quartet Sènior del CP Borges, va participar el diumenge en el Campionat de Catalunya de Xous i Quartets. Va aconseguir el setè lloc, la seva millor posició des que es va crear, fa tres anys. Va quedar a les portes del Campionat d'Espanya.
Per altra banda, un total de 144 patinadores van participar el 8 de març en la trobada de xous dels Consells Esportius de les Terres de Lleida. Les patinadores garriguenques hi van fer un bon paper, tant en competició com en exhibició. El Grup Xou del Torregrossa va guanyar en Xous Secundària davant del CP Borges i el CP Bellcaire. El CPA l'Albi es va imposar en Quintet Secundària.

FUTBOL

El Veterans de Juneda aconsegueix l'ascens i la lliga

Redacció: Juneda

El C.F. Juneda Veterans, que va debutar aquesta temporada a la Segona Divisió de Lligues Lleida, va completar el diumenge 9 de març una campanya fulgurant aconseguint el títol de lliga. Els rojos van vèncer 1 a 0 el Veterans Palau d'Anglesola i es van proclamar matemàticament campions quan encara faltaven quatre jornades per disputar. Dels 18 partits jugats n'havien guanyat 16 i n'havien empatat 2. Això els donava un marge molt favorable contra els immediats perseguidors, el Rosole Veterans A.E. Golmés, a 16 punts. Unes setmanes abans, el 16 de febrer, ja havien aconseguit l'ascens matemàtic per jugar l'any que ve a Primera Divisió, on trobaran al Borges.

ESCACS

L'Escacs Juneda acaba la lliga amb un empat i la quarta plaça

Redacció: Lleida

El 2024, el Club Escacs Juneda va jugar el diumenge contra el Pardinyes B el seu novè i últim partit de la lliga de Primera Provincial de Lleida. El conjunt va empatar 4 a 4 amb l'equip lleidatà, un resultat que ja havia obtingut en dos jornades anteriors, però que li va acabar de certificar un bon resultat final. El Juneda, l'únic equip federat d'escacs de la comarca, va acabar en quarta posició (4 ½ punts i 139 Ds.) per darrere del Bellpuig (7 punts i 170.75 Ds.), de l'Ivars (8 punts i 177.75 Ds.) i del Tàrrega, el vencedor del campionat regular (8 ½ punts i 225.75 Ds.). Un cop completada lliga i confirmada la continuïtat a la categoria, els jugadors participaran ara en tornejos individuals.

CICLISME

Pau Domènech venç a Sabadell en la primera Gran Clàssica de l'any

Redacció: Sabadell

El ciclista de les Borges Blanques Pau Domènech (High Level - GSport) va guanyar el dissabte 1 de març a Sabadell el 54è Trofeu Joan Escolà, la cursa d'inici de les Grans Clàssiques – 9è Trofeu Joan Casadevall de la Federació Catalana de Ciclisme. El borgenc es va anticipar a l'esprint final amb un atac quan només faltava 1 km per la meta i va poder aguantar la persecució dels equips dels esprinters i l'acceleració final d'aquests velocistes. Això li va permetre lluir l'endemà el maillot com a líder de la classificació general. El dissabte, els jutges van desqualificar a Domènech perquè creien que havia fet trampes, però el diumenge van corregir la decisió.

FUTBOL SALA

Gal·la Sabaté, campiona d'Espanya amb la selecció sub-12

Redacció: Cadis

L'aleví del Futbol Sala Maials Gal·la Sabaté va aconseguir el diumenge 9 de març proclamar-se campiona d'Espanya de futbol sala sub-12 amb la selecció catalana. La maialenca era l'única jugadora del club, però també de les comarques de Ponent, que formava part d'aquest combinat. Al desembre havia jugat els Campionats Comarcals de la Federació Catalana de Futbol (FCF) i posteriorment va ser escollida per la selecció nacional. Això va fer que durant els primers mesos de l'any hagués participat en la desena de convocatòries d'entrenaments que van servir per acabar de definir les jugadores que participarien al campionat d'Espanya.

CICLISME

José Domingo i Gal·la Moragues, de l'Albi, triomfen amb la bici

Redacció: Cervera / Castelló

El Club Ciclista l'Albi està d'enhorabona perquè dos dels seus socis han obtingut bons resultats en proves recents. El ciclista de 75 anys José Domingo, casat al municipi, va aconseguir el diumenge 9 de març pujar al graó més alt del podi de la prova The Millars, celebrada a Castelló de la Plana, en categoria Màsters 75-79. Era la seva primera cursa dins de les UCI Gran Fondo World Series. Per altra banda, la jove de 18 anys Gal·la Moragues va participar el diumenge 16 de març a la XVII La Marxa Hivernal de Cervera. Va córrer el circuit Open, de 27 km de distància i uns 450 de desnivell positiu, i va acabar la tercera. Moragues és nedadora del Club Natació Mollerussa.

PRACTICAR ESPORT ÉS FOMENTAR VALORS

La FORÇA de l'ESPORT de BASE, FEMENÍ i INCLUSIU



Diputació de Lleida

La força dels municipis