La Voz de castelldefels
Desde 1999 Nº1 EN PRENSA LOCAL

XXI NIT DE L'ESPORT 2021

XXI NIT DE L'ESPORT

2 de juliol de 2021, 20 hores, als Jardins del Castell de la ciutat.

Foto de archivo XIX Nit de l'Esport 2018

Fernando Cerpa Fernández
“Nico”
Regidor-delegat Via Pública i Manteniment, Gent Gran i Esports

Reconocer el trabajo de las entidades y los clubes deportivos de la ciudad

Poco a poco vamos retomando la normalidad que se nos desvaneció el 13 de marzo de 2020, cuando de repente nos cortaron la luz y nos quedamos sin actividad. Muchos han sido los sectores afectados, pero pocos como el sector del deporte y la actividad física.

Ante esta situación, es necesario destacar la resiliencia que han demostrado las entidades deportivas de la ciudad que, de manera mayoritaria y en pocos días, fueron capaces de reestructurarse y articular fórmulas para seguir en contacto con sus deportistas, sobreponiéndose a la adversidad y utilizando la propia situación para crecer desde la distancia en el formato online. Y, además, han afrontado este momento tan difícil con una actitud positiva, ofreciendo alternativas y conscientes de que después de la tormenta, llegaría la calma.

Pero la calma está tardando en llegar y el ejemplo de las entidades deportivas de Castelldefels sigue siendo admirable, recuperando la actividad tan pronto como ha sido posible y aplicando estrictos protocolos para la realización de sus actividades de manera segura, tanto en lo que implica a los y las deportistas como para el público en la grada. Desde el Ayuntamiento de Castelldefels hemos tratado de estar en todo momento al lado de las entidades que fomentan el deporte en la ciudad, adaptando los equipamientos, incrementando las ayudas, colocando con personal de refuerzo y acompañando en todo lo que ha estado dentro de nuestras posibilidades, porque ha quedado demostrado que el deporte es parte de la solución, tal y como demuestra un reciente estudio del Instituto Cardiovascular del Hospital Clínico San Carlos de Madrid, que concluye que mantener una actividad física regular aumenta hasta en ocho veces las posibilidades de supervivencia en los pacientes COVID-19 respecto de aquellos que llevan una vida sedentaria.
El deporte es, sin duda, salud y Castelldefels tiene una sector deportivo vinculado al asociacionismo muy saludable, como ha quedado acreditado durante estos meses de situación excepcional. Por eso, era necesario recuperar un evento que pone en valor el trabajo de las entidades,
La Nit de l’Esport, que este año llegará a la edición número XXI y que más que nunca quiere reconocer el trabajo de todas y cada una de las entidades deportivas de la ciudad.

Linda López Tagliafico
Redactora periódico
“La Voz de Castelldefels”

Tornem als terrenys de joc. Torna la Nit de l’Esport.

Tornar a viure aquesta nit màgica després de dos anys em recorda a la paraula que tots sovint escoltem: “Normalitat”. La celebració de l’edició núm. 21 de la Nit de l’Esport és una evidencia que la famosa “Nova Normalitat” està cada cop més a prop. Una normalitat que ha posat a prova a tot el món, a tots els esports, i a tots els ciutadans i ciutadanes del món.
I com a la vida, a l'esport també es juga principalment amb la ment. Tots hem sigut testimonis d'un difícil partit que no ha durat ni 40, ni 80, ni 90 minuts, perquè el seguim disputant, aquí i ara, i ho seguirem fent amb coherència, precaució i diligència.
Ens trobem davant d’un moment inèdit fins ara, una època que ens ha portat a reflexionar a tothom com mai abans no ho havíem fet. Ens ha deixat aprenentatges i patiments, i ha quedat evidenciat la importància de l’esport en cada ésser humà, i el caràcter de servei essencial que tant s'ha reivindicat en els últims mesos.
L’adaptació a aquests nous temps és una tasca a la qual tots els esports s’han vist obligats a realitzar, modificant aquells hàbits d’allò més quotidians fins arribar a una incorporació de protocols COVID, competicions sense públic o amb control d’accessos als entrenaments. Un rotund èxit de capacitat d'adaptació de totes les entitats esportives de Castelldefels.
Malauradament, moltes entitats han perdut persones importants, i hem viscut en primera carn les situacions més greus d’aquesta pandèmia, on sens dubte el no poder donar un darrer adeu als nostres éssers més estimats ha estat potser el més complicat de digerir.
La incertesa a la qual hem estat sotmesos durant força temps afegida, entre altres coses, a l’estranyesa de la situació viscuda, ens ha afectat moralment i mentalment. No obstant això, hem trobat a l’esport una forma d'evasió i s'ha pogut comprovar que fer esport habitualment comporta grans beneficis tant al nostre cos com a la nostra ment, sobretot per encarar un virus d’aquestes característiques.
L'esport és una de les formes més exitoses d’encaminar a la societat a un creixement adequat i profitós, on la part més valuosa és l’adquisició de valors de gran importància, com ara l’esforç, la constància, la companyonia i el respecte, per esmentar-ne uns quants, no sempre presents, però fonamentals en la nostra societat.
Volver és el nom d’un famós tango que ressonava al meu cap el dia que vaig trepitjar la gespa per disputar un partit de rugbi al cap de 9 mesos sense competicions. Tornar als camps és el millor regal que m’ha donat aquesta pandèmia i, ara, dos anys més tard, *La Voz de Castelldefels* i l’Ajuntament “tornen” per celebrar 21 anys de reconeixement esportiu, en una nit inoblidable al nostre Castell, per recordar i homenatjar la importància de l’esport a la vida, i de l’esport a la societat.
Gràcies a tots els esportistes, dirigents, pares i mares, voluntaris i voluntàries, secretaris i secretaries, delegats i delegades que han fet realitat que la pràctica de l’esport es realitzi amb totes les garanties possibles. Gràcies per la lluita, la constància i l’esforç.
Gràcies per donar-ho tot, dins i fora dels terrenys de joc.

Más equipamientos deportivos en la ciudad. Estadio Pitort

El nuevo estadio cuenta con un terreno de juego para la práctica del rugby habilitado también como campo de fútbol, con una superfie construida de más de 9.000 m².

Castelldefels cuenta desde hace unos meses con un cuarto estadio, el campo de deportes de Pitort, fruto de la colaboración entre el Ayuntamiento y The British School Barcelona. Situado sobre un terreno concesión del Ayuntamiento, el estadio comprende una superficie construida de 1.116 m2 y un terreno de juego de 8.000 m2.

El edificio de servicios del equipamiento consta de una sala polivalente de 200 m2 (con pavimento especial para competiciones oficiales de tenis de mesa), de un aula de 80 m2 con vistas al campo, de seis vestuarios (para hombres y mujeres), así como una grada con capacidad para más de 300 personas.

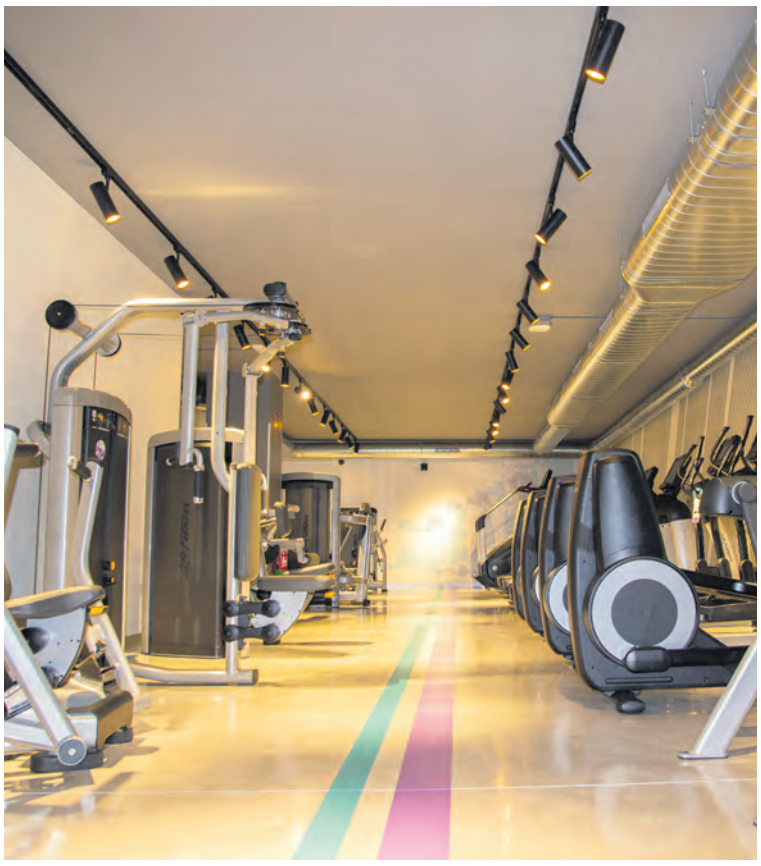
Equipamiento innovador

El campo está compuesto por un pavimento de césped artificial de primera calidad que permite reducir en un 90% el consumo de agua. El sistema de riego del campo se llevará a cabo con agua reciclada de lluvia. Bajo esta primera capa hay una capa inferior de caucho granular amortiguado elaborado con materiales reciclados, pensada y diseñada para minimizar el riesgo de lesión de los jugadores. Y en los vestuarios el agua caliente se obtiene a través de placas solares instaladas en la azotea.

ANYTIME FITNESS
Let's make HEALTHY HAPPEN
c/Església, 94 - Castelldefels

¿Quieres empezar a entrenar o volver a hacerlo? Ven a Anytime Fitness Castelldefels y dale a tu vida el impulso que se merece. Solo del 1 al 15 de julio, con el código ANIVERSARIO2021, puedes hacerlo a un precio irrepetible.

¡¡¡Cumplimos nuestro primer año y queremos celebrarlo contigo!!!



Si estás buscando un club de fitness porque quieres volver o empezar a cuidarte haciendo deporte, somos lo que buscas. Anytime Fitness Casteldefells cumple su primer aniversario ofreciendo salud, bienestar y calidad de vida a sus socios. **¿Quieres unirte?**

Si quieres convertirte en un Anytimer, entre los días 1 y 15 de julio te lo ponemos más fácil todavía. Entrando en la web de nuestro club, a través del QR que aparece abajo y usando el código **ANIVERSARIO2021**, te llevas: nuestra cuota más exclusiva Primer Aniversario sin permanencia por 39,90 €. Y te regalamos la mascarilla Anytime Fitness. ¿Quieres más? Pues lo tenemos. Nuestro pack de bienvenida: Matrícula + Entrevista personal + Valoración Inicial + Acceso ilimitado a nuestra App **¡GRATIS!**

¡Corre que solo son 20 plazas!

¡Ven a conocernos!
Porque somos el único gimnasio de Castelldefels que abre todos los días del año en horario 24 horas -cuando las Administraciones lo permiten-, porque cumplimos a rajatabla las medidas de seguridad y normativas, porque tu seguridad y la de nuestros equipos son nuestra prioridad.
Porque tenemos la mejor tecnología y maquinaria para ayudarte a alcanzar tus objetivos, porque nuestras duchas y vestuarios son individuales, para que te sientas como en casa, porque nos importas y nos importan tus objetivos.
En Anytime Fitness puedes entrenar a tu ritmo o con un plan que nuestros entrenadores diseñarán en exclusiva para ti en función de tus intereses y objetivos. Contamos con coaches deportivos, divertidísimas y motivadoras clases colectivas y una App con más de 1.100 planes de entrenamiento y 8.000 ejercicios grabados en vídeo para que puedas practicar fitness siempre que quieras, donde quieras y con quien quieras. ¿No puedes venir un día a entrenar o te vas de vacaciones? Tranquil@. Nos llevarás contigo en tu bolsillo.

¡Espera, que aún hay más!

¿Te lo crees? ¡Atent@ porque esto te va a gustar! Con nuestra llave tendrás acceso a los Anytime Fitness de todo el mundo: más de 5.000 en los siete continentes esperándote todos los días del año, las 24 horas, para ayudarte a conseguir #TuMejorTú.

No dejes pasar la oferta más exclusiva del año y ven a conocernos en nuestro primer cumpleaños. Estamos deseando ayudarte en tu camino hacia tu mejor versión. El camino hacia una vida más sana y feliz. ¿Te vienes?

Escanea el QR y usa el código de promoción ANIVERSARIO2021

“Si otros pilotos pueden entrenar 3 veces más que yo, tengo que trabajar 3 veces mejor que ellos”

Pep Gutiérrez, “Noumag”

Piloto de velocidad de motos

En el marco de la celebración de La Nit de l’Esport, hoy entrevistamos a un piloto de velocidad de motos de nuestra ciudad. No es candidato a premio, ya que en Castelldefels no tenemos un club de pilotos, pero nos ha parecido interesante hablar con él. Os presentamos a Pep Gutiérrez, “Noumag” en el mundillo del paddock.

Hola Pep, ¿nos puedes contar cómo llegas a la competición de motos?
Vale, a ver, yo en esto de las motos llegué relativamente tarde, cuando me saqué el carné a los 15 años. Empecé a seguir un poquito más las carreras y empecé a conocer lo que era el mundo del motociclismo. Descubrí la escuela de Chicho Lorenzo, que en Barcelona la lleva Todos a Rodar, y empecé mi preparación con una pit bike de alquiler. Yo ya soñaba con ser piloto, pero la realidad es que yo sabía que los grandes pilotos a mi edad ya estaban en las competiciones internacionales y en el Mundial. Todos A Rodar estaba preparando una iniciativa de competición asequible. Me propusieron a mí hacer la prueba, y la hice en 2019, compitiendo en 2 carreras del Campeonato Interautonómico de Velocidad con una Yamaha R3 en Supersport 300. Vi que podía subir algunas pocas posiciones a pesar de faltarme un tremendo trabajo por delante, y me motivé para entrar en la iniciativa de la que había sido mi escuela.

Dicen que este es un deporte de “niños ricos”, ¿nos cuentas tu experiencia?
Yo no vengo de una familia adinerada. Somos trabajadores. Y, sí, es un deporte de niños ricos entre comillas. Me han dicho muchas veces en distintos entornos que yo no me podía dedicar a esto, que las cuentas no salen, y razón no les falta. Pero, bueno, aquí hay muchos méritos que no son todos míos y que hacen posible que yo esté compitiendo y que esté haciendo realidad algo que debería ser tan imposible. Aparte del apoyo familiar y de mi propio esfuerzo, que trabajo a jornada completa para poder acceder a la competición, tengo que reconocer que sin la iniciativa de Todos A rodar y la MiniGPCup esto no sería posible. Estos chicos han creado una competición accesible económicamente. Estamos hablando de packs que son aproximadamente la 5ª parte de lo que te pediría cualquier equipo.

¿Has tenido que hacer cambios en tu estilo de vida para prepararte?
Absolutamente. El cambio ha sido radical. Yo estaba estudiando en Girona. Me vine de vuelta a Castelldefels, tengo un programa específico de alimentación, de entreno físico, etc. Al final, en cuestión de unos pocos meses, he cambiado toda mi vida para adaptarlo todo a lo que más convenga, para poder competir y ser un piloto competitivo. Siempre digo que si otros pilotos pueden entrenar 3 veces más que yo, tengo la obligación de trabajar 3 veces mejor que ellos.

Estás diagnosticado de TDAH en grado máximo. ¿Es viable tener un trastorno del desarrollo y practicar un deporte de competición? ¿Cómo te afecta y cómo influye en tu trabajo como piloto?
Yo, al final, soy un chico nervioso y un poco despistado, pero con trabajo y concentración las cosas se pueden hacer igual de bien o mejor. Al final, yo lo que veo es que llevo toda la vida acostumbrado a hacer un esfuerzo extra para encontrar métodos y concentración para sacarme más partido. En definitiva, lo que necesito es trabajar conmigo mismo y entender cómo funciona mi cabeza, mi cuerpo y en coordinar estos dos para sacar rendimiento. Hago mi trabajo en muy pocas horas, que son las que tengo para trabajar encima de la moto. El resto es trabajo físico, mental y mucho, mucho trabajo mental.

¿En qué competición y con quién corres este año 2021?
Corro con Todos A Rodar en la MiniGPCUP, en la Categoría Promo CIV 600

Para finalizar, si tuvieses que lanzar un mensaje a los niños que se quieran dedicar a esto, ¿qué les dirías?
Primero de todo, que se aseguren de que les gusta. Porque hay mucho esfuerzo, y hay que probar y estar seguro de cuánto estás dispuesto a luchar. Luego, que escuchen mucho a las personas que les asesoran, que se muestren abiertos a aprender. Y que si se lo toman en serio, todo es posible.

Muchas Gracias, Noumag, y mucha suerte esta temporada

LLACH
Serveis i Reformes Integrals
618 44 83 75
www.llachreformas.com
@llach_reformas

La salud bucodental y el deporte...

Más unidos de lo que crees

Es fundamental para los atletas de cualquier deporte tener una buena salud e higiene bucal. Por ello, es recomendable que hagan visitas periódicas para así verificar que todo esté en correcto estado en su cavidad bucal. Cualquier dolor o molestia puede hasta ocasionar que no asistan a prácticas o que no puedan asistir a algún tipo de competición.

En este punto entra la odontología deportiva, que es el área de la medicina deportiva que trata de todo lo referente a la interacción entre la odontología y los deportes; se ocupa de la prevención, tratamiento y difusión de información de lesiones orofaciales relacionadas con el deporte.

Entre las afecciones más comunes que sufren los atletas están las caries, enfermedades periodontales (placa bacteriana) y los traumatismos (accidentes en la práctica deportiva).

Muchos se harán la pregunta de cómo afectan los problemas dentales en cuanto al rendimiento deportivo. Pues son varios los motivos:

– Molestias fuertes.
– Ausentismo de entrenamiento y baja en la competitividad.
– Probabilidades de fracturas dentales al recibir un golpe durante la práctica deportiva.

Entonces, para evitar estas consecuencias, se debe hacer el mantenimiento adecuado de la salud bucal del deportista.

¿De qué forma? Siguiendo estos tips:
– Visitas periódicas a Castelldent para chequeo rutinario.
– Realizar radiografías.
– Si hay obturaciones en mal estado, sustituirlas por nuevas.
– Reposición de órganos dentales que falten.
– Profilaxis (limpieza bucal).
– Extracciones pertinentes.
– Confección de protectores bucales apropiados.
Cuando es necesario extraer órganos dentarios, se debe hacer a la mayor brevedad posible, ya que deportistas con terceros molares (muelas del juicio) impactados sufren el riesgo cuatro veces mayor de recibir una fractura mandibular, y se debe evitar totalmente que esto suceda.

Entre los deportes que son de mayor contacto físico están los siguientes:
– Boxeo
– Baloncesto
– Balonmano
– Fútbol
– Artes marciales
– Lucha

Para estos casos es recomendable el uso de los protectores bucales, que son dispositivos intraorales a base de polímeros que, por lo general, se sujetan en uno o ambos maxilares.

Teóricamente, un protector bucal debidamente ajustado debe ser protector, confortable, elástico, resistente al desgarro, inodoro, insípido, no debiendo interferir con el habla.

Comúnmente se agrupan en 3 tipos:

– Tipo 1: protectores estándar, sin prescripción odontológica, diseñados para ser usados sin modificación alguna.
– Tipo 2: disponibles comercialmente. Elaborados con materiales termoplásticos. Se sumergen en agua caliente y es el atleta el que los conforma empleando presión al morder, con los dedos o la lengua.
– Tipo 3: confeccionado por el odontólogo, mediante tomas de impresión.

Los protectores tipo 1 y 2 muestran, respecto a los tipo 3, poca retención y un gran volumen, lo que trae aparejado mayores dificultades para el atleta a la hora de su uso. Los protectores bucales indicados y elaborados por el odontólogo permiten tener en cuenta varios factores, como el debido ajuste del mismo, un diseño apropiado para el deporte que practica el paciente, el historial previo de traumatismos dentales, la protección adicional en ciertas áreas, etc., además de cumplir con los requisitos de protección establecidos por todas las Federaciones Deportivas Internacionales.

Entre sus funciones, tenemos:

– Protección en contra de contusiones a los labios, carrillos, luxaciones.
– Reducir las fracturas dentarias y maxilares.
– Disminuir las injurias de cuello, hemorragias cerebrales, pérdida de conocimiento, daños severos al sistema nervioso central, entre otros.
– Estabiliza y protege la articulación temporomandibular (ATM).
– Proveer soporte para los atletas portadores de prótesis parcial removible.

Es necesario que cuidemos la salud bucal de nuestros atletas para que tengan un mayor desempeño en la práctica deportiva, por eso es muy importante acudir a tu dentista de confianza una vez al año.

Dr. Rubén López Cruz

La gran Nit Reconeixement

Arquers Club Castelldefels

Asociación Brasukas

Asociación de Veteranos Futbolistas de Castelldefels

Asociación Skate4Live

Associació Coet AirSoft

Associació Esportiva Fénix Castelldefels

Associació Motorista Kustom Motorcycle Kulture

Barcelona Club de Rem

Beach Club Esportiu El Péndulo

Caiac Club Baix Llobregat de Castelldefels

Castelldefels Club de Patinatge Artístic

Centre Excursionista Roca Negra

Club Baloncesto Joventut Castelldefels

Club Boxa Castelldefels

Castelldefels Hockey Club

Castelldefels Rugby Unión Club

Centre Cultural i Recreatiu de Castelldefels

Club BTT Cycles Castelldefels

Club Ciclista Castelldefels Bel Sabina

Club de Atletisme Castelldefels Outdoor

Club de Bàsquet Castelldefels

Club de Futbol Sant Antoni 66 de Castelldefels

Club de Tenis Andrés Gimeno

Club d'Escacs de Castelldefels

Club Esportiu Baixsud Futsal Castelldefels

Club Esportiu Cor Castelldefels Runners

GASTRONOMÍA

de l'Esport:
ts a les entitats

Ajuntament de Castelldefels

Club Esportiu Granvia-Mar	Club Judo Meta Castelldefels	Club Judo Danes Castelldefels
Club Esportiu Joanyinyang Taiji Quan	Club Esportiu Wake Addict	Club Nàutic Castelldefels
Club Karate Castelldefels	Club Marítimo Castelldefels	Club Patinatge Castelldefels
Club Petanca Castelldefels	Club Petanca S. V. El Castillo	Club Petanca Vista Alegre
Club Piragüisme Castelldefels	Club Rítmica Barcelona	Club Taekwondo Kimyeong Castelldefels
Club Tenis Castelldefels	Disport Futbol Club	Esportiu Castelldefels Handbol
Full Karate Club (FKC)	Futbol Sala Castelldefels	Joventut Al-Vici Club de Bowling
Kite-Surf Club Bunker	Societat Esportiva de Pesca Marítima de Castelldefels	Tennis Taula Castelldefels
Unió Esportiva Can Roca 74	Unió Esportiva Castelldefels	Unión Deportiva Vista Alegre

COMERCIO

"El Dedal"
Arreglamos toda clase de ropa
Servicio rápido
Precios muy económicos.
15 años contigo
C/Viriato nº 1, esquina Manuel Girona
08860 Castelldefels
Tel. 93 635 05 45

ATOPE SPORTS
SWIM & RUN
• Tienda Especializada en Natación y Running
• Asesoramiento personalizado
¡Síguenos! atope sports atope.sports
Doctor Barraquer, 11 · bajos 2 · Castelldefels· Tel. 652 74 02 13

Premis ascensos de categoria i campions

Tennis Taula Castelldefels
per l'ascens a 2a divisió Nacional
del seu 1er Equip
Temp. 2020-2021

UE Castelldefels
per l'ascens a 1a Divisió
del seu equip Juvenil "F"
Temp. 2020-2021

Baixsud Futsal
Campiones de Lliga 2a Divisió
del seu equip Sènior Femení
Temp. 2020-2021

Ainoha López Carrasco
del Club Judo Danès
Campiona d'España júnior
Temp. 2020-2021

Julia Queraltó Ramos
del Club Judo Danès
Campiona de la Super Copa d'Espanya
Temp. 2020-2021

Akaki Tchelishvili
del Club Judo Danès
Campió de la Copa Catalunya
Temp. 2020-2021

Club Petanca Castelldefels
Campions d'España en Tripletes
del seu equip de 1a Divisió Catalana
Temp. 2020-2021

U.D. Vista Alegre
per l'ascens a 3a categoria catalana
del seu equip amateur "C·
Temp. 2020-2021

William Byron
del Club Piragüismo Castelldefels
Campió d'España + 60
Temp. 2020-2021

Club Hockey Castelldefels,
Campiones de Catalunya
de l'equip HC Mamis 9x9
Temp. 2020-2021

Sara Hernández
del Castelldefels Rugby Unión Club
Campiona de d'Espanya juvenil amb la
Selecció Catalana. Temp. 2020-2021

EPA-Escola Pàdel Adaptat
Reconeixement especial
Temp. 2020-2021

21ª Edición VOLEIBOOM

17/18 de Julio

Santos Marisquería

Platja de Port Ginesta, local 801· Port Ginesta

Tel. 93 664 30 78 - 93 665 19 45

www.marisqueriasantos.com

Marisquería Santos agradece a todos sus clientes la confianza depositada en nuestros restaurantes.
En **Marisqueria Santos** cumplimos con todos los requisitos sanitarios ante la Covid19

RESTAURANTE SEGURO COVID-19

Fisiopràctic

apoya el deporte local colaborando con los Clubes de Hockey y Fútbol Sala Castelldefels.

FISIOPRÀCTIC abre sus puertas por primera vez en abril del 2008, en avenida 305 en Castelldefels, bajo el mando de Jesús Sarrias Gimeno, fisioterapeuta colegiado número 3990. Es un centro orientado al cuidado de la salud entendida como prevención, tratamiento y curación y con vocación de ofrecer una atención integral, individualizada y de calidad en busca del bienestar del paciente.

Las especialidades de las que constaban en un principio eran fisioterapia, drenaje linfático, osteopatía, acupuntura, dietética y educación nutricional, naturopatía y reflexoterapia podal. Tras trece años, y tras haberse puesto en sus manos más de 4.500 pacientes, FISIOPRACTIC abre su segundo centro situado en la calle doctor **Ferran número 33.** Este es un centro de 180 metros cuadrados que permite adaptar un espacio en el que disponen de un gimnasio donde pueden realizar esa última fase de readaptación al deporte y a la vida diaria tan importante en la rehabilitación y muchas veces olvidada.

Añaden a sus especialidades la psicología, la podología (incorporando entre otras técnicas un estudio biomecánico de la pisada con tres puntos de grabación imprescindible sobre todo en deportistas), la fisioterapia respiratoria, la fisioterapia de suelo pélvico y, por último, la fisioterapia pediátrica siendo el primer centro en Castelldefels con esta especialidad.

Su filosofía, como bien hacen constar en el nombre, es la terapia manual aunque cuentan con aparatología de todo tipo y de alta calidad, como ondas de choque y diatermia. El equipo de profesionales está formado por seis fisioterapeutas, un osteópata, un podólogo, un acupuntor, una psicóloga y una naturópata que a la vez es dietista. Prestan un especial interés a la calidad asistencial de sus pacientes en un entorno con un alto nivel de confort para ellos.

Desde FISIOPRÀCTIC quieren agradecer a todos los pacientes y deportistas la confianza depositada en cada uno de los profesionales. Tienen muy claro que este crecimiento no hubiera sido posible sin vosotros.

The New Canasta (Since 1976)

Después de 45 años, el emblemático establecimiento gastronómico del Baix Llobregat --la familia Yepes y su equipo de profesionales-- continuará cocinando para todos sus clientes y amigos los arroces, pescados y mariscos con el mismo amor e ilusión a la gastronomía de siempre.

C/5 nº 24
Castelldefels
Reservas 936 65 68 57

Deportistas Casa Diego Os espera

Casa DIEGO abrió sus puertas en el año 1993. Actualmente, este establecimiento ofrece desayunos para deportistas, un menú diario muy abundante y dispone de un salón para bodas, bautizos y comuniones, grupos además de una estupenda terraza. Hay que destacar que el menú es casero y que los sábados sirven cenas.

Av. Constitució, 372,
Castelldefels
Reservas 936 64 12 18

Felicidades a todos los DEPORTISTAS y ENTIDADES

Cristalería y
Carpintería de aluminio
MANZANO
desde 1972
93 664 01 02
www.aluminiosmanzano.com
• Cerramientos
• Reparación de persianas
• Mosquiteras
• Mamparas

El mundo del deporte y el de los comercios tienen mucho en común: entrenamiento, competencia, ganadores, pasión y más. Os desean una feliz gala a todos los deportistas y entidades

FERRETERÍA
Somos una pequeña tienda, pero:
BeLLamar
DHL Servipoint y envíos a U.E.
SI TIENES DUDAS…
TE ASESORAMOS
EUROCOLOR
Para el profesional
Para tu casa
SI NO LO ENCUENTRAS…
TE LO BUSCAMOS
picart También para tu mascota
SI NO LO TENEMOS…
TE LO TRAEMOS
ONCE Que la fortuna te acompañe
Av. Constitució, 348. CASTELLDEFELS Tel. 936 64 58 05