Número 31 - Abril, 2016

Ascensos e descensos

Lesión de meniscos (e II)

Xogámonos a liga!

Eurocopa 1989

Campionatos Comarcais

Lucía Sandar, milagrosa muralla

Editorial

FF

Revista do fútbol feminino galego

Contidos

Editorial ……..…. 2
Érase unha vez 2013/14 …….. 3
Ascensos e descensos …… 6
Polo mundo...……..... 8
Máis perto ……. 10
Lesión de meniscos (e II) …….. 12
Lucía Sandar, milagrosa muralla ..…. 14
Xogámonos a liga! ..……..…. 18
A competición en marzo …..……. 20
Galegas no exterior ……. 22
Vigo e A Coruña gañan os comarcais.. 24
Domina o medo e convérteo en aliado. 25
As competicións: Eurocopa 1989 …… 26
Resultados de marzo ..……..…….. 28

FF

Revista do fútbol feminino galego

Director:
Carlos Castro Pinhão
Consello de redacción:
Carlos Castro Pinhão
Óscar Losada Castro
Manuel Julián Jiménez
Josu Imanol Julián Fandiño
Colaboracións:
Mabel Ramos Aguirre
Adrián González Conde
Verónica Giráldez Costas
Víctor Manuel Brea Bello
Chicho Val Diz
Maquetación:
Carlos Castro Pinhão
Publicidade:
Gracia Pérez Sanxoán
Enderezo electrónico:
revistaff@outlook.es

© Revista do Fútbol Feminino Galego

Cara á metade do mes algúns encontros do noso calendario estiveron marcados pola violencia. O caso do At. Pontevedra é reiterativo e as súas trixemelgas, donas da entidade, teñen un pasado cheo de conflitos no noso futfem.

Nesta temporada temos testemuñas de rivais deste club agredidas, futbolistas que teñen medo de xogar contra elas, temos referencias de presuntas aliñacións indebidas que non foron denunciadas en tempo e forma, ás veces polo descoñecemento do procedemento e outras por fuxir do conflito tendo a va esperanza de non volver a vivir experiencias negativas no encontro da segunda volta. Os coches patrulla da policía pontevedresa pasaron varias veces pola Xunqueira 2 en horario de partidos do cadro atlético ao ser precisada a súa presenza. As labazadas e as patadas foron moeda, se non frecuente, máis habitual do normal en comparación cos pacíficos partidos que se dan por toda a nosa xeografía. Se o Conxo vén sendo o exemplo do *fair play* do futfem galego nos dous últimos anos, o At. Pontevedra é a antítese. Cando algún equipo quixo tomar medidas atopouse con algún árbitro que, para evitarse problemas, chegou a aconsellar que os protestos foran encamiñados nun anexo. O temor chegaba a circunstancias como pedir de favor non lles pediran a revisión de fichas das atletas descoñecidas que saían do vestiario do conxunto da beira do Lérez.

Contra todo isto non hai medidas. Na FGF limítanse a xulgar as actas arbitrais e estamos metidos nun círculo vicioso no que a inacción, ese acto tan propio destes tempos como o de lavarse as mans, vai a acabar un día nun problema maior.

A isto súmase a pésima imaxe dada, pois as noticias deste tipo foron salientadas nos nosos principais medios de comunicación. Algúns case non falan de fútbol feminino pero desta vez, non sen lóxica, dedicáronlle até folla completa nalgún dos días. Desde logo os medios non son responsables e coa denuncia pública dos feitos xa arriman a súa dose de compromiso para que esta situación mude. Agora que sexa aos que lles corresponda os que tomen as medidas oportunas.

Carlos Castro

Érase unha vez 2013/14

Carlos Castro

Un dos aspectos máis salientables da nova temporada foi o retorno do Bértola. O conxunto de Vilaboa escolleu a Marcos Canle, un técnico de moita valía, para afrontar o seu reencontro co fútbol estatal, ao que regresaba con futbolistas clásicas como Andrea, Vanesa, Loló ou Sandra. A pretemporada puxo no límite da supervivencia a dous conxuntos, o Compostela, no que se acababa de producir unha desbandada debido aos desacordos entre a maior parte das xogadoras ás que presuntamente lles prometeran unhas cantidades que logo non lles pagaron, e o Erizana, nos últimos anos no gume da navalla. O traballo de José Estévez como salvavidas do equipo, no deportivo, no administrativo e na consecución de recursos financeiros, foi unha condición indispensable para que as vermellas do Aral afrontaran un ano máis na Segunda División.

Bértola. © *Revista do Fútbol Feminino Galego*.

A de Marcos Canle foi a única das novidades. Os clubs deron continuidade aos que remataran a campaña anterior cumprindo obxectivos. Outro retornado, o Barbadás, tamén mantivo a Fofi Martínez no mando técnico das azuladas. Pero a situación de tranquilidade non ía durar moito. A Liga comezou cunha goleada, a máis elevada a prol do Friol na súa historia logo da dobre man ao Compostela na Reigosa. Debeu chegarlle ben a Iria, que non volveu a vestir máis a camisola compostelanista e o cadro de Iban López pasou o resto da Liga sen unha especialista, tendo que alternar entre os paus a Rosi nas dúas xornadas seguintes e a Sophia o resto da temporada. O conxunto capitalino non conseguiu competir e resultou moi duro ver como futbolistas coa traxectoria de Ceci ou da citada Rosi, ou dianteiras con calidade como Raquel Barreiros, deberan pasar durante un ano por ese transo que, en todo caso, asumiron con gran dignidade, como o resto das compañeiras. O Compostela, coa chegada de Antonio Quinteiro á presidencia, pasou de ser un proxecto ilusionante a un pesadelo do cal quen mellor se aproveitou foi o Villestro, onde atoparon un espazo varios dos pesos pesados da SD.

El Olivo era, un ano máis, o favorito para o primeiro lugar que daba lugar á fase de ascenso. O equipo, sen competidores do nivel do Oviedo Moderno, ascendido no verán a Primeira División, contaba cun equipo reforzado na súa parcela ofensiva. Carolina, procedente do Erizana, ou Natalia Sánchez, do Compostela, constituían a mellor oferta ofensiva do futfem galego ao unirse a Anair, Natalia de Francisco e á inventora de fútbol, Sarita. Só atrás, de cara á fase de ascenso, o cadro de Charli García podería presentar dúbidas no primeiro ano sen unha clásica das verdes, Cuchi, que decidira pendurar as botas.

O Friol fixera outro equipazo. Case todas as futbolistas que levaran ao Ponferrada a disputarlle unha Liga a El Olivo vestían agora de amarelo. Só faltaban a guardarredes Estela e a gran goleadora, Eva, que nun desencontro imposible de resolver co presidente da entidade berciana, Ángel Molinero, fixo que pasara un ano en branco ao non poder desvincularse do conxunto ponferradino no que tampouco xogou. Pola contra, dous dos alicerces daquel equipazo, Natalia e Rai, si engrosaban un cadro que tiña nomes para soñar con cousas grandes, como Andrea Mirón, Nere Carballo, Sheila, Andrea Carid, Laura, Tamy, Fany Varela ou Nuria. O Friol puxera tamén a guinda da pretemporada ao conseguir que o At. Madrid acudise á vila luguesa a desenvolver a primeira semana de traballo culminada cun amigable contra o cadro de Geluco Villar.

Un paso por atrás, pero capaz de dar unha sorpresa a calquera, estaba o At. Arousana. O que pasou a este club foi un descenso propio dunha mala xestión. Primeiro o club ficou medio descabezado pola ausencia da presidenta, Arancha Ruiz, durante varios meses. Despois, na xornada 8, co equipo na metade da táboa e malia estar facendo bo fútbol, a capitá e secretaria, Cárol Baños, destituíu a unha das persoas que máis fixeran progresar ao club desde a súa fundación, e o que recuperara o estatus estatal da entidade logo do descenso de dous anos antes, Plácido Cortés. O técnico, condicionado nos treinos por non poder usar futbolistas do B, viviu unha reunión de despedida absolutamente fría coa presidenta e dúas acompañantes na que só se lle abriu a porta de saída. O recurso foi da casa, Moisés Campos, que volveu atoparse cos mesmos problemas que o seu predecesor. Viu como había dúas varas de medir dentro do vestiario dependendo se a indisciplina levaba o nome de Laura Lema ou Zaira e, co descenso consumado na última xornada, foi destituído para que o club fose dirixido polo pai da última citada. O equipo realmente era tan bo, con futbolistas do nivel de Ari ou Belén (que coñecían xa sesións nas Rozas), que gañou a Copa FGF para equipos estatais. O ano das arousanistas estivo marcado por conflitos como os tidos co Salamanca no día no que consumaron o descenso, ou cando solicitaron, como terceiras implicadas, unha aliñación indebida contra o Bértola nun partido que as do Cabalo xogaran en Valladolid, contra o Parquesol, na antepenúltima xornada. O Bértola gañou, aliñara á ex atlética Ana, fichada unha semana antes do Bueu, e case certificou a permanencia. Ana non volveu xogar máis e o Parquesol fixo caso omiso da petición do cadro de Vilagarcía na hora de presentar reclamación.

Tamén trocou de técnico o Erizana. O conxunto de Baiona pasou por unha serie de desgrazas nos remates dos partidos nos que se deixou un empate en Mareo (1-0 Estefanía 89'), na casa contra El Olivo (1-2 Anair 89'), 1-0 en Vilagarcía con tres paus na meta local, e na sexta xornada, unha vitoria na casa contra o Bértola (1-1 Sofía 84'). José Estévez foi substituído por Edu González, que nunha campaña de sufrimento até o final, sacou ao equipo dos lugares de descenso na penúltima xornada, cunha vitoria fronte ao Friol en Baiona (3-0), e reafirmou a categoría gañando na derradeira ao Compostela en Santa Isabel con goles de Luci, unha xogadora de gran aporte no fútbol que case non se ve, e a colombiana Lau. Tras perder en Salamanca e empatar en casa contra o Sárdoma, o Erizana gañou os últimos catro partidos nun final de Liga digno dos que loitan na parte alta da táboa.

Tal vez, futbolisticamente falando, o equipo que máis aportou, foi o Victoria. David Iglesias reiterou por segundo ano a súa filosofía por un fútbol diferente. Ir ver ao Victoria era como cando ao Compostela dous anos antes con Manolo Buján. Cada partido era diferente e calquera seareiro, calquera técnico, podía pasalo ben coa riqueza e variedade táctica que o seu equipo plasmou en cada partido. Cada choque era un capítulo diferente dunha historia que significaba máis aire fresco, máis innovación, ao futfem. Tanto é así que foron varias as futbolistas doutros equipos que mostraron o seu desexo de poder traballar con el. O Victoria fixo a mellor campaña da súa historia, un quinto lugar cun engadido. O 19 de xaneiro gañou a El Olivo por 3-1 (Pau 47', Cris 57', Tomy 63' // Natalia 88'), nun partido para enmarcar. Foi a única derrota do conxunto de Vigo en toda a Liga regular. David Iglesias, con méritos máis que suficientes, foi proclamado ao final da temporada como mellor técnico galego do ano no fútbol feminino.

El Olivo que caeu contra o Victoria.

© *Revista do Fútbol Feminino Galego*

Pero revelación tamén foi o Barbadás de Fofi. Non tiña grandes nomes, só as loitadoras de sempre cos aportes de experiencia das fichadas, Bibi e Mo. Maite estivo ao seu máximo nivel, rematando a Liga con oito goles e se non fose que o traballo condicionou moito a Emma, a punta seguro que axudaba ao equipo a estar algo máis arriba. House, Andrea, María, Cris, Mónica, Helena e Pacy, que por fin podía xogar regularmente en Segunda tras ter rematado a Erasmus que llo impedira facer así salvo en tres partidos da 2010/11, foron os nomes principais. Pero tamén houbo outro anecdótico, o da estadounidense Corinne Emilia Mazzotta, que xogou sete partidos de Liga e dous de Copa, facendo un tanto nesta competición.

Por último, Tony Pazó levou ao Sárdoma nun ano que tiña outros valores para a entidade que só o do primeiro equipo. O conxunto das Relfas comezou a tomar máis en serio o traballo co fútbol feminino dentro da entidade nunha aposta que leva o selo do técnico e do presidente José Manuel López. O equipo

non pasou por atrancos. Conviviu case todo o ano na zona media baixa da táboa e chegou ao remate do torneo sen sobresaltos. Até trinta futbolistas vestiron a camisola branca e azul entre a Liga e a Copa. O equipo tiña futbolistas de excelente nivel como Joana Montouto, mellor goleadora do equipo con 16 dianas, Irina, que fixo sete, ou unha central á que lle gusta estudar o fútbol como Dessi. Na Copa estreouse unha das promesas de futuro do conxunto sardomista, a pequena Laurita. Foi o ano da despedida dunha guardarredes histórica, Ardi, que na súa carreira figurou, entre outros, até nun dos primeiros planteis do At. Arousana de Segunda División (2004/05).

Facendo un resumo. El Olivo foi campión, pero na fase de ascenso foi eliminado polo At. Granadilla tinerfeño, que se reforzara con xogadoras do San Gabriel, da Primeira División, cun dobre 2-0. O Compostela, ademais do descenso, desapareceu, e o At. Arousana descendeu contra prognóstico, pero gañou a Copa FGF, competición na que non podía participar El Olivo. O resto cumpriron os obxectivos.

A Primeira División Galega rematou con polémica porque houbo entidades que só descubriron as bases de competición cando xa estaban descendidos. Non repararan nos acordos federativos de pretemporada nos que se estableceron as bases da competición e a redución de equipos levou implícito que descenderan máis dos habituais. Dous históricos no norte, Aguiño e o poucas veces ben estruturado, Val do Ulla, pagaron as consecuencias xunto a Monte Forte e Pastoriza. No sur o descenso histórico con protesto foi o da Guardesa. Con ela baixaron At. Arousana B, Tomiño e Telmo Peluqueros, que desapareceu.

A fase de ascenso foi xogada polos previsibles Villestro, O Val e Orzán no grupo I e Valladares e Lavadores no II. A estes tamén sumóuselles a sorpresa, Choco, que foi quen de superar ao Atlántida Matamá.

A temporada longa danou os intereses do cadro de Gabi Couñago, que fixera unha das pretemporadas máis extensas entre os equipos do grupo. O Valladares só foi terceiro. Pero tamén os outros dous cadros do sur estiveron abaixo por ter planteis curtos. O Val foi xuíz na decisión final por recibir ao Orzán na penúltima xornada. As naronesas tiñan mínimas opcións que pasaban por derrotar ás coruñesas. Con 0-0 no Anexo do Sinde, a guardarredes visitante, Isa, rexeitou un penalti. Pouco despois, nunha contra, Nerea fixo o 0-1 que converteu o último partido de Liga, contra o Villestro, na Torre, na final. As de Diego Fernández manexaron o partido sen a necesidade da posesión e venceron ás de Chivi por 2-0. O Orzán volvía a Segunda e pouco despois, aproveitando as vacantes, tamén o Villestro, que antes celebrara o título copeiro da categoría derrotando ao propio Orzán no Roxo.

Na Segunda Galega, o Tordoia arrasou no grupo I gañando os 16 partidos, no grupo II o primeiro foi El Olivo B, que non só renunciou senón que desapareceu ao final da temporada, e no III o ascenso como mellor foi para o Beluso. Na fase de ascenso o San Miguel, cunha fase excelente como goleadora de Alba Hernández, e Ciudad de Pontevedra, que a xogara pola renuncia do Bueu, que tamén desapareceu, ascenderon inicialmente, aínda que logo tamén o faría o Orzán B e, por máis renuncias, o Moledo.

A Copa gañoulla El Olivo ao Tordoia no Roxo. Foi unha final co campo cheo e unha animación inesquecible montada polos seareiros tordoienses.

A parte final da temporada foi para as copas das delegacións de Lugo e de Vigo.

Na luguesa, a Milagrosa fixo unha competición inmaculada. Derrotou nos dous partidos de semifinais ao Monte Forte e na final, xogada na Cheda, derrotou por primeira vez na historia ao Friol (3-1). Onde non houbo sorpresa foi en Vigo pois, El Olivo, que derrotara nas semifinais ao Valladares, goleou ao Sárdoma en Balaídos por 6-1.

En canto ás seleccións, mal de novo a sub'18 de Quin Balbuena. Unha vitoria contra A Rioxa na Coruña e un empate contra Asturias en Xixón deixaron á irmandiña xuvenil como décima entre dezaseis.

A cadete de Manolo Petaca abeirou as semifinais con oito puntos. Sexta posición final tras gañar dous encontros e empatar outro par.

A sub'12 de Edu González perdeu en cuartos contra a subcampioa, Cataluña. Na primeira fase empatara contra Madrid e Estremadura e derrotara á campioa e anfitrioa, Canarias. O torneo xogouse en Maspalomas.

As mellores do fútbol galego na Gala de Tomiño.

© *Revista do Fútbol Feminino Galego.*

Ascensos e descensos

Cando os equipos afrontan a última parte das Ligas, sobre todo dependendo das súas opcións, comezan a formular as preguntas que nunca fican claras por non se leren ben as circulares federativas, pola mala interpretación das mesmas, polas confusións propias das consultas entre os competidores ou por calquera outra información errada. Para deixar fechado o capítulo e que todos saiban como se regulamentan os ascensos e descensos nesta campaña 2015/16, presentamos este esquema aproveitando como estaban as cousas no ecuador da competición para mostrar, se os campionatos só tiveran unha volta, quen subiría e quen baixaría.

Primeira División

Atheltic. © Athletic C.

Campión: Athletic.
Xogarían a Copa de Europa: Athletic e Barcelona.
Xogarían a Copa de España: Athletic, Barcelona, At. Madrid, R. Sociedad, Espanyol, Valencia, Levante e Granadilla.
Descenderían: Collerense e Oviedo Moderno.*

* Os descensos de Primeira División non provocan arrastres de equipos peninsulares, norteafricanos e baleares de Segunda División. Podería darse no descenso dun equipo canario afectando a equipos desa comunidade por teren un grupo exclusivamente autonómico na categoría de prata.

Segunda División - Grupo I

El Olivo. © *Revista do Fútbol Feminino Galego.*

Campión: El Olivo.*
Xogaría a fase de ascenso: El Olivo.**
Descenderían: Bértola, Erizana e Milagrosa.

* Os outros que xogarían a fase de ascenso serían: Logroño, Seagull (ao non poder facelo o Barcelona B), Betis, Madrid (ao non poder facelo o At. Madrid B), Lorca e o campión canario tras a fase final interprovincial que se xoga por eliminatorias (Femarguín, Achamán, Tacuense ou Echedey).
** Ao non teren todos os grupos o mesmo número de equipos (o I e o subgrupo de Tenerife do VI teñen trece equipos e o resto catorce), a determinación do mellor segundo, que xogaría tamén a fase de ascenso, vai pola porcentaxe de puntos obtidos sobre o total posible. Nese sentido, a clasificación estaría deste xeito:
1. Femarguín, 92,31%; 2. Achamán, 87,18%; 3. Tacuense, 86,12%; 4. Granada, 84,62%; 5. Echedey, 83,34% (Goles: 51-10); 6. Friol, 83,34 % (Goles: 55-20); 7. Añorga, 79,49%.
Nesa situación, tendo en conta que un dos catro canarios citados entraría como campión, se Femarguín, Achamán ou Tacuense fosen os subcampións entraría tamén calquera deles na fase de ascenso. Se con estes datos o Echedey fose o subcampión canario, a fase de ascenso sería xogada polo Granada.

Primeira División Galega

Valladares. © C.C.A.R. Valladares.

Campión: Valladares.
Ascendería: Valladares.
Descenderían: Noalla, Monte Forte, Moledo, ACRD Boiro e Lavadores.*

* Matematicamente baixarían Moledo, que xa o está pola súa posterior retirada, Noalla e Monte Forte.
A ACRD Boiro e Lavadores descenderían polos arrastres de Erizana e Milagrosa. Na medida que os descensos dos equipos galegos de Segunda División puideran reducirse, tamén se reducirían, en igual número, os descensos de equipos arrastrados da Primeira División Galega.
Se algún equipo descendido desde a Segunda División, ou da Primeira Galega, se dera de baixa ao remate da temporada, a preferencia para ocupar praza na Primeira División Galega corresponde ao mellor clasificado dos descendidos por arrastre. Os tres descendidos matematicamente non se benefician desta circunstancia.
O descenso do Bértola non afecta ao número de arrastrados da Primeira División Galega debido a que se o conxunto de Vilaboa saíra na próxima temporada deberá facelo desde a Segunda División Galega.

Segunda División Galega – Grupo I

Campión: Victoria (Santiago).
Ascenderían: Victoria (Santiago) e Rúa Valdeorras.
Xogaría a eliminatoria de terceiros: Torre.*

Segunda División Galega – Grupo II

Campión: Ourense.
Ascenderían: Ourense e Racing Vilariño.
Xogaría a eliminatoria de terceiros: Portonovo.*

* A eliminatoria de terceiros non dá dereito ao ascenso. A súa finalidade é determinar unha orde de subida no caso de existiren prazas na categoría superior.

Dentro dunhas semanas poderemos volver a esta relación e ver cantos equipos mantiveron as expectativas establecidas no ecuador da competición e cantas novidades hai, para ben e para mal.

Victoria. © Victoria F.C.

Ourense. © U.D. Ourense.

Polo mundo

Suecia saca billete para Río

A selección sueca, que non conseguira a clasificación olímpica no pasado verán en Canadá, corroborouna agora tras gañar en Holanda o Preolímpico europeo. No mesmo competiron, ademais das nórdicas e as holandesas, as seleccións suíza e unha descoñecida Noruega. Os equipos remataron nesa mesma orde logo de colleitaren estes resultados:

Noruega – Suecia: 0-1
Suíza – Holanda: 3-4
Noruega – Holanda: 4-1
Suecia – Suíza: 1-0
Suíza – Noruega: 2-1
Holanda – Suecia: 1-1

Na derradeira xornada, Noruega asumiu o último lugar ao baixar os brazos e caer na prolongación por un gol da suíza Kiwic. Antes, Suecia simplificou un partido que se lle podía poñer complicado cando Schough (foto), na última acción do primeiro tempo, igualou o gol que a *oranje* Miedema lograra no minuto 5.

Foto: © SvFF.

Canadá manda no Algarve

Foto: Canadá. © FPF.

A selección canadense proclamouse campioa da Algarve Cup por primeira vez. O conxunto norteamericano recolle a testemuña do seu veciño do sur, Estados Unidos, que nesta edición non acudiu a defender o seu título. Canadá deu a sorpresa derrotando na final a Brasil. Zadorsky e Bechie adiantaron ás campioas nos minutos 60 e 67. No derradeiro foi Andressa Alves quen fixo o da honra para a *canarinha*. A final foi disputada no Bela Vista de Parchal. Islandia foi terceira ao vencer nos penaltis a Nova Celandia logo de rematar o partido con empate a un. A belga Janice Cayman foi a mellor goleadora con catro tantos e a canadense Kadeisha Buchanan a mellor xogadora.

Austria gaña en Chipre

Austria, por primeira vez na historia, alzouse co triunfo no principal torneo do Mediterráneo, a Cyprus Cup, que tamén viu como neste ano non estaban combinados habituais de mellor nivel. As austríacas viraron a final contra Polonia, que se adiantara aos tres minutos por medio de Kamczyk. Burger empatou no once e no penúltimo minuto, Schiechtl deu o triunfo ás austríacas. No partido polo terceiro lugar Italia impúxose a Chequia por 3-1. A austríaca Burger e a checa Voňková, con tres dianas, lideraron a táboa de goleadoras.

Foto: Austria. © ÖFB.

Estados Unidos gaña aos europeos na SheBelieves Cup

A preparación para a Olimpíada permitiu a catro das mellores seleccións do mundo celebrar nos Estados Unidos a I SheBelieves Cup. Na primeira xornada as locais e Alemaña gañaron por 1-0 a Inglaterra e Francia, respectivamente, en Tampa. O parello nivel de xogo reproduciuse cando o torneo foi a Nashville. Gañaron os mesmos pola mínima. Estados Unidos a Francia (1-0) e Alemaña a Inglaterra (2-1). Na data final, en Boca Raton, Inglaterra asegurou o terceiro lugar co empate sen goles contra Francia e no que representaba a final, un tanto de Morgan, e outro de Mewis, perto do descanso, viraban o inicial de Mittag dando o título aos Estados Unidos. Alex Morgan (foto), con dúas dianas, foi a mellor goleadora e tamén escollida como xogadora do torneo.

Foto: © Alex Morgan.

Estados Unidos Sub'23 faise coa Istria Cup

Estados Unidos sub'23, que liderou o grupo B, fíxose co título da Istria Cup ao ter máis puntos que Hungría B, vencedor do grupo A. As norteamericanas remataron sen perder, pois derrotaron a Eslovenia por 3-0, empataron sn goles contra Polonia sub'20 e venceron na derradeira xornada a Francia B por 2-0. Hungría B superou a Eslovaquia pola diferenza de goles no outro grupo. As maxiares comezaron perdendo coas locais, Croacia (1-0), pero logo gañaron a Eslovaquia por 1-0 e Irlanda do Norte por 2-0.

Foto: Estados Unidos sub'23. © Istria Cup.

Afganistan estrea camisolas con *hiyab*

Foto: © Hummel.

A selección feminina de Afganistan estreará unha camisola con *hiyab*, o pano que oculta o cabelo de moitas musulmanas, segundo a súa tradición. As futbolistas tamén poderán atender á outra norma, a de levar as pernas cubertas, porque o novo uniforme inclúe mallas que serán optativas. Khalida Popal, ex capitá da selección afgá mostrouse orgullosa da uniformación "por ser un exemplo para milleiros de rapazas e mulleres en Afganistán". O fabricante da roupa é Hummel, a mesma que deseña as de Dinamarca ou Lituania. A marca está negociando con outros países árabes a posibilidade de fornecer ás súas seleccións femininas con prendas deportivas semellantes.

Infantino aposta pola muller nos postos de decisión

O novo presidente da FIFA, Gianni Infantino, asegurou que o fútbol feminino e unha prioridade e manifestou a necesidade de que as mulleres comecen a estar nos postos de toma de decisión para asegurar o futuro deste deporte. Por iso, no novo Concello Executivo da FIFA haberá seis mulleres, segundo afirmou na II Conferencia sobre Fútbol Feminino e Liderado celebrada en Zúrich.

Foto: © FIFA.

Claudia Umpiérrez fai historia na arbitraxe uruguaia

A colexiada Claudia Inés Umpiérrez Rodríguez converteuse na primeira árbitra en dirixir un partido de fútbol profesional masculino en Uruguai. O feito aconteceu cando asubiou o encontro entre o Central Español e Tacuarembó (3-0), correspondente á Segunda División o pasado 5 de marzo. O día 19 presentouse ao seu segundo encontro profesional. No choque entre o Torque e o Cerro Largo mostrou sete cartóns amarelos e sinalou a primeira expulsión baixo a súa nova condición. Umpiérrez é colexiada FIFA desde o 2010. **Foto: © FIFA.**

Chastain doa o cerebro á ciencia

A ex futbolista estadounidense, Brandi Denise Chastain, icona publicitaria logo da celebración do penalti que deu o título ao seu país no Mundial do 1999, anunciou que doará o seu cerebro á ciencia para apoiar o estudo sobre os traumatismos de cabeza que se poden dar en futbolistas femininas. "Xoguei desde pequena e dá medo pensar as pequenas contusións que non me foron diagnosticadas na miña vida", sinalou á prensa.

Foto: © Wikipedia.

Máis perto

Covi, na rehabilitación

A bravísima capitá do Friol, Covi, pasou pola sala de cirurxías o pasado 17 obrigada pola lesión sufrida no partido contra El Olivo. Nunha acción ao comezo do encontro unha das súas pernas ficou cravada no sintético ocasionándolle unha rotura de ligamento cruzado anterior e do menisco interno e externo. Ademais padece unha escordadura en grado II no lateral interno e outra no lateral externo. A última etapa da súa carreira non está sendo bondadosa coa mediacentro friolense. Na pasada sesión padeceu outra lesión grave na pretemporada que só lle deixou reaparecer na Copa FGF.

Covi doéndose da lesión. © *Revista do Fútbol Feminino Galego*

O At. Pontevedra segue no ollo da polémica

Aconteceu o pasado 13 de marzo. O partido correspondía á xornada 25 do grupo II da Segunda División Galega e como acontecera hai poucos meses contra o Balaídos, o encontro non chegou á súa fin. Segundo di o colexiado na acta, no minuto 69, cando o At. Arousana B gañaba por 2-3, "el entrenador del equipo visitante, Atlético Arousana B, identificado como Gregorio Bouzas Castro, se dirige a mí entrando en el terreno de juego y con los brazos en alto protestando, me dirijo a él para mostrarle la tarjeta roja y en ese momento se acerca a mí y me da un empujón desplazándome varios metros hacia atrás. Cuando consigo reincorporarme le muestro la tarjeta roja y procedo a suspender el partido porque peligra mi integridad física". O árbitro tamén engade que se dirixiu a el nos termos "esto es por culpa tuya subnormal". Logo da suspensión, continúa o relato do acta, "el entrenador cruza el terreno de juego dirigiéndose hacia los vestuarios con total lentitud y chillando, varias jugadoras del equipo local se enzarzan con él propinándose mútuamente varios manotazos": A lea aumenta porque ao campo saltan "una decena de personas del público que se encaran y discuten con jugadoras de ambos equipos". O colexiado identificou nos altercados a dúas das trixemelgas Torres García, Carmen e Rocío, ademais do técnico. A Carmen, por reiteración de comportamento, caéronlle dez partidos de sanción, a Rocío catro; Gregorio Bouzas tamén foi punido con dez por unha dobre sanción. O partido deberá continuar.

Ana Sánchez (Matamá) perde os nervios ao final

Tamén foi cuestionable a actitude da futbolista do Atlántida Matamá, Ana Sánchez. Segundo declaracións de Antonio Manuel Blanco Dios, colexiado do encontro que disputaba o cadro vigués contra o Aguiño na Tasca, no minuto 88, Ana Sánchez encaróuselle, deulle unha cabezada no nariz e unha puñada no queixo, feito que recolleu na acta, se ben tamén se aclara que o presunto agredido non precisou ningún tipo de asistencia médica. O Matamá está a xogarse puntos decisivos para poder ser primeiro e ascender a Segunda División española. Desde o club desminten a versión do árbitro, considerando que se ben a súa xogadora se excedeu nunha protesta, o colexiado esaxerou un pouco na descrición dos feitos na acta. En calquera caso, segundo os responsables da entidade de Penedo da Moo, a futbolista terá a correspondente punición interna. No apartado disciplinario da FGF a futbolista dixo adeus á temporada, pois ao partido que ten polo dobre cartón amarelo engádeselle unha suspensión de tres meses pola presunta agresión ao colexiado.

Rubén Bárcena, destituído no Torre

Temporada intensa para o Torre. O conxunto coruñés, metido de cheo na loita polo ascenso, destituíu a Rubén Bárcena (foto) logo da vitoria arlequinada sobre o Portazgo na Lavandeira. Técnico e club chegaron a unha situación de desencontro nun momento importante da competición. A destitución de Bárcena é a segunda que se produce no banco do conxunto herculino logo que meses antes se lle abrira a porta de saída a Fuko García, que levaba na entidade desde a creación do cadro feminino. Para afrontar o remate da competición a Xunta Directiva nomeou como novo responsable técnico a Diego Miraz.

Foto: Arquivo.

Xoaquín Blanco deixa a Milagrosa

Xoaquín Blanco, o máximo responsable técnico da Milagrosa, da Segunda División española, chegou a un acordo coa directiva da entidade luguesa para poñer fin a

unha traxectoria brillante, que lle permitiu pasar desde a Segunda Galega ao segundo chanzo do fútbol español. O último encontro dirixido polo técnico do Barco de Valdeorras foi no Rodrigo García Vizoso, cando lle deu moitos problemas ao Victoria para virar o partido. O substituto será Miguel Rego. A Milagrosa está a vivir unha temporada especial, a máis importante da súa historia polo nivel deportivo acadado e na que o nivel de dificultade é superior ao coñecido até agora para un equipo que ten moitas xogadoras novas, algunhas das cales van integrándose pouco a pouco no plantel, na medida que van cumprindo a ideade permitida. A saída do equipo de Xoaquín Blanco non representa un adeus do técnico ao fútbol feminino. Polo contrario, está aberto a participar en novos proxectos no propio futfem ou no masculino en calquera lugar.

Foto: © *Revista do Fútbol Feminino Galego*

Mo tamén é porteira

Por se lle quedaba algún segredo por descubrir no fútbol este ficou desvelado no partido que o Aguiño xogou na derradeira xornada de marzo nas Relfas. Estamos falando de Mónica Naval Cortés, coñecida no fútbol feminino como Mo. A xogadora ourensá é outro deses exemplos que merecen ser salientados. Nos tempos nos que Ourense carecía de fútbol feminino non deixou de atopar a súa oportunidade lonxe da casa. A central, cunha experiencia a ter en conta, pasou polos principais conxuntos das catro provincias, caso único no fútbol galego. Coñeceu varios anos a Segunda División no At. Arousana, no Friol e na pasada campaña no Barbadás. Faltáballe un gran equipo da provincia da Coruña e como se semellara a unha volta xeográfica ás orixes, pois o Salnés e o Barbanza aí andan, un co outro, atopou o espazo no histórico Aguiño. Se algo lle podía faltar no fútbol era pasar entre os paus. E aí foi, contra o Sárdoma B, no partido da xornada 25 da Primeira Galega. Púxose unha camisola diferente, dado que nin Alba Romero nin Carla Pillado estaban dispoñibles, enfundouse as luvas e aguantou o partido no que o seu equipo empatou a dous. Meli e Nati foron as sardomistas que a bateron pero, como en cada equipo no que compite, Mo sempre é capaz de dar máis do que se lle pide. **Foto: © Mónica Naval.**

O Eirís quere facer escola e equipo feminino

Eiris S.D. pode ser un nome que nos resulte familiar no fútbol feminino a partir da próxima temporada. Desde o conxunto herculino emitiuse unha nota de prensa no que informan da constitución dunha escola de fútbol feminino para a que xa poden pasar a inscribirse as interesadas. A escola estará acompañada de dous equipos, un de fútbol 11 e outro para que se integre na liga coruñesa de fútbol 8. Todas aquelas rapazas que queran formar parte do novo club poden pasar polas instalacións da entidade situadas na Avenida Lamadosa, onde está o propio campo de fútbol do Eirís, para ter máis información e cumprimentar tamén esta inscripción que antecede á ficha.

O Deportivo presenta o seu proxecto

Os presidentes do Deportivo, Tino Fernández, e do Orzán, Juan Eiras, presentaron o pasado 16 de marzo un convenio de colaboración entre ambos clubs para que o equipo feminino do Deportivo saia a competir en Segunda División española na temporada próxima. "O Deportivo, como marca Deportivo, vai competir en nivel sénior e o resto de categorías seguirán vinculadas ao Orzán", aclarou Fernández. Entre as razóns para dar este paso, o presidente deportivista indicou que "o sentir xeral do mundo do fútbol é que haxa unha aposta maior polo fútbol feminino. Non hai ningunha imposición de que o fútbol profesional incorpore ao feminino, como de feito algúns clubs importantes o teñen neste momento. O mundo do fútbol, da man da RFEF, impulsou o fútbol feminino, no que tamén se colleitaron importantes éxitos. A Liga súmase a este impulso e empúrranos a que se o vemos viable en cada un dos clubs iniciemos este camiño".

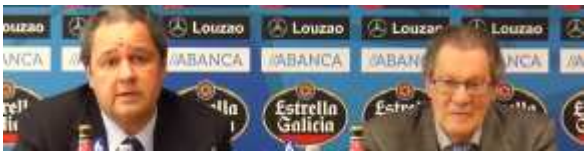

Foto: © *Revista do Fútbol Feminino Galego*

Atlántida, goleada récord

O 20-0 da última xornada de marzo co que o Atlántida Matamá goleou ao Noalla non se daba no fútbol galego desde hai pouco máis dun ano. Daquela, o 1 de febreiro do 2015, o Aguiño fíxollos ao Sar na xornada 20 no grupo I da Segunda Autonómica. Tamén houbo un invalidado 0-23 do Umia en Dena no grupo III. Desde a separación das dúas categorías é a primeira vez que hai un resultado así na máxima categoría galega. Para atopar resultados con vinte ou máis goles deberemos ir á Liga Galega 2007/08 para ver un Orzán-At. Muralla, 20-0, ou un Taragoña-Orzán, 0-22 no grupo I, e un Bértola-Ponteareas, 21-0 ou un Ponteareas-Erizana, 0-20, no II.

Foto: © S. Cult. D. Atlántida Matamá.

Lesión de meniscos en futbolistas: contextualización, prevención e recuperación (2ª parte)

Adrián González Conde
(Universidade de Vigo, Preparador físico Sárdoma C.F. Feminino)
Verónica Giráldez Costas
(Universidade de Vigo, Preparadora física Selección Galega futsal feminina sub'12)

Neste artigo intentaremos dar unhas pinceladas de como enfocaríamos un programa de reeducación funcional deportiva. Para isto dividirémolo en catro fases marcadas que comezaríamos desde o día 0 (D0).

1. Fase de aproximación

Comezamos esta fase no momento no que a xogadora se somete á menisectomía e rematamos cando o seu médico ou fisioterapeuta nos indique que podemos iniciar o trote. Esta fase, á súa vez, ten dúas partes ou tipos de adestramentos que se dan simultaneamente durante esta fase de readaptación, e son as seguintes:

I. Adestramento de evitación durante a sesión: o conxunto de actividades que aquí formulamos intentan evitar a perda total da función muscular na rexión afectada (cuadríceps, isquiocrurais, xemelos, sóleo e tibial anterior). Todo o traballo que aquí se leva a cabo está pactado e coordinado, evidentemente, co fisioterapeuta e o médico.

II. Adestramento de mantemento: o obxectivo deste adestramento non é outro que manter as capacidades de rendemento a nivel cardio-respiratorio como musculo-articular das rexións non afectadas pola lesión.

Esta fase é a de maior duración en canto a días, posto que ao tratarse dunha lesión de menisco externo o xeonllo, nos primeiros días, atópase máis inflamado debido á compresión, por iso optamos por ir máis devagar nesta primeira fase para evitar contratempos.

Obxectivos

- Manter na medida do posible os niveis de condición física (forza, flexibilidade e resistencia) en torno aos valores habituais da deportista.
- Diminuír a tumefacción do xeonllo produto da lesión e da posterior intervención cirúrxica.
- Fortalecer a musculatura do xeonllo da extremidade afectada e evitar perda nos niveis de forza na musculatura da zona (glúteos, isquiocrurais, cuadríceps, xemelos e sóleo).
- Mellorar a propiocepción do xeonllo afectado.
- Desprazarse en bipedestación sobre superficies brandas cunha correcta técnica de marchar.

2. Fase de orientación

Ao principio é trote suave e só en liña recta para, pouco a pouco, ir aumentando a velocidade e realizar todos os movementos posibles dunha xogadora de fútbol.

Nesta fase a deportista xa recupera todo o rango de movemento do xeonllo tratado e se continúa co traballo de forza para potenciar os músculos que axudan a estabilizar o xeonllo, comézase a tocar o balón e, en definitiva, o traballo en campo pasa a ser a parte principal do adestramento, deixando a clínica e o ximnasio en segundo plano, ao contrario do que acontecía na primeira fase. Ao igual que a fase de aproximación, nesta tamén dividiríamos o traballo en dúas partes ou tipos de adestramentos que se dan lugar simultaneamente durante esta fase:

I. Adestramento de evitación durante a lesión: buscaranse actividades para obter claramente mellora nos niveis de forza para retornar o antes posible aos valores iniciais da musculatura da extremidade afectada

II. Adestramento de mantemento: cuxo obxectivo non é outro que manter as capacidades de rendemento como na fase anterior.

Obxectivos:

- Intentar alcanzar os niveles de condición física en torno aos valores habituais da deportista.
- Fortalecer a musculatura do xeonllo da extremidade afectada.
- Mellorar propiocepción do xeonllo afectado.
- Desprazarse a diferentes intensidades e realizar cambios de dirección e sentido nos desprazamentos sen molestias e sen alteracións na biomecánica da carreira.
- Executar accións con balón sen molestias.

3. Fase de preoptimización

Este traballo comezara en pretemporada, xa que a frecuencia de traballo variará en función do que esteamos traballando.

Esta fase comezará no momento que o médico decida darlle a alta á xogadora e rematará cando esta reciba a alta deportiva, é dicir, unha vez que se poda integrar ao traballo do grupo. A xogadora, en menor medida, seguirá recibindo tratamento por parte do fisioterapeuta, malia que se efectuará antes ou despois do adestramento. Durante esta fase seguiremos fortalecendo a musculatura do xeonllo ao igual que continuaremos cos exercicios de propiocepción mesmo que xa máis complexos como saltos e desequilibrios.
As accións nesta fase son moito máis específicas que nas dúas fases anteriores, con esforzos de alta intensidade e duración breve. Nesta fase a xogadora deberá terminar realizando todas as accións e xestos propios do seu posto específico, sendo o balón o principal protagonista.

Obxectivos
- Alcanzar niveis de forza, resistencia e velocidade que permitan á xogadora integrarse de xeito normalizado aos adestramentos do grupo.
- Desprazarse a diferentes intensidades e realizar cambios de dirección e sentido nos desprazamentos sen molestias e sen alteracións na biomecánica da carreira.
- Realizar os xestos técnicos propios do fútbol e as accións máis relacionadas coa demarcación que a xogadora ocupa, con e sen balón, de maneira precisa e sen molestias.

Executar saltos e recepcións desde despegue e con recepción unipodal e bipodal correctamente e sen molestia.

4. Fase de optimización

A cuarta e última fase do programa de readaptación terá o seu inicio no momento no que a xogadora volva a integrarse no traballo habitual do grupo, iso non quere dicir que non teñamos sesións exclusivas específicas con ela para suplir a súa preparación.
Durante esta fase a xogadora irase incorporando paulatinamente nos adestramentos do grupo (sempre comezando progresivamente: comodín exterior, comodín interior e xogo real).

Obxectivos
- Incorporarse paulatinamente ao traballo en grupo para acabar realizando as mesmas tarefas.
- Soportar as cargas dos adestramentos sen molestias na zona lesionada.
- Alcanzar un ritmo de traballo que lle permita estar a disposición do adestrador para disputar minutos dun partido.

Alcanzar niveis de forza, resistencia e velocidade necesarios para competir sen risco de recidiva ou de sufrir unha lesión diferente.

Temporalización

A continuación propoñemos unha temporalización supoñendo que o día 0 é o luns 4 de abril e que os prazos previstos se cumpren adecuadamente.

4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24					

	F. aproximación
	F. orientación
	F. preoptimización
	F. optimización
	Descanso (fin de semana)

Moito do traballo pautado farase en casa debido a que esta liga non é profesional e sería moi difícil que a xogadora acudise ao campo todos os días de adestramento. Pese a isto seguirase un estrito seguimento. En ningún dos casos se pasará a unha fase superior sen ter os obxectivos presentes cubertos ao completo.

Lucía Sandar, milagrosa muralla

Non hai que ter moitos anos para coñecer momentos intensos que pode proporcionar o fútbol. Lucía Sandar xa ten unhas cantas vivencias que contar malia nin ter chegado á maioría de idade. Ela olla o fútbol coa distancia dunha marcaxe zonal pero é capaz de aproximalo axiña como cando ten que saír a tapar o disparo dunha dianteira. Lucía ten discurso futbolístico elaborado, na teoría e na praxe, e aínda que ten moi claro o que debe ser unha central e onde está o modelo a imitar, co paso do tempo estamos convencidos que ela, no fútbol feminino, vai ser quen de aportar o seu selo persoal. Esta temporada está aprendendo algo diferente. Acostumada a gañar máis que a perder, está creando un substrato mental que a fará máis forte, xunto ao resto da Milagrosa, un equipo descaradamente novo, nunha temporada que está dando moito que aprender dese fútbol que tamén se xoga sen balón, que se mama na respiración do vestiario previa á saída ao campo, que se mastiga correndo máis atrás do balón que tocándoo, e que fere aínda máis polas derrotas que fan sentir inxusto o traballo semanal.

Estiveches sempre na Milagrosa?
Non, eu comecei con seis anos no equipo de fútbol sala do colexio, cos nenos, de alí pasei a outro equipo de fútbol sala e logo, con doce, dei o salto ó fútbol campo cando vin á Milagrosa. Ao cumprir os trece anos debutei co equipo sénior feminino e até agora. O ano pasado compaxinei fútbol sala, en división galega, no Adarve de Lugo, e o fútbol campo na Milagrosa.

Ves a un dos equipos de referencia no fútbol base de Lugo. Que ten a Milagrosa para que sexa capaz de formar tantos futbolistas?
O barrio da Milagrosa é moi extenso e ten bastante sona en Lugo. A zona de adestramentos é bastante céntrica e iso facilita a chegada de xogadores e xogadoras de todo Lugo. Aparte de todo isto, oferta unha gran cantidade de equipos con tres etapas ben diferenciadas dende o clube; a Fase de Iniciación (prebenxamíns, benxamíns e alevíns), a Fase de Desenvolvemento (infantís, cadetes e xuvenís) e a Fase de Rendemento (que inclúe os equipos sénior, tanto feminino coma masculino, e o filial masculino).

Levas toda a vida xogando de central?
A verdade é que fun probando en varias posicións antes de asentarme no centro da defensa. Comecei de lateral, logo de pivote defensivo, mediocentro, interior e até tiven a confianza de Manuel Petaca, o ano pasado na irmandiña sub´16, para xogar de líbero, coma se facía no fútbol antigo, mais o meu posto acabou sendo central.

É a posición desde a que mellor se olla o fútbol dentro do campo?
Eu creo que si. Se estás ben colocada podes advertir todo perigo e toda situación na que podes ser prexudicial para o adversario.

Cales son as características dunha boa central?
Para min unha boa central ten que ser contundente, ir ben ao cruce, ter seguridade, ser capaz de sacar o balón xogado (é o inicio de todo bo ataque), levar ben os balóns divididos coa cabeza e, sen dúbida, ser intelixente en canto á liña de fóra de xogo.

E desas, cal é a que mellor manexas?
Creo que son unha xogadora bastante contundente, vou ben ao cruce e non dubido nin un intre en tirarme ao chan para alcanzar un balón. Creo tamén que na Milagrosa estamos a facer unha gran labor en canto á defensa e o fóra de xogo témolo bastante controlado.

E das que menos, en cal melloraches máis nesta temporada?
Este ano, con adversarias tecnicamente mellores que a temporada anterior, creo que estou mellorando o de

disputar os balóns de cabeza e, sobre todo, a miña visión de xogo.

Tes algún ou algunha futbolista que che sirva de referencia?
A miña referencia sempre foi Carles Puyol. Para min non houbo un xogador máis bravo que el. Dominaba a defensa tanto no Barcelona como na selección española. Creo que o que máis admiro del é o gran cabeceador que era, xusto o que a min me falla tanto.

Es nova pero parece que levas toda a vida. Quen manda máis atrás, ti ou Irotxa?
Creo, sinceramente, que non é cuestión de mandar. Aquí ninguén manda sobre ninguén. Unha das partes fundamentais dunha boa liña defensiva é a comunicación coas outras liñas, xa que é a que máis campo pode ver. Tanto eu coma calquera persoa da liña defensiva, Irotxa, Bea, Mery, Berta ..., facemos unha gran labor comunicativa que nos beneficia a todas. Deste xeito, o equipo está máis unido no campo, a pesar de que ás veces lles demos un pouquiño o *tostón* ás liñas máis adiantadas (risos).

Este ano dades o salto da Preferente á Segunda española. Cales son as diferenzas máis importantes que ves entre as categorías?
As diferenzas son evidentes, é un gran salto e nótase en cada intre, en cada xogada. Na segunda española os equipos están claramente máis traballados, as xogadoras son moito máis completas, o sistema de xogo predominante é o de ter o balón e controlar todas as situacións posibles.

Que é o máis positivo de xogar en Segunda?
Xogar en Segunda é un gran paso que demos e que, persoalmente, me fixo moita ilusión. Aprendín moito desta categoría e teño que aprender outro tanto e moito máis. O máis positivo é que necesitas implicarte o cento por cento en cada partido, senón non vas a ningunha parte. Isto é un feito que nos axuda moito ás xogadoras a mellorar tecnicamente e, sobre todo, fisicamente para poder aguantar os 90 minutos de cada partido. Outra cousa moi positiva é a unidade que resulta das viaxes longas. nas que o equipo acaba sendo unha gran piña.

E o máis negativo?
O máis negativo pode ser a presión que temos agora mesmo nós por permanecer na categoría. Eu nunca me vira nunha situación así, sen dúbida, é algo polo que ninguén quere pasar. Salvar a categoría é o obxectivo primordial desta tempada.

No que vai de Liga, dinos un partido que debestes gañar e perdestes?
Para min hai un partido clave no que despois de todo o esforzo non obtivemos nada. O que xogamos contra o Ave Fénix fóra de casa. O partido en Santander rematou cun 3-2, despois de ter igualado un 2-0. Dous penaltis pitados en contra e non houbo máis que facerlle. As decisións arbitrais foron moi polémicas e marchamos para Lugo cun sabor moi acedo.

Salvo unha reacción final do Erizana, a loita pola salvación ídela disputar a Milagrosa e o Tordoia. Que é o mellor e o peor dos dous equipos?
Creo que o Tordoia é un equipo ao que lle falta moito defensivamente, pero teñen unha gran figura na punta como é Rebeca, que fai moito dano ofensivamente e é capaz de marcar moitos goles. É unha xogadora coa que é moi difícil lidar.
En canto a nós, somos un equipo moi traballado en defensa mais ofensivamente non estamos a ter sorte para os goles. Recibimos pouco e tamén anotamos pouco, pero estamos traballando nisto e estou segura de que ofensivamente melloraremos.

Levas varios anos traballando con Xoaquín Blanco como técnico. Desde a perspectiva do equipo, como valoras a súa marcha nesta altura da temporada?
Dentro do equipo temos a mesma información que a xente de fóra. É dicir, ningunha. O club non nos trasladou información oficial, polo que descoñezo os motivos da súa marcha, así que tampouco podo ser moi obxectiva nas miñas palabras. Creo que fixo un gran labor aquí, mais esta tempada tiñamos que estar unidos para pasar o mal trago de encadear tantas derrotas seguidas e

creo que a el fíxoselle imposíbel soportar a presión. Dende o comezo soubemos que ía ser difícil e puxemos sempre enriba da mesa que quen non se vira capaz de loitar por isto, podía baixar do barco cando considerase oportuno.

Sodes o único equipo da capital. Lugo dálle as costas ao fútbol feminino?
Creo que Lugo non fomenta o fútbol feminino para nada- Coido que unicamente saen xogadoras na prensa cando xogan nas ligas masculinas.

Cres que a tradición baloncestística da cidade pode influír?
Pode influír algo, si, mais non creo que a elas lles fagan moito caso tampouco. Hai anos o Ensino era venerado por moita xente, pero agora …

Coloca por orde, segundo creas que ten máis importancia entre os afeccionados lugueses, estes equipos das segundas divisións estatais: Emevé, Ensino e Milagrosa.
Ensino, Emevé e Milagrosa.

Fálase que o Deportivo vai facer equipo feminino para a próxima temporada. Gustaríache que o C.D. Lugo fixera o mesmo?
Aos meus oídos chegou a información de que o C.D Lugo non quere mulleres nas súas categorías de base, nin sequera lles fan a proba para entrar no club. Se ese é o trato que nos darían a resposta é un claro non; se estivesen dispostos a formar unha boa base e fomentar a igualdade sería unha gran oportunidade para que o fútbol feminino lugués comezase a florecer.

Es habitual das seleccións galegas, até a pasada campaña na sub'16 e esta na sub'18. Como valoras o traballo que se fai nelas?
Sen dúbida é unha gran experiencia. Creo que se lles dá importancia a moitas xogadoras e serve de motivación para moitas que queren alcanzar esta oportunidade.

Que cousas pensas que son mellorables nas seleccións?
Os seleccionadores (e estou a xeneralizar, non digo que todos sexan así) non se moven para buscar a xogadoras, son os adestradores os que maioritariamente os chaman e "ofrécenlles" xogadoras que lles poden interesar. Eu tiven a fortuna de poder formar parte da selección luguesa sub´15 e que iso me servira de vitrina. Antes dese campionato as xogadoras luguesas na selección eran contadas.

Vamos revivir tres momentos da túa carreira e cóntanos como os viviches e por que gañastes ou perdestes:
a) 18/05/2014, Municipal (Bertamiráns): Lugo, 2 – Vigo, 1. Sodes campioas galegas de seleccións comarcais sub'15 na primeira edición do torneo.
Foi un feito moi importante para todas nós, sabiamos o que valiamos e necesitabamos demostralo. Remontamos un 0-1 e fíxose xustiza. Ese momento supuxo que por fin se podía considerar a Lugo coma unha fonte de xogadoras de valía. A garra e a carraxe entrou en xogo e aí foi onde se gañou o partido.

b) 22/06/2014, A Cheda (Lugo): Milagrosa, 3 – Friol, 1. Quebrades a hexemonía do Friol e gañades a Copa provincial.
O traballo feito deu por fin os seus froitos. A motivación para ese partido foi clave, sabiamos que ese era o ano e non podiamos deixalo escapar. Fixémoslle cara ao gran rival e gañamos por primeira vez a Copa Deputación. Dende aquel partido plantámoslle cara ao Friol en todas as ocasións e serviunos para demostrar que podiamos con iso e moito máis.

c) 12/06/2015, Pepe Ortiz (Xixón): Madrid, 1 – Galiza, 0. Ficades eliminadas nas semifinais do Campionato de España de seleccións nas semifinais.
Dende o primeiro momento non nos convenceu o rival, pois xa xogaramos contra elas na primeira fase e iso podía pasarnos factura. Psicoloxicamente, aínda que non queiras, algo na túa mente fai "click" e pensas que se lle gañaches unha vez podes facelo unha segunda. Dominamos o partido de principio a fin, mais de cara a portería estivemos gafadas. Sentenciáronnos cun gol e caemos nunha sobreexitación que non nos beneficiou. Abandonamos o campionato terceiras, pero destrozadas.

Os partidos contra o Friol motivan especialmente ou son un partido máis?

O Friol é o gran rival a bater. Os partidos contra Friol son especiais polo rival, polos reencontros con antigas compañeiras, pola cantidade de xente que se xunta … É unha morea de cousas que fai dese un partido especial.

Cal foi o día que mellor o pasaches co fútbol?

Normalmente sempre o paso ben xogando ao fútbol, é o que me gusta. Os torneos de verán quizais son o que mellor recordo me causan, xa que temos un ambiente máis distendido e existe unha convivencia que une moito.

E a maior tristeza que che causou?

Espero que non chegue o día no que ao final dun partido de fútbol me encontre triste, iso significaría que este ano salvamos a categoría.

Fotos: © *Revista do Fútbol Feminino Galego*

Se non xogaras na Milagrosa, en que equipo che gustaría xogar?

Non teño preferencia, A verdade, se podo facer o que máis me gusta é suficiente. Se puidera escoller, escollería un equipo cun bo plantel e un bo ambiente, que ao fin e ao cabo é o máis importante.

Xogámonos a liga!

Cando todos pensabamos que o triunfo do Tordoia sobre a Milagrosa puña fin a calquera emoción no grupo I da Segunda División, sete días despois, en Lugo, as vermello e brancas superaban ao Ave Fénix, igualaban a puntos co conxunto de Víctor Brea, que agora deberá seguir xogando cun ollo posto no que faga o equipo milagrosista.

Pero é que en todas as competicións vaise xogar moito, desde a primeira, logo do erro do Athletic en Vallecas que dá máis vida ao Barcelona e ao At. Madrid, pasando pola Primeira Galega con ese especialísimo Matamá-Valladares da xornada 27 e chegando a unha loita aberta entre varios equipos polo segundo lugar no grupo I da Segunda Galega e entre Portonovo, Ourense e Racing Vilariño polos dous do II. Para facer un seguimento desde onde estamos até o remate, aquí vai unha guía.

F- Fóra
C- Casa

PRIMEIRA DIVISIÓN

LOITA POLO TÍTULO

Xr.	DATA	ATHLETIC - 54	BARCELONA-53	AT. MADRID-53
22	03-abr	F- Fund. Albacete (14º)	F- Sp. Huelva (8º)	F- R. Sociedad (4º)
23	17-abr	C- Collerense (16º)	C- Fund. Albacete (14º)	C- Oiartzun (13º)
24	24-abr	F- Espanyol (9º)	F- Collerense (16º)	C- Valencia (5º)
25	01-mai	C- Santa Teresa (10º)	C- Espanyol (9º)	F- Oviedo Mod. (15º)
26	15-mai	F- R. Sociedad (4º)	F- Santa Teresa (10º)	C- At. Granadilla (7º)
27	22-mai	C- Oiartzun (13º)	C- R. Sociedad (4º)	F- Levante (6º)
28	29-mai	F- At. Madrid (3º)	F- Oiartzun (13º)	C- Athletic (1º)
29	05-xuñ	C- Oviedo Mod. (15º)	C- At. Madrid (3º)	F- Barcelona (2º)
30	12-xuñ	F- At. Granadilla (7º)	F- Oviedo Mod. (15º)	C- Trans. Alcaine (11º)

Athletic, Barcelona e At. Madrid loitan polo título e polos dous lugares que dan acceso á UEFA Women's Champions League.

Ollo á antepenúltima e penúltima xornadas con enfrontamentos directos do At. Madrid cos outros dous aspirantes.

SEGUNDA DIVISIÓN - GRUPO I

LOITA POLA PERMANENCIA

Xr.	DATA	TORDOIA - 13	MILAGROSA - 13
22	03-abr	C- Friol (2º)	F- Femiastur (9º)
23	17-abr	F- Zamora (10º)	C- El Olivo (1º)
24	24-abr	C- At. Arousana (5º)	F- Friol (2º)
25	01-mai		F- Orzán (6º)
26	15-mai	C- Erizana (13º)	C- Zamora (10º)

Friol é Zamora serán os principais xuíces do descenso. Ambos equipos xogan contra Tordoia e Milagrosa.

Na loita pola salvación o empate a puntos beneficia ao Tordoia.

O Tordoia xogará un partido menos por coincidir na penúltima xornada contra o retirado Bértola.

PRIMEIRA DIVISIÓN GALEGA

LOITA POLO ASCENSO

Xr.	DATA	ATLÁNTIDA MATAMÁ - 68	VALLADARES - 65
22	03-abr	F- ACRD Boiro (13º)	C- Lavadores (7º)
23	10-abr	C- Valladares (2º)	F- Atlántida Matamá (1º)
24	17-abr	F- Orzán B (3º)	C- Sárdoma B (5º)
25	24-abr		F- San Miguel (9º)
26	01-mai	F- Alertanavia (6º)	C- Aguiño (12º)

A atención posta nese espectacular Valladares-Atlántida Matamá da xornada 23.

O ascenso é para un aínda que podería haber un segundo se houbera praza libre, atendendo que esa non fose ocupada por un convite da RFEF e que fose aplicada a "lei do costume", que neste caso beneficiaría a Galiza por ter máis equipos que outras territoriais no grupo I de Segunda española.

Haberá dous arrastres que intentarán evitar estes tres equipos. Na medida que suban a Segunda máis galegos dos previstos os arrastres minimizaranse, o mesmo que se houbera desaparicións de equipos galegos descendidos a esta categoría cara a próxima campaña.

O Umia parte como favorito a non ter problemas dados os catro puntos sobre o Aguiño e os reforzos, que aumentaron o nivel do equipo de Moisés Campos.

PRIMEIRA DIVISIÓN GALEGA

LOITA POLA PERMANENCIA

Xr.	DATA	UMIA - 31	AGUIÑO - 27	A.C.R.D. BOIRO - 21
22	03-abr	F - Alertanavia (6º)	C- San Miguel (9º)	C- Atlánt. Matamá (1º)
23	10-abr	C- Arcadia (4º)	F- Monte Forte (14º)	F- Sárdoma B (5º)
24	17-abr	C- Monte Forte (14º)	F- Noalla (15º)	C- San Miguel (9º)
25	24-abr	F- Victoria B (10º)	C- A.C.R.D. Boiro (13º)	F- Aguiño (12º)
26	01-mai	C- O Val (8º)	F- Valladares (1º)	C- Noalla (15º)

SEGUNDA DIVISIÓN GALEGA

LOITA POLO SEGUNDO LUGAR

Xr.	DATA	TORRE - 56	VILLESTRO - 55	RÚA VALDEORRAS - 53
27	03-abr	C- Obrero (16º)	C- S.E. Abellá (7º)	C - Orzán C (13º)
28	10-abr		F- Touro (12º)	F- Imperator (6º)
29	17-abr	C- Cacheiras (11º)	C- Victoria (1º)	C- Conxo (8º)
30	24-abr	F- S.E. Abellá (7º)	F- Pastoriza (9º)	F- Santiso (10º)
31	01-mai	C- Touro (12º)	C- Imperator (6º)	C- Obrero (16º)
25	08-mai			C- Portazgo (15º)
32	15-mai	F- Victoria (1º)	F- Santiso (10º)	F- Antas (5º)
33	22-mai	C- Pastoriza (9º)	C- Antas (5º)	
34	29-mai	F- Imperator (6º)	F- Rúa Valdeorras (4º)	C- Villestro (3º)

O Torre acaba de complicarse coa aliñación indebida no partido contra o Orzán C que lle reclamou o Villestro.

O Rúa Valdeorras é quen ten un calendario máis favorable. De ascender, e se o fai o Ourense no grupo II, sería un gran ano para o futfem ourensá.

O Rúa-Villestro do final de Liga pode ser un dos partidos máis emocionantes da Liga.

O Victoria, invicto, xogará contra o Villestro e o Torre.

Se o Racing Vilariño perde en Velle na próxima xornada a loita ficará máis despexada e Portonovo e Ourense, que se atopan na 32, terán un final de Liga máis sinxelo.

Se o Racing Vilariño gaña no feudo ourensanista, tendo en conta que é o único ao que lle quedan os oito partidos e hai ese Portonovo-Ourense, volverá a ser un serio candidato.

SEGUNDA DIVISIÓN GALEGA

LOITA POLO ASCENSO

Xr.	DATA	PORTONOVO - 63	OURENSE - 62	RACING VILARIÑO - 55
27	03-abr		C- Racing Vilariño (3º)	F- Ourense (2º)
28	10-abr		F- Balaídos (16º)	C- Tomiño (7º)
29	17-abr	F- Mamis (12º)	C- Tyde (6º)	F- At. Pontevedra (14º)
30	24-abr	C- Rápido Pereiró (4º)	F- C. Pontevedra (10º)	C- Rápido Bahía (9º)
31	01-mai	F- Sp. San Mateo (9º)		F- At. Arousana B (5º)
32	15-mai	C- Ourense (2º)	F- Portonovo (1º)	C- Puentearnelas (11º)
33	22-mai	F- Tomiño (7º)	C- Mamis (12º)	F- Salcedo (15º)
34	29-mai	C- At. Pontevedra (14º)	F- Rápido Pereiró (4º)	C- Amanecer (13º)

A competición en marzo

Primeira División

Josu Julián (*Revista do Fútbol Feminino Galego*)

O mes de marzo tivo dúas circunstancias de gran valor cualitativo. Por un lado, a inesperada derrota do Athletic en Vallecas que permite ao Barcelona e ao At. Madrid recuperar opcións na loita polo título; polo outro, a formidable actuación da Fundación Albacete na parte baixa. Os seus sete puntos de nove parecen extirpar de emoción a loita pola permanencia dado que Oviedo Moderno e Collerense, que este mes trocaron outra veza orde, fican a dez e once puntos respectivamente. O seguinte é a loita pola Copa de España. A R. Sociedad, que gañou nas súas dúas visitas e perdeu na casa contra o Valencia, parece que poderá formulala de lonxe porque xa está a acariñar a súa participación nela. Ao Valencia, con Mari Paz lesionada, valeulle de moito esa vitoria mínima no feudo donostiarra que lle permitía compensar a derrota na casa contra o Barcelona nun partido no que as levantinas deron moito traballo ás catalás. O Espanyol tivo o seu mes desastroso. Tras estar nunha situación positiva para encarar o remate da Liga entre os oito primeiros, realizou tres partidos con malos resultados dos que o mellor, máis que polo empate no terreo do Oviedo Moderno, foi facelo cando perdía por 2-0 e parecía encamiñado á terceira derrota consecutiva. Na casa *perica* tiveron que mudar moitas cousas nos dous últimos meses. O bo é que aínda ten tempo para rectificar, pois só está a tres puntos do Sp. Huelva a quen recibirá na Dani Jarque a finais de maio. As onubenses caeron contra o Athletic, pero gañaron ao Levante e empataron en Granadilla, dous resultados de moito mérito contra equipos que compiten polo mesmo.

Segunda División – Grupo I

Víctor Brea (Tordoia S.D.)

Nas tres xornadas disputadas en marzo o que máis me chamou a atención é a gran igualdade nos resultados. Só houbo unha goleada, o 7-1 do Ave Fénix ao Erizana. Esta igualdade demostra que estamos nunha fase do campionato na que gañar non lle resulta fácil a ninguén. De entre todo, ollando a táboa, vemos que El Olivo, que será campión, dá a impresión que baixou un pouco o pistón, seguramente por estar preparando as eliminatorias da fase de ascenso. Pola súa parte, o Friol, conxunto moi ben traballado, está adecuadamente instalado na segunda posición. A partir de aí vemos tres equipos que loitarán pola terceira posición. Un, o Sárdoma, está realizando unha gran segunda volta, outro é o Mareo, que o vemos costa abaixo, e finalmente o At. Arousana, que para min é o favorito para gañarlle o pulso a estes dous equipos.

Desde o sexto posto do Orzán ata o décimo do Zamora hai nunha serie de cadros que neste último tramo de Liga non se xogan moito, pois escaparon do descenso e teñen moi difícil chegar á parte alta.

No último mes e medio de Liga o que si queda por saber é o último equipo que acompañará ao Erizana no descenso. Esta última praza xogarase entre nós e a Milagrosa. As de Lugo parten cunha pequena vantaxe, pois aínda lles quedan cinco partidos por xogar mentres que a nós fáltannos catro. En todo caso, para nós está resultando unha gran experiencia competir na Segunda División española e é unha categoría á que non queremos renunciar, polo que vamos a poñer todo o noso esforzo para poder repetir na próxima temporada a nosa presenza para competir cos mellores equipos da comunidade e poder seguir vivindo a posibilidade de seguir disputando partidos fóra dela.

Primeira División Galega

Chicho Val (S. Cult. D. Atlántida Matmá)

O máis salientable da xornada 23 foi o duelo de veciños entre Matamá e San Miguel. O Atlántida sacou o partido folgadamente fronte un rival complicado, que xa lle restara puntos ao Valladares anteriormente. Tamén o cadro valladarista resolveu ben o seu compromiso en Umia. As locais, reforzadas, só marcaron ao final, cando tiñan o partido perdido por 0-3. Non foi unha xornada de resultados sorprendentes, por iso foron normais as goleadas de Sárdoma B, Lavadores e O Val. Si, en todo caso, foi importante para o Victoria B, cuxos tres puntos diante do Boiro aclaráronlle moito o futuro. Por último, no duelo de perseguidores dos equipos de cabeza, Arcadia e Orzán B, dous bos equipos, mostraron o seu equilibrio empatando un choque con goles.

Na seguinte fin de semana, Matamá e Valladares repetiron triunfos fáciles. O noso resultado en Aguiño apertouse ao final, cando o partido entrou nunha

dinámica estraña con a protesta puntual da nosa xogadora que acabou nos medios de comunicación e pola que pedimos desculpas a todo o mundo. Pode cualificarse de anecdótica porque a nosa xogadora non é violenta, até o punto que os dous únicos cartóns que leva nesta temporada producíronse neste partido. O empate sen goles do Orzán B co Umia e que non xogara o Arcadia ampliou as distancias dos dous primeiros sobre os perseguidores. Do resto convén salientar a goleada do Alertanavia e o empate do Boiro diante de O Val. A igualada foi a maior sorpresa e indica que o cadro do Barbanza, para evitar os arrastres, vai loitar pola permanencia até o final mentres lle queden posibilidades. O Lavadores aproveitou esta fase da Liga contra rivais de abaixo para seguir a súa ascensión e, neste caso, tocoulle marcar a xa típica goleada ao Noalla.
Por último, a xornada 25 tivo moita emoción. Foi a de O Val, que cun gol de Noemi estivo a piques de evitar a vitoria do Valladares en Narón. Na prolongación foi Tamara quen puxo definitivamente por diante ao conxunto de Vigo, que salvou unha visita complicada á hora de loitar polo ascenso. A nosa goleada ao Noalla, entra dentro dos parámetros da competición. Quixemos afrontar o partido co máximo respecto polo rival e serviunos tamén para recuperar sensacións propias do xogo que deben desenvolverse nun partido. Nós estamos nunha dinámica moi diferente á do Noalla para quen esta competición, obviamente, xa ten un significado distinto. Houbo dous empates sorpresas, o do San Miguel en Monforte, impensable tendo en conta a traxectoria de ambos cadros, e do Aguiño en Sárdoma. O mesmo estivo a piques de acontecer no Lavadores-Boiro, salvado polas locais na segunda parte. Por último, no derbi coruñés, empate que entra dentro da lóxica. A superioridade na táboa do Orzán B relativizouse entre que ás orzanistas cústalles facer goles e que Rolando Suena, o técnico do Victoria B, é un gran estudoso do fútbol e dos rivais e soubo formular un bo partido para os seus intereses.

Segunda División Galega

Revista do Fútbol Feminino Galego

Grupo I

Mentres o Victoria de Chivi continúa contando cada partido como un triunfo, a guerra a todos os niveis acaba de desatarse na loita pola outra praza de ascenso, tanto no campo como nos despachos. O Villestro, que foi un dos cadros que leva realizadas máis aliñacións indebidas no que vai de competición, logo de non ter esperado aos seus meses pertinentes para aliñar a Leti e Lidia cando regresaron do seu breve periplo polo Orzán, reclamou a indebida do Torre no encontro no que o cadro coruñés derrotou ao Orzán C por aliñar a unha ex orzanista, Helena Moreta, que tras deixar o cadro aurinegro non podía fichar por outro equipo do grupo por levar sumados catorce encontros con este club. Quen olla e espera aínda a súa ocasión é o Rúa Valdeorras, a quen a derrota na Pastoriza pode pasarlle factura. Se é capaz de xuntar o seu disperso equipo para todos os partidos que lle restan o ascenso pode pasar aínda polo Aguillón.

Grupo II

Fóra de aspectos extradeportivos relacionados co At. Pontevedra, o ascenso que era entre tres fíxose máis de dous logo que en marzo o Racing Vilariño perdera dous puntos en relación ao Portonovo e o Ourense. A visita das racinguistas ao feudo do Rápido Pereiró, outro dos equipos que por calidade tamén podería estar cos puntos do trío de cabeza, saldouse cun empate sen goles.
Un dos equipos aos que peor lle sentou marzo foi ao Rápido Bahía. Un punto en dous encontros rebaixouno dous lugares na zona media da táboa.
De aquí até o remate, ademais da loita polo ascenso, haberá outra non transcendente que é a que xogarán polo cuarto posto o Rápido Pereiró, o At. Arousana, que veremos se ao final vai á continuación do partido contra o At. Pontevedra, e o Tyde.
Como nota de última hora, de novo hai chamadas entre clubs para elaborar e asinar un escrito de protesta contra a permanencia do At. Pontevedra na competición.

Foto: Racing Vilariño-Mamis. © Mamis Arnelas F.C.

Galegas no exterior (marzo)

Mes malo para Mari Paz, que pasou en branco logo de chegar ás Rozas e ter que deixar a selección española por lesión. O mellor foi para Carolina que estivo case sempre nos momentos importantes nos que o Oiartzun sacou puntos e acabou o mes conquistando a titularidade.

ANA BUCETA (Levante U.D.)
Foto: Levante U.D.

Continúa lesionada.

ANAIR (R.C.D. Espanyol) Foto: R.C.D. Espanyol

19/03, Espanyol-At. Madrid (1-2). Regresou da lesión e xogou o partido completo contra un dos aspirantes ao título.
27/03, Oviedo Moderno-Espanyol (2-2). Xogou todo o partido. Co resto do equipo entrou no choque na parte final. Nese tempo o Espanyol logrou equilibrar un 2-0 en contra.

CAROLINA (Oiartzun Kir. Elk.) Foto Oiartzun Kir. Elk.

13/03, Oiartzun-Espanyol (1-0): Xogou os últimos trinta minutos substituíndo a Evelyn. O partido estaba plano e Carolina aportou mobilidade na zona de ataque. O seu está sendo participar nas fases decisivas dos encontros e, sobre todo na casa, cando o Oiartzun desequilibra os partidos.
20/03, Santa Teresa-Oiartzun (1-1): Xogou todo o partido. A viguesa foi unha xogadora importante na parte final. De feito, a súa velocidade foi determinante na progresión e centro que provoca o saque dende o recuncho do que sae o gol do empate definitivo na prolongación.
27/03, Oiartzun-R. Sociedad (0-1). Estivo nos primeiros 63 minutos do derbi guipuscoano até ser substituída por Arene.

MARI PAZ (Valencia C.F.) Foto RFEF

02/03, Unhas molestias físicas afastan a Mari Paz da convocatoria da selección española cando estaba xa concentrada nas Rozas.

NATALIA (Santa Teresa C.D.) Foto Miguel Ángel Vázquez Díaz-Blanco.

NATALIA (Santa Teresa C.D.) Foto Miguel Ángel Blanco Díaz-Vázquez
13/03, R. Sociedad-Santa Teresa (1-0). Entrou no minuto 87 substituíndo a Fátima Pinto. O seu técnico usouna como solución desesperada para intentar igualar un partido que as *txuri-urdin* acababan de poñer o seu favor.

20/03, Santa Teresa-Oiartzun (1-1). Estivo entre as convocadas, pero o seu técnico non a utilizou no partido.

PATRI (C. At. Madrid B) Foto: C. At. Madrid

13/03, O. Moratalaz-At. Madrid B (0-1). Xogou todo o segundo tempo. Fixo un bo partido substituíndo a Prieto.
20/03, Dínamo Guadalajara-At. Madrid B (0-1). Patri viviu unha situación cuspidiña á do domingo anterior. O técnico decidiu introducila no comezo do segundo acto en lugar de Prieto e no decorrer do partido a coruñesa foi sentíndose cada vez máis cómoda no sistema de xogo.

SARITA (U.D. At. Granadilla) Foto: Richard Dani.

13/03, At. Granadilla-Sp. Huelva (1-1). Saíu desde o comezo até ser substituída por Ana no minuto 63.
20/03, Fund. Albacete-At. Granadilla (2-0). Xogou o partido completo. Estivo máis activa no primeiro tempo, cando o seu equipo puido encadear algunha contra.
25/03, At. Granadilla-Collerense (3-2). Volveu disputar o partido completo no encontro adiantado que permitiu ao cadro tinerfeño atoparse de novo coa vitoria.

SHEILA (FFC Vorderland – AUT) Foto: FFC Vorderland
Facendo a pretemporada invernal co seu equipo en Turquía.

VERO (FC Bayern - DEU) Foto: FC Bayern

19/03, Bayern-Jena (5-1). Saíu de titular, sendo reemprazada no minuto 64 pola estadounidense Claire Falknor. Marchouse despois do 4-1, cando o partido estaba absolutamente definido.
26/03, Freiburg-Bayern (0-3). Vero entrou por Nicole Rosler no minuto 66. Nesa altura o partido presentaba un marcador incerto. As bávaras vencían pola mínima. A saída ao campo de Vero, unida á da austríaca Carina Wenninger, tres minutos despois, mudaron a imaxe do partido aumentando o dinamismo do xogo ofensivo do equipo de Wörle que, finalmente, gañou 0-3.

Vigo e A Coruña gañan os Comarcais

Ferrol acolleu durante a Semana Santa a fase final dos Campionatos Galegos de Seleccións Comarcais nos que os anteriores combinados campións reeditaron os seus títulos.

Sub'12 – A Coruña

Desde a creación do torneo hai tres anos, a categoría Sub'12 ten unha única dominadora, a selección da Coruña. Nas semifinais os combinados herculino e ferrolán desfixéronse pola mesma diferenza, 2-0, de Santiago e Vigo, respectivamente.
A final tiña o precedente da Primeira Fase, na que ningunha das aspirantes fora capaz de superar ao rival. Na final a historia ditou outra versión e a selección dirixida pola central orzanista, Míriam Ríos, desfíxose de Ferrol por un axustado 2-1 sobre a relva natural do campo da Gándara.

Foto: A Coruña. © FGF.

HISTÓRICO DE FINAIS

11/05/2014, San Lázaro (Santiago Compostela)
A Coruña – Pontevedra: 4-2
12/04/2015, A Braña (Rois)
A Coruña – Ferrol: 4-0
23/03/2016, A Gándara (Ferrol)
A Coruña – Ferrol: 2-1

Sub'15 - Vigo

Na categoría cadete o premio foi para Vigo, que revalidou o título por segundo ano. As semifinais tiveron máis igualdade que a final, sobre todo a das locais que chegaron a estar cun pé no partido decisivo logo de ir gañando a Pontevedra por 2-0. Sen embargo, ao conxunto do antigo departamento marítimo, acabou facéndoselle longo o encontro para acabar cedendo contra as da beira do Lérez por 2-3. Na outra semifinal o confronto era entre os dous favoritos, sendo Vigo quen, por segundo ano, e por idéntico resultado, 1-0, deixaba ás coruñesas lonxe do partido máis importante do torneo. A final repetiu os protagonistas do ano anterior e tamén o campión. Se en Rois, Vigo gañara por penaltis a Pontevedra, en Ferrol logrouno por un folgado 4-1.

Foto: Vigo. © Sárdoma C.F.

HISTÓRICO DE FINAIS

18/05/2014, Municipal (Bertamiráns)
Lugo – Vigo: 2-1
01/05/2015, Santa Isabel (Santiago Compostela)
Vigo – Pontevedra: 0-0 / 4-3
23/03/2016, A Gándara (Ferrol)
Vigo – Pontevedra: 4-1

Domina o medo e convérteo en aliado

Mabel Ramos Aguirre

Mabel Ramos xogou nas Celestes, no Friol, na Milagrosa, no Victoria e na selección mexicana. Actualmente exerce como psicóloga deportiva, licenciatura obtida na Universidade de Anahauac.

"Onde millóns de seres ficaron, alí comeza ti a traballar"

Charles Dickens.

Todo empeza a cambiar cando razoas, aceptas o peor e elixes afrontar riscos pouco a pouco. Non hai medos de verdade se cres en ti mesma. No deporte, como na vida, cómpre observar ao medo como un amigo que nos axuda a ser precavidas e nos libra de varios perigos.
O home primitivo acostumaba estar a mercé de animais perigosos e circunstancias adversas, os seus soños eran traumáticos. O home moderno cambiou do estrés físico ao estrés mental onde "as feras de hoxe" son males como o estrés, a soidade e o afán polo material.
Como exercicio mental convídolles a que se fagan tres preguntas nas que poidan descubrir cales son os seus medos máis terribles. No deporte tense medo a errar, a non cumprir coas expectativas do treinador, a lesionarse ou volver a recaer. Ao preguntarnos e facer conscientes os nosos medos o ideal sería comezar a establecer un plan para contrarrestar ese medo, controlalo e convertelo nun aliado.
Nalgunhas tribos africanas críase que a covardía se curaba comendo corazón de león e a verdade é que hai mellores maneiras de vencer os medos e dominar as dúbidas.

Asumir os riscos de modo gradual
Quen aprende a controlar a mente sae adiante e deixa de actuar como unha persoa amedrentada. En efecto, é na mente onde un incuba os temores ou fundamenta unha confianza indestrutible.
O autodiálogo positivo interno no que te fortaleces máis e máis. Fala contigo mesma para animarte a crer, non para dubidar; para gañar, non para perder.
Elixe enfrontar a realidade sen retirarte e insistir sen claudicar. Podes cando cres que podes e veste cheo de enerxía.
Ten presente que non hai nada máis arriscado que no asumir riscos, aquel que fai algo pode errar e quen non fai nada vive errada.
Os expertos aseguran que os medos se dominan enfrontándoos cunha firme confianza.
Busca no presente ou no pasado modelos que te inspiren coa súa coraxe: aventureiros, exploradores, visionarios e seres atrevidos. Aprende deles.

É importante facer fincapé na importancia de levar o traballo psicolóxico á par que o traballo táctico e físico, onde o treino mental axude á futbolista a facer mellor as cousas que fan ben e a saber reaccionar ante escenarios adversos, sexa pola superioridade do rival, por condicións climatolóxicas inadecuadas ou por lesións. Dentro do treino mental establécense simulacros onde se visualiza un marcador en contra e se establecen planes mentais e un autodiálogo positivo para afrontar dunha maneira fisiolóxica e mental o acontecemento.
Buscamos que o medo ante caer lesionado sirva para ser precavidas e levar a cabo, primeiramente, unha preparación física a conciencia para estar fortes e resistir calquera competición de fútbol.
Desde a miña experiencia, o peor que che pode pasar como deportista é caer lesionada. Non sabemos o que é gardar repouso, queremos estar ao cento por cento nun só dia pero iso é imposible. Comezan a chegarnos pensamentos catastróficos e o peor: aínda dependendo da lesión dános medo non poder volver a xogar ou que simplemente á hora da recuperación volvamos lesionarnos no primeiro partido.
Tiven unha lesión de meniscos que me deixou fóra practicamente tres meses. Entre a cirurxía e a recuperación total, quizais esa época foi a peor da miña carreira deportiva. Sen dúbida algunha non foi nada fácil, sobre todo porque nese momento ten que irse paso a paso e todos os días acudir as aburridas rehabilitacións. O medo claro que está presente, pero ante un soño supérase calquera cousa. Quizais, nese momento, no único que pensaba era ter que facer o que se tiña que facer no aspecto físico e no mental, sempre pensando que desta ía saír ben.
Tal vez nalgúns momentos tense medo, pero á hora da fortaleza mental nós mesmas temos que poñela en marcha. Acaso a ilusión e a visualización de volver a xogar, unido ás ganas de facelo ben, vólvese un hábito, primeiro na nosa mente, despois no noso corpo.

As competicións

Eurocopa

Alemaña Federal 1989

As cidades xermano occidentais de Siegen, Ludenscheid e Osnabruck foron as sedes da fase final da terceira edición da Copa de Europa de Seleccións. Como dous anos antes en Noruega, a fase final reduciuse a semifinais e final e foi o país de acollida do torneo, Alemaña Federal, a piques da unificación, quen se proclamou campioa por primeira vez na súa historia rematando co poderío nórdico que permitiran a Suecia e a Noruega alzarse coas dúas edicións previas. Ursula Lohn, con dous goles na final, foi decisiva para que as xermanas golearan ás norueguesas.

A fase previa contou con 17 seleccións, unha máis que dous anos antes. Iso fixo que un dos catro grupos nos que se dividiu contara con cinco equipos. Por primeira vez non se empregou o criterio de proximidade xeográfica no reparto dos contendentes e na mesma realizouse unha modificación importante. Neste caso non só un, senón dous equipos por grupo, pasarían a fase de grupos. Os dous primeiros disputarían unha eliminatoria a dobre volta de cuartos de final logo da que sairían os catro semifinalistas que xogarían a fase final nun país que nesa altura aínda non fora determinado.

Dinamarca, Finlandia, Inglaterra e Noruega fixeron que o grupo I fose o da morte. Tres seleccións eran candidatas. Dinamarca, nun momento doce de desenvolvemento, parecía superior a Noruega, que defendía o título, e a Inglaterra, finalista da primeira edición na que caera por penaltis. Noruega comezou a competir mal, empatando a tres en Finlandia e perdendo na casa contra Dinamarca. Polo contrario, Inglaterra venceu nos dous partidos xogados no 1987, en Finlandia e na casa contra Dinamarca, posicionándose moi ben para estar nos cuartos de final. Foi un espellismo. Dinamarca gañou os outros cinco encontros e Noruega, con luces e sombras, como a da derrota na casa contra as finesas, afinou a súa posta a punto nos dous partidos contra as británicas, gañándolles primeiro en Noruega e no derradeiro partido do grupo, nas illas, por 1-3, co que superaba ás leoas e accedía á eliminatoria previa á fase final.

No grupo II, Suecia e Holanda eran favoritas fronte a Irlanda e Escocia. O grupo quedou diminuído coa retirada escocesa tras perder antes nos Países Baixos e na illa veciña. Alén desa anécdota e da invalidación deses xogos, os prognósticos cumpríronse malia que non na orde esperada. Holanda partiu con vantaxe tras sorprender a Suecia no primeiro encontro. O cadro *oranje* arrancou cun empate sen goles en Linkoping, cumpriu os expedientes contra Irlanda e chegou ao último partido con vantaxe de puntos porque Suecia non pasara do empate no desprazamento a Dublín. En Walkenswaard, cos dous equipos clasificados, Holanda asegurou o primeiro posto cun triunfo moi valorado sobre as nórdicas. A local De Bakker fixo o único gol do partido a once minutos do final.

O grupo IIII respectou as xerarquías. Alemaña Federal comezou a liguilla vencendo en Hungría pola mínima e con superioridade a Italia, antes de devolver a visita ao país transalpino onde igualou sen goles deixando entrever que o primeiro posto levaba escrito o nome do país teutón. Remataron a fase de clasificación invictas e imbatidas, cedendo só un sorprendente empate máis na casa contra Suíza. Italia non quixo xerar dúbidas e por iso, en canto recibiu ao seleccionado maxiar, marcoulle a distancia cun claro 5-1 e cara ao final o mesmo fixo con Suíza con media ducia de goles por ningún recibido.

O último grupo era o máis aberto en canto ao primeiro lugar. Checoslovaquia podía facerlle dano a unha Francia que aínda non explotara futbolisticamente. A liguilla con cinco equipos xeraba máis incógnitas sabendo que España e Bélxica podían complicarlle partidos aos dous favoritos. España comezou mal, empatando en Bulgaria cando se esperaba o triunfo, e Bélxica competiu contra as checas, empatándolles na flamenca Aalst. Seis días despois, Francia gañou ás belgas en territorio inimigo e no seguinte encontro gañou en España. Que as hispanas estaban capacitadas para algo máis demóstrao que no partido de volta no país galo empataron sen goles. Foi o momento de crise francesa que tampouco conseguiron superar a Bélxica e Checoslovaquia en Francia. Finalmente, galas e checas pasaron porque ás belgas acabou pasándolle factura a derrota en España na primeira parte da liguilla.

Os cuartos de final non atenderon ao prestixio de ser primeiro de grupo. Gañaron os mellores nunhas eliminatorias onde ningún dos favoritos especulou. As segundas, Suecia e Noruega, eran máis fortes que as primeiras, Dinamarca e Holanda, e derrotáronas cando había que facelo. Pola súa parte, o grupo III era máis forte que o IV e por iso Alemaña Federal e Italia superaron a Francia e Checoslovaquia.

Alemaña Federal presentou a candidatura para albergar a fase final e o feito de xogar na casa deulle unha parte do favoritismo.
Gero Bisanz, técnico da selección alemá, sabía que semifinal contra Italia non tiña nda que ver co partido celebrado en novembro de 1987, cando gañaran con relativa facilidade ás *azzurri* por 3-0. Os 8.000 que animaban ao conxunto local no Leimbachstadion viron con incerteza como o conxunto transalpino aguantaba os embates da *mannschaft* sen por iso ter que fecharse no seu campo. As cousas mudaron no minuto 57 porque Silvia Neid adiantou a Alemaña Federal. A mudanza foi que Italia foi a polo partido até que a falta de dous minutos Betty Vignotto igualou. O encontro foi á prórroga, no que a fatiga axudou a que non houbera máis goles. A quenda de penaltis foi un suplicio, para os dous contendentes. Comezou tirando a alemá Voss, que errou. Carta tamén errou en lugar de poñer a Italia con 1-2. Vignotto estragou o penúltimo penalti italiano pero á local Fehrmann fíxoselle a porta pequena na tesitura de marcar un penalti de final e errou. A continuación, D'Astolfo restableceu a igualada que encamiñaba á morte súbita con 3-3. Landers errou para as federais pero Iozzelli tamén. Isbert, a guardarredes xermana, bateu a Russo no sétimo disparo das súas. Non houbo resposta semellante porque Marsiletti errou e Alemaña Federal foi á súa primeira final.
A segunda semifinal era o derbi nórdico entre Noruega e Suecia. Reedición da final de dous anos antes en Oslo e choque entre as dúas únicas campioas da competición. As norueguesas entraron dúas veces mellor ao partido e iso deulles unha vantaxe insalvable. No primeiro minuto marcou Medalen e antes do cuarto de hora do segundo acto foi Grude quen fixo o 2-0. Suecia tardou pouco en diminuír a diferenza. Dous minutos máis tarde, no 54, Videkull asinou o 2-1, pero aí ficaron as amarelas.

Semifinais
28/06. Siegen: Alemaña Federal – Italia: 1-1 / 4-3
28/06. Ludenscheid: Noruega – Suecia: 2-1

Suecia e Italia loitaron polo terceiro lugar e o partido, como se fose unha condición necesaria na participación das transalpinas, tamén foi prórroga. Marcaron as mediterráneas por medio de Ferraguzzi, pero tras o descanso empatou Sundhage. No segundo tempo da prórroga, Helen Johansson deu o triunfo a Suecia.

Partido polo terceiro e cuarto lugares
30/06. Osnabruck: Suecia – Italia: 2-1

22.000 persoas animaron a Alemaña Federal na final. Levaron no aire ao seu equipo, que no final do primeiro tempo sentenciou o partido máis importante do torneo cun dobrete de Lohn. Despois foi o gol psicolóxico de Mohr tras voltar dos vestiarios e aínda que Grude o descontou, Fehrmann puxo a guinda á festa co 4-1 no único título alemán con adxectivo de federal, antes da reunificación.

DOMINGO 02/07/1989 (,)
Campo: BREMER BRÜCKE (Osnabruck) (22.000)
ALEMAÑA FEDERAL : 4 - NORUEGA : 1 (3-0)
DEU : Isbert; Nardenbacht, Haberlass (Bindl 27'), Raith, Kuhlmann; Lohn, Damm, Mohr; Fitschen (Fehrmann 62'), Voss, Neid.
Sel. Gero Bisanz.
NOR : Ludvigsen; Carlsen, Zaborowski, Nyborg, Strædt; Hoch-Nielsen (Turid Storhaug D), Støre, Grude; Haugen, Medalen, Hegstad (Haugland 67').
Sel. Erling Okstad.
Goles: 1-0 Lohn 22'; 2-0 Lohn 36'; 3-0 Mohr 44'; 3-1 Grude 54'; 4-1 Fehrmann 73'.
Árbitro: Da Silva Valente (Portugués).
Auxiliares: Bakker (Holandés) e Hill (Inglés).
Disciplina: Non houbo.

Foto: Alemaña Federal tras derrotar a Noruega. © UEFA

Resultados marzo

España

1ª División

Xornada 19 (13/03/2016)
Valencia – Barcelona: 1-2
Athletic – Trans. Alcaine: 3-0
Levante – Rayo Vallecano: 2-1
Granadilla – Sp. Huelva: 1-1
Oviedo Moderno – Fund. Albacete: 0-3
At. Madrid – Collerense: 5-0
Oiartzun – Espanyol: 1-0
R. Sociedad – Santa Teresa: 1-0

Xornada 20 (20/03/2016)
Trans. Alcaine – Barcelona: 0-3
Rayo Vallecano – Athletic: 2-0
Sp. Huelva – Levante: 2-1
Fund. Albacete – Granadilla: 2-0
Collerense – Oviedo Moderno: 2-2
Espanyol – At. Madrid: 1-2
Santa Teresa – Oiartzun: 1-1
R. Sociedad – Valencia: 0-1

Xornada 21 (27/03/2016)
Valencia – Trans. Alcaine: 2-0
Barcelona – Rayo Vallecano: 4-0
Athletic – Sp. Huelva: 3-0
Levante – Fund. Albacete: 1-1
Granadilla – Collerense: 3-2
Oviedo Moderno – Espanyol: 2-2
At. Madrid – Santa Teresa: 4-2
Oiartzun – R. Sociedad: 0-1

1. Athletic, 54; 2. Barcelona, 53; 3. At. Madrid, 53; 4. R. Sociedad, 42; 5. Valencia, 33; 6. Levante, 32; 7. Granadilla, 30; 8. Sp. Huelva, 30; 9. Espanyol, 27; 10. Santa Teresa, 22; 11. Transportes Alcaine, 22; 12. Rayo Vallecano, 21; 13. Oiartzun, 20; 14. Fund. Albacete, 19; ***15. Oviedo Moderno, 9; 16. Collerense, 8.***
Mellor goleadora: Soni (At. Madrid) 17 goles.
Guardarredes menos batida: Ainhoa (Athletic) 9 g./ 21 p. (0,43).

2ª División – Grupo I

Xornada 21 (05/03/2016)
Zamora – Sárdoma: 0-1
(0-1 Iraia 15')

Xornada 19 (13/03/2016)
Milagrosa – Erizana: 2-0
(1-0 Esther 37'; 2-0 Esther 78')
Bértola – Ave Fénix: *
At. Arousana – El Olivo: 1-5
(0-1 Natalia 16'; 0-2 Sandra 50'; 0-3 Sandra 68'; 1-3 Belén 70'; 1-4 Carla González 78'; 1-5 Natalia 89')
Zamora – Orzán: 1-1
(0-1 Paula 28'; 1-1 Teresa 73')
Friol – Mareo: 5-1
(1-0 Fany Varela 9'; 1-1 Anina 44'; 2-1 Eva 51'; 3-1 Eva 54'; 4-1 Natalia 69'; 5-1 María Corral 68')
Femiastur – Sárdoma: 0-0
Tordoia – Victoria: 2-3
(0-1 Tomy 41'; 1-1 Andrea 49'; 1-2 Tomy 63'; 1-3 Tomy 64'; 2-3 Fátima 76')

Xornada 20 (20/03/2016)
Ave Fénix – Erizana: 7-1
(1-0 Vera 5'; 2-0 Sofía 8'; 3-0 Patry 29'; 4-0 Silvia 44'; 5-0 Sofía 49'; 6-0 Andri 54'; 6-1 Alba 67'; 7-1 Rebeca 75')
El Olivo – Bértola: *
Orzán – At. Arousana: 1-2
(1-0 Lara 14'; 1-1 Belén 56'; 1-2 Belén 64')
Mareo – Zamora: 3-1
(1-0 Señas 13'; 1-1 Abelón 30'; 2-1 Señas 35'; 3-1 María Yenes 89')
Sárdoma – Friol: 0-0
Victoria – Femiastur: 4-0
(1-0 Tomy 8'; 2-0 Cris 27'; 3-0 Tomy 50'; 4-0 Cris 70')
Tordoia – Milagrosa: 2-1
(1-0 Fátima 12'; 1-1 Irotxa 21'; 2-1 Fátima 82')

Xornada 21 (27/03/2016)
Milagrosa – Ave Fénix: 2-1
(1-0 Helena 22'; 1-1 Athenea 29'; 2-1 Sabela 66'(p))
Erizana – El Olivo: 2-5
(0-1 Clo 4'; 0-2 Clo 13'; 0-3 Joana 32'; 0-4 María 70'; 0-5 María 82'; 1-5 Alba 86'; 2-5 Sabela 88'(p))
Bértola – Orzán: *
At. Arousana – Mareo: 5-1
(1-0 Nuria 8'; 2-0 Belén 16'; 3-0 Belén 22'; 3-1Jessi 36'; 4-1 Belén 68'; 5-1 Bárbara 89')
Friol – Victoria: (08/05)
Femiastur – Tordoia: 1-0
(1-0 Tania 29')

1. El Olivo, 55 (19); *2. Friol, 40 (18);* 3. Sárdoma, 36 (20); 4. Mareo, 36 (20); 5. At. Arousana, 35 (19); 6. Orzán, 28 (19); 7. Ave Fénix, 28 (19); 8. Victoria, 25 (19); 9. Femiastur, 25 (20); 10. Zamora, 24 (19); 11. Tordoia, 13 (20); ***12. Milagrosa, 13 (19); 13. Erizana, 0 (19).***
Mellor goleadora: Belén (At. Arousana) 25 goles.
Guardarredes menos batida: Anita González (Sárdoma) 24 g./ 19 p. (1,26).
* O Bértola retirouse antes do comezo da competición.

Galiza

1ª División Galega

Xornada 23 (06/03/2016)
Monte Forte – Sárdoma B: 0-3
(0-1 Fátima 43'; 0-2 Fátima 47'; 0-3 Laurita 65')
Atlántida Matamá – San Miguel: 4-0
(1-0 Noelia Pereira 4'; 2-0 Noelia Pereira 34'; 3-0 Luci 44'; 4-0 Lucía 63')
Lavadores – Aguiño: 6-1
(1-0 Vanesa 18'; 1-1 Lara 28'; 2-1 Marta 30'; 3-1 Gloria 34'; 4-1 Loli 41'; 5-1 Marta 75'; 6-1 Loli 80')
O Val – Noalla: 12-0
(1-0 Noemi 9'; 2-0 Eli 16'; 3-0 Eli 24'; 4-0 Eli 31'; 5-0 Soraya Campos 47'(pp); 6-0 Lorena 52'; 7-0 Vero 60'; 8-0 Ángela 70'; 9-0 Noemi 74'; 10-0 Vero 78'; 11-0 Andrea 80'; 12-0 Noemi 83')
Victoria B – ACRD Boiro: 3-1
(1-0 Lidia 46'; 2-0 Alba Suárez 47'; 2-1 Aniña 86'; 3-1 Alba Suárez 89')
Umia – Valladares: 1-3
(0-1 Ángela 44'; 0-2 Quiroga 60'; 0-3 Ángela 71'; 1-3 Aldara 89')
Arcadia – Orzán B: 2-2
(0-1 Noe 35'; 1-1 Míriam 49'; 1-2 Vero 58'; 2-2 Paula 82')
Alertanavia – Moledo: **

Xornada 24 (13/03/2016)
San Miguel – Sárdoma B: 3-0
(1-0 Alba Hernández 19'; 2-0 Alba Hernández 63'; 3-0 Alba Hernández 70')
Aguiño – Atlántida Matamá: 2-3
(0-1 Noelia Pereira 40'; 1-1 Marina 49'; 1-2 Noelia Pereira 59'; 1-3 Chama 65'; 2-3 Carla 70')
Noalla – Lavadores: 0-7
(0-1 Vanesa 12'; 0-2 Jennyfer 23'(pp); 0-3 Marta 26'; 0-4 Barby 33'; 0-5 Vanesa 38'; 0-6 Paula 41'; 0-7 Silvia 81')
ACRD Boiro – O Val: 2-2
(0-1 Noe 5'; 0-2 Noe 12'; 1-2 Soraya 66'; 2-2 Melanie 78')
Valladares – Victoria B: 3-0
(1-0 Álex 10'; 2-0 Ana Iglesias 25'; 3-0 Álex 38')
Orzán B – Umia: 0-0

Moledo – Arcadia: **
Alertanavia – Monte Forte: 7-1
(1-0 Montse 31'; 2-0 Ana 35'; 3-0 Dama 44'; 4-0 Montse 46'; 5-0 Patri 53'; 6-0 Mayra 72'; 6-1 Diana 82'; 7-1 Ari 89')

Xornada 25 (20/03/2016)
Monte Forte – San Miguel: 2-2
(0-1 Ceci 13'; 1-1 Antía 57'; 1-2 Ale 71'; 2-2 Tamara 81'(pp))
Sárdoma B – Aguiño: 2-2
(0-1 Alba Muñiz 14'; 1-1 Meli 64'(p); 2-1 Nati 77'; 2-2 Nuria 89')
Atlántida Matamá – Noalla: 20-0
(1-0 Noelia Pereira 5'; 2-0 Noelia Pereira 10'; 3-0 Noelia Pereira 14'; 4-0 Laura 20'; 5-0 Laura 21'; 6-0 Eva Láuzara 25'; 7-0 Lore 28'; 8-0 Eva Láuzara 34'; 9-0 Lore 43'; 10-0 Noelia Pereira 44'; 11-0 Lore 47'; 12-0 Noelia Pereira 50'; 13-0 Lore 57'; 14-0 Noelia Pereira 61'; 15-0 Noelia Pereira 63'; 16-0 Laura 66'; 17-0 Eva Láuzara 70'; 18-0 Lucía 80'; 19-0 Noelia Lorenzo 82'; 20-0 Lore 85')
Lavadores – ACRD Boiro: 2-1
(1-0 Gloria 41'; 1-1 María 45'; 2-1 Barby 70')
O Val – Valladares: 1-2
(0-1 Ana Iglesias 47'; 1-1 Noemi 82'; 1-2 Tamara 89')
Victoria B – Orzán B: 1-1
(0-1 Lucía 11'; 1-1 Alba Suárez 53')
Umia – Moledo: **
Arcadia – Alertanavia: 2-0
(1-0 Míriam 28'; 2-0 Lucía Ferradanes 89')

1. Atlántida Matamá, 68; 2. Valladares, 65 (24); 3. Orzán B, 45 (24); 4. Arcadia, 43 (24); 5. Sárdoma B, 39; 6. Alertanavia, 39 (24); 7. Lavadores, 39; 8. O Val, 38; 9. San Miguel, 36 (24); 10. Victoria B, 35; 11. Umia, 31 (24); 12. Aguiño, 27 (24); 13. ACRD Boiro, 21 (24); **14. Monte Forte, 8 (24); 15. Noalla, -3 (24); -. Moledo, -.**
Mellor goleadora: Noelia Pereira (Atlántida Matamá) 49 goles.
Guardarredes menos batida: Ángela (Arcadia) 38 g./ 23 p. (1,65).
* O Noalla ten tres puntos menos por sanción.
** O Moledo retirouse da competición manténdose os seus resultados da primeira volta.

2ª División – Grupo I

Xornada 24 (06/03/2016)
Portazgo – Torre: 0-6
Orzán C – Sp. Burgo: 2-2
Conxo – Unión: 8-0
Obrero – Villestro: 1-3
Sar – Antas: **
Cacheiras – Santiso: 3-4
Santo Estevo de Abellá – Imperator: 3-3
Touro – Pastoriza: 1-0
Victoria – Rúa Valdeorras: 3-0

Xornada 25 (13/03/2016)
Rúa Valdeorras – Portazgo: (08/05)
Torre – Orzán C: 0-3 (al. Indebida)
Sp. Burgo – Conxo: 0-3
Unión – Obrero: 0-2
Villestro – Sar: **
Antas – Cacheiras: 0-1
Santiso – Santo Estevo de Abellá: 2-2
Imperator – Touro: 3-3
Pastoriza – Victoria: 1-3

Xornada 26 (20/03/2016)
Orzán C – Portazgo: 1-2
Conxo – Torre: 0-4
Obrero – Sp. Burgo: 3-1
Sar – Unión: **
Cacheiras – Villestro: 1-3
Santo Estevo de Abellá – Antas: 5-0
Touro – Santiso: 1-5
Victoria – Imperator: 7-2
Pastoriza – Rúa Valdeorras: 4-1

1. Victoria, 75 (25); 2. Torre, 56; *3. Villestro, 55 (25);* 4. Rúa Valdeorras, 53 (25); 5. Antas, 46 (25); 6. Imperator, 46 (25); 7. Santo Estevo de Abellá, 45 (25); 8. Conxo, 44; 9. Pastoriza, 41 (25); 10. Santiso, 39 (25); 11. Cacheiras, 37; 12. Touro, 34 (25); 13. Orzán C, 29; 14. Sp. Burgo, 13; 15. Portazgo, 13; 16. Obrero, 12; 17. Unión, 7; 18. Sar, 0.
Mellor goleadora: Marta Mosteiro (Torre) 38 goles.
Guardarredes menos batida: Carmen (Victoria) 9 g./ 23 p. (0,39).
* O Cacheiras ten tres puntos menos por sanción.
** O Sar retirouse da competición manténdose os seus resultados da primeira volta.

2ª División – Grupo II

Xornada 23 (06/03/2016)
Ciudad de Pontevedra – Tyde: 1-2

Xornada 24 (06/03/2016)
Rápido Bahía – At. Pontevedra: 1-1
At. Arousana B – Tomiño: 2-1
Puentearnelas – U.D. Ourense: 0-2
Salcedo – Sp. San Mateo: 0-1
Amanecer – Rápido Pereiró: 2-5
Racing Vilariño – Mamis Arnelas: 2-0
Balaídos – Portonovo: 0-8
Tyde – Concello de Mos: *
Ciudad de Pontevedra – Vila do Corpus: *

Xornada 25 (13/03/2016)
Vila do Corpus – Rápido Bahía: *
At. Pontevedra – At. Arousana B: 2-3 (susp. 69')
Tomiño – Puentearnelas: 1-1
U.D. Ourense – Salcedo: 14-0
Sp. San Mateo – Amanecer: 1-0
Rápido Pereiró – Racing Vilariño: 0-0
Mamis Arnelas – Balaídos: 6-0
Portonovo – Tyde: 8-0
Concello de Mos – Ciudad de Pontevedra: *

Xornada 26 (20/03/2016)
At. Arousana B – Rápido Bahía: 3-2
Puentearnelas – At. Pontevedra: 1-1
Salcedo – Tomiño: 1-3
Amanecer – U.D. Ourense: 0-7
Racing Vilariño – Sp. San Mateo: 3-1
Balaídos – Rápido Pereiró: 0-10
Tyde – Mamis Arnelas: 3-0
Ciudad de Pontevedra – Portonovo: 2-4
Concello de Mos – Vila do Corpus: *

1. Portonovo, 63 (24); 2. Ourense, 62 (23); *3. Racing Vilariño, 55 (22);* 4. Rápido Pereiró, 48 (24); 5. At. Arousana B, 45 (22); 6. Tyde, 45 (22); 7. Tomiño, 36 (23); 8. Sp. San Mateo, 34 (24); 9. Rápido Bahía, 34 (23); 10. Ciudad de Pontevedra, 21 (22); 11. Puentearnelas, 21 (23); 12. Mamis, 19 (24); 13. Amanecer, 15 (23); 14. At. Pontevedra, 14 (22); 15. Salcedo, 14 (23); 16. Balaídos, 2 (22).
Mellor goleadora: Trabazos (Racing Vilariño) 40 goles.
Guardarredes menos batida: Silvia (Racing Vilariño) 16 g./ 22 p. (0,73).
* Vila do Corpus e Concello de Mos retiráronse antes do comezo.

Alemaña

1. Frauen-Bundesliga

Xornada 16 (19/03/2016)
Bayern – Jena: 5-1
Wolfsburg – Frankfurt: 3-1
Werder – Freiburg: 1-0
Hoffenheim – Essen: 4-0
Turbine Potsdam – Bayer Leverkusen: 6-0
Köln – Sand: 1-5

Xornada 17 (26/03/2016)
Bayer Leverkusen – Köln: 2-0
Essen – Turbine Potsdam: 1-1
Jena – Hoffenheim: 3-1
Freiburg – Bayern: 0-3
Frankfurt – Werder: 3-0
Sand – Wolfsburg: 2-4

1. Bayern, 47; 2. Wolfsburg, 35; 3. Frankfurt, 34; 4. Sand, 28; 5. Freiburg, 23; 6. Essen, 23; 7. Jena, 22; 8. Turbine Potsdam, 21; 9. Hoffenheim, 21; 10. Bayer Leverkusen, 18; ***11. Werder, 10; 12. Köln, 6.***
Mellor goleadora: Islacker (Frankfurt) 12 goles.

Francia

D1 Feminine

Xornada 17 (13/03/2016)
Albi – Montpellier: 2-1
Juvisy – Soyaux: 4-1
La Roche-sur-Yon – O. Lyonnais: 0-5
Paris St.-Germain – Guingamp: 6-0
Saint-Étienne – Nîmes Metropol.: 2-2
Saint-Maur – Rodez: 0-4

Xornada 18 (27/03/2016)
Guingamp – Saint-Étienne: 3-1
O. Lyonnais – Albi: 6-0
Montpellier – Juvisy: 1-3
Nîmes Metropol. – La Roche-sur-Yon: 2-4
Saint-Maur – Paris St.-Germain: 1-3
Soyaux – Rodez: 0-2

1. O. Lyonnais, 68; 2. Paris St.-Germain, 65; 3. Juvisy, 59; 4. Montpellier, 57; 5. Rodez, 45; 6. Soyaux, 39; 7. Saint-Étienne, 38; 8. Albi; 38; 9. Guingamp, 37; 13; ***10. La Roche-sur-Yon, 31; 11. Nîmes Metropol, 24; 12. Saint-Maur, 23.***
Mellor goleadora: Hegerberg (O. Lyonnais) 29 goles.
* Partido gañado, 4 pts; empatado, 2 pts.; perdido, 1 pto.

Inglaterra

FA Women Super League

Xornada 1 (23/03/2016)
Manchester City – Notts County: 1-0
Liverpool – Birmingham City: 1-0
Arsenal – Reading; 3-1
Doncaster Belles – Chelsea: 1-4

Xornada 2 (28/03/2016)
Sunderland – Reading: 1-1
Chelsea – Liverpool: (adiado)
Manchester City – Arsenal: 2-0
Notts County – Birmingham City: (08/05)

1. Manchester City, 6; 2. Chelsea 3 (1); 3. Liverpool, 3 (1); 4. Arsenal, 3; 5. Sunderland, 1 (1); 6. Reading, 1 (2); 7. Birmingham City, Notts County, 0 (1); ***9. Doncaster Belles, 0 (1).***
Mellor goleadora: Janssen (Arsenal) 2 goles.

FA Women's Cup

Cuarta Eliminatoria (13/03/2016)
Brighton & Hove Albion – Blackburn Rovers: 5-2

Oitavos de final (20/03/2015)
Birmingham City – **Arsenal**: 1-1 / 3-5
Doncaster Belles – **Chelsea**: 1-4
Brighton & Hove Albion – **Sp. Albion**: 3-4
Reading – Millwall Lionesses: 2-0
Yeovil Town – **Sunderland**: 0-2
Liverpool – **Manchester City**: 0-2
Notts County – Durham: 3-1
Aston VIlla – Everton: 1-0

Italia

Serie A

Xornada 15 (12/03/2016)
Res Roma – Verona: 2-2
Bari – Fiorentina: 1-5
Brescia – Mozzanica: 1-1
Riviera di Romagna – Zaccaria: 1-1
Vittorio Veneto – Luserna: 3-3
Tavagnacco – Südtirol: 4-1

Xornada 16 (19/03/2016)
Südtirol – Brescia: 1-2
Luserna – Tavagnacco: 0-5
Fiorentina – Mozzanica: 1-1
Zaccaria – Vittorio Veneto: 0-0
Verona – Bari: 4-1
Res Roma – Riviera di Romagna: 1-2

1. Brescia, 39; 2. Mozzanica, 37; 3. Verona, 35; 4. Fiorentina, 34; 5. Tavagnacco, 31; 6. Zaccaria, 22; 7. Riviera de Romagna, 14; 8. Res Roma, 13; ***9. Luserna,12; 10. Vittorio Veneto, 12; 11. Südtirol, 11; 12. Bari, 7.***
* Riviera di Romagna ten un punto menos por sanción.
Mellor goleadora: Giacinti (Mozzanica) 27 goles.

Portugal

Nacional – Fase polo título

Xornada 1 (13/03/2016)
F. Benfica – Valadares Gaia: 1-1
A-dos-Francos – Albergaria: 3-3

Xornada 2 (20/03/2016)
Valadares Gaia – A-dos-Francos: 1-7
Albergaria – F. Benfica: 0-3

Xornada 3 (25/03/2016)
Valadares Gaia – Albergaria: 1-0
A-dos-Francos – F. Benfica: 0-3

1. Valadares Gaia, 30; 2. F. Benfica, 29; 3. Albergaria, 26; 4. A-dos-Francos, 16.

Nacional – Fase pola permanencia

Xornada 1 (13/03/2016)
Boavista . At. Ouriense: 1-1
Viseu 2001 – Cadima: 1-0
Vilaverdense – Fund. Laura Santos: 9-2

Xornada 2 (20/03/2016)
At. Ouriense – Vilaverdense: 5-2
Cadima – Boavista: 3-3
Fund. Laura Santos – Viseu 2001: 3-2

Xornada 3 (25/03/2016)
At. Ouriense – Cadima: 4-0
Boavista – Fund. Laura Santos: 1-0
Vilaverdense – Viseu 2001: (03/04)

1. At. Ouriense, 21; 2. Vilaverdense, 17 (2); 3. Fund. Laura Santos, 11; 4. Boavista, 9; ***5. Viseu 2001, 8 (2); 6. Cadima, 4.***
Mellor goleadora: Sara Brasil (Vilaverdense) 25 goles.

Suecia

Supercupen

Final (Malmo IP – Malmo, 16/03/2016)
Rosengård – Linköping: 2-1
(1-0 Martens 16'; 1-1 Rolfö 69'; 2-1 Berglund 72')

Svenska Cupen Damer

Cuartos de Final (20/03/2016)
AIK – **Piteå**: 0-5
Eskilstuna Utd. – Umeå: 2-0
Vittsjö – Rosengård: (adiado)
Mallbackens – **Linköping**: 0-10

Europa

UEFA Women's Champions League

Cuartos de Final – Ida (23-24/03/2016)
Wolfsburg (DEU) – Brescia ITA): 3-0
Rosengård (SWE) – Frankfurt (DEU): 0-1
O. Lyonnais (FRA) – Slavia Praga (CZE): 9-1
Barcelona (ESP) – Paris Saint-Germain (FRA): 0-0

Cuartos de Final – Volta (30-31/03/2016)
Brescia ITA) – **Wolfsburg (DEU)**: 0-3
Frankfurt (DEU) – **Rosengård (SWE)**: 0-1 / 5-4
Slavia Praga (CZE) – **O. Lyonnais (FRA)**: 0-0
Paris Saint-Germain (FRA) – Barcelona (ESP): 1-0

Eurocopa
Fase de clasificación

Grupo 3
04/03: Albania – Ucraína: 0-4
08/03: Grecia – Ucraína: 1-3

1. FRA, 12 (4); *2. UKR, 7 (4);* 3. ROU, 7 (4); 4. GRC, 6 (5); 5. ALB, 0 (5).
Mellor goleadora: Le Sommer 5 goles.

Brasil

Brasileiro
Segunda Fase

Grupo 5
Xornada 1 (23/03/2016)
São José – Flamengo: 0-0
Iranduba – Corinthians: 2-2

Xornada 2 (30/03/2016)
Flamengo – Iranduba: 3-1
Corinthians – São José: 0-2

1. Flamengo, 4; 2. São José, 4; 3. Iranduba, 1; 4. Corinthians, 1.
Mellor goleadora: Larissa (Flamengo) 3 goles.

Grupo 6
Xornada 1 (23/03/2016)
Rio Preto – Ferroviária: 3-0
São Francisco – Foz Cataratas: 1-1

Xornada 2 (30/03/2016)
Ferroviária – São Francisco: 6-1
Foz Cataratas – Rio Preto: 1-1

1. Rio Preto, 4; 2. Ferroviária, 3; 3. Foz Cataratas, 2; 4. São Francisco, 1.
Mellor goleadora: Millene (Rio Preto) 3 goles.

FIFA

Clasificación FIFA (1-50) Publicada o 25/03/2016

Pos. País	Ptos.	Ptos. 18/12/2015		
1. Estados Unidos ...	2.174	2.180	=	CONCACAF*
2. Alemaña	2.117	2.104	=	UEFA
3. Francia	2.068	2.078	=	
4. Inglaterra	2.033	2.041	+1	
5. Australia	2.014	1.964	+4	AFC**
6. Suecia	1.995	1.973	+2	
7. Xapón	1.983	2.045	-3	
8. Brasil	1.975	1.977	-1	CSF
9. Corea do Norte ...	1.952	1.993	-3	
10. Canadá	1.938	1.928	+1	
11. Noruega	1.923	1.935	-1	
12. China	1.918	1.844	+5	
13. Holanda	1.906	1.925	-1	
14. Italia	1.855	1.859	+1	
15. España	1.852	1.854	-1	
16. Nova Celandia	1.848	1.846	=	OFC
17. Corea do Sur	1.837	1.833	+1	
18. Dinamarca	1.836	1.849	-3	
19. Suíza	1.833	1.816	+1	
20. Islandia	1.828	1.821	-1	
21. Escocia	1.793	1.796	=	
22. Rusia	1.767	1.774	=	
23. Ucraína	1.760	1.758	=	
24. Colombia	1.747	1.747	+1	
25. Austria	1.741	1.730	+2	
26. México	1.732	1.731	=	
27. Finlandia	1.728	1.755	-3	
28. Bélxica	1.721	1.709	=	
29. Polonia	1.654	1.643	+2	
30. Costa Rica	1.651	1.630	+4	
31. Chequia	1.647	1.641	+2	
32. Tailandia	1.645	1.645	-2	
33. Irlanda	1.643	1.642	-1	
34. Arxentina	1.621	1.621	+1	
35. Vietnam	1.620	1.650	-6	
36. Gales	1.604	1.611	=	
37. Nixeria	1.602	1.602	=	CAF
38. Taiwan	1.590	1.590	=	
39. Romanía	1.585	1.584	=	
40. Hungría	1.569	1.558	+2	
41. Portugal	1.556	1.565	-1	
42. Uzbekistán	1.540	1.540	+1	
43. Eslovaquia	1.534	1.525	+3	
44. Myanmar	1.533	1.533	=	
45. Serbia	1.532	1.532	=	
46. Camaróns	1.496	1.496	+1	
47. Trindade e Tobago.	1.494	1.485	+1	
48. Gana	1.475	1.475	+2	
49. Papúa Nova Guinea.	1.473	1.480	=	
50. Bielorrusia	1.463	1.463	+1	
	...			
136. Botswana	730	730	+4	

* Mellor de cada confederación.
** Australia pertence á Confederación Asiática de Fútbol e supera en dous lugares a Xapón, primeiro país da xeografía asiática.

Desde marzo somos máis de 2.000 no facebook.
750 revistas enviadas ao mes.
Cantos máis sexamos, máis poderemos loitar polo fútbol feminino.

O DEZ

Revista futbolística. (Número 1)

5 €
+ gastos de envío

revistaodez@yahoo.es