

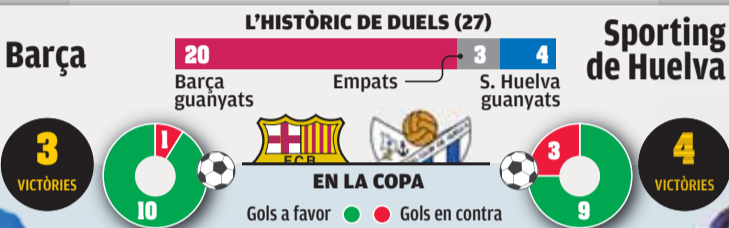
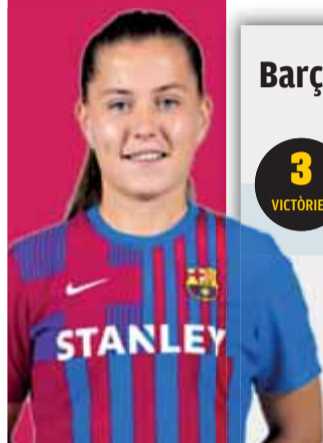


**Davantera**  
20 anys  
3a temporada  
3 partits de copa  
1 gol

**TÈCNIC:** Jonatan Giráldez (1a temporada)  
**RESTA DE CONVOCADOS:** Gemma Font (p), Patri, M. Muñoz, Leila, Pereira, Crnogorčević, Oshoala.  
**BAIXES:** Hansen, Melanie, Cata, Jana, Jenni i Bruna (lesió).

**TÈCNIC:** Antonio Toledo (18a temporada, dues etapes)  
**RESTA DE CONVOCADOS:** Chelsea (p), Leti, Judith, Mayra, Pau García, Chini, Abilda, Paula Romero i Gey.  
**BAIXES:** Stephannie Blanco (lesió).

**Davantera**  
21 anys  
1a temporada  
4 partits de copa  
4 gols



**ÚLTIMS RESULTATS**

Barça-Real Madrid	4-0
Barça-Lió	1-3
Barça-Atlético	2-1
Rayo-Barça	1-6

**ÚLTIMS RESULTATS**

Granadilla-S. Huelva	0-1
S. Huelva-Madrid CF	2-0
Sevilla-S. Huelva	3-1
S. Huelva-Alavés	2-1

**Copa.** Les blaugrana volen tornar a fer història i guanyar tots els títols estatals. La forta calor prevista pot afectar el rendiment dels equips

# Últim desafiament

**Paula Muriel**  
BARCELONA

Alexia Putellas sap controlar bé les seves emocions, però n'hi ha algunes que són molt difícils de dissimular. Després que el Barça tornés a imposar-se en un clàssic, aquest cop per 4-0 en la semifinal de la copa de la Reina, la capitana es va apropar a la graderia per xocar les mans amb els aficionats i l'expressió del seu rostre no transmetia la satisfacció que neix d'un triomf com aquest.

Els sentiments de decepció i frustració que van brollar a Torí necessiten temps per deixar-los anar, però en ella, el disgust no és incompatible amb l'esperit guanyador que la caracteritza i, un cop més, va saber liderar l'equip per deixar els deures fets i classificar-se per a la final copera. El d'avui és l'últim partit de la temporada i amb aquest, el club blaugrana haurà disputat absolutament tots els possibles.

A les 11.30 h el Barça s'enfronta a l'Sporting de Huelva al municipal de

## La prèvia

“La nostra obligació és oferir la millor versió. Hi arribem amb ganes i motivació”

**Jonatan Giráldez**  
ENTRENADOR DEL BARÇA

“És molt important, no pel que va passar en la Champions sinó perquè hem de competir per tot”

**Alexia Putellas**  
JUGADORA DEL BARÇA

Santo Domingo de Alcorcón, un estadi amb capacitat per a 5.100 espectadors. L'espai de la seu és massa limitat pel volum contrastat d'aficionats que és capaç de moure aquest conjunt i, a més, l'horari és molt dolent. No sembla que la federació estigui predisposada a treballar per a l'enfortiment del futbol femení.

En aquesta línia, Putellas no es va mossegar la llengua ahir durant la roda de premsa prèvia a la final: “No ens han sorprès aquestes decisions. Difícilment podrem repetir experiències com les del Camp Nou i Torí. Intentarem guanyar i ho celebrarem amb la gent que vingui. Pel que fa a l'hora, no és el mateix jugar amb 30

o 40 graus que fer-ho amb 20.”

A part de fer front a aquestes circumstàncies, les blaugrana hauran d'anar en compte també amb el rival. L'Sporting de Huelva arriba motivat després d'eliminar el Tenerife a semifinals amb un gol de cap de Patri Ojeda en el minut 72, quan van ser les illenques les que havien demostrat més domini durant tot el partit. És la segona final de la història de l'entitat andalusa i no volen desaprovechar aquesta oportunitat.

La primera va ser el 2015 i van aixecar el trofeu en batre 2-1 el València. D'aquella gesta només queden a l'equip Sandra Castelló i l'entrenador Antonio Toledo. La jugadora

va reconèixer davant dels mitjans: “Si estem a l'altura, podem competir bé, però arribar a la final ja és un somni i ho hem aconseguit.” Toledo, per la seva banda, es feia creus de com havien pogut mantenir l'equip amunt amb totes les dificultats viscudes i hi afegia: “Ja hem guanyat la nostra copa de la Reina sent aquí.”

Per afrontar aquest darrer repte, Jonatan Giráldez va convocar totes les jugadores disponibles i va haver de descartar novament Jenni Hermoso, per molèsties al genoll dret, així com Melanie Serrano, que no podrà jugar el seu últim partit amb la samarreta blaugrana, després d'anunciar que es retira del futbol professional. També són baixa Graham Hansen, a causa d'una lesió al peu dret, a més de Cata Coll, Jana Fernández i Bruna Vilamala, totes tres recuperant-se des de fa mesos d'un trencament al lligament encreuat del genoll. El Barça va golejar (0-5 i 5-0) en els dos duels en lliga contra l'Sporting. ■

## BREUS

### El Levante LP i l'Espanyol es juguen l'ascens a 1a femenina

Barcelona. Arribal'hora de la veritat per definir el campió del grup nord de la segona femenina, que acompanyarà al ja ascendit Alhama del grup sud a la primera divisió. La incògnita es resoldrà aquesta tarda en un enfrontament a cara o creu entre el Levante Las Planas i l'Espanyol (18.30h). El Levante Las Planas té més possibilitats d'aconseguir l'ascens perquè és el líder, amb 59 punts, i, per tant, un empat li seria suficient. Les del Baix Llobregat recobririen el més alt estatus després d'una travessia per les categories inferiors que fa vuit anys que dura. S'espera un ple absolut a les graderies. ■ P. MURIEL

**Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya**

## Un estiu en moviment

Amb l'arribada del mes de juny, s'apropa el final de la temporada esportiva per a molts nens i nenes. Un cop acabat també el període escolar, comencen de veritat unes llargues vacances en què un dels reptes haurà de ser que els nostres fills no s'apoderin del sofà i del comandament a distància i tinguin una vida excessivament sedentària. D'acord amb el Canal Salut de la Generalitat, trobem que un 35,9% dels nens i nenes entre 6 a 12 anys tenen excés de pes (el 24,2% tenen sobrepès i l'11,7%, obèsitat).

Això ens situa en un dels primers llocs a Europa en prevalença d'obesitat infantil. I sabem quines són les dificultats que això suposa, perquè les persones amb sobrepès corren més risc que la resta de patir un accident cerebrovascular o una malaltia cardíaca. Aquest risc es calcula entre un 30% i un 40% més que entre les persones sense sobrepès.

Hi ha diversos estudis i informes que indiquen que, des que va esclatar la pandèmia, el consum de pantalles en infants s'ha disparat. La plataforma Qustodio afirma que el temps dedicat al vídeo en línia entre els menors ha crescut un 25%; en aplicacions de videojoc, un 23%; i a les xarxes socials, un 76% més. De mitjana, dediquem tres o quatre vegades més temps a activitats sedentàries que a la realització d'activitat física. La pandèmia ha aguditzat aquest desequilibri.

Des del Col·legi de Fisioterapeutes volem recordar que aquest tipus d'actituds es poden revertir i, l'arribada de l'estiu i el bon temps, és un moment idoni per fer-ho i posar nous reptes als nostres fills i filles. Cal, per exemple, limitar les activitats de sofà una hora al dia, com a màxim. Els adults també hem de donar exemple mostrant els avantatges de moure'ns. Sortim a passejar, a córrer o a voltar per la muntanya, a peu o en bicicleta, juguem a futbol o a pàdel o nedem, el que faci falta.

També podem idear sorpreses que serveixin per estimular l'activitat física amb una excursió que no estava planificada, un cap de setmana a la natura i qualsevol activitat que faci descobrir que l'entorn natural és ple de possibilitats i de racons interessants. Evitar el sedentarisme infantil no costa tant i és un factor de salut importantíssim per a la resta de la vida.

**Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya**