



PROTAGONISTES

Els resultats, les cròniques i l'anàlisi dels partits dels equips seniors masculins i femenins, dilluns i dimarts a

'L'AVEU.CAT'

CATEGORIES MÀSTERS

Veterans en competició

L'edat no és una limitació per continuar competint. A Montcada i Reixac hi ha un bon grapat d'equips i esportistes veterans que segueixen practicant la seva afició, tot i haver superat amb escreix els 50 anys d'edat. L'activitat física aporta grans beneficis per a la salut de l'organisme i la ment. Malgrat tot, quan ja es té una edat

i existeix el desig de seguir competint, és convenient prendre un seguit de precaucions. 'La Veu' ha parlat amb una nedadora, una taekwondista, un jugador d'handbol, un atleta, un ciclista i un futbolista, que ens expliquen quin és el secret per seguir gaudint de l'esport el màxim temps possible. *Sílvia Alquézar / Pilar Abián / Laura Grau*



Andreu Julián, 54 anys

'Has de ser constant i anar al teu ritme'

Andreu Julián, de 54 anys, és el segon jugador més veterà del màster masculí del CH La Salle, només el supera Genaro Alonso, veí de Santa Coloma que s'ha afegit recentment a l'equip. Fa 10 anys que es va animar a tornar a competir després de més de vint anys d'haver-se retirat de les pistes i va ser per una "meravellosa casualitat". segons explica: "La meua filla va entrar al club com a jugadora i això em va tornar a connectar amb aquest esport que vaig practicar des dels 12 i fins a poc més dels 20 anys". Competir amb el màster és per a ell pura diversió, encara que també hi ha una part de compromís. "Has de tenir

constància, continuïtat i jugar al teu ritme i nivell dosificant molt l'esforç i arriscant el mínim, per evitar lesions", reconeix. Andreu, que també practica mountain bike, juga a La Salle d'extrem dret i es marca com a objectiu seguir en competició "mentre el cos aguanti i m'ho passi bé", afirma. A causa de la pandèmia, l'equip de veterans ha començat a entrenar aquesta temporada al mes d'abril i només ha disputat un partit, ja que a la segona jornada es van detectar diversos positius entre el rival: "Anirem fent sobre la marxa. L'objectiu és no perdre el contacte entre els companys".



Tere Alcón, 61 anys

'Competir m'anima a seguir entrenant'

"No entreno per competir, competeixo per entrenar". Aquesta és la màxima de Tere Alcón, de 61 anys, recent guanyadora de dues medalles d'or a la tercera edició del Campionat de Catalunya Màsters d'hivern, disputat el 18 d'abril a Manresa, en les categories de 50 metres lliures i 50 m. braça. "La meua fita no és superar marques ni sumar medalles, sinó mantenir-me en forma", explica Alcón, qui va començar a competir amb 9 anys. La nedadora montcadense ha estat tota la vida vinculada al món de la natació, tant des de la vessant personal com professional. Des dels 20 anys treballa com a moni-

ra de natació dels cursos organitzats per l'Ajuntament. "He ensenyat a nedar moltíssima gent!", explica amb orgull. Tret de períodes puntuals, en què ha prioritzat altres qüestions com ara la maternitat, Alcón ha estat present en el món de la competició i va participar al primer Campionat de Catalunya, disputat l'any 1985. Des que va entrar a la categoria de veterans, ha sumat moltes medalles en campionats d'Espanya i Catalunya. També ha participat a cinc europeus i a tres mundials -Budapest, Göteborg i Riccione. El fet de competir l'obliga a entrenar, com a mínim, dos cops per setmana.



Soomie Jo Lee, 50 anys

'Quan preparo un campionat em sento més viva que mai i amb més equilibri'

A punt de complir els 50, Soomie Jo Lee aspira a acomiadar-se de la categoria Màster 1 (de 40 a 50 anys) de pumses de taekwondo guanyant els campionats de Catalunya i Espanya 2021, com ha fet en vuit ocasions. Vinculada al taekwondo des de la seva infància -el seu pare regentava una escola d'aquesta art marcial-, no va començar a competir en la modalitat de pumses fins al 2010, any en què va obtenir la nacionalitat espanyola. El seu mestre va ser José Santiago, del club Lee Young Montcada, a qui admira profundament. "Ell em va ensenyar tot el que se sobre pumses i és la persona que

ha sabut explotar tot el meu potencial", remarca Jo Lee qui, a pesar de l'edat i d'algunes lesions cròniques, no vol renunciar al món de la competició. "Quan preparo un campionat em sento més viva que mai, tinc més energia i estic més equilibrada... Ens diuen que som masoquistes, però a mi el sacrifici em compensa", diu la taekwondista, que regenta una escola d'aquesta disciplina esportiva a El Clot (Barcelona) i ha estat finalista dels premis esportius de Montcada. A partir de l'any vinent, té previst competir en la categoria Màster 2 (de 50-60) per continuar superant reptes i mantenir-se en forma.

CATEGORIES MÀSTERS



Ildefonso Teruel, 61 anys

‘La clau per competir és adaptar l'objectiu a l'edat’

Ildefonso Teruel té 61 anys i en fa 35 anys que practica atletisme, sempre vinculat a la Joventut Atlètica Montcada, d'on ha estat president i coordinador de l'escola. Ha pujat al podi en diferents proves de categories màsters als campionats d'Espanya i de Catalunya, tot i que per a aquest atleta, el més veterà del seu club, els èxits esportius no són la seva prioritat. **“La clau per competir ara per ara és adaptar els objectius a l'edat, perquè el cos no t'acompanya igual”,** reconeix el corredor. Teruel entrena entre 6 i 8 hores setmanals, combinant

correu a peu, bicicleta, natació, flexibilitat i ioga. **“Sóc molt realista i cada vegada més anteposo la salut al rendiment”,** explica Teruel, tot afegint que coneix esportistes que ho han deixat molt més joves que ell ja sigui per una lesió, esgotament o per falta de motivació. Teruel es planteja la competició com un creixement personal, amb petits objectius de millora a nivell físic i mental: **“El primer desafiament és fer la marca mínima per participar als campionats però, si no l'assoleixo, tampoc no passa res”.**



José F. Márquez, 72 anys

‘Juguem a futbol per divertir-nos i fer esport’

José Francisco Márquez és l'ànima de l'equip de veterans del FB Montcada. Als seus 72 anys, fa alhora d'entrenador i jugador. Tot i ser el més gran de la plantilla, amb una mitjana d'edat d'uns 45 anys, té minuts gairebé a tots els partits, excepte quan el rival juga amb certa duresa. **“Jugo al migcamp i supleixo la diferència física amb la tècnica”,** explica Márquez, qui havia jugat a l'equip de Tercera Divisió del CD Montcada. Posteriorment, el futbolista va militar a d'altres clubs catalans com el Gavà, el Sant Cugat i la Llagosta, fins que va penjar les bo-

tes quan tenia 32 anys. **“M'agrada seguir jugant a futbol perquè em mantinc en actiu i l'ambient de l'equip és molt bo”,** destaca el jugador, per al qual el més important no són els resultats. **“Juguem per divertir-nos i fer esport. El millor del cap de setmana és l'esmorzar de després dels partits”,** somriu Márquez, qui reconeix que una altra de les seves motivacions per seguir en el futbol és compartir equip amb el seu fill petit. El FB de veterans, que primer va ser Penya Reixac i després Veterans Montcada, compleix aquest any el seu 50è aniversari.



José Ortín, 75 anys

‘El ciclisme em distreu i em manté en forma’

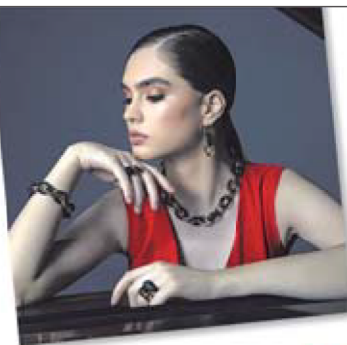
José Ortín, de 75 anys, recorre 100 quilòmetres diaris en bicicleta. El 2019 va batre el seu rècord anual, amb 28.000 km, una marca que no va tenir opció de superar l'any passat a causa del confinament total. Malgrat tot, no va parar de pedalar i va seguir sumant quilòmetres des d'una bicicleta estàtica: a l'abril en va fer 1.915 km, al maig 1.425 i al juny, 1.876. **“La bici em distreu i em manté en forma, tot i que l'experiència de pedalar a casa no em va agradar”,** explica Ortín, qui ara surt sol a la carretera per reduir els riscos de contagi de la Co-

vid-19. El ciclista va deixar el món de la competició el 2015. Fins aleshores, havia participat a les curses més prestigioses en l'àmbit no professional, amb un palmarès brillant. Entre els seus èxits més importants en destaquen les 9 vegades que ha guanyat la Quebrantahuesos. Tot i deixar el món de la competició, el corredor local s'ha marcat altres reptes personals com el que va aconseguir el 2016, quan hi va anar fins al poble del seu pare, a Montalbán (Terol). Un altre somni que li agradaria poder complir és anar a Andalusia en bicicleta.

COLECCIONES PROPIAS Y MARCAS DE MODA

Mollet Joier

Taller propio,
transformamos tus joyas



Mamá, eres única

935 644 517 • Pg. Rocamora, 9 • Montcada i Reixac • jmollet@gmail.com • @joieria_mollet

HANDBOL. PRIMERA ESTATAL

El CH Salle s'assegura la permanència

L'equip de Pau Lleixà aconsegueix el punt que li faltava al matx disputat al pavelló Miquel Poblet contra el Banyoles, amb empat a 27



EL PARTIT DESTACAT

PERE DE JANO

Javi Clemente, amb vuit gols, va ser el màxim anotador local al darrer partit disputat a la pista del BM Granollers que va acabar amb empat a 31

Pilar Abián | Redacció

El primer equip del CH La Salle Montcada s'ha assegurat un any més la permanència a la Primera Estatal, on ja porta 10 temporades consecutives. A falta de cinc jornades per al final de la lliga, el conjunt de Pau Lleixà va sumar el punt que li faltava al matx disputat al pavelló Miquel Poblet el 17 d'abril contra l'Handbol Banyoles, un rival de la zona baixa de la classificació al Grup C que va lluitar fins al final per esgarrapar un empat a 27 gols vital per a les seves aspiracions per mantenir la categoria. "Vam fer un mal partit i, tot i ser superiors al Banyoles, els vam fer arribar al final amb opcions de guanyar", ha reconegut el tècnic lassall-ià, qui lamenta haver aconseguit la salvació amb un gust "agredolç".

Empat de prestigi. La jornada següent, La Salle va prendre bona nota dels errors comesos contra el Banyoles i va estar a punt de guanyar a la pista del BM Granollers, on va treure un meritori empat a 31 gols, el passat 24 d'abril. A falta de dos minuts per al final, els lassall-ians tenien un avantatge de dos gols, però van aprofitar dues errades les va aprofitar els locals per igualar el marcador. "Tot i haver pogut guanyar a la pista d'un gran és un punt que val molt", considera Lleixà, reconeixent que "l'equip venia de dues setmanes on no estava rendint al nostre millor nivell".

La Salle es manté al novè lloc de la classificació, amb 22 punts, empatat amb el Sant Joan Despí, el pròxim rival a al Miquel Poblet, l'1 de maig (20.45h).



ARXIU

Iban Tey deixa la banqueta del Sant Joan

El tècnic de La Unión des de la temporada anterior, Iban Tey, s'ha acomiadat amb agraïment al club i a la plantilla després d'anunciar que canvia de residència. L'equip no ha jugat aquest any per la decisió de la Federació Catalana de Futbol d'anul·lar la competició de la Segona Catalana | LM

FUTBOL. TERCERA CATALANA

'L'equip està tocat per la incertesa del cas Covid'

El capità del Santa Maria, Quim Trias, crític amb la FCF

Lluís Maldonado | Redacció

Un positiu Covid al Santa Maria ha afectat en la moral de l'equip. Ho han reconegut el tècnic Guillermo Andrés i el capità Quim Trias.

L'equip va estar dues setmanes sense poder entrenar pel cas detectat a mitjan d'abril, que s'ha traduït en la marxa voluntària d'Àlex Dávila i Mark Plaza. Juan Rojas 'Falcao' ha abandonat temporalment els entrenaments fins que no es normalitzi la situació sanitària.

El tècnic Guillermo Andrés ha volgut enviar un missatge d'ànims als seus jugadors: "La meua gratitud i el suport a la plantilla en aquests moments difícils".

En el terreny esportiu, el Santa Maria és onzè a la classificació amb 9 punts, a 15 del Can Rull, el líder del grup 6 de Tercera Catalana, després de la darrera derrota contra el Pajaril que va acabar amb golejada rival (1-5). D'altra banda, L'equip té dos partits pendents de jugar.



PAUL RIVAS

El capità Quim Trias busca superar la defensa del Pajaril en el darrer partit a La Ferreria



Ajuntament de Montcada i Reixac

EDICTE

La Junta de Govern Local d'aquest Ajuntament, en la sessió del dia 6 d'abril de 2021, va acordar:

PRIMER.- Suspendre, pel termini d'un any, l'atorgament de llicències d'edificació, reforma, rehabilitació o enderrocament de construccions, d'instal·lació o ampliació d'activitats o usos concrets i d'altres autoritzacions municipals connexes establertes per la legislació sectorial vinculades a la instal·lació i posada en marxa de clubs i associacions de cannabis en el municipi amb la finalitat d'estudiar-ne els requisits urbanístics a tenir en compte abans de procedir a la seva posada en marxa. S'acompanya plànol de delimitació de l'àmbit subjecte a suspensió incorporat a l'expedient.

SEGON.- Publicar el present acord i plànol annex al Butlletí Oficial de la Província de Barcelona, en un diari de major difusió de la població, en la pàgina web i en e-tauler.

L'expedient podrà consultar-se al departament Servei Jurídic de l'Àrea Territorial de 8 a 14 hores, Av. de la Unitat 6 i en la web municipal www.montcada.cat en l'apartat e- Tauler.

L'alcaldeessa, Laura Campos Ferrer
14/04/2021

Tecno-grafic

www.tecno-grafic.com
Servicios gráficos



tredot

LISTO en 1 HORA
serv. urgente*

* Servicio urgente en 1 hora tiene un coste de 10 €

SELLOS DE GOMA:

Sello 4913
(Medida: 5,8 x 2,2 cm)
Precio: 32 €

Av. Catalunya, 68 (Mas Rampinyo) - Tel. 93 575 05 30
info@tecno-grafic.com

TIR AMB ARC

'L'arqueria antiga és un punt de trobada entre cultures'

Ismael Hernández, del CCTA, publica 'El arquero histórico', un tractat sobre aquesta pràctica milenària

Silvia Alquézar | Can Piqué

'El arquero histórico' (Galiarco, 2021) és el títol del primer llibre que ha publicat el montcadenc Ismael Hernández, de 28 anys i soci del Club Català de Tir amb Arc, amb seu a Can Piqué. L'autor fa un recorregut per les diferents etapes d'aquesta pràctica milenària fins al segle XX, una lectura introductòria per a les persones que vulguin conèixer el món de l'arqueria antiga.

Com va sorgir la idea d'escriure aquest llibre?

Va néixer d'un projecte personal, quan estava fent a 2n de batxillerat el treball de recerca sobre el tir amb arc. El tema em va apassionar i, quan portava anys acumulant informació i continguts, em vaig adonar que tenia material per fer un llibre.

'Faig una repassada per les diverses tradicions arqueres i, ahora, és una guia per a iniciants'

Quins períodes històrics abarca la publicació?

El volum comença a l'Edat de bronze i arriba fins al segle XX. L'arc històric és una especialitat que s'ha practicat a tot el món al llarg de la història, amb tècniques diferents. L'objectiu del llibre és fer una repassada per les diferents tradicions arqueres i, ahora, esdevenir una guia per a les persones que es vulguin iniciar en aquesta modalitat, ja que la majoria de la bibliografia està escrita en anglès.



Ismael Hernández amb un exemplar del seu llibre sobre arqueria històrica, publicat a l'abril

Quina diferència hi ha entre l'arc antic i el modern?

És molt subtil. L'arqueria històrica es realitza amb arcs i tècniques que imiten el que es feia abans del segle XX. L'arc antic és una pràctica minoritària en un esport minoritari com el tir amb arc. Can Piqué és l'únic club de Catalunya on es fa aquesta modalitat.

Antigament, tothom feia servir l'arc?

Sí. Abans, la gent muntava a

cavall i disparava amb arc, era el seu dia a dia, i ara sabem conduir i utilitzem mòbils. L'arqueria antiga m'ha permès conèixer la meua cultura i descobrir que és un punt de trobada entre d'altres cultures. **Està realitzant noves investigacions sobre la temàtica?** Sí, vull preparar un tractat sobre com es disparava l'arc a la zona de l'Al Àndalus a l'Edat Mitjana.

VIDEO A LAVEU.CAT

En marxa, la Lliga Catalana bosc 3D

El Club Català de Tir amb Arc ha començat la Lliga Catalana Bosc 3D amb bon peu. La primera tirada es va disputar el 18 d'abril, al Club de Tir amb Arc de Caldes de Montbui. De l'entitat, hi va participar un total de 17 arquers, entre els quals destaquen les primeres posicions aconseguides per Montse Aguirre, en arc longbow; Javier Peña, en arc intensiu, i Félix Pérez –a la foto–, en arc nu. Aquesta modalitat es practica a l'aire lliure i es dispara contra dianes de mida real en 3 dimensions que representen els animals. La pròxima tirada tindrà lloc el 2 de maig, al club de Tir amb Arc Costa Brava. SA



gestionem confiança

RENDA 2020
Ho fem fàcil

86 professionals
718 comunitats de veïns
1.044 empreses
2.320 rendes
5.080 nòmines
27.323 clients
390.430 hores assessorament

Pl. Església, 7 · T. 93 575 12 07 · montcada@grupsisquella.com · www.grupsisquella.com

Comunitats de veïns | Lloguers | Assegurances | Vehicles | Immobiliària | Autònoms | Empresa | Laboral | Fiscalitat | Comptabilitat | Finances

ACTIVITATS MUSEU MUNICIPAL MONTCADA I REIXAC
MAIG 2021

EXPOSICIÓ 'ESPAYS RECOBRATS'
Fins al 27 de juny
Casa de les Aigües
Visites: dissabtes i diumenges, de 10 a 14 h

LA CASA DE LES AIGÜES EN 45 MINUTS
Diumenge 9 de maig, 12 h
Visita guiada breu
Activitat gratuïta

NIT DELS MUSEUS
Dissabte 15 de maig, de 17 a 21 h
Conjunt d'activitats a la Casa de les Aigües
Activitat gratuïta