

Hoquei sobre herba. Les de Sant Cugat guanyen el Düsseldorf en els 'shoot outs' i demà s'enfrontaran a l'Amsterdam per un lloc en la final

El Junior s'estrena en l'EHL i passa a la semifinal

A.C.
BARCELONA / AMSTERDAM

El debut del Junior en l'Euro Hockey League (EHL), la màxima competició de clubs europea, no podria haver anat millor i es va classificar per a la semifinal de manera brillant. Les de Sant Cugat van derrotar en els quarts el Düsseldorf en el llançament de *shoot outs* després que el partit finalitzés amb empat, 0-0. El conjunt alemany es va avançar en els *shoot outs*, però tres aturades de la portera Jana Martínez –escollida millor jugadora del partit– i els dos gols de Georgina Oliva i Carlota Petchame van capgirar aquest desempat i els van donar la classificació. El rival del Junior en la semifinal de demà (11.45 h) serà l'Amsterdam, que va eliminar el Club de Campo madrileny, també en els *shoot outs*, per 2-0, després de l'empat (1-1) en el temps reglamentari.

El partit va ser força anivellat, tot i que el Düsseldorf va disposar de millors ocasions per avançar-se. Les defenses i les porteres van evitar que s'inaugurés el marcador. En els primers minuts del segon període, el conjunt alemany va disposar d'un penal córner però no va poder superar la portera del Junior i es va arribar al descans amb l'empat a zero inicial. El domini de les



Una acció d'atac del Düsseldorf en el quart de final contra el Junior ■ @EHLHOCKEYTV

alemanyes va continuar fins al darrer quart, en què el Junior va anar més a l'atac a buscar el gol i va disposar d'un parell de bones ocasions molt seguides. En els darrers minuts el conjunt vallesà va veure dues targetes verdes i va saber aguantar fins al final del partit amb el 0-0. Els *shoot outs* van decidir la classificació del Junior per a la semifinal. ■

L'Egara goleja en l'EHL Cup

El Club Egara es va classificar per a la semifinal de l'Euro Hockey Ranking Cup, la segona competició europea, que es disputa a les seves instal·lacions. Els egarencs van guanyar de manera clara per 1-8 el Post SV austríac en els quarts, després de dominar des de l'inici, amb dos

gols abans del minut tres i arribar al descans amb un 1-4. Per l'Egara van marcar Marc Recasens (2), Xavier Gispert (2), Lluís Mercadé, Martí Soler, Àlex Gil i Ignasi Prat. El seu rival en la semifinal serà el Rotterdam neerlandès, que va derrotar per 6-0 el Three Rock Rovers irlandès.

Waterpolo. L'stm Mataró guanya l'Astralpool en els penals i força el partit de desempat, que es jugarà avui a la piscina de Can Llong

El títol, en el tercer partit

8 (5) stm Mataró
8 (4) Astralpool Sabad.

stm MATARÓ: Sánchez, Morell (2), Van de Kraats (1), Gual, Sevenich (2), Timofeeva (1), Cambray, Nogué, Bach, Bertran, Espar (1), Markoch (1) i Colominas.

ASTRALPOOL SABADELL: Ester, Van der Sloot (1), Serrano, Steffens (1), Forca, Pérez, González (4), Ortíz (2), GAMES, Casado, García, Bonet i Carilla.

PARCIALS: 2-2, 0-3, 4-0 i 2-3. P: 5-4.

A.C.
MATARÓ

El títol de lliga de la divisió d'honor femenina entre l'Astralpool Sabadell i l'stm Mataró es decidirà en el tercer partit de la final, que es jugarà avui (11.45 h, Esport 3) a la piscina sabadellenca de Can Llong. El conjunt mataroní va guanyar

el segon partit en els penals (8-8 i 5-4) i va forçar el partit de desempat. En el club mataroní hi ha malestar perquè el Sabadell només els facilitarà 40 entrades per al tercer partit i no hi podran anar tots els aficionats que volien.

Després d'un primer quart anivellat (2-2), l'Astralpool Sabadell va domi-

nar el segon i es va distanciar en el marcador fins a arribar al descans amb un 2-5 al seu favor. Tot va canviar en el tercer període, ja que les mataronines van trobar el camí del gol i amb un parcial de 4-0 van arribar als darrers vuit minuts al capdavant en el marcador (6-5). La lluita va ser intensa en el darrer període i el Sabadell va empatar gràcies a Irene González –quatre gols–; 37 segons abans de la fi. En els penals les visitants es van situar a 3-4, i Ani Espar i Clara Cambray van donar la victòria al Mataró. ■

BREUS

HOQUEI SOBRE PATINS. GOLDEN CUP

Tres portuguesos i el Liceo

La Corunya. Les semifinals de la Golden Cup, la copa d'Europa oficiosa que es juga a la Corunya, la disputaran tres equips portuguesos i el Liceo. Cap equip català s'hi ha classificat, ja que en la jornada de dijous els gallecs van eliminar el Noia (6-0) i el Benfica es va desfer del Barça en els penals (4-4 i 2-3). Ahir el Barcelos va superar l'Oliveirense per 2-4 i l'Sporting va derrotar el Porto en la pròrroga per 2-3. Les semifinals de la Golden Cup enfrontaran avui el Liceo i el Benfica (13 h) i el Barcelos i l'Sporting (19 h). La final es jugarà demà (19 h). ■



Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya

Fisioteràpia en el tractament del mal de cap

El dia 19 d'abril és el Dia Mundial del Mal de Cap i, per aquest motiu, des de la Comissió de Dolor Crònic del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya volem conscienciar la població sobre la seva rellevància i sobre com els i les fisioterapeutes podem col·laborar en el seu tractament. El mal de cap és una patologia multifactorial i la fisioteràpia ha pres, en els darrers anys, un paper rellevant en el seu tractament.

Estadísticament, els mals de cap suposen al voltant del 25% de les consultes de neurologia a escala nacional. Al voltant del 46% de la població pateix algun tipus de mal de cap, i aproximadament un 5% pateix mal de cap quinze dies al mes. A més, en l'àmbit laboral els mals de cap suposen, a tot Europa, pèrdues al voltant de 27 bilions d'euros anualment.

Segons la International Headache Association s'han classificat fins a 300 tipus diferents de mals de cap, i la migranya i la cefalea tensional són els més freqüents, tot i que d'altres tipus de mals de cap com la neuràlgia d'Arnold, el mal de cap d'origen cervical i/o mandibular, o els mals de cap trigeminals també es presenten en una àmplia part de la població. Mitjançant la fisioteràpia podem actuar sobre l'origen del mal de cap, sobre els símptomes, o bé col·laborar amb el tractament mèdic. És de vital importància que davant persones amb mal de cap el fisioterapeuta avaluï i tracti, en cas necessari, els punts gallet que produeixen mal de cap, la musculatura extraocular, les tensions pericranials i les disfuncions cervicals altes, a més d'educar el pacient sobre el seu dolor. També cobra especial importància la correcció postural, especialment en persones que acostumen a avançar el cap per davant del tronc.

Les persones que pateixen mal de cap poden col·laborar en el seu propi tractament, sota la supervisió del o de la fisioterapeuta, amb exercicis domiciliaris, treballant la seva postura, tonificant la musculatura cervical i reeducant la musculatura mandibular, extraocular i cervical, a més de realitzar maniobres d'auto SNAG, entre d'altres. Davant d'un mal de cap no podem rendir-nos i és important buscar els consells de professionals sanitaris per tal de mirar de posar-hi remei perquè és quelcom que afecta de manera molt directa la qualitat de vida de la persona que el pateix.



Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya