

Futbol sala. Supercopa. L'equip de Jesús Velasco esborra El Pozo en un primer temps brutal (0-5) i avui es juga el títol contra el potent Inter

Bacanal del Barça a Alzira

2 El Pozo

7 Barça

EL POZO: Juanjo, Valerio, Gadeia, Marcel i Rafa Santos -equip inicial-; García, Santana, Taffy, Darío, Ricardo i Tayanán.

BARÇA: Dídac, Coelho, Lozano, Marcenio i Pito -equip inicial-; Ortiz, Catela, Antonio, Dyego, Sergio González, Adolfo i Puigvert.

GOLS: 0-1 (3') Marcenio. 0-2 (3') Pito. 0-3 (7') Sergio González. 0-4 (11') Lozano. 0-5 (20') Pito. 1-5 (22') Rafa Santos. 1-6 (25') Dyego. 1-7 (29') Marcenio. 2-7 (35') Alberto.

ÀRBITRES: Rodrigo Miguel i Sánchez-Molina Tapiador.

Joan Martí

BARCELONA / ALZIRA

El Barça es va exhibir ahir contra El Pozo (2-7) en la segona semifinal de la supercopa que es juga a Alzira i jugarà avui la final (19.30 / Esport 3) contra l'Inter en un duel clàssic. Els madrilenys van superar l'Antequera en la tanda de penals (4-1) en una semifinal força més entremaliada que va acabar amb empat (4-4).

El conjunt blaugrana, que és el vigent campió, va sortir esperitat, com un coet, i va aclaparar el rival. En set minuts, ja dominava per 0-3. Marcenio –assistit per Pito–, el



Abraçada dels jugadors del Barça ■ FCB

Els vestidors

“Teníem ganes de jugar aquest partit. Sabem d'on venim. És un títol que ens l'hem d'endur a Barcelona?”

Sergio González

mateix Pito en una gran acció personal i Sergio González, rematant al segon pal un servei de Dye-

go, van constatar la fam blaugrana, multiplicada després de l'eliminació prematura a Europa, i van destapar les vergonyes d'El Pozo. Sergio Lozano va prosseguir amb la sagüna (0-4) contra un rival establert. El recital del primer temps el va arrodonir Pito en una transició rapidíssima a passada del porter Dídac quan només faltaven 23 segons per al descans (0-5). Una rúbrica de luxe.

Finalista en la tanda de penals

L'Inter es va guanyar la plaça per jugar la final superant l'Antequera, el campió de copa, en els penals, en què va ser superior (4-1) després que el temps reglamentari finalitzés amb 4-4 en un partit de moltes alternatives i emoció en què els jugadors del conjunt malagueny Cobarro van forçar el temps afegit en els darrers segons. Cecilio (2), Drahovsky i Alvarito van fer els gols de l'Inter.

El Pozo, que es va arriscar amb atac de cinc perquè, de fet, no tenia més remei, va reaccionar amb timidesa amb un gol de Rafa Santos (1-5 en el 22') en l'inici del segon temps, però els blaugrana van replicar de seguida amb l'1-6 de Dyego i l'1-7 de Marcenio. Javi Rodríguez, el tènic dels murcians, va tornar a posar Juanjo a la porteria per evitar mals majors. Alberto va fer el 2-7 i va maquillar una mica el resultat. ■

BREU

BÀSQUET

Tres medaller d'or i una de plata per a Catalunya.

Les seleccions catalanes de formació les han aconseguit en el campionat d'Espanya que s'ha disputat a Huelva. La selecció catalana infantil femenina va superar l'Aragó (66-53). En categoria masculina, el combinat infantil va guanyar amb solvència la Comunitat Valenciana (76-47). En categoria cadet, les catalanes van superar Madrid en la pròrroga (79-77). En categoria masculina, l'equip de Salva Maldonado va perdre contra Madrid anant molts minuts a darrere i va cedir (74-61) contra el vigent campió. ■

BREUS

HOQUEI PATINS

Ple català a Europa.

Els equips catalans van signar un ple de victòries en la primera jornada de la lliga europea. El Vila-sana va viure el seu històric bateig de foc continental en el grup A contra l'Académico da Feira portuguès (5-2) –amb gols de Luchi Agudo (3), Julieta Fernández i Maria Porta. En el grup D, el Cerdanyola va golejar el Nantes per 8-0 amb gols de Carla Castro (3), Gemma Solé (2), Maria Martín, Natalia Crespo i Paula Ferrón. I, en el grup B, el Martinella Manlleu va vèncer el Deportivo Liceo (1-3) amb els gols d'Anna Bulló, Elisabet Gurri i Joana Comas. ■

Tennis. Venç en la semifinal Bonaventure per 6-3 i 6-3 i aquesta matinada jugava contra Gauff (7 del món), la finalista de Roland Garros

Rebeka Masarova fa eclosió en el torneig d'Auckland

A.C.
BARCELONA / AUCKLAND

Rebeka Masarova continua amb la seva gran trajectòria en el WTA 250 d'Auckland i aquesta matinada passada havia de jugar la final, la primera que disputarà en la seva carrera en el circuit WTA i que li permetrà instal·lar-se en el top 100. La catalana, 130 del rànquing mundial, va derrotar en la semifinal la belga Ysaline Bonaventure (95) per un

doble 6-3. Masarova es va mostrar molt solvent amb el seu servei, amb nou aces, i va guanyar el 75% dels punts, aconseguint una gran victòria en una hora i set minuts. La rival de la catalana és la nord-americana de 18 anys i finalista de Roland Garros Coco Gauff, primera favorita i número 7 del món, que en l'altra semifinal va derrotar per 6-0 i 6-2 la montenegrina Danka Kovinic, setena cap de sèrie. ■

BREU

MUNTANYA. RAQUETES DE NEU

Domini català en la Ciaspolada

Girona. Cèlia Balcells (CE Queralt), Laia Andreu (CE Callús) i Georgina Gabarró (GE Olliana) són les tres primeres dones de la Ciaspolada, la prova de referència del calendari internacional en raquetes de neu que es disputa a la Val di Non, al Trentino italià. Andreu –ha guanyat la Ciaspolada el 2012, 2015, 2017 i 2018 i té el rècord de la italiana Laura Fogli a un triomf– i Gabarró havien acabat segona i tercera el 2022, quan es proclamaven les campiones d'Europa. En la categoria masculina, Marc Trasserra (CE Sant Quirze) i Sergi Garcia (CE Cerdanya Pirineus) es van acostar al podi amb el quart i cinquè lloc. ■



Col·legi
de Fisioterapeutes
de Catalunya

La fisioteràpia en els esports de neu

Ja fa unes setmanes que, amb l'arribada de la neu, va començar la temporada dels esports de neu, tant en l'àmbit professional com en l'amateur. Els més freqüents al territori català són l'esquí i l'snowboard, dues activitats que poden provocar lesions molt comunes i que es poden prevenir o minimitzar seguint una sèrie de recomanacions.

Com passa amb els altres esports, fer-ne a la neu també és molt sa, però el risc de lesió augmenta una mica més que en altres disciplines. Per posar-ne un exemple, els jugadors professionals d'altres disciplines com bàsquet o futbol tenen prohibit a l'hivern anar a esquiar o fer qualsevol activitat on hi hagi neu o gel.

Una de les lesions que més sovinteja en els esports de neu és la luxació d'espalla, una afecció dolorosa que és molt fàcil de fer-se amb una simple caiguda a la superfície nevada o gelada. En aquest cas, l'atenció mèdica ha de ser immediata. Aquestes caigudes, a més a més, també poden provocar lesions d'esquena, ja que amb l'esquí, si no el domines, pots caure de moltes maneres. Per tant, és també important aprendre a caure.

Una altra lesió freqüent en aquesta tipologia esportiva és la fractura del dit polze. I per què el polze i no un altre? Perquè quan un esquiador cau a la neu i recolza la mà algunes vegades té agafat l'esquí i, quan es doblega la mà, el lligament del dit polze es pot veure afectat en la caiguda. Cal pensar a deixar anar ràpidament els esquís o el material que tingueu a les mans, ja que d'aquesta manera s'evitarà una lesió que pot arribar a ser molt dolorosa i, segons com sigui la fractura, pots anar directament des de l'estació d'esquí cap a la sala d'operacions.

Les darreres dues afeccions més freqüents són esquinços al turmell, molt usuals en força esports, i lesions de genoll. Tenint en compte tota aquesta informació, el Col·legi recomanem escalfar el cos i fer estiraments, descansar amb freqüència i hidratar-se. També és important seguir les instruccions necessàries de l'esport i no fer més coses de les que sabem sense anar acompanyats. És molt usual que a les pistes d'esquí algunes persones facin trams d'un nivell superior al seu; cal tenir prudència.



Col·legi
de Fisioterapeutes
de Catalunya